

RIFLESSIONI



Dove posso trovare il coraggio di andare avanti?

“Potreste pensare che la vostra vita sia distrutta. Potreste aver peccato. Potreste essere preoccupati, arrabbiati, aggravati o dilaniati dal dubbio. Tuttavia, proprio come il Buon Pastore trova la pecora smarrita, se soltanto eleverete il cuore verso il Salvatore del mondo, Egli vi troverà. Vi soccorrerà. Vi solleverà e vi metterà sulle Sue spalle. Vi porterà a casa”.

Presidente Dieter F. Uchtdorf, secondo consigliere della Prima Presidenza, “Vi metterà sulle Sue spalle e vi porterà a casa”, *Liahona*, maggio 2016, 104.

Altri argomenti trattati

PER I GIOVANI ADULTI

Essere veri millennial

Essere dei veri millennial non è solo una questione di età — vuol dire partecipare nel preparare il mondo per la seconda venuta di Gesù Cristo.

pag.
46



PER I GIOVANI



IL POTERE DI PERSEVERARE

pag.
58

Tra le prove più difficili della mia vita, poche cose semplici mi hanno aiutata a rimanere vicina a Dio, invece di respingerLo e di amareggiarmi.

PER I BAMBINI

Lezioni dalla mamma

pag.
72

Fai alla mamma e al papà queste domande per scoprire che cosa amano dell'essere genitori!



Liahona



**Quattro modi per
provare la gioia di
apprendere, pag. 10**

**Suicidio: un disperato
e silenzioso grido di
aiuto, pag. 18**

**Lezioni di Lehi sulla storia
familiare, pag. 26**

L'antidoto alla lussuria, pag. 30



“Vorrei che ricordassi che nella misura in cui riporrai la tua fiducia in Dio, in pari misura sarai liberato dalle tue prove, dai tuoi guai e dalle tue affezioni, e sarai elevato all'ultimo giorno”.

Alma 38:5

MESSAGGI

- 4** **Messaggio della Prima Presidenza: Le benedizioni dell'obbedienza**
Presidente Thomas S. Monson
- 7** **Messaggio delle insegnanti visitatrici: La famiglia è ordinata da Dio**

SERVIZI SPECIALI

- 16** **I bambini piccoli e il sacramento**
Aaron L. West
Prendendo il sacramento, i bambini piccoli possono prepararsi a stringere le alleanze.
- 18** **Comprendere il suicidio – Segnali di allarme e prevenzione**
Kenichi Shimokawa
Imparare a prevenire i casi di suicidio e ad aiutare la famiglia.

- 24** **Parole profetiche in un luogo inaspettato**
Colette Lindahl
Alcuni numeri della Liahona lasciati in un appartamento hanno cambiato la vita di un uomo portandolo al Vangelo.

- 26** **Storia familiare: pace, protezione e promesse**
Anziano Bradley D. Foster
Raccogliendo le storie della nostra famiglia e portando al tempio i nomi dei nostri antenati, noi e i nostri discendenti saremo benedetti.

- 30** **Amore o lussuria**
Joshua J. Perkey
Qual è l'antidoto alla lussuria, ossia il desiderio di possedere le cose in modo contrario al volere di Dio?

- 36** **Servire al di là del Giordano**
R. Val Johnson e Rachel Coleman
Una coppia di missionari senior per gli aiuti umanitari ha influenzato la vita di migliaia di persone, servendo dove il Signore ne aveva bisogno.

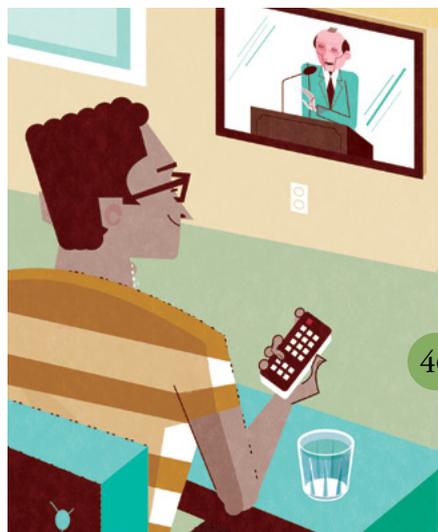
SEZIONI

- 8** **Servizio nella Chiesa: Le mie domeniche piene di servizio**
Jeffery A. Hogge
- 9** **Riflessioni: L'ultima cena di Melva**
Cheryl Harward Wilcox
- 10** **Insegnare alla maniera del Salvatore: La gioia di apprendere**
Tad R. Callister
- 40** **Voci dei Santi degli Ultimi Giorni**
- 44** **La nostra casa, la nostra famiglia: Digiunare e pregare per Emma**
Cecilie Norrung
- 80** **Fino al giorno in cui ci rivedrem: L'ispirazione divina nella chiesa del Signore**
Presidente Gordon B. Hinckley



IN COPERTINA

Prima di copertina: fotografia di Leslie Nilsson. Seconda di copertina: fotografia di jamievanbuskirk/GettyImages. Terza di copertina: Fotomontaggi di Ryan McVay e Christopher Elwell/Thinkstock.



46

46 Essere veri "millennial"

Presidente Russell M. Nelson

Quattro raccomandazioni su come essere dei veri millennial.



Trova la Liahona nascosta nella rivista. Suggestimento: i tuoi vicini hanno degli alberi da frutta?

54

54 Il miracolo del fuoco lento

David A. Edwards

In che modo la pazienza ti può aiutare a preparare un perfetto sandwich al formaggio grigliato e a diventare anche più simile a Gesù Cristo?

57 Poster: Immaginati ricostruito

58 Il potere di perseverare

Jessica Turner, storia raccontata a Lynne Crandall

Fare cose semplici che hanno rafforzato la mia fede mi ha aiutato a guarire e ad andare avanti dopo un incidente d'auto.

61 Risposte dei dirigenti della Chiesa: Come mettere Cristo al centro della nostra vita

Anziano D. Todd Christofferson

62 Una ricetta per apprendere

Rosemary Thackeray

Segui questi quattro passi per rendere la parola di Dio deliziosa per la tua anima.

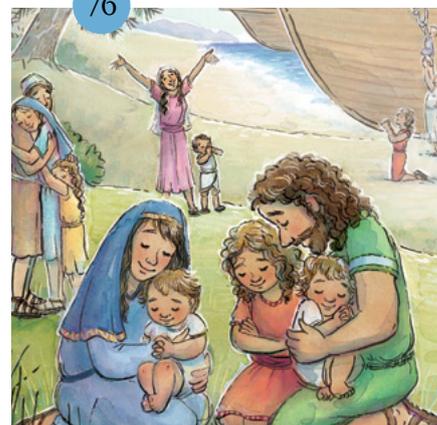
64 Domande e risposte

Alcune persone mi dicono che ho bisogno di amici che non condividono i miei standard per poter rafforzare i miei. È vero?

54

54

76



66 Escursione di pesca

Julia Ventura

Hayden si preoccupava che il suo fratellino avrebbe fatto scappare tutti i pesci. Ma si preoccupò ancora di più quando il fratellino si smarrì.

68 L'apostolo risponde: Come posso contribuire a rendere la mia casa un luogo di pace?

Anziano Gary E. Stevenson

69 La nostra pagina

70 Bambini valorosi: La storia di Story

Jill Hacking

Story e la sua famiglia erano gli unici membri della Chiesa in Turkmenistan! Guarda in che modo ha dimostrato coraggio.

72 Lezioni dalla mamma

Anziano Jairo Mazzagardi

L'anziano Mazzagardi ha imparato l'onestà da sua madre. Quali principi hai imparato dai tuoi genitori?

74 Eroi del Libro di Mormon: Le eroine del Libro di Mormon

76 Storie del Libro di Mormon: Viaggio verso la terra promessa

79 Pagina da colorare: La musica mi rende felice

Idee per la serata familiare

Questo numero contiene articoli e attività che possono essere usati per la serata familiare.
Seguono due esempi:



“I bambini piccoli e il sacramento”,
pagina 16: i genitori, dopo aver letto
l'articolo, possono esaminare modi in cui
insegnare ai figli piccoli l'importanza del
sacramento e delle alleanze che stringe-
ranno il giorno del battesimo. Possono
usare le preghiere sacramentali (che si
trovano in Dottrina e Alleanze 20:77,
79), per spiegare ciò che promettiamo
il giorno del battesimo e che prendere il
sacramento ogni domenica ci permette di
rinnovare tali promesse. Possono, inoltre,
escogitare nuove idee per aiutare i figli
piccoli a concentrarsi sul Salvatore durante
il sacramento, quali per esempio creare un

semplice libro di figure pieno di immagini
del Salvatore.

“Una ricetta per apprendere”, pagina
62: se avete figli più grandi che studiano
le Scritture per conto proprio, potreste leg-
gere questo articolo con loro invitandoli a
provare le idee in esso contenute. Potreste
invitare ogni membro della famiglia a cre-
are un diario di studio personale e a porsi
l'obiettivo di aggiornarlo regolarmente.
Durante le serate familiari successive, i
membri della famiglia possono condividere
spontaneamente riflessioni e impressioni
annotare nel proprio diario.

APPROFONDIMENTI ON-LINE

La rivista *Liahona* e altro materiale della Chiesa si possono trovare in molte lingue su
languages.lds.org. Visita [facebook.com/liahona.magazine](https://www.facebook.com/liahona.magazine) (disponibile in inglese,
portoghese e spagnolo) per trovare messaggi ispirativi, idee per la serata familiare e per
materiale che puoi condividere con amici e familiari.

ARGOMENTI TRATTATI

I numeri di pagina si riferiscono all'inizio degli articoli.

Amici, 64

Amore, 30, 41

Bambini, 16, 42

Chiamate, 8

Comandamenti, 4

Coraggio, 74

Decima, 72

Digiuno, 44

Famiglia, 7, 26, 44, 66,
68, 70

Fede, 48, 58, 74, 76

Gesù Cristo, 4, 61, 76

Giorno del Signore, 8, 42

Insegnare, 16, 72

Libro di Mormon, 26, 43,
74, 76

Lussuria, 30

Miracoli, 44

Misericordia, 40

Musica, 79

Natura divina, 46

Norme, 64

Obbedienza, 4, 30, 46

Onestà, 72

Opera missionaria, 24, 36

Pace, 58, 68

Pazienza, 64

Preghiera, 44, 66

Profeti, 46, 80

Prove, 18, 44, 58

Rivelazione personale, 46

Sacramento, 9, 16

Seguire il profeta, 46

Servizio, 41, 58

Servizi umanitari, 36

Speranza, 58

Spirito Santo, 70

Storia familiare, 26, 42

Studio delle Scritture,
43, 62

Suicidio, 18

Tempio, 69

Testimonianza, 74



Presidente
Thomas S.
Monson

LE BENEDIZIONI DELL'OBEDIENZA

Il presidente Thomas S. Monson ha insegnato: “La più grande lezione che possiamo imparare nella mortalità è che quando Dio parla e noi obbediamo, abbiamo sempre ragione”¹.

Veniamo anche benedetti. Durante una recente conferenza generale, il presidente Monson ha detto: “Quando osserviamo i comandamenti, la nostra vita è più felice, più appagante e meno complicata. Le nostre difficoltà e i nostri problemi sono più facili da sopportare e riceviamo le benedizioni [promesse da Dio]”².

Nei seguenti brani tratti dai suoi insegnamenti come presidente della Chiesa, il presidente Monson ci ricorda che i comandamenti sono la guida più sicura verso la felicità e la pace.

Indicazioni per il viaggio

“I comandamenti di Dio non sono dati per frustrarci o per essere degli ostacoli alla nostra felicità. È vero proprio il contrario. Colui che ci ha creato e che ci ama perfettamente sa come dobbiamo condurre la nostra vita per poter ottenere la maggiore felicità possibile. Egli ci ha dato indicazioni che, se seguite, ci faranno attraversare in sicurezza questo viaggio terreno spesso pericoloso. Ricordiamo le parole di un noto inno: ‘Vivi il Vangelo; soltanto così nel tuo cuor pace avrai’ [vedere ‘Vivi il Vangelo’, *Inni*, 192]”³.

Forza e conoscenza

“L’obbedienza è una caratteristica dei profeti; nel corso dei secoli ha dato loro forza e conoscenza. È essenziale

che ci rendiamo conto che anche noi possiamo accedere a questa fonte di forza e di conoscenza. È prontamente disponibile per ciascuno di noi oggi, quando obbediamo ai comandamenti di Dio. [...]

