



**Vescovo Gary E. Stevenson**  
Vescovo presidente

## I vostri quattro minuti

*Il miracolo dell'Espiazione può compensare le imperfezioni della nostra prestazione.*

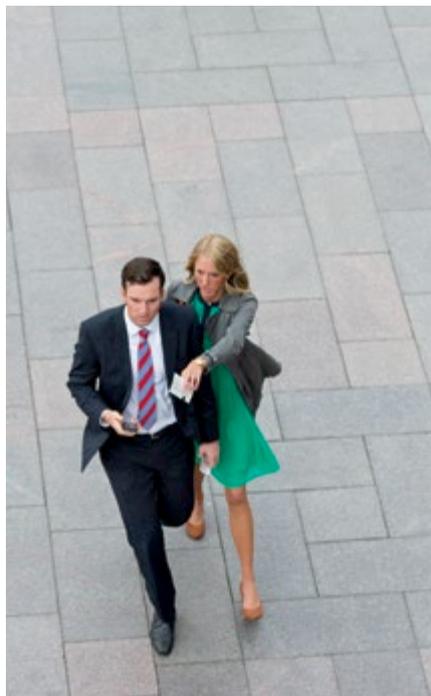
Le ultime olimpiadi invernali, che hanno visto atleti rappresentanti ottantanove paesi competere in novantotto competizioni sportive, hanno incantato il mondo. Straordinariamente, dieci di questi atleti erano membri della Chiesa di Gesù Cristo dei Santi degli Ultimi Giorni, e tre di loro, come riportato su *Church News*, hanno vinto delle medaglie: Christopher Fogt, Noelle Pikus-Pace e Torah Bright.<sup>1</sup> Facciamo le nostre congratulazioni a tutti gli atleti che hanno gareggiato. Ben fatto!

Questa mattina, nel parlare di questi giochi rivolgo il pensiero ai giovani uomini, alle giovani donne e ai giovani adulti non sposati — a voi che siete nell'età più critica che segnerà il corso della vostra vita. Sento un grande senso di urgenza nel parlarvi.

Per trasmettervi tale senso di urgenza, inizio col raccontarvi la storia di Noelle Pikus-Pace, una delle atlete appartenenti alla Chiesa. Nello skeleton — la competizione sportiva di Noelle — gli atleti si lanciano a testa in giù su un piccolo slittino dopo aver fatto uno sprint per acquisire slancio. Con i loro volti a pochi centimetri dal ghiaccio, essi percorrono una pista di ghiaccio tortuosa a delle velocità che sfiorano i centoquarantacinque chilometri orari.

Incredibilmente, anni di preparazione possono trasformarsi in un successo o in una delusione secondo ciò che accade nello spazio di quattro corse intense di sessanta secondi ciascuna.

Il sogno olimpico di Noelle per le olimpiadi del 2006 si infranse quando, a seguito di un terribile incidente, si ruppe una gamba. Nelle olimpiadi del 2010, i suoi sogni furono di nuovo



infranti quando, per poco più di un decimo di secondo, non riuscì a conquistare il podio.<sup>2</sup>

Potete immaginare l'ansia che provava mentre aspettava di iniziare la sua prima corsa alle olimpiadi 2014? Anni di preparazione sarebbero culminati in un frammento di tempo: quattro minuti, in totale. Si era preparata per anni per quei quattro minuti, e, in seguito, avrebbe riflettuto su di essi una vita intera.

Le ultime corse di Noelle furono virtualmente impeccabili! Non dimenticheremo mai il suo salto sul podio per abbracciare la sua famiglia dopo aver oltrepassato il traguardo, esclamando: "Ce l'abbiamo fatta!" Anni di preparazione avevano dato i loro frutti. Abbiamo visto il ciondolo delle Giovani Donne attorno al suo collo mentre la medaglia d'argento le veniva posta accanto.<sup>3</sup>

Forse può sembrare ingiusto che l'intero sogno olimpico di Noelle poggiasse su ciò che ella avrebbe fatto durante soli quattro minuti. Ma lei lo sapeva e per questo motivo si era preparata così diligentemente. Percepiva l'importanza, la rilevanza di quei quattro minuti a sua disposizione e che cosa sarebbero significati per il resto della sua vita.

Ci ricordiamo anche di Christopher Fogt, un membro della squadra di bob a quattro che ha vinto la medaglia di bronzo. Sebbene avrebbe potuto gettare la spugna dopo un terribile schianto durante le olimpiadi del 2010, ha scelto di perseverare. Dopo essersi riscattato con una corsa fantastica, ha vinto il premio che ha cercato così diligentemente.<sup>4</sup>

Ora, considerate in che modo il vostro sentiero verso la vita eterna è simile a quello di questi atleti la cui gara è durata quattro minuti. Voi siete un essere eterno. Prima di nascere

esistevate come spiriti. Alla presenza di un amorevole Padre Celeste, vi siete allenati e vi siete preparati per venire sulla terra per un breve momento e, in un certo senso, gareggiare. Questa vita sono i vostri quattro minuti. Mentre siete qui, le vostre azioni determineranno se vincerete o no il premio della vita eterna. Il profeta Amulek insegnò: “Questa vita è [...] il tempo in cui prepararsi ad incontrare Dio; sì, ecco, il giorno di questa vita è [...] il giorno in cui compiere le [vostre] opere”<sup>5</sup>.