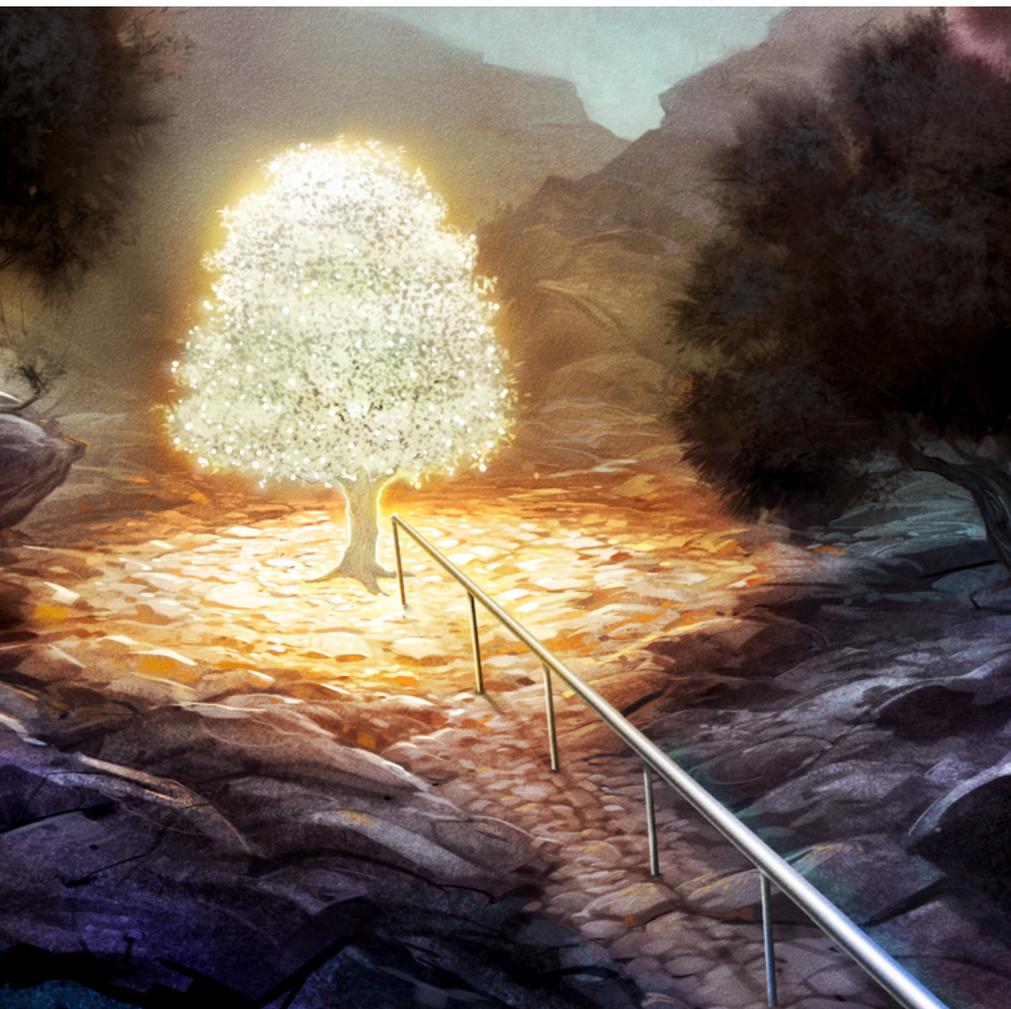
La conoscenza che ricerchiamo, le risposte cui aneliamo e la forza che desideriamo oggi per affrontare le sfide di un mondo complesso e mutevole possono essere nostre quando obbediamo di buon grado ai comandamenti del Signore”⁴.

Scegliete di obbedire

“Il corso oggi seguito è quello del permissivismo. I giornali e la televisione mostrano le stelle del cinema, gli eroi dello sport, coloro che i giovani più vogliono emulare, rigettare le leggi di Dio e razionalizzare pratiche peccaminose, all’apparenza senza danni. Non credeteci! Arriverà il momento del rendiconto, il bilancio del libro mastro. Per ogni Cenerentola arriva la mezzanotte; se non in questa vita, allora nella prossima. Il giorno del giudizio arriverà per tutti. [...] Vi prego di scegliere di obbedire”⁵.

Gioia e pace

“Talvolta vi potrà sembrare che coloro che seguono il mondo si divertano molto più di voi. Alcuni di voi magari si sentono limitati dal codice di condotta a cui noi, nella Chiesa, aderiamo. Miei fratelli e sorelle, vi dichiaro, tuttavia, che non c’è *nulla* che può portare maggiore gioia nella nostra vita o maggiore pace alla nostra anima dello Spirito che possiamo ricevere se seguiamo il Salvatore e rispettiamo i Suoi comandamenti”⁶.



della nostra salvezza. Egli ci chiama: 'Seguimi'. Egli ci istruisce: 'Va', e fa' tu il simigliante'. Egli chiede: 'Osserva i miei comandamenti'.

SeguiamoLo. Emuliamo il Suo esempio. Obbediamo alla Sua parola. Nel farlo Gli daremo il dono divino della gratitudine".⁸ ■

NOTE

1. "Indicarono il cammino da seguire", *Liahona*, ottobre 2007, 5.
2. "Osservate i comandamenti", *Liahona*, novembre 2015, 83.
3. "Osservate i comandamenti", 83.
4. "L'obbedienza porta le benedizioni", *Liahona*, maggio 2013, 90-92.
5. "Credete, obbedite e tenete duro", *Liahona*, maggio 2012, 129.
6. "State in luoghi santi", *Liahona*, novembre 2011, 83.
7. "Siate di buon animo", *Liahona*, maggio 2009, 92.
8. "Trovar gioia nel viaggio", *Liahona*, novembre 2008, 88.

Camminate rettamente

"Rendo testimonianza che le benedizioni promesse vanno oltre ogni misura. Anche se le nuvole tempestose minacciano, anche se la pioggia si riversa su di noi, la nostra conoscenza del Vangelo e il nostro amore per il Padre Celeste e il Salvatore ci saranno di conforto e sostegno, e ci porteranno gioia se cammineremo

rettamente e obbediremo ai comandamenti. Non ci sarà nulla al mondo che potrà sconfiggerci".⁷

Seguite il Salvatore

"Chi era quest'uomo di dolore, familiare con il patire? Chi è il Re di gloria, questo Eterno degli Eserciti? Egli è il nostro Maestro. È il nostro Salvatore. È il Figlio di Dio. È l'Autore

COME INSEGNARE QUESTO MESSAGGIO

Il presidente Monson ci illustra le molte benedizioni che possiamo ricevere tramite l'obbedienza, tra cui forza, conoscenza, gioia e pace. Potreste chiedere a coloro a cui insegnate quali benedizioni hanno ricevuto obbedendo ai comandamenti. Potreste incoraggiarli a continuare a

riflettere sulle loro benedizioni e ad annotare nel diario i loro pensieri e le loro esperienze. Potreste anche incoraggiarli a mostrare gratitudine a Dio per le proprie benedizioni continuando a essere obbedienti.

Falò e lezioni sull'obbedienza

Una volta il presidente Thomas S. Monson ha raccontato di un'occasione in cui ha appreso l'importanza dell'obbedienza. Quando aveva otto anni, si recò con la sua famiglia nella loro baita in montagna. Lui e il suo amico volevano liberare uno spazio dall'erba per poter fare un falò. Cercarono di sradicare l'erba con le mani, strappando e tirando con tutta la forza possibile, ma si ritrovarono soltanto con una manciata di erbacce. Il presidente Monson ha spiegato: "Poi nella mia mente di bambino di otto anni venne quella che pensavo essere la soluzione perfetta. Dissi a Danny: 'Tutto quello che dobbiamo fare è dar fuoco a quest'erba. Faremo un cerchio nell'erba con il fuoco!'".

Sebbene sapesse di non avere il permesso di usare i fiammiferi, corse alla baita per prenderne alcuni e, con Danny,

diede fuoco a quell'area erbosa. Si aspettavano che il fuoco si spegnesse da solo, invece divenne grande e pericoloso. Lui e Danny corsero a cercare aiuto e presto gli adulti si affrettarono a spegnere il fuoco prima che raggiungesse gli alberi.

Il presidente Monson ha continuato a raccontare: "Io e Danny, quel giorno, imparammo diverse lezioni difficili, ma importanti, non ultima l'importanza dell'obbedienza". (Vedere "L'obbedienza porta le benedizioni", *Liahona*, maggio 2013, 89-90).

Avete mai dovuto imparare a vostre spese una lezione sull'obbedienza, come è accaduto al presidente Monson? Quali obiettivi potete fissare affinché in futuro rimaniete al sicuro grazie all'obbedienza?

BAMBINI

Scegli il giusto

Scegliere il giusto ci avvicina di più al Padre Celeste e a Gesù Cristo. Ci aiuta anche a essere felici e a stare al sicuro. Cerchia i modi in cui puoi scegliere il giusto.



Copiare a scuola



Leggere le Scritture



Andare in chiesa



Servire gli altri



Giocare con giochi adatti



Litigare con i tuoi fratelli

Studiate devotamente questo materiale e cercate l'ispirazione per capire che cosa condividere. In che modo comprendere il documento "La famiglia – Un proclama al mondo" accrescerà la vostra fede in Dio e benedirà coloro di cui vi prendete cura tramite l'insegnamento in visita? Per maggiori informazioni, consultate reliefsociety.lds.org.

La famiglia è ordinata da Dio

Le parole [dell'inno della Primaria intitolato] 'La famiglia è di Dio', [...] ci ricordano della pura dottrina", ha detto la sorella Carole M. Stephens, prima consigliera della presidenza generale della Società di Soccorso. "Impariamo non solo che la famiglia è di Dio, ma che ciascuna di noi fa parte della famiglia di Dio. [...]"

Il piano del Padre per i Suoi figli è un piano di amore. È un piano per riunire i Suoi figli — la Sua famiglia — con Lui¹.

L'anziano L. Tom Perry (1922–2015) del Quorum dei Dodici Apostoli ha detto: "Noi crediamo anche che le famiglie tradizionali forti non sono solo l'unità fondamentale di una società stabile, di un'economia stabile e di una cultura di valori stabile, ma crediamo inoltre che esse sono anche l'unità fondamentale dell'eternità e del regno e governo di Dio.

Noi crediamo che l'organizzazione e il governo del cielo saranno edificati



intorno alle famiglie e alle famiglie estese².

"Tutti, indipendentemente dallo stato civile o dal numero di figli, possono essere difensori del piano del Signore descritto nel proclama sulla famiglia", ha detto la sorella Bonnie L. Oscarson, presidentessa generale delle Giovani Donne. "Se è il piano del Signore, dovrebbe essere anche il nostro piano!³

Ulteriori passi delle Scritture

Dottrina e Alleanze 2:1–3; 132:19

NOTE

1. Carole M. Stephens, "La famiglia è di Dio", *Liahona*, maggio 2015, 11, 13.
2. L. Tom Perry, "Perché il matrimonio e la famiglia sono importanti — in tutto il mondo", *Liahona*, maggio 2015, 41.
3. Bonnie L. Oscarson, "Difensori del Proclama", *Liahona*, maggio 2015, 15.
4. Julie B. Beck, "Come insegnare la dottrina sulla famiglia", *Liahona*, marzo 2011, 32, 34.

Fede, Famiglia,
Soccorso



La dottrina della famiglia

La sorella Julie B. Beck, ex presidentessa generale della Società di Soccorso, ha insegnato che la teologia della famiglia si basa sulla Creazione, sulla Caduta e sull'Espiazione di Gesù Cristo:

"La creazione della terra fornì un luogo in cui le famiglie potessero vivere. Dio creò un uomo e una donna che erano le due metà fondamentali di una famiglia. Faceva parte del piano del Padre Celeste che Adamo ed Eva fossero suggellati per dare vita a un nucleo familiare eterno.

[...] Tramite la Caduta fu possibile per loro avere figli e figlie.

L'Espiazione [di Cristo] permette alle famiglie di essere suggellate insieme per l'eternità. Consente loro di progredire per l'eternità ed essere perfette. Il piano di felicità, chiamato anche il piano di salvezza, fu creato per la famiglia. [...]"

Questa era la dottrina di Cristo [...]. Senza la famiglia, il piano non esiste e la vita terrena non ha ragione di essere⁴.

Riflettete sul seguente punto

Perché la famiglia è l'unità più importante nella vita e nell'eternità?

LE MIE DOMENICHE PIENE DI SERVIZIO

Jeffery A. Hogge

Le mie domeniche sono piene, ma mi sento grato di poter servire senza le difficoltà affrontate dai primi dirigenti della Chiesa come l'anziano Parley P. Pratt.

È domenica mattina. Mi aspettano dodici ore di riunioni, interviste, conferme e ordinazioni. Comincerò in un centro di palo e finirò in un'altra casa di riunione dall'altra parte della città — il tutto in una giornata torrida.

Non vedo l'ora di fare ogni riunione, ogni intervista, ogni conferma e ogni ordinazione. Ieri, però, mentre pensavo a quanto sarei stato occupato, mi sono crogiolato un po' nell'autocommiserazione — finché non ho aperto l'*Autobiografia di Parley P. Pratt* e non ho cominciato a leggere dal punto in cui l'avevo interrotta. L'anziano Pratt era stato fatto prigioniero, insieme a Joseph e ad Hyrum Smith e ad altri, durante il periodo difficile nel Missouri. Dopo essere stati portati a Independence, i Fratelli erano stati confinati in un albergo per poi dormire sul pavimento con un ciocco di legno come cuscino.

Una mattina fredda e nevosissima, l'anziano Pratt si svegliò e, senza che nessuno lo vedesse, sgattaiolò fuori dall'albergo. Si diresse verso la parte est della città e si inoltrò nei campi adiacenti. Dopo aver camminato per circa due chilometri, l'anziano Pratt entrò in una foresta; la neve, cadendo, copriva le sue orme e gli alberi lo nascondevano alla vista.

Egli rifletté sulla sua difficile situazione. Proseguire verso est significava scappare in un altro stato, dove avrebbe potuto scrivere alla famiglia per farsi raggiungere. Tornare in albergo significava l'incarcerazione e l'accusa di gravi crimini. Tentato dalla fuga, l'anziano Pratt pensò alla "tempesta di problemi, addirittura alla morte" che avrebbe causato agli altri prigionieri se fosse andato via.

Mentre si trovava nel dubbio, fu colpito da un pensiero: "Chi cercherà di salvarsi la vita, la perderà; ma chi perderà la sua vita per amor mio la ritroverà, sì, la vita eterna" (vedere Marco 8:35; DeA 98:13).

L'anziano Pratt ritornò in albergo. Seguirono mesi di carcere duro, senza la famiglia, la vicinanza dei santi o la possibilità di servire come apostolo.¹

Chiudendo il libro, ho meditato sulle privazioni dei primi santi, alcuni dei quali erano miei antenati. Grazie alla loro testimonianza del Vangelo e alla loro fede in Gesù Cristo, avevano superato crudeltà e persecuzioni. Grazie alla loro perseveranza, oggi io posso servire e rendere il culto liberamente, legato a loro nella fede e nella testimonianza.

Mentre mi preparo per questo giorno del Signore, la mia famiglia è al sicuro e non vede l'ora di trascorrere una giornata di adorazione in una confortevole casa di riunione. Stare tra i santi illuminerà la nostra giornata. Gioiremo insieme delle conferme e delle ordinazioni celebrate, delle responsabilità adempiute e della fede fortificata. Prenderemo il sacramento, ricordando il nostro Salvatore e il Suo sacrificio espiatorio. Stasera, poi, ci riuniremo a casa per leggere il Libro di Mormon e per pregare insieme prima di stenderci su un comodo letto e poggiare la testa su un cuscino soffice.

Le mie domeniche sono piene. Per questo sono grato e benedetto. ■
L'autore vive in California, USA.

NOTA

1. Vedere Parley P. Pratt, *Autobiography of Parley P. Pratt*, edita da Parley P. Pratt junior (1979), 194-197.



L'ULTIMA CENA DI MELVA

Cheryl Harward Wilcox

"Vuoi provare a prendere il sacramento?", chiesi a mia madre morente.

Mia madre ha vissuto fino all'età di novantadue anni ed è morta da poco. Era in ospedale quando i medici hanno deciso che non c'era altro che potessero fare oltre a tenerla quanto più tranquilla possibile fino alla morte.

Mentre ci preparavamo a portarla a casa, due fratelli di un rione locale sono entrati nella stanza e mi hanno chiesto se mia madre avrebbe gradito prendere il sacramento. All'inizio ho detto loro: "No, grazie". La mamma riusciva a malapena a deglutire. Poi ho detto: "Ripensandoci, aspettate che glielo chieda". Mi sono chinata su di lei e le ho detto: "Qui ci sono due detentori del sacerdozio. Vuoi provare a prendere il sacramento?". Con voce flebile ma chiara, ha risposto: "Sì".

Dopo la benedizione, ho preso un pezzo di pane dal vassoio, ne ho preso una briciola e gliel'ho messa dolcemente in bocca. Le ci è voluto un po' di tempo e io ho chiesto gentilmente scusa ai due uomini per l'attesa. Mi hanno assicurato che andava bene. Dopo la seconda preghiera, ho preso un bicchierino di plastica pieno d'acqua e gliel'ho avvicinato alle labbra. Ne ha preso appena un sorso,

ma ero sorpresa di come lo avesse deglutito bene.

Ho ringraziato i fratelli e loro sono andati nella stanza accanto. La mamma è morta in pace circa un'ora dopo.

Nei giorni seguenti mi sono resa conto della santità del momento che mi era stato consentito di vivere con mia madre. L'ultima cosa che ha fatto in questa vita è stato prendere il sacramento. L'ultima parola detta è stata "Sì" — sì, al prendere il sacramento, sì all'offrire in sacrificio "un

cuore spezzato e uno spirito contrito" (3 Nefi 9:20), sì al prendere su di sé il nome di Gesù Cristo e al promettere di ricordarsi sempre di Lui, sì al ricevere il Suo Spirito. Le ultime cose ingerite sono state gli emblemi del sacramento.

Quanto dev'esserle sembrata dolce la sua ultima cena! Anche se era troppo debole per muoversi o parlare, quanto dev'essersi sentita viva in Cristo! Quanto dev'essersi sentita grata per il Suo potere redentore e capacitante, che l'ha accompagnata attraverso quegli ultimi momenti del suo viaggio terreno e le ha dato la speranza della vita eterna.

Mi auguro che ogni settimana, quando prendiamo il sacramento, siamo tutti grati dell'opportunità che abbiamo di rinnovare le nostre alleanze e di sentire il perdono e la grazia mentre ci sforziamo di diventare più simili al nostro Padre Celeste e a Suo Figlio, Gesù Cristo. Allora il pane e l'acqua possono essere per noi, proprio come dev'essere stato per mia madre, "[dolci] più di tutto ciò che è dolce [...] e puri] più di tutto ciò che è puro" (Alma 32:42). ■

L'autrice vive nello Utah, USA.





Tad R. Callister
Presidente generale della Scuola Domenicale

Nel diventare studenti più devoti, proveremo la gioia divina che scaturisce dall'apprendere e dal mettere in pratica il vangelo di Gesù Cristo.



LA gioia DI apprendere

Si racconta la storia di un uomo che diventò famoso come il fanullone della città. Non era disposto a lavorare o a cercarsi un impiego. Viveva semplicemente a scrocco. Alla fine, i cittadini ne ebbero abbastanza e decisero di portarlo nella periferia della città e di scacciarlo. Mentre uno di loro lo accompagnava con il suo carro ai confini della città, il conducente fu preso da un'ondata di compassione. Forse a quel lazzarone doveva essere concessa un'altra possibilità. Di conseguenza, chiese: "Vorresti una staia di grano per provare a ricominciare?"

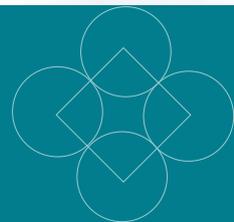
Il lazzarone rispose: "È sbucciato?".¹

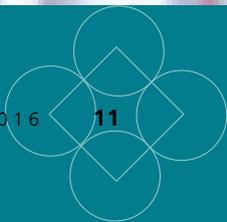
Insegnanti e studenti: stessa responsabilità di contribuire

A volte ci sono persone "scritturalmente indolenti": prima di far uso delle Scritture, vogliono che siano "sbucciate". Vogliono il Vangelo suddiviso in una serie di estratti audio o videoclip divertenti. Vogliono che l'insegnante della Scuola Domenicale prepari la lezione, che la spieghi loro per filo e per segno e con una preparazione o una partecipazione minima da parte loro.

Invece, una volta il Salvatore invitò i Suoi studenti ad andare a casa perché non riuscivano a comprendere le Sue parole. Comandò loro di pregare, di meditare e di preparare la loro "mente per domani", quando sarebbe ritornato (vedere 3 Nefi 17:2-3).

La lezione era questa: la responsabilità di venire preparati non spetta solo all'insegnante, ma anche allo studente. Proprio come l'insegnante ha la responsabilità di insegnare tramite lo Spirito, così anche lo studente ha la responsabilità di imparare tramite lo Spirito (vedere DeA 50:13-21).





Nel Libro di Mormon si legge: “Chi predicava non era migliore di chi ascoltava, né l’insegnante era migliore di chi imparava; e così erano tutti eguali” (Alma 1:26; corsivo aggiunto).

Seguono alcuni suggerimenti su ciò che possiamo fare per provare la gioia che scaturisce dal fare la nostra parte nell’apprendere e nel mettere in pratica il Vangelo.

Apprendere a casa **Studiate le Scritture**

Ciascun membro è responsabile del proprio apprendimento evangelico; non possiamo delegare tale responsabilità. Gran parte dell’apprendimento deriva dallo studio regolare delle Scritture. Il presidente Harold B. Lee (1899–1973) dichiarò: “Se non leggiamo le Scritture ogni giorno, la nostra testimonianza si affievolisce”². L’apostolo Paolo notò che i Giudei a Berea “furono più generosi di quelli di Tessalonica, in quanto che riceverono la Parola con ogni premura” e poi spiegò il motivo di tale ricettività: “[Essi esaminavano] *tutti i giorni* le Scritture” (Atti 17:11; corsivo aggiunto).

Lo studio quotidiano delle Scritture è un ingrediente fondamentale per la nostra spiritualità. Nient’altro può supplire appieno alla sua assenza nella nostra routine quotidiana. Per questo motivo, dovremmo dedicare allo studio delle Scritture un tempo prestabilito e non il tempo che ci avanza.



Alcuni potrebbero dire: “Con tutti gli altri doveri che ho nella vita, non ho tempo per lo studio quotidiano delle Scritture”. Questa dichiarazione ricorda in parte la storia dei due taglialegna che fecero una gara per decidere chi riusciva ad abbattere più alberi in un giorno. La competizione iniziò all’alba. Ogni ora l’uomo più minuto spariva nella foresta per circa dieci minuti. Ogni volta che lo faceva, il suo avversario sorrideva e annuiva, sicuro di superarlo. L’uomo più grosso non lasciò mai il suo posto, non smise mai di tagliare, non si concesse mai una pausa.

Alla fine della giornata, questi rimase scioccato quando scoprì che il suo avversario, che apparentemente aveva sprecato molto tempo, aveva tagliato molti più alberi di lui. “Come hai fatto, visto che ti sei fermato così tante volte?”, chiese.

Il vincitore replicò: “Oh, affilavo la mia ascia”.

Ogni volta che studiamo le Scritture, affiliamo la nostra ascia spirituale. L’aspetto miracoloso è che quando lo facciamo, riusciamo a usare il resto del nostro tempo in modo molto più saggio.

Preparatevi in anticipo

Alcuni studi hanno dimostrato che solo una minoranza di membri della Chiesa legge in anticipo i passi scriturali che verranno esaminati nelle lezioni domenicali. Ognuno di noi può contribuire a ribaltare questa situazione.

Possiamo





assumerci la nostra parte dell'esperienza di apprendimento presentandoci in classe meglio preparati, avendo letto i passi scritturali e pronti a condividere idee. La nostra preparazione può essere un dono spirituale che diamo a tutti i membri della classe.

Apprendere in classe

Partecipate in classe

L'ordine di aprire la bocca (vedere DeA 60:2-3) è valido non solo in un contesto missionario ma anche in classe. Quando partecipiamo, invitiamo lo Spirito, il quale a Sua volta può rendere testimonianza della veridicità dei nostri commenti e illuminare la nostra mente con altre idee. Inoltre, la nostra partecipazione può ispirare le riflessioni di qualcun altro e, quindi, incoraggiare il suo contributo.

In questo modo, seguiamo un principio di insegnamento indicatoci dal Signore:

“[Lasciate che] parli uno solo alla

volta e tutti ascoltino i suoi detti; affinché, quando tutti avranno parlato, *tutti possano essere edificati da tutti*” (DeA 88:122; corsivo aggiunto). A volte partecipare in classe non è facile; richiede che si esca dalla propria zona di comfort. Farlo, però, porta una maggiore crescita a chiunque sia in classe.

Annotate le impressioni

Da un po' di tempo porto con me in chiesa alcuni foglietti bianchi, alla ricerca di spunti dottrinali o impressioni spirituali da annotare. Posso dire in tutta onestà di essere stato ripagato abbondantemente. Questo approccio ha cambiato la mia prospettiva; ha focalizzato e accelerato il mio apprendimento; ha fatto aumentare il mio desiderio di andare in chiesa.

Perché è così importante prender nota delle esperienze spirituali che viviamo in chiesa e altrove? Supponiamo per un momento che una madre stia parlando al figlio adolescente e a un certo punto lui dica: “Mamma, questo è davvero un ottimo consiglio!”. Poi, tira fuori un quadernino e inizia ad annotare le impressioni ricevute dalla loro conversazione. Una volta ripresasi dallo shock, la mamma non vorrebbe forse offrirgliene altri?

Non c'è dubbio che lo stesso principio si applichi ai consigli del nostro Padre in cielo. Quando prendiamo nota delle impressioni che ci comunica, è più probabile che Egli ci dia ulteriori rivelazioni. Inoltre, molte delle impressioni che riceviamo possono sembrare inizialmente come piccole ghiande, ma se le nutriamo e ci meditiamo sopra, possono diventare querce spirituali.

Il profeta Joseph Smith parlò dell'importanza di annotare idee e impressioni: “Se [...] parlate di questioni importanti [...] e mancate di prenderne nota, [...] forse, per aver trascurato di scrivere queste cose quando Dio le ha rivelate, non ritenendole degne di nota, lo Spirito potrebbe allontanarsi [...] e vi è, o vi era, una vasta conoscenza, di valore infinito, che ora è andata perduta”³.

La gioia di apprendere

Apprendere è molto più di un dovere divino. Deve anche essere una gioia sublime.



Una volta, il re chiese ad Archimede, un matematico dell'antichità, di determinare se la sua nuova corona fosse di oro massiccio o se l'orafo, in modo disonesto, avesse sostituito parte dell'oro con dell'argento. Archimede rifletté sulla soluzione e, alla fine, trovò la risposta. Era così felice della scoperta che, secondo quanto dice la leggenda, corse per tutta la città gridando: "Eureka! Eureka!", ossia "Ho trovato! Ho trovato!".

Per quanto fosse grande la sua gioia nello scoprire un principio scientifico, vi è una gioia ancora maggiore nello scoprire le verità del vangelo di Gesù Cristo: quelle verità che non solo ci istruiscono, ma ci salvano. Per questo motivo il Salvatore ha detto: "Queste cose vi ho detto, affinché [...] la vostra allegrezza sia resa completa" (Giovanni 15:11). E per questo motivo "i figli di Dio davan in gridi di giubilo" (Giobbe 38:7) quando vennero a sapere del piano di salvezza. Proprio come i semi hanno il potere intrinseco di crescere, così le verità del Vangelo hanno il potere intrinseco di portare gioia.

Quello di cercare l'istruzione (vedere DeA 88:118) non è solo un comandamento divino, ma è anche



un'attività celeste. Ogni volta che studiamo le Scritture, arriviamo in classe un po' più preparati, partecipiamo alle discussioni di classe, poniamo domande e prendiamo nota delle impressioni sacre, diventiamo più simili a Dio, incrementando così la nostra capacità di provare la stessa gioia che prova Lui.