In un certo senso, i vostri quattro minuti sono già iniziati. L'orologio continua a girare. Le parole dell'apostolo Paolo sono così calzanti: correte la corsa in modo da riportare il premio.<sup>6</sup>

Proprio come certi passi sono necessari durante la breve prestazione di un atleta olimpico (salti e manovre di un pattinatore su ghiaccio o di uno snowboarder, calcolare le curve di una discesa con il bob o passare attraverso le porte di una pista in discesa), anche nelle nostre vite vi sono certi passi che sono assolutamente necessari — delle pietre miliari che segnano il progresso del nostro operato spirituale sulla terra. Queste pietre miliari spirituali sono le ordinanze divine del Vangelo: il battesimo, il ricevimento del dono dello Spirito Santo, l'ordinazione al sacerdozio, le ordinanze del tempio e il prendere parte al sacramento ogni settimana.

“[In queste] ordinanze il potere della divinità è manifesto”.<sup>7</sup>

E proprio come la disciplina dell'allenamento prepara un atleta a gareggiare nel proprio sport ai massimi livelli, rispettare i comandamenti vi qualificherà per ricevere tali ordinanze di salvezza.

Riuscite a sentire il senso di urgenza?

Miei giovani amici, ovunque vi troviate nella vostra “gara di quattro



minuti”, vi esorto a riflettere e a chiedervi: “Cos’altro devo fare per assicurarmi la medaglia?” Forse, durante questa conferenza lo Spirito vi ha sussurrato cosa dovete fare: prepararvi in modo più attento a ricevere in futuro un’ordinanza oppure a riceverne una che avreste dovuto ricevere molto tempo fa. Qualunque cosa sia, fatela. Non aspettate. I vostri quattro minuti finiranno presto, e passerete l’eternità a pensare a ciò che avrete fatto in questa vita.<sup>8</sup>

È necessaria l’autodisciplina. La preghiera quotidiana, lo studio delle Scritture e la frequenza in chiesa devono essere alla base del vostro allenamento. È richiesta un’obbedienza continua ai comandamenti, l’osservanza delle alleanze che avete stipulato e il rispetto degli standard del Signore contenuti nell’opuscolo *Per la forza della gioventù*.

Forse, siete consapevoli di ciò che nella vostra vita minaccia di rallentare o arrestare il vostro progresso spirituale. Se è così, seguite questo consiglio dalle Scritture: “Deposto ogni peso e il peccato che così facilmente ci avvolge, corriamo con perseveranza l’arringo che ci sta dinanzi”<sup>9</sup>.

Non è troppo tardi per pentirsi, ma potrebbe esserlo ben presto, perché nessuno sa veramente quando finiranno i vostri quattro minuti.

Ora, potreste pensare: “Ho già perso la mia occasione. I miei quattro

minuti sono già un disastro. Potrei anche mollare”. Se è così, smettete di pensarlo e non pensatelo mai più. Il miracolo dell’Espiazione può compensare le imperfezioni della nostra prestazione. Come ha insegnato l’anziano Jeffrey R. Holland:

“A chi di voi [...] sta tuttora esitando, [...] rendo testimonianza del potere rinnovatore dell’amore di Dio e del miracolo della Sua grazia.

Non è *mai* troppo tardi fintantoché il Maestro [...] dice che c’è tempo. [...] Non indugiate”<sup>10</sup>.

Ricordate: non siete soli. Il Salvatore ha promesso che non vi lascerà privi di conforto.<sup>11</sup> Inoltre, avete familiari, amici e dirigenti che fanno il tifo per voi.

Se le mie parole sono state fin qui rivolte ai giovani della Chiesa, ora mi rivolgerò più in particolare ai genitori e ai nonni.

Recentemente, l’anziano David A. Bednar ha descritto un modo semplice per condurre una valutazione familiare al fine di segnare il progresso fatto sul sentiero dell’alleanza mediante le ordinanze essenziali. Tutto ciò che serve è un foglio diviso in due colonne intitolate: “Nome” e “Pianifica le prossime ordinanze necessarie”. Ultimamente, ho fatto questa valutazione elencando ogni membro della mia famiglia. Tra loro, ho notato un nipote neonato, che doveva essere presto benedetto; un nipote di sei anni, per il quale era



essenziale prepararsi al battesimo; e un figlio in procinto di compiere diciotto anni, per il quale era imminente la preparazione per ricevere il sacerdozio e l'investitura al tempio. Tutti quelli riportati nell'elenco avevano bisogno dell'ordinanza del sacramento. Questo semplice esercizio ha assistito me e Lesa nell'adempiere il nostro ruolo volto ad aiutare ogni membro della famiglia lungo il sentiero dell'alleanza, con un piano di azione per ognuno di loro. Forse, questa può essere un'idea per voi che vi porterà a parlare dell'argomento in famiglia, a dedicarvi delle lezioni della serata familiare e, anche, a invitare un membro della vostra famiglia a ricevere ordinanze essenziali.<sup>12</sup>