Mi auguro che tutti noi possiamo diventare studenti più devoti, studenti più divini — a casa, in classe e ovunque ci troviamo. Così facendo, proveremo la gioia celestiale che scaturisce dall'apprendere e dal mettere in pratica il vangelo di Gesù Cristo. ■

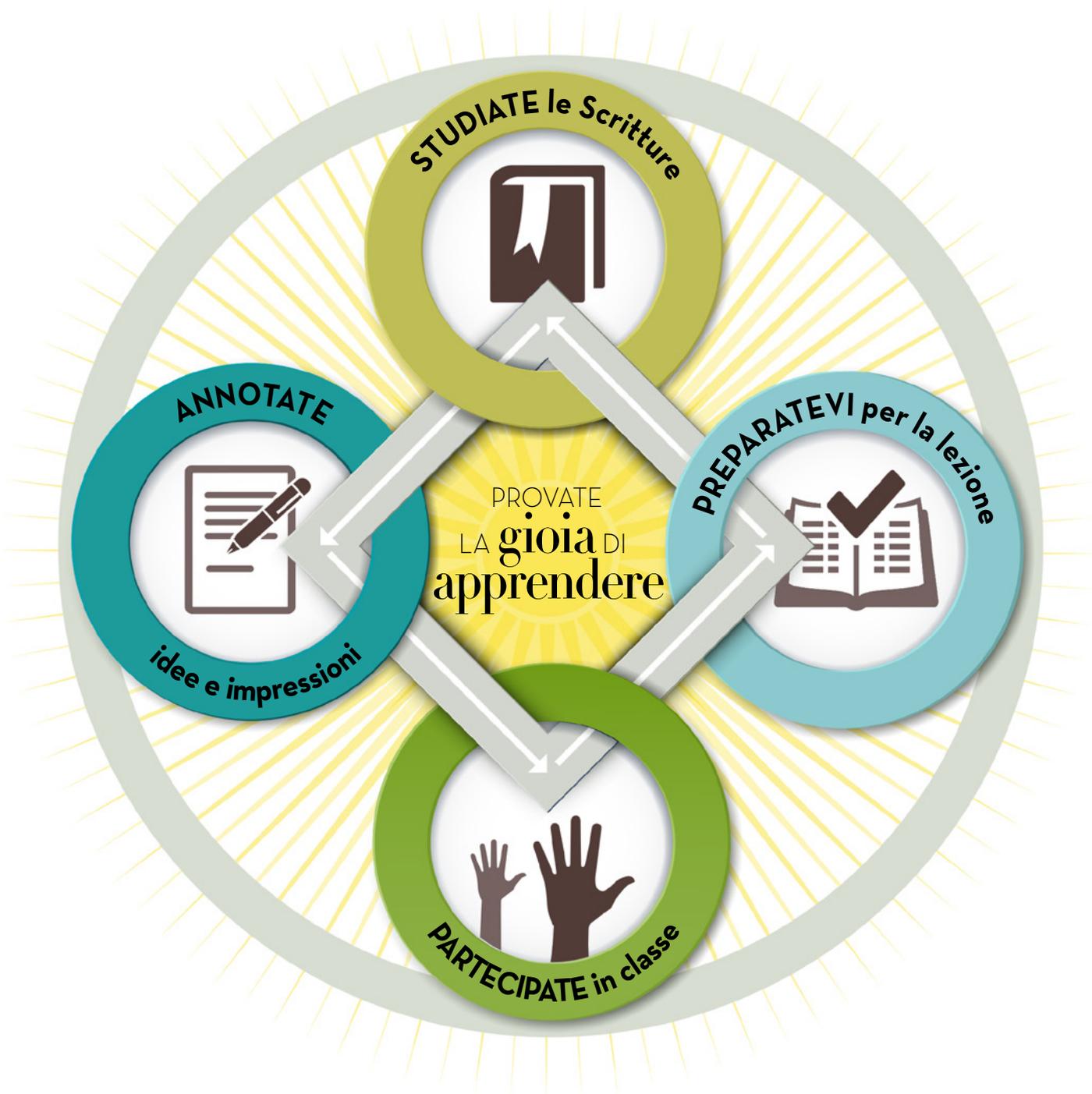
NOTE

1. Una storia simile è stata raccontata dall'anziano D. Todd Christofferson durante la conferenza generale di ottobre 2014.
2. Harold B. Lee, Seminario per i rappresentanti regionali, 12 dicembre 1970.
3. Joseph Smith, in *History of the Church*, 2:199.

UN'attività celeste



PER cercare l'istruzione



Ogni volta che studiamo le Scritture, arriviamo in classe un po' più preparati, partecipiamo alle discussioni di classe, poniamo domande e prendiamo nota delle impressioni sacre, diventiamo più simili a Dio, incrementando così la nostra capacità di provare la stessa gioia che prova Lui.

I bambini piccoli E IL sacramento

I nostri figli piccoli percepivano che il sacramento era importante per noi. Avremmo potuto fare di più per aiutarli a capire che era importante anche per loro.

Aaron L. West

Vi siete mai chiesti perché permettiamo ai bambini non battezzati di prendere il sacramento? È semplicemente un modo per evitare gli strilli e le battaglie inesorabili perché vogliono un pezzo di pane? È semplicemente un modo per rendere più semplice l'amministrazione dell'ordinanza, per mantenere la pace?

Non credo proprio. Penso ci siano motivi più profondi. Lo penso perché credo che quando dice "tutti", Gesù voglia dire "tutti". Quando parla alla folla, non esclude nessuno.

Quando introdusse il sacramento presso il Suo popolo nelle Americhe, il Salvatore risortò sottolineò che tale ordinanza aveva un significato particolare per coloro che erano stati battezzati.¹ Ciò nonostante, ordinò ai Suoi discepoli di "dare [il sacramento] alla *moltitudine*"² e tale moltitudine includeva i "piccoli"³.

Oggi, quando offrono le preghiere sacramentali, i detentori del sacerdozio chiedono al Padre Celeste di benedire e di santificare il pane e l'acqua "per le anime di *tutti* coloro" che ne prendono.⁴ Tutti. Ogni persona che ne prende, incluso ogni bambino piccolo.

Se nel prendere il pane e l'acqua i bambini ricevono questi emblemi come una benedizione per la loro anima pura, ci deve essere un modo per aiutarli a dare un significato all'ordinanza.

Con tale comprensione, ripenso ai giorni in cui i miei figli erano piccoli. Mia moglie ed io eravamo piuttosto



bravi a tenerli tranquilli durante il sacramento. Penso che percepissero che il sacramento era importante per noi. Tuttavia, avremmo potuto fare di più per aiutarli a capire che era importante anche per *loro*.

Che cosa avremmo potuto fare? Avremmo potuto ricordare che i bambini piccoli sono in grado di mantenere le promesse citate nella preghiera sacramentale. Riescono a capire, con i loro limiti ma in modo poderoso, che cosa significhi “ricordarsi sempre” di Gesù. Possono impegnarsi a “obbedire ai Suoi comandamenti”. Possono persino dimostrare di essere “disposti a prendere su di sé il nome” di Cristo, sapendo che presto avranno tale privilegio quando saranno battezzati e confermati.⁵

Ma che cosa fare in merito al rinnovo delle alleanze? I dirigenti della Chiesa hanno insegnato che quando prendiamo il sacramento, rinnoviamo tutte le alleanze che abbiamo stretto con il Signore.⁶ I bambini piccoli non hanno alcuna alleanza da rinnovare.

Penso di nuovo a quando i nostri figli erano piccoli. Non potevamo aiutarli a riflettere sulle alleanze che avevano stipulato, ma avremmo potuto aiutarli a riflettere su quelle che avrebbero stretto in futuro. Mi immagino una

domenica mattina con un figlio piccolo.

Direi: “Quando avrai otto anni, sarai battezzato e riceverai il dono dello Spirito Santo. Stringerai un’alleanza. L’alleanza che stringerai *allora* è simile alle promesse che fai *adesso* quando prendi il sacramento.

Oggi, quando prenderò il sacramento, rinnoverò la mia

alleanza battesimale, cioè rifarò le stesse promesse. Tu sarai lì con me, ma non rinnoverai un’alleanza, perché non ne hai ancora stretta alcuna. Piuttosto, potrai *esercitarti* a stringere un’alleanza. Ogni volta che prendi il sacramento, puoi prepararti a essere battezzato e confermato. Così facendo, quando compirai otto anni, sarai pronto”.

Se sembra stiano usare il termine *esercitarsi* in questo modo, considerate questo: in una cornice riverente, un padre potrebbe aiutare i suoi figli a prepararsi per l’ordinanza del battesimo mostrando loro come staranno insieme nell’acqua e ripetendo le parole della preghiera battesimale. In tale contesto egli non sta celebrando l’ordinanza. In un certo senso, sta aiutando i suoi figli a esercitarsi. Così facendo, non si preoccuperanno di ciò che accadrà quando entreranno nelle acque del battesimo. Ritengo che madri e padri possono anche aiutare i figli a esercitarsi a stringere e a rispettare l’alleanza battesimale. Ogni riunione sacramentale può essere una sessione sacra di pratica per i bambini piccoli, mentre prendono gli emblemi dell’Espiazione del Salvatore.

Torno, quindi, alla mia domanda di partenza. Perché permettiamo ai bambini non battezzati di prendere il sacramento? Lo facciamo solo per “mantenere la pace”? Ovviamente no. Aiutiamo i nostri piccoli a prendere il sacramento in modo che si possano ricordare del loro Salvatore e avere la Sua pace, una pace diversa da qualsiasi cosa il mondo possa offrire.⁷ Li aiutiamo a prepararsi a ricevere tale pace in quantità sempre maggiore in futuro, quando stringeranno alleanze con Lui e le rispetteranno. ■

L'autore vive nello Utah, USA.

NOTE

1. Vedere 3 Nefi 18:5, 11.
2. 3 Nefi 18:4; corsivo aggiunto.
3. Vedere 3 Nefi 17:21–25; 18:1–4.
4. Dottrina e Alleanze 20:77, 79; corsivo aggiunto.
5. Dottrina e Alleanze 20:77.
6. Vedere L. Tom Perry, “Mentre prendiamo il sacramento”, *Liahona*, maggio 2006, 41.
7. Vedere Giovanni 14:27.





COMPRENDERE IL suicidio

SEGNALI DI ALLARME E PREVENZIONE

Dott. Kenichi Shimokawa

Ufficio dei servizi per la famiglia della Chiesa di Gesù Cristo dei Santi degli Ultimi Giorni, Giappone

Quando aveva sedici anni, i genitori di Kevin divorziarono. Pressappoco nello stesso periodo, smise di assumere le medicine per l'epilessia, che lo aiutavano a stabilizzare il suo umore. Ignaro di avere disturbi bipolari, Kevin iniziò a soffrire di paranoia, di manie debilitanti e di depressione grave. Le medicine non sembravano essere di alcun aiuto. Arrivò a un punto in cui si sentiva così stanco di tutto da decidere di porre fine alla sua vita senza informare nessuno delle sue intenzioni.

Del giorno che ha tentato di togliersi la vita Kevin dice: "Piangevo. Ero semplicemente così stanco, così emotivamente inaridito. Guardavo le persone desiderando che qualcuno, chiunque, mi chiedesse: 'Stai bene?'. Per quanto lo volessi, sentivo queste voci [nella mia testa] che mi dicevano: 'Devi morire'. [...] Continuavo a implorare me stesso di non [farlo], ma le voci erano troppo forti e, semplicemente, non riuscivo a combatterle"¹.

Tragicamente, nessuno notò la sua angoscia. Convinto che a nessuno importasse di lui, tentò di togliersi la vita, ma sopravvisse miracolosamente.

Riusciamo a sentire almeno un po' della sua angoscia soffocante e della sua silenziosa e disperata richiesta di aiuto?

Il suicidio è una delle prove più ardue della vita terrena, sia per chi ha pensieri suicidi sia per chi resta. L'anziano M. Russell Ballard del Quorum dei Dodici Apostoli ha dichiarato: "Ritengo che non ci sia momento più difficile per una famiglia di quando una persona cara si toglie la vita. Il suicidio è un'esperienza familiare devastante"². Tenendo in mente la natura grave di questa prova, esaminiamo (1) ciò che sappiamo sul suicidio, inclusi i segnali di allarme e quello che possiamo fare per prevenirlo; (2) ciò che i familiari e la comunità possono fare e (3) ciò che tutti noi

possiamo fare per rafforzare la nostra speranza e la nostra fede in Cristo così da non cedere alla disperazione.

Comprendere il suicidio

Ogni anno, nel mondo, più di 800.000 persone commettono suicidio.³ Questo significa che ogni 40 secondi qualcuno nel mondo pone fine alla propria vita. È probabile che i numeri reali siano persino più alti, poiché il suicidio è una questione delicata ed è illegale in molti paesi, pertanto non viene riportato. Il suicidio è la seconda causa di morte tra le persone di età compresa tra i 15 e i 29 anni. In molti paesi, il tasso di suicidio è altissimo tra coloro che hanno più di 70 anni. Direttamente o indirettamente, il suicidio riguarda un ampio segmento della nostra società.

Segnali di allarme

Quando le prove della vita sembrano andare al di là della nostra capacità di sopportare, possiamo sentirci estremamente stressati. Quando lo stress emotivo sembra intollerabile, il giudizio di una persona può offuscarsi e può portarla a ritenere che la morte sia l'unica scelta. Potrebbe credere che nessuno sia in grado di aiutarla, il che porta a un isolamento sociale e aggrava ulteriormente lo stress e la

Come insegnato da Alma, noi dobbiamo “portare i fardelli gli uni degli altri, affinché possano essere leggeri; [...] piangere con quelli che piangono, sì e [...] confortare quelli che hanno bisogno di conforto.”

sensazione di essere bloccata e senza speranza, portandola alla fine a ritenere che il suicidio sia la sola alternativa.

Quando qualcuno mostra *uno qualsiasi* dei seguenti segnali di allarme gravi,⁴ dovremmo cercare immediatamente l'aiuto di professionisti nel campo della salute mentale o di servizi di emergenza come la polizia:

- Minacciare di farsi del male o di uccidersi
- Cercare modi o mezzi per uccidersi
- Parlare o scrivere di morte, di morire o di suicidio

I segnali seguenti potrebbero rispecchiare una situazione meno urgente, tuttavia non dovremmo esitare ad aprirci e a chiedere aiuto per la persona che:

- Esprime disperazione e sente di non avere alcuno scopo per vivere
- Mostra collera o ira oppure cerca vendetta
- Si comporta in modo spericolato
- Si sente intrappolata
- Aumenta l'uso di alcolici o di droghe
- Si isola dagli amici, dalla famiglia o dalla società
- Prova ansia o agitazione oppure ha notevoli sbalzi di umore
- Fatica a dormire o dorme sempre
- Sente che è un peso per gli altri

Non tutti coloro che cercano di commettere suicidio informano gli altri delle proprie intenzioni, ma la maggioranza mostra segnali di allarme come quelli descritti. Perciò prendiamoli seriamente!

Anche se un aiuto professionale non è subito a disposizione, il potere della cura sincera di amici e parenti non può essere sottovalutato.

Prevenzione

Quando qualcuno ha tendenze suicide, la famiglia e gli amici hanno un ruolo fondamentale. Come insegnato da Alma, noi dobbiamo “portare i fardelli gli uni degli altri, affinché possano essere leggeri; [...] piangere con quelli che piangono, sì e [...] confortare quelli che hanno bisogno di conforto” (Mosia 18:9).

Ecco alcune cose utili che parenti e amici possono fare:
Tendete una mano e ascoltate amorevolmente. L'anziano



Ballard ha consigliato: “Non c’è nulla di più poderoso del braccio d’amore che può essere posto intorno alle spalle di chi sta faticando”⁵. “Dobbiamo vederli [...] attraverso gli occhi del Padre Celeste”, ha insegnato l’anziano Dale G. Renlund del Quorum dei Dodici Apostoli. “Soltanto allora potremo sentire l’amorevole preoccupazione che il Salvatore ha per loro. [...] Tale prospettiva ampliata aprirà il nostro cuore allo sconforto, alle paure e alla tristezza degli altri”.⁶

Aiutate in modo concreto. Se una persona sta attraversando una crisi che si ripercuote sulla sua sicurezza e sui suoi bisogni primari, offrite un aiuto tangibile, ma lasciate che sia lei a decidere se accettarlo o meno. Per esempio, se qualcuno mostra tendenze suicide per aver perso il lavoro, aiutarlo a trovare posizioni lavorative vacanti gli dà delle alternative tra cui scegliere e lo aiuta a non sentirsi arenato.

Chiedete se la persona sta pensando al suicidio. Quando siete preoccupati perché qualcuno è stressato e mostra segnali di

allarme del suicidio, chiedetegli se ci sta pensando. Farlo potrebbe mettervi a disagio, ma è meglio scoprirlo chiedendogli direttamente se sta prendendo in considerazione il suicidio. Questo potrebbe aprire un varco affinché la persona parli dei suoi problemi e delle sue preoccupazioni.

Esempi di tali domande possono essere: “Sembra molto da sopportare per chiunque. Stai pensando al suicidio?” oppure “Con tutta la sofferenza che stai provando, mi chiedo se tu stia prendendo in considerazione il suicidio”. Se non ha tendenze suicide, è probabile che l’interlocutore ve lo faccia sapere.

Se percepite che non vi sta confidando i suoi pensieri suicidi, prestate attenzione ai suggerimenti dello Spirito per sapere cosa fare. Potreste sentire di dover stare semplicemente con lui finché non ve ne parli apertamente.

Rimanete con la persona e cercate aiuto. Se qualcuno vi informa di avere tendenze suicide, rimanete con lui e fatelo parlare di



ciò che lo affligge. Se vi confida metodi e tempistica specifici per il suicidio, aiutatelo a contattare un numero verde anticrisi o il pronto soccorso psichiatrico locale.

Reazioni al suicidio

Che abbiano mostrato o meno segnali di allarme, alcune persone scelgono di togliersi la vita. Quando devono affrontare l'esperienza devastante del suicidio di una persona cara, i familiari e gli amici spesso provano un dolore profondo, intenso e complesso.

Tra le reazioni potrebbero comparire:

- Vergogna e senso di stigmatizzazione
- Shock e incredulità
- Rabbia, sollievo o colpa
- Desiderio di nascondere la causa della morte
- Isolamento sociale e interruzione dei rapporti familiari
- Coinvolgimento attivo e persino

ossessivo nell'opera di prevenzione del suicidio

- Desiderio struggente di comprendere il perché
- Senso di abbandono e di rifiuto
- Colpevolizzazione del defunto, di se stessi, di altri e di Dio
- Aumento di tendenze suicide o di autolesionismo
- Aumento di stress in occasione delle festività o dell'anniversario della morte⁷

Che cosa possono fare i familiari e la comunità

Astenetevi dal giudicare. Sebbene il suicidio sia una questione grave, l'anziano Ballard ci ricorda anche: "Ovviamente non conosciamo appieno le circostanze in cui avviene ogni suicidio. Soltanto il Signore ne conosce i dettagli, ed è Lui che giudicherà le azioni da noi compiute qui sulla terra. Quando ci giudicherà, sono convinto

che terrà in considerazione ogni cosa: la nostra conformazione genetica e chimica, le nostre condizioni mentali, le nostre capacità intellettuali, gli insegnamenti che abbiamo ricevuto, le tradizioni dei nostri padri, le nostre condizioni di salute [e così via]⁸.

Consentite a ogni persona di affrontare il lutto a modo suo e rispettate tale processo. Ogni persona affronta il lutto in maniera diversa, poiché il suo rapporto con il defunto è differente da quello di chiunque altro. Pertanto appoggiate e rispettate il modo in cui ciascuno affronta il dolore.

Quando una persona cara ci lascia, possiamo sentirci sopraffatti da emozioni intense e persino schiacciati. Tuttavia, provare dolore non implica una mancanza di fede. Il Salvatore disse: “Vivete insieme con amore, tanto da piangere per la perdita di coloro che muoiono” (DeA 42:45). Il dolore è un segno del nostro amore per chi ci ha lasciato e di ciò che quel rapporto significava per noi.

Chiedete aiuto. Nell'affrontare la perdita, la situazione può sembrare opprimente. Chiedere aiuto può offrire agli altri opportunità sacre per amarvi e per servirvi. Consentire loro di aiutarvi può essere curativo e fortificante non solo per voi ma anche per loro.

Rimanete in contatto. Alcune persone soffrono in privato e a volte possono isolarsi; perciò rimanete in contatto con i vostri familiari e i vostri amici. Periodicamente comunicate con la vostra famiglia, con i parenti e con gli amici che soffrono e offrite loro il vostro aiuto, perché loro potrebbero non venire da voi.

Affidatevi al Salvatore. Infine, il Salvatore è la fonte della guarigione e della pace. “La Sua Espiazione fornisce [...] l'opportunità di fare appello a Lui che ha provato tutte le nostre infermità terrene affinché ci dia la forza di sopportare i fardelli della vita terrena. Egli conosce le nostre pene ed è lì per noi. Come il buon samaritano, quando ci trova feriti ai margini del nostro cammino Egli fascia le nostre ferite e si prende cura di noi (vedere Luca 10:34)”⁹.

Dobbiamo renderci conto che, nel fare la nostra parte, tutti noi abbiamo bisogno di affidarci completamente al Signore Gesù Cristo e alla Sua Espiazione. Con questa umile consapevolezza, dobbiamo cercare

di comprendere i nostri familiari e i nostri vicini in pena, prenderci cura di loro con amore e coltivare insieme una fede e una fiducia maggiori nel Salvatore, il quale ritornerà e “asciugherà ogni lagrima dagli occhi loro e la morte non sarà più; né ci saran più cordoglio, né grido, né dolore” (Apocalisse 21:4). ■

NOTE

1. Kevin Hines, in Amanda Bower, “A Survivor Talks About His Leap”, *Time*, 24 maggio 2006, Time.com.
2. M. Russell Ballard, in Jason Swenson, “Elder Ballard Offers Comfort and Counsel to Those Affected by Suicide”, *Church News*, 19 dicembre 2014, news.lds.org.
3. Vedere World Health Organization, *Preventing Suicide: A Global Imperative* (2014), 2.
4. Vedere M. David Rudd e altri, “Warning Signs for Suicide: Theory, Research, and Clinical Applications”, *Suicide and Life-Threatening Behavior*, vol. 36, n. 3 (2006), 255–262.
5. M. Russell Ballard, in “Sitting on the Bench: Thoughts on Suicide Prevention” (video), lds.org/media-library.
6. Dale G. Renlund, “Attraverso gli occhi di Dio”, *Liahona*, novembre 2015, 94.
7. Vedere John R. Jordan, “Is Suicide Bereavement Different? A Reassessment of the Literature”, *Suicide and Life-Threatening Behavior*, vol. 31, n. 1 (2001), 91–102.
8. M. Russell Ballard, “Il suicidio: fatti noti e meno noti”, *La Stella*, marzo 1988, 18.
9. Dallin H. Oaks, “Rafforzati dall'Espiazione di Gesù Cristo”, *Liahona*, novembre 2015, 64.

LETTURE CONSIGLIATE

Jeffrey R. Holland, “Simile a un vaso rotto”, *Liahona*, novembre 2013, 40–42.

Dieter F. Uchtdorf, “La speranza della luce di Dio”, *Liahona*, maggio 2013, 70–77.

Shayne M. Bowen, “‘Perché io vivo e voi vivrete’”, *Liahona*, novembre 2012, 15–17.

Parole profetiche IN UN luogo inaspettato

*Una rivista abbandonata avrebbe cambiato
la vita di Oscar Castro per sempre.*

Colette Lindahl

Il giorno in cui la moglie di Oscar lasciò lui e i suoi due bambini fu uno dei giorni più difficili della sua vita. Doveva prendere molte decisioni. Aveva cercato un lavoro e ora gli serviva un nuovo posto in cui vivere. Gli sembrava che la sua vita fosse caduta a pezzi. Pensò di arrendersi e lo avrebbe fatto se non fosse stato per i suoi due meravigliosi figli.

A San Juan, in Argentina, non c'erano molte case in affitto per la cifra che Oscar poteva permettersi. Tuttavia, una casetta in un vicinato sicuro era stata appena lasciata libera da un gruppo di ragazzi, così Oscar la prese in affitto e si preparò a iniziare una nuova vita insieme ai suoi figli.

Sul pavimento della nuova casa erano stati lasciati riviste e libri e, dopo aver passato tutto il giorno a pulire e a mettere via le cose, Oscar si sedette e diede un'occhiata a una delle riviste. Per qualche motivo la copertina lo incuriosiva. Sotto il titolo, *Liahona*, c'era l'immagine di un uomo anziano che parlava al popolo da una torre. L'uomo gli ricordava le immagini dei profeti biblici.

Oscar aprì la rivista e iniziò a leggere: "Tutti noi sappiamo di dover dire ai nostri cari che vogliamo [loro] bene, ma ciò che sappiamo non sempre si riflette in ciò che facciamo"¹. Oscar pensò alle parole pungenti

che lui e la moglie si erano dette tante volte. Voleva insegnare ai suoi figli a essere persone migliori di loro. Oscar continuò a leggere la rivista e iniziò a sentire la speranza crescere in lui. Prima della fine della settimana, aveva letto ogni articolo e voleva saperne di più.

Un mese più tardi due missionari stavano camminando nel quartiere di Oscar. Egli si avvicinò e chiese loro se erano missionari della Chiesa e quanto sarebbe costato ricevere altre riviste della Chiesa. Gli anziani risposero che gli sarebbe costato solo venti minuti del suo tempo.

Il giorno dopo i due missionari andarono a trovare Oscar a casa. Egli raccontò loro del trasloco e di aver trovato vecchi libri, riviste e opuscoli che gli avevano fatto conoscere la Chiesa. Spiegò che il primo articolo che aveva letto si riferiva direttamente alla sua vita di quel periodo. Conosceva già l'importanza della famiglia e voleva saperne di più sulla serata familiare e sulla preghiera familiare. Disse agli anziani tutto quello che aveva imparato sulla Chiesa, compresi Joseph Smith e la restaurazione del Vangelo.

Guardò gli anziani direttamente negli occhi e disse le parole che ogni missionario desidera sentire: "Io credo che Joseph Smith era un profeta di Dio". Gli anziani lo invitarono a farsi battezzare e, con le lacrime



agli occhi, Oscar accettò. Poche settimane dopo, Oscar Castro fu battezzato e confermato membro della Chiesa.

Il Signore aveva preparato Oscar e il suo spirito era contrito e pronto ad apprendere e a progredire. In quel giorno memorabile e commovente, lo spirito dei messaggi contenuti nel numero della *Liahona* dedicato alla Conferenza generale toccò il cuore di Oscar. Chi aveva abitato prima in quella casa non sapeva l'effetto che avrebbe avuto lasciare alcune riviste della Chiesa, ma i messaggi del Vangelo contenuti in quelle riviste diventarono uno strumento missionario importante. Nel portarlo alle verità che stava cercando, esse cambiarono la vita di Oscar per sempre. ■

L'autrice viveva in Argentina mentre suo marito stava servendo come presidente di missione.



Oscar Castro è stato battezzato e confermato dopo aver trovato un numero della *Liahona* dedicato alla Conferenza generale nella casa in cui si era trasferito.

NOTA

1. David A. Bednar, "Più diligenti e partecipi in casa", *Liahona*, novembre 2009, 17.



Anziano
Bradley D. Foster
Membro dei Settanta



STORIA FAMILIARE: PACE, PROTEZIONE E PROMESSE

Lehi obbedisce e lui e la sua famiglia lasciano i loro beni materiali e si avventurano nel deserto. Dopo aver viaggiato per un po', Lehi dice a suo figlio Nefi:

“Ecco, ho fatto un sogno, in cui il Signore mi ha comandato che tu e i tuoi fratelli *torniate* a Gerusalemme.

Poiché ecco, Labano ha la storia dei Giudei e anche una genealogia dei miei antenati, ed esse sono incise su tavole di bronzo” (1 Nefi 3:2-3; corsivo aggiunto).

Grazie a questo comandamento, le nostre famiglie vengono benedette dalla seguente grande dichiarazione di fede e di obbedienza da parte di Nefi che replicò: “Andrò e farò le cose che il Signore ha comandato, poiché so che il Signore non dà alcun comandamento ai figlioli degli uomini senza preparare loro una via affinché possano compiere quello che egli comanda loro” (1 Nefi 3:7).

Le tavole di bronzo erano un resoconto. Contenevano le Scritture, ma contenevano anche la storia familiare di Lehi. Il Signore sapeva quanto sarebbe stato importante preservare quel resoconto per molte generazioni a venire.

Vi siete mai chiesti perché il Signore non disse a Lehi ma ai suoi figli di tornare a prendere tale storia? Era lui il patriarca della famiglia. Il Signore diede a *lui* la visione. Non avrebbe Lehi avuto maggior influenza su Labano dei suoi figlioli?

Non sappiamo perché il Signore comandò ai figli di Lehi di tornare a Gerusalemme, ma sappiamo che i figli di Lehi faticarono per portare a termine quanto fu chiesto loro dal Signore. Il compito era difficile e mise alla prova la loro fede. Impararono lezioni preziose che sarebbero state di grande beneficio durante il loro intero viaggio nel deserto. Soprattutto, forse, impararono che quando comanda, il Signore prepara veramente una via.

Potremmo chiederci che cosa vuole il Signore che i nostri figli imparino “tornando” a recuperare la nostra storia familiare. Come sta preparando loro la via? Ci sono esperienze che vuole che vivano? Li stiamo esortando a vivere queste esperienze? Quali benedizioni Egli spera di donare ai vostri figli e le vostre figlie tramite il servizio reso nel tempio e la storia familiare?



Il Signore voleva che la famiglia di Lehi avesse questi annali. Diedero ai suoi discendenti un senso di identità.