Essendo io stesso uno sciatore e uno snowboarder, mi ha entusiasmato molto la prestazione dell'atleta australiana membro della Chiesa — la snowboarder Torah Bright — che le è valsa la medaglia d'argento nell'halfpipe. Torah ha impressionato il mondo concludendo una gara virtualmente impeccabile culminata in un backside rodeo 720. Tuttavia, per gli spettatori di tutto il mondo, è stato ancora più stupefacente e sorprendente il modo in cui ha teso la mano ai suoi avversari

dimostrando amore cristiano. Torah ha notato che la snowboarder americana Kelly Clark, la quale aveva fatto male nella prima delle due prove finali, sembrava essere nervosa al pensiero di affrontare la sua ultima prova. “Mi ha abbracciato”, ha detto la Clark. “Mi ha tenuto fino a quando non mi sono effettivamente calmata a sufficienza e fino a che il mio respiro non è rallentato. È stato bello ricevere l'abbraccio di un'amica”. Kelly Clark si è poi unita a Torah Bright sul podio dei vincitori con una medaglia di bronzo.

Quando le sono state chieste spiegazioni riguardo a questo atto di gentilezza verso una sua diretta avversaria che avrebbe potuto mettere a rischio la sua medaglia d'argento, Torah ha detto semplicemente: “Io sono un'avversaria e voglio fare del mio meglio, ma voglio che anche i miei avversari facciano del loro meglio”<sup>13</sup>.

Tenendo ciò a mente: c'è qualcuno che ha bisogno del vostro incoraggiamento? Un familiare? Un amico? Un compagno di classe o un membro del vostro quorum? In che modo potete aiutarli durante i loro quattro minuti?

Cari amici, siete nel mezzo di un viaggio esaltante. In un certo senso, state gareggiando nella pista

semicircolare o nella pista di ghiaccio e può risultare difficile effettuare tutte le manovre o calcolare bene tutte le curve lungo la via. Ma ricordate, vi siete preparati per questo per millenni. Questo è il vostro momento di gareggiare. Questi sono i vostri quattro minuti! È giunta l'ora!

Esprimo la mia totale fiducia nelle vostre capacità. Avete il Salvatore del mondo al vostro fianco. Se cercate il Suo aiuto e seguite le Sue istruzioni, come potete fallire?

Concludo portando la mia testimonianza della benedizione che abbiamo di avere un profeta vivente, il presidente Thomas S. Monson, e rendo testimonianza di Gesù Cristo e del Suo ruolo come Salvatore e Redentore. Nel santo nome di Gesù Cristo. Amen. ■

#### NOTE

1. Vedere Christine Rappleye, “Mormons in the Olympics: 3 Medals for LDS Athletes at the Winter Games”, [deseretnews.com/article/865597546/Mormons-in-the-Olympics-3-medals-for-LDS-athletes-at-the-Winter-Games.html](http://deseretnews.com/article/865597546/Mormons-in-the-Olympics-3-medals-for-LDS-athletes-at-the-Winter-Games.html).
2. Vedere Christine Rappleye, “Mormons in the Olympics”.
3. Vedere Sarah Petersen, “Noelle Pikus-Pace Wears LDS Young Women Necklace throughout Olympics”, [deseretnews.com/article/865596771/Noelle-Pikus-Pace-wears-LDS-Young-Women-necklace-throughout-Olympics.html](http://deseretnews.com/article/865596771/Noelle-Pikus-Pace-wears-LDS-Young-Women-necklace-throughout-Olympics.html).
4. Vedere Amy Donaldson, “Army, Faith Helped Push Mormon Bobsledder Chris Fogt to Olympic Success”, [deseretnews.com/article/865597390/Army-faith-helped-push-Mormon-bobsledder-Chris-Fogt-to-Olympic-success.html](http://deseretnews.com/article/865597390/Army-faith-helped-push-Mormon-bobsledder-Chris-Fogt-to-Olympic-success.html).
5. Alma 34:32.
6. Vedere 1 Corinzi 9:24.
7. Dottrina e Alleanze 84:20.
8. Vedere Alma 34:31-33.
9. Ebrei 12:1.
10. Jeffrey R. Holland, “I lavoratori nella vigna”, *Liahona*, maggio 2012, 33.
11. Vedere Giovanni 14:18.
12. David A. Bednar, in una conversazione con l'autore.
13. Vidya Rao, “Snowboarder Kelly Clark: Hug from Competitor Helped Me Win Bronze”, [today.com/sochi/snowboarder-kelly-clark-hug-competitor-helped-me-win-bronze-2D12108132](http://today.com/sochi/snowboarder-kelly-clark-hug-competitor-helped-me-win-bronze-2D12108132).