Quando Nefi e i suoi fratelli tornarono alla tenda del loro padre, Lehi “prese gli annali che erano incisi sulle tavole di bronzo e li esaminò dall’inizio”. Vi trovò “i cinque libri di Mosè”, “le profezie dei santi profeti” e “una genealogia dei suoi padri; pertanto apprese di essere un discendente di Giuseppe [...] che fu venduto in Egitto”. E quando Lehi “vide tutte queste cose, fu riempito dello Spirito” (1 Nefi 5:10, 11, 13, 14, 17).

Poi, Lehi insegnò alla sua famiglia ciò che aveva imparato dalle tavole. Si potrebbe dire che la sua tenda divenne un centro di storia familiare e di apprendimento, proprio come dovrebbero esserlo le nostre case.

È facile capire perché il Signore voleva che la famiglia di Lehi avesse questi annali. Diedero ai suoi discendenti un senso di identità, legandoli a patriarchi fedeli del

passato e piantando nel loro cuore “le promesse fatte ai padri” (DeA 2:2; Joseph Smith – Storia 1:39). Questo resoconto era così importante per la fede delle generazioni future che lo Spirito avvertì Nefi che, senza di esso, un’intera nazione sarebbe degenerata e perita nell’incredulità (vedere 1 Nefi 4:13).

L’esperienza di un altro popolo nel Libro di Mormon mostra quanto questo sia vero, ossia che quando si perdono gli annali, si perde la verità e le conseguenze per le generazioni future possono essere disastrose.

I Mulechiti lasciarono Gerusalemme approssimativamente nello stesso periodo in cui lo fece la famiglia di Lehi. A differenza della famiglia di Lehi, però, “non avevano portato annali con sé”. Quando furono trovati da Mosia circa quattrocento anni più tardi, “il loro linguaggio era diventato corrotto [...] e negavano l’esistenza del loro Creatore” (Omni 1:17). Avevano perso la loro identità di popolo dell’alleanza.

Mosia insegnò ai Mulechiti la sua lingua in modo che potessero imparare dagli annali che aveva in suo possesso. Di conseguenza, i Mulechiti passarono da una società travagliata e senza Dio a una società che comprendeva il piano di felicità che Dio aveva per loro e per le loro famiglie.

Tornate indietro con la vostra famiglia

Sapere chi siamo in relazione a Dio e ai nostri rapporti reciproci cambia il nostro modo di pensare, di agire e di trattare gli altri. Gli annali sono una parte vitale della nostra identità e della nostra prospettiva. Guardarci indietro ci prepara ad andare avanti.

Genitori, avete esortato la vostra famiglia a “tornare indietro”? La vostra famiglia è stata separata in qualche modo dai propri annali o gli uni dagli altri? I vostri legami familiari tra presente e passato sono stati spezzati? Che cosa è successo nella vostra storia di famiglia che ha causato questa separazione? È stata provocata dall’immigrazione, dai conflitti familiari, dalla conversione al Vangelo o semplicemente dal passare del tempo? Vi siete impegnati a trovare i vostri antenati su FamilySearch.org di recente?

Il casato d’Israele è stato disperso e sotto molti aspetti questo include la dispersione delle nostre famiglie e dei nostri annali. È nostra responsabilità riunirle e, dove necessario, guarire le ferite della separazione. Quando cerchiamo diligentemente di volgere il cuore dei nostri figli verso i loro padri, anche il nostro cuore si volge ai nostri figli¹ e scopriamo insieme la pace e la guarigione che scaturiscono da quest’opera (vedere DeA 98:16).

Proprio come Lehi mandò i suoi figli a Gerusalemme per recuperare gli annali sacri, mandiamo anche noi i nostri figli a recuperare la nostra storia di famiglia. Proprio come preparò una via per Nefi, il Signore ci ha fornito Internet e altre tecnologie che permettono ai nostri figli di riunire e di guarire la nostra famiglia. Inoltre, Egli ci ha dato i tempi, dove possiamo portare i nomi che troviamo e, tramite le ordinanze di suggellamento, rendere la nostra riunione permanente.

Gioia nel deserto

Quando io e mia moglie Sharol ci sposammo, decidemmo che avremmo avuto quattro figli maschi. Il Signore, però, aveva un altro piano e ci ha mandato quattro femmine.

Con le nostre figlie abbiamo attraversato il deserto. Ora sono sposate con figli e stanno attraversando il loro deserto. È stato tutto facile durante il percorso? No, abbiamo avuto i nostri momenti di lamentele e parecchie difficoltà.

Il deserto della vita può essere arduo per le famiglie. Quando le persone mi chiedono: “Come state tu e la tua

famiglia?”, spesso rispondo: “Siamo tra una crisi e l’altra. Grazie dell’interessamento”.

Lungo la via, però, ci sono anche momenti di pura gioia. Come patriarchi e matriarche, trascorriamo molto tempo a fortificare i nostri figli per prepararli al deserto. I profeti moderni ci hanno promesso che l’opera di storia familiare offre “protezione dall’influenza dell’avversario”² e una conversione profonda e imperitura al Salvatore³. Che modo possente di riunire, guarire e suggellare le nostre famiglie!

Come patriarca della nostra famiglia, ho chiesto alle mie figlie di andare a *trovare* le storie, di *portare* i nomi al tempio e di *insegnare* ai nostri nipoti. Ho chiesto loro di cercare di sapere chi essi fossero partecipando alla nostra storia familiare.

Una promessa

Prometto che se inviterete i vostri figli ad andare a trovare la vostra storia di famiglia “[gioirete] grandemente” insieme, proprio come Lehi e Saria, e “[renderete] grazie al Dio d’Israele”. Se esaminerete le vostre storie, sarete “[riempiti] dello Spirito”, poiché scoprirete “che [vi sono] indispensabili, sì, proprio di grandissimo valore”. E saprete che “era nella saggezza del Signore che li [portaste] con [voi]” nel vostro viaggio “nel deserto verso la [vostra] terra di promessa” (1 Nefi 5:9, 17, 21–22).

La Chiesa è qui per sostenere e rafforzare la vostra famiglia durante questo viaggio. Prometto che se la vostra famiglia contribuirà a raccogliere storie, a guarire cuori e a suggellare i membri della famiglia, voi e la vostra posterità, ossia la vostra famiglia, sarete benedetti per sempre. ■

Tratto dal discorso “Riunire, guarire e suggellare le famiglie”, tenuto il 14 febbraio 2015 alla conferenza di storia familiare RootsTech, a Salt Lake City, Utah (USA).

NOTE

1. Per esempi di come le storie contenute nelle tavole di bronzo abbiano portato guarigione alla posterità di Lehi, vedere Alma 37:8–10.
2. Richard G. Scott, “La gioia di redimere i morti”, *Liahona*, novembre 2012, 94.
3. Vedere David A. Bednar, “Il cuore dei figli si volgerà”, *Liahona*, novembre 2011, 26.



APPROFONDIMENTI ON-LINE

Due apostoli promettono benedizioni ai giovani che si dedicano alla storia familiare e al servizio reso nel tempio. Scansionate questo codice qr o andate su lds.org/go/1016000 per vedere il video in inglese.



Amore

O LUSSURIA

Joshua J. Perkey

Riviste della Chiesa

LUSSURIA.

È senza dubbio una parola sgradevole. La maggior parte di noi non vogliono pensarci, tanto meno vogliono saperne di più a riguardo. Il termine evoca sensazioni squallide, qualcosa di cupo, di seducente ma comunque sbagliato.

C'è un buon motivo per questo. Se "l'amor del danaro è radice d'ogni sorta di mali" (1 Timoteo 6:10), allora la lussuria è senza dubbio la sua alleata segreta. È volgare e degradante. La lussuria trasforma le persone, le cose e persino le idee in oggetti da possedere o da acquisire al fine di soddisfare una voglia. Ma se lo sappiamo già, perché abbiamo bisogno di saperne di più a riguardo?

Perché se riusciamo a comprendere meglio il vero significato della lussuria, possiamo imparare come forgiare i nostri pensieri, i nostri sentimenti e le nostre azioni in modo da evitarne le espressioni e sconfiggerle. Questo ci porterà ad avere un rapporto più intimo con lo Spirito Santo, il quale purifica i nostri pensieri e le nostre intenzioni e ci rafforza, portandoci ad avere un vita molto più felice, serena e gioiosa.

Definire la lussuria

Tendiamo a pensare alla lussuria principalmente come all'aver un'attrazione fisica intensa e inopportuna nei confronti di un'altra persona; è possibile, però, bramare o concupire praticamente qualsiasi cosa: denaro, proprietà, oggetti e, ovviamente, altre persone (vedere Guida alle Scritture, "Lussuria").

La lussuria induce una persona a cercare di acquisire qualcosa che è contrario alla volontà di

SE RIUSCIAMO A COMPRENDERE MEGLIO IL VERO SIGNIFICATO DELLA LUSSURIA, POSSIAMO IMPARARE AD EVITARLA E A COMPIERE SCELTE CHE CI AVVICINANO DI PIÙ ALLO SPIRITO SANTO.



DEFINIRE L'AMORE E LA LUSSURIA

L'amore nobilita; la lussuria corrompe. L'amore abbraccia la verità; la lussuria abbraccia la menzogna. L'amore edifica e rafforza; la lussuria distrugge e indebolisce. L'amore è armonioso; la lussuria è contraddittoria. L'amore porta pace; la lussuria porta conflitti. L'amore ispira; la lussuria rende insensibili. L'amore guarisce; la lussuria debilita. L'amore galvanizza; la lussuria brucia. L'amore illumina; la lussuria oscura. L'amore riempie e sostiene; la lussuria non può essere saziata. L'amore è profondamente legato alla speranza; la lussuria trova la sua dimora nell'orgoglio.

Dio. Abbraccia qualsiasi sentimento o desiderio che spinge un individuo a concentrarsi su possedimenti mondani o su pratiche egoiste — interessi, desideri, passioni e appetiti personali — invece che sull'obbedienza ai comandamenti di Dio.

In altre parole, la lussuria è desiderare cose contrarie alla volontà di Dio o desiderare di possedere cose in maniera contraria alla Sua volontà, e porta infelicità.¹

Il pericolo della lussuria in ambito sessuale

Sebbene siamo stati messi in guardia dalla lussuria come forma di concupiscenza in senso lato, è nell'ambito sessuale che essa è particolarmente pericolosa. Il Salvatore avvertì: "Chiunque guarda una donna per appetirla, ha già commesso adulterio con lei nel suo cuore" (Matteo 5:28).

Gli apostoli dell'antichità ammonirono ampiamente in merito alla lussuria in tal senso. Per dare un esempio, l'apostolo Giovanni disse: "Poiché tutto quello che è nel mondo: la concupiscenza della carne, la concupiscenza degli occhi e la superbia della vita non è dal Padre, ma è dal mondo" (1 Giovanni 2:16; vedere anche il versetto 17; Romani 13:14; 1 Pietro 2:11).

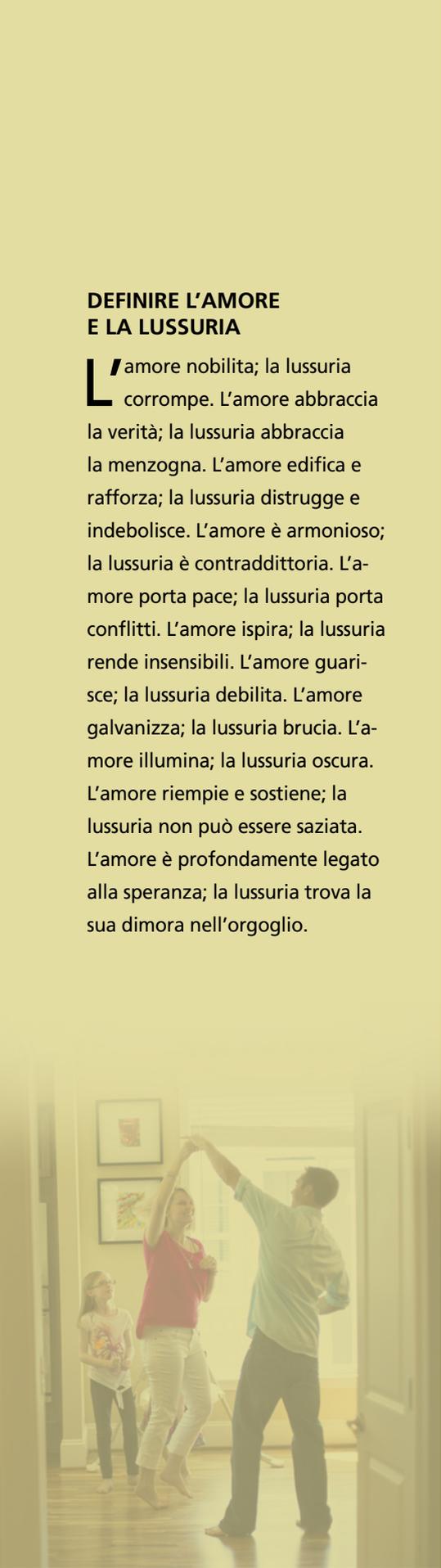
E l'ammonimento continua anche oggi.² L'anziano Jeffrey R. Holland del Quorum dei Dodici Apostoli spiega: "Perché la lussuria è un peccato mortale? Oltre all'effetto che ha sulla nostra anima di allontanarla completamente dallo Spirito, penso sia un peccato perché profana il rapporto più alto e più santo che Dio ci ha dato sulla terra: l'amore che un uomo e

una donna nutrono l'uno per l'altra e il desiderio che la coppia ha di crescere dei figli in una famiglia che vuole essere eterna"³.

Permettere a desideri lussuriosi di sbocciare è alla radice di molti atti peccaminosi. Ciò che inizia come un'occhiata apparentemente innocente può sfociare in un'infedeltà sordida con tutte le sue conseguenze disastrose. Questo accade perché la lussuria allontana lo Spirito Santo e ci lascia vulnerabili alle altre tentazioni, agli altri vizi e alle astuzie dell'avversario.

Le scelte tragiche del re Davide sono un triste esempio di quanto possa essere potente e mortale questa emozione. A Davide capitò di vedere Bath-Sheba mentre si faceva il bagno e la concupì. La lussuria lo spinse ad agire e Davide la fece portare da lui e giacque con lei. Poi, in un tentativo fallace di nascondere il suo peccato, ordinò che il marito di Bath-Sheba fosse mandato in battaglia in un luogo in cui era certo che sarebbe stato ucciso (vedere 2 Samuele 11). Ne conseguì che Davide perse la sua Esaltazione (vedere DeA 132:38-39).

La situazione di Davide può sembrare estrema, ma conferma la tesi: la lussuria è una tentazione potente. Arrendersi a essa può indurci a lasciarci coinvolgere in cose che nessuna persona sana di mente farebbe. Il fatto che sia molto insidiosa, facilmente sollecitata e molto efficace nel tentarci ad allontanarci dallo Spirito Santo e a consegnare la nostra volontà a qualcosa di proibito la rende ancora più pericolosa. La visione di materiale pornografico, l'ascolto di testi sessualmente espliciti o il coinvolgimento in





La lussuria abbraccia qualsiasi sentimento o desiderio che spinge un individuo a concentrarsi su possedimenti mondani o su pratiche egoiste invece che sull'obbedienza ai comandamenti di Dio.

rapporti intimi disdicevoli possono essere le cause scatenanti della lussuria. Allo stesso tempo, sentimenti lussuriosi possono spingere una persona a cercare materiale pornografico. Questo circolo vizioso è estremamente potente e pericoloso.⁴

La lussuria di natura sessuale svislisce e indebolisce tutti i rapporti, non ultimo il rapporto personale che si ha con Dio. “E in verità io vi dico, come dissi in passato: chiunque guarda una donna per concupirla, ossia se qualcuno commette adulterio in cuor suo, non avrà lo Spirito, ma rinnegherà la fede e avrà timore” (DeA 63:16).

Come ha insegnato l'anziano Richard G. Scott (1928–2015) del Quorum dei Dodici Apostoli, “l'immoralità sessuale crea una barriera all'influenza dello Spirito Santo, con tutte le sue capacità di edificare, illuminare e rafforzare. Causa un possente stimolo fisico ed emotivo. Col tempo crea un appetito insaziabile che spinge il trasgressore a peccati sempre più gravi”⁵.

Che cosa non è la lussuria

Avendo esaminato che cosa è la lussuria, è altrettanto importante comprendere che cosa *non* è per stare attenti a non etichettare come lussuriosi pensieri, sentimenti e desideri appropriati. La lussuria è un *tipo* di desiderio, ma ci sono anche desideri retti. Per esempio, possiamo

desiderare cose buone e consone che contribuiranno a portare a termine l'opera del Signore.

Pensate a:

- **Desiderare di avere denaro.** Di per sé, desiderare di avere denaro non è malvagio. Paolo non ha detto che il *denaro* è la radice di ogni male. Egli ha detto: “L'amore del danaro è radice d'ogni sorta di mali” (1 Timoteo 6:10; corsivo aggiunto). Gli insegnamenti di Giacobbe chiariscono ulteriormente: “Prima di cercare le ricchezze, cercate il regno di Dio E dopo aver ottenuto una speranza in Cristo, voi otterrete le ricchezze, se le cercate; e le cercherete con l'intento di fare il bene — di rivestire gli ignudi, di nutrire gli affamati, di liberare gli schiavi e di prestare soccorso agli ammalati e agli afflitti” (Giacobbe 2:18–19).
- **Avere impulsi sessuali appropriati verso il vostro coniuge.** Queste sensazioni divine contribuiscono a rafforzare, a fortificare e a consolidare un matrimonio. Tuttavia, è possibile provare sensazioni inopportune verso un coniuge. Se siamo alla ricerca di appagare solo noi stessi o di soddisfare solo le nostre voglie o i nostri impulsi, può darsi che stiamo cedendo a desideri lussuriosi e questo può essere dannoso per un rapporto coniugale. La chiave per



Poiché il Padre Celeste ci ha dato l'arbitrio, noi abbiamo potere sui nostri pensieri, sui nostri sentimenti e sulle nostre azioni.

perseguire e mantenere un'intimità fisica appropriata in un matrimonio è un intento puro e amorevole.

Il principio importante è cercare cose per il giusto scopo: edificare il regno di Dio e rendere il mondo migliore. Al contrario, la lussuria ci incoraggia a infrangere i limiti di un comportamento appropriato, al di fuori del quale i nostri desideri possono disprezzare Dio, trattare le persone come oggetti e trasformare le cose, la ricchezza e persino il potere in mostruosità che distorcono la nostra sensibilità e danneggiano i nostri rapporti.

Perché spesso cediamo alla lussuria

Constatato quanto sia dannosa e pericolosa, perché la lussuria è così allettante e così diffusa? Perché le permettiamo così spesso di sopraffarci? A livello superficiale, può sembrare che l'egoismo o la mancanza di autocontrollo siano alla base della lussuria. Sicuramente contribuiscono, ma la radice profonda della lussuria è spesso il senso di vuoto. Le persone possono soccombere alla lussuria nel vano tentativo di colmare un vuoto nella propria vita. La lussuria è un'emozione falsa, un misero sostituto per l'amore genuino, per i valori veri e per un discepolato durevole.

In un certo senso, un appropriato controllo emotivo è una condizione dell'anima. Come un uomo pensa nel suo

cuore, tale egli è (vedere Proverbi 23:7). Dove poniamo il nostro punto focale mentale e spirituale, quello diventerà col tempo la forza motrice alla base dei nostri pensieri, dei nostri sentimenti e delle nostre azioni. Ogni qualvolta ci sentiamo tentati dalla lussuria, dobbiamo sostituire tale tentazione con qualcosa di più appropriato.

Anche l'indolenza può portare a pensieri lussuriosi. Quando la nostra vita non è particolarmente impegnata, tendiamo a essere più sensibili alle influenze malvagie. Quando cerchiamo attivamente di essere ansiosamente impegnati in cause giuste (vedere DeA 58:27) e ci sforziamo di usare il nostro tempo in maniera produttiva, siamo meno soggetti a pensieri lussuriosi o ad altre influenze negative.

Come spiegato dall'anziano Dallin H. Oaks del Quorum dei Dodici Apostoli, i desideri che scegliamo di seguire non influenzano solo le nostre azioni, ma anche quello che, alla fine, diventiamo: "I desideri dettano le priorità, le priorità indirizzano le scelte e le scelte determinano le azioni. I desideri in base ai quali agiamo determinano come cambieremo, che cosa raggiungeremo e quello che diventeremo"⁶.

In altre parole, non dobbiamo fare attenzione soltanto alle emozioni da cui ci lasciamo coinvolgere, ma anche ai pensieri che ne scaturiscono o che sono causati da tali

sensazioni. Come insegnato da Alma, se i nostri pensieri sono impuri, “anche i nostri pensieri ci condanneranno” (Alma 12:14).

L'antidoto: un amore cristiano

La lussuria non è inevitabile. Poiché il Padre Celeste ci ha dato l'arbitrio, noi abbiamo potere sui nostri pensieri, sui nostri sentimenti e sulle nostre azioni. Non dobbiamo perseguire pensieri e impulsi lussuriosi. Quando si presentano le tentazioni, possiamo scegliere di non intraprendere tali sentieri.

Come possiamo superare la tentazione della lussuria? Cominciamo sviluppando una rapporto appropriato con il nostro Padre Celeste e scegliendo di servire gli altri. Ci dedichiamo a comportamenti religiosi quotidiani, tra cui la preghiera e lo studio delle Scritture, che invitano lo Spirito Santo nella nostra vita. In sostanza, l'ingrediente segreto è l'amore cristiano, un amore puro, sincero e onesto, con un desiderio di edificare il regno di Dio e di mantenere gli occhi rivolti unicamente alla Sua gloria. Tale amore è possibile solo quando abbiamo la compagnia dello Spirito Santo.

Per eliminare la lussuria sono necessarie preghiere sentite con cui chiediamo a Dio di allontanare tali sensazioni e di darci, al loro posto, amore caritatevole (vedere Moroni 7:48). Ciò è reso possibile, come qualsiasi atto di pentimento, tramite la grazia dell'Espiazione di Gesù Cristo.⁷ Grazie a Lui, possiamo imparare ad amare come Lui e il Padre Celeste ci amano.

Quando ci concentriamo continuamente sul nostro Padre Celeste, quando viviamo secondo il primo e il secondo grande comandamento — ossia di amare Dio e il prossimo come noi stessi (vedere Matteo 22:36–39) — e quando facciamo tutto il possibile per vivere come Lui ci ha insegnato, le intenzioni pure e oneste influenzano la nostra vita con intensità sempre maggiore. Quando uniamo la nostra volontà a quella del Padre, le tentazioni e le conseguenze della lussuria diminuiscono, scalzate dal puro amore di Cristo. Poi veniamo riempiti da un amore divino che sostituisce i desideri ignobili di questo mondo con la bellezza dell'edificazione del regno di Dio. ■

NOTE

1. Vedere Dallin H. Oaks, “Gioia e misericordia”, *La Stella*, gennaio 1992, 92; e Thomas S. Monson, “Finishers Wanted”, *Ensign*, luglio 1972, 69.
2. Per qualche esempio, vedere Dottrina e Alleanze 88:121; Spencer W. Kimball, “Il presidente Kimball parla in difesa della moralità”, *La Stella*, aprile 1981, 197–207; Neal A. Maxwell, “Il settimo comandamento: uno scudo”, *Liahona*, gennaio 2002, 90–93; Russell M. Nelson, “Ma la Sapienza, dove trovarla?”, *La Stella*, gennaio 1993, 5–8. Per ulteriori ammonimenti scritturali contro la lussuria, esaminare i seguenti argomenti nella Guida alle Scritture: Adulterio; Carnale; Castità; Concupire; Fornicazione; Omosessualità; Lussuria; Sensuale, sensualità; Immoralità sessuale.
3. Jeffrey R. Holland, “Non c'è più posto per il nemico della mia anima”, *Liahona*, maggio 2010, 44–45.
4. Per maggiori dettagli su questo argomento, vedere Dallin H. Oaks, “Liberarsi dalla trappola della pornografia”, *Liahona*, ottobre 2015, 50.
5. Richard G. Scott, “Le giuste scelte”, *La Stella*, gennaio 1995, 43.
6. Dallin H. Oaks, “I desideri”, *Liahona*, maggio 2011, 42.
7. Vedere per esempio, D. Todd Christofferson, “Il dono divino del pentimento”, *Liahona*, novembre 2011, 38–41.

CINQUE SUGGERIMENTI PER UNA VITA PURA

L'anziano Jeffrey R. Holland offre cinque suggerimenti per recuperare e mantenere una vita pura.

1. Separatevi da persone, materiali e circostanze che possono danneggiarvi.
2. Chiedete aiuto.
3. Sviluppate ed esercitate autocontrollo per eliminare le cattive influenze.
4. Sostituite i pensieri volgari con immagini piene di speranza e ricordi gioiosi.
5. Coltivate lo Spirito del Signore e state dove è Lui.

Tratto da “Non c'è più posto per il nemico della mia anima”, *Liahona*, maggio 2010, 44–46.



SERVIRE al di là del Giordano

Od ovunque il Signore abbia bisogno di voi.

R. Val Johnson e Rachel Coleman

Riviste della Chiesa e Dipartimento dei servizi di pubblicazione

Il bisogno era grave. All'inizio del 2013 c'erano stati cinque casi di morbillo nel campo profughi di Za'atari, in Giordania, nel Medio Oriente. Più di centomila rifugiati siriani, che vivevano in condizioni di sovraffollamento, correvano il rischio di contrarre questo virus pericoloso e altamente contagioso. Il governo giordano aveva programmato un'imponente campagna di immunizzazione per evitare il diffondersi della malattia. Il piano consisteva nel vaccinare nell'arco di due settimane almeno 90.000 rifugiati siriani di età compresa tra i 6 mesi e i 30 anni.

C'era, però, un problema. Il Fondo delle Nazioni Unite per l'infanzia (UNICEF) aveva i vaccini. Il ministero giordano della salute aveva le strutture ospedaliere. Ciò che non avevano era una fornitura di articoli per la catena del freddo — siringhe, contenitori per gli strumenti affilati, frigoriferi portatili per i vaccini — e il tempo stringeva.¹

Fu allora che entrarono in gioco Ron e Sandy Hammond, missionari senior del programma di benessere che servivano come direttori nazionali in Giordania per LDS Charities. Visto che avevano già contatti lavorativi con l'UNICEF e con il Ministero della salute, Ron e Sandy iniziarono immediatamente a

collaborare con queste organizzazioni per capire come LDS Charities avrebbe potuto essere d'aiuto.

Ron racconta: "Ci informammo sul costo degli articoli per la catena del freddo. Quando ce lo comunicarono, rispondemmo: 'Pensiamo che LDS Charities vi possa aiutare'. Chiesero: 'Fra quanto? Dobbiamo sbrigarci!'".

Nel giro di venti ore LDS Charities aveva approvato l'acquisto degli articoli necessari per la catena del freddo. "Quando lo dicemmo al Ministero della salute e all'UNICEF", riporta Ron, "rimasero sbalorditi. Come era riuscita una ONG [organizzazione non governativa] ad agire così velocemente? Non solo la campagna proseguì secondo programma, ma ispirò anche una campagna nazionale grazie alla quale furono vaccinati centinaia di migliaia di giordani e di rifugiati siriani".



LDS Charities ha contribuito a vaccinare contro il morbillo 90.000 rifugiati siriani.



Crisi evitata.

Inoltre, questa cooperazione proficua tra UNICEF, Ministero giordano della salute e LDS Charities gettò le fondamenta per collaborazioni future.

Il modo in cui Ron e Sandi Hammond arrivarono in quel momento importante in Medio Oriente è una testimonianza della loro fede e dell'ispirazione alla base del programma della Chiesa per i missionari senior.

Cercasi: coppie missionarie

Nel 2012 gli Hammond stavano servendo come lavoratori alle ordinanze nel Tempio di Rexburg, nell'Idaho (USA). Ron aveva uno studio dentistico di successo e insegnava presso il Dipartimento di religione della Brigham Young University-Idaho. La serena routine della loro vita, però, cambiò improvvisamente quando ricevettero una chiara impressione spirituale di dover inviare immediatamente i documenti per svolgere una missione. La tempistica li colse di sorpresa. I loro figli sposati erano in diverse fasi della loro carriera e dei conseguenti trasferimenti, e Ron non aveva ancora intenzione di andare in pensione. Tuttavia, lo Spirito confermò che c'era bisogno di loro e che tutto sarebbe andato bene.

Alla fine si scoprì che i dirigenti del sacerdozio alla sede centrale della Chiesa avevano digiunato e pregato per trovare la coppia giusta che potesse servire come responsabile nazionale per LDS Charities ad Amman, in Giordania.

“Era molto chiaro”, racconta Sandi, “che il Signore ci precedeva, preparando i dettagli dell'incarico specifico che aveva in serbo per noi. Sappiamo che agisce in questo modo per ogni missionario che decide di servire.

Amman, Giordania



È rassicurante sapere che il Salvatore prepara ogni cosa per il nostro servizio prima ancora del nostro arrivo”.

“A posteriori”, dice Ron, “siamo grati di non essere stati specifici o insistenti sul luogo in cui avremmo desiderato servire. Lasciare queste decisioni nelle mani del Signore Gli ha permesso di farci vivere un'esperienza che altrimenti non avremmo avuto”.

Tale esperienza ha visto anche la collaborazione con la famiglia reale giordana in merito a progetti che le stavano a cuore. Gli Hammond hanno collaborato con le cliniche e gli ospedali locali al fine di addestrare lo staff sanitario giordano su competenze salva-vita per la rianimazione neonatale, con una conseguente riduzione notevole della mortalità infantile. Grazie al loro impegno e a quello di altre coppie missionarie, LDS Charities ha fornito addestramento e attrezzature alle cliniche oculistiche

COME TRASCORRERE I 6, 12, 18 O 23 MESI PIÙ BELLI DELLA VOSTRA VITA

Una coppia può svolgere una missione di 6, 12, 18 o 23 mesi, a seconda della situazione.

Inoltre, il più grande impegno economico di una missione — l'alloggio — è stato reso gestibile limitando il costo degli alloggi a \$1.400 per le coppie che giungono dagli Stati Uniti,

dal Canada, dall'Europa occidentale, dal Giappone e dall'Australia. Quelle che provengono da tutti gli altri paesi pagano ciò che possono.

Per informazioni su come fare domanda per svolgere una missione e per leggere le storie di altre coppie che ritengono i mesi trascorsi in missione i migliori della loro vita, visitare il sito lds.org/callings/missionary/senior.

e alle organizzazioni che si occupano di persone con disabilità fisiche. Tra coloro che hanno ricevuto sostegno dagli Hammond e da altri missionari del programma di benessere, c'è anche un centro che insegna alle donne con disabilità fisiche come disegnare e creare abiti e articoli di artigianato tipici. Queste competenze hanno offerto alle studentesse un'opportunità per prendersi miglior cura di se stesse e della propria famiglia.

Altri progetti hanno visto la collaborazione con diverse ONG e con il governo giordano sulla gestione delle emergenze e la selezione di studenti giordani per l'assegnazione annuale di una o due borse di studio per frequentare la Brigham Young University. Cooperare con la Chiesa cattolica alla costruzione di aule per i cristiani iracheni che non avevano nessun altro luogo in cui riunirsi è stata una delle esperienze più gratificanti vissute dagli Hammond.

Col Signore nella Sua vigna

Mentre si trovavano in Giordania, gli Hammond hanno imparato quanto sia reale la promessa fatta dal Signore a coloro che Lo servono: "Andrò davanti al vostro volto. Sarò

alla vostra destra e alla vostra sinistra, e il mio Spirito sarà nel vostro cuore e i miei angeli tutt'attorno a voi per sostenervi" (DeA 84:88).

"Dio è coinvolto nell'opera in prima persona", spiega Ron. "Scende nella vigna con i Suoi servitori. Ogni coppia che svolge una missione è accompagnata sul campo dal Signore della vigna. Non crediamo semplicemente ai miracoli in Giordania; li abbiamo vissuti".

È indiscutibile che tra gli angeli che hanno sentito "tutt'attorno" a loro vi erano quelli celesti, ma vi erano anche quelli terreni, soprattutto i loro figli che li hanno sostenuti nella loro decisione di svolgere una missione così lontano da casa.

E in cambio la loro famiglia è stata benedetta con la forza del Signore che protegge e sostiene. Quando i loro figli si sono rivolti al Signore, si sono consultati e hanno pregato e digiunato gli uni per gli altri, sono state prese decisioni importanti relative alla carriera e ai trasferimenti, e le preoccupazioni di possibili complicazioni durante i parti si sono dissolte.

Le benedizioni ricevute dai loro figli sono state così incredibili che quando il fratello e la sorella Hammond sono stati invitati a prolungare di un anno la loro missione di due anni, tutti i figli li hanno sostenuti con entusiasmo. Hanno sentito che il Signore stava facendo qualcosa di molto speciale per loro come conseguenza diretta del servizio dei loro genitori.

Ciò nonostante, la separazione per la famiglia Hammond è stato un sacrificio. Essere dall'altra parte del mondo, lontano dai loro cari, è stato arduo. Tuttavia, non è stato così difficile come sarebbe stato in passato. La tecnologia ha fatto sì che i membri della famiglia fossero partecipi della vita gli uni degli altri tutte le volte che è stato necessario. Sandi spiega: "Le coppie non perdono i contatti con la propria famiglia. Noi avevamo contatti frequenti con i nostri figli e le loro famiglie in America. Grazie a FaceTime e alle e-mail, i nostri quattro nipoti, nati mentre eravamo in missione, hanno imparato a conoscerci e ci hanno riservato un caloroso benvenuto quando siamo tornati a casa".

Aprire gli occhi e il cuore

Scoprire la generosità e la cordialità del popolo giordano è una delle tante benedizioni che gli Hammond sentono di aver ricevuto. All'inizio, quando ricevettero la loro



Ron e Sandi Hammond e altri missionari dei servizi umanitari hanno collaborato con la famiglia reale della Giordania per ridurre la mortalità neonatale nel paese.



A SINISTRA: FOTOGRAFIA PUBBLICATA PER GENTILE CONCESSIONE DI LDS CHARITIES; A DESTRA: FOTOGRAFIA PUBBLICATA PER GENTILE CONCESSIONE DEGLI HAMMOND.

Una delle preoccupazioni delle coppie missionarie potenziali è l'essere lontani dai propri figli e dai propri nipoti in momenti importanti della loro vita. Gli Hammond hanno imparato che il Signore benedice, in modi straordinari, le famiglie delle coppie che servono e che la tecnologia permette di rimanere in contatto anche se ci si trova dall'altra parte del mondo.

chiamata, gli Hammond non sapevano cosa aspettarsi dalla gente che avrebbero servito.

“Invece, abbiamo scoperto che i nostri amici musulmani sono gentili e generosi”, racconta Ron, “e siamo sicuri che, se ci avessero mai creduto in pericolo, avrebbero fatto tutto il possibile per proteggerci.

La loro carità è incredibile. I giordani non sopportano l'idea che qualcuno sia nel bisogno se possono fare qualcosa a riguardo. Accolgono i rifugiati sin dai tempi pre-davidici. La Bibbia contiene molti riferimenti ad ‘al di là del Giordano’ e noi abbiamo iniziato a firmare le nostre lettere con ‘al di là del Giordano’ come riconoscimento al servizio di carità che abbiamo avuto il privilegio di offrire in questo paese storicamente compassionevole. Per secoli la Giordania è stato un luogo di carità e per questo il Signore ne ha benedetto il popolo”.

La stretta collaborazione avuta con la gente della Giordania ha permesso agli Hammond di instaurare alcune amicizie solide. “Venivamo invitati a numerosi pasti Iftar, il pasto che chiude il digiuno quotidiano del Ramadan”, racconta Sandi. “Inoltre, i nostri amici musulmani ci invitavano alle feste di fidanzamento, ai matrimoni e ad altri eventi familiari”.

La Chiesa non fa proselitismo o non autorizza battesimi di persone musulmane in Giordania o in qualsiasi altro

luogo in cui è vietato dalla legge, pertanto gli Hammond non condividevano alcuna informazione sulla Chiesa. Piuttosto, si concentravano sull'instaurare e mantenere rapporti — con la famiglia reale, con associazioni umanitarie locali, con altre coppie missionarie che servivano con loro e con i rappresentanti religiosi e governativi. Quando qualcuno chiedeva loro dettagli sulla Chiesa, gli Hammond lo incoraggiavano a visitare il sito LDS.org.

La chiamata a servire

Viste le esperienze straordinarie vissute, Ron e Sandi credono forse di essere in qualche modo speciali tra le coppie chiamate a servire o che potrebbero essere chiamate a farlo?

Sì e no. “Abbiamo servito dove e quando il Signore aveva bisogno di una coppia con

le nostre competenze specifiche e con la nostra esperienza personale”, spiegano gli Hammond. “Ma questo vale per tutti i missionari senior. Ogni coppia capace di svolgere una missione è stata preparata per servire in modi a lei peculiari. Deve semplicemente esercitare abbastanza fede da andare dove il Signore ha bisogno che vada ed Egli la impiegherà per influenzare positivamente la vita degli altri”.

“Le coppie possono fare la differenza”, ha detto l'anziano Robert D. Hales del Quorum dei Dodici Apostoli. “Possono compiere cose notevoli che nessun altro può fare.

[...] I modi in cui una coppia può servire sono illimitati. Dal fornire sostegno nell'ufficio della missione e addestramento ai dirigenti della [storia familiare], lavoro di tempo, servizi umanitari — c'è la possibilità di usare pressoché qualsiasi capacità o talento con cui il Signore vi ha benedetti. [...]

Avete ricevuto molto nella vita; andate e date liberamente al servizio del nostro Signore e Salvatore. Abbiate fede; il Signore sa dove c'è bisogno di voi. La necessità è tanta, fratelli e sorelle, e i lavoratori sono così pochi”.² ■

NOTE

1. Vedere “Mass Vaccination Campaigns in Syria, Jordan, Lebanon, Iraq and Turkey Amid Measles Outbreaks”, 30 aprile 2013, unicef.org.
2. Robert D. Hales, “Coppie missionarie: Un tempo per servire”, *Liahona*, luglio 2001, 30, 31.

MENDICARE MISERICORDIA

Durante un viaggio in una città vicina, in Estonia, vidi un uomo che mendicava denaro. Incredibilmente, lo riconobbi: l'avevo incontrato quando avevo servito come missionario in quella città dieci anni prima. Proprio come allora, portava con sé una grande borsa piena di bottiglie di plastica per ottenere del denaro portandole a riciclare. Ricordai che chiedeva sempre delle monetine e, se gliel'e davi, ti chiedeva se ne avevi altre.

Ero molto sorpreso di vederlo. E dopo dieci anni era ancora lo stesso, un po' più ingrignato, ma sembrava che, giorno dopo giorno, avesse vissuto la medesima vita elemosinando denaro. Pensai ai dieci anni meravigliosi che io nel frattempo avevo vissuto: mi ero sposato nel tempo, avevo ottenuto un'istruzione,

avevo trovato un buon lavoro e avevo goduto di buona salute.

Supposi che questa avrebbe potuto essere l'ultima volta in cui l'avrei visto e sentii di dovergli dare qualcosa. Il problema era che avevo soltanto una banconota di valore superiore a ciò che ero disposto a donargli. Mi turbò la scelta che mi si presentava davanti: non dargli nulla o dargli più di quanto volevo. Decisi che per me non avrebbe fatto una grande differenza ma avrebbe cambiato la sua giornata, così gli diedi i soldi.

Meno di due giorni dopo mi trovai in una situazione simile, ma questa volta ero io a mendicare misericordia. Avevo confuso le date per inoltrare la domanda per una borsa di studio importante. Credevo di averla inviata due settimane prima, ma inorridii quando ricontrollai la data e mi

accorsi di averla spedita in ritardo di un giorno.

Il valore della borsa di studio era esattamente cento volte il valore del denaro che avevo dato al mendicante e l'ironia della situazione non passò inosservata. Mi trovai a mendicare misericordia, sia in preghiera al mio Padre Celeste sia per e-mail ai dirigenti universitari. Mi risposero che avrebbero considerato la domanda, ma che avrebbero preso nota del ritardo.

La mia preghiera fu esaudita ed ebbi la benedizione di ricevere la borsa di studio, che fu un grande aiuto economico per me e mia moglie. Ma soprattutto questa esperienza mi insegnò una lezione preziosa: non siamo tutti mendicanti dinanzi a Dio? (Vedere Mosia 4:19). ■
Matthew Crandall, Harju, Estonia

Durante un viaggio in una città vicina, in Estonia, vidi un uomo che mendicava denaro. Incredibilmente, lo riconobbi: l'avevo incontrato quando avevo servito come missionario in quella città dieci anni prima.



DEGLI ANGELI CHIAMATI SIGNORI DUNN

Stavo guardando la TV quando mia madre mi chiamò per dirmi che suo fratello, il novantaduenne zio Floyd, e sua moglie, la zia Millie, erano a letto con l'influenza e non avevano cibo in casa. Nessuno dei due stava abbastanza bene per andare al negozio a comprare qualcosa. Lo zio Floyd e la zia Millie non avevano nessun altro parente vicino, perciò non avevano nessuno che potesse aiutarli.

Mia madre si chiedeva se potessi dare una mano. Sono l'unico membro della Chiesa in quella parte della mia famiglia e mi è stato chiesto aiuto anche in altre occasioni. Il problema era che io vivevo nello Utah (USA) e miei zii erano a Hemet, in California (USA).

Dissi a mia madre di darmi qualche minuto per pensare al da farsi. Avevo un'amica che viveva vicino a Hemet, perciò la chiamai per chiederle se conoscesse qualcuno in quella città. Mi parlò della signora Dunn, una sorella con cui aveva servito nel Tempio di Redlands, in California, e che era la presidentessa della Società di Soccorso a Hemet.

Quando la sorella Dunn rispose al telefono, iniziai dicendo: "Salve, sorella Dunn. Lei non mi conosce,



La sorella Dunn insistette affinché lei e il marito portassero del cibo ai miei zii.

mi chiamo Nancy Little e vivo nello Utah. Sono un membro della Chiesa, ma i miei zii, che vivono a Hemet, non lo sono. Sono malati e non hanno cibo in casa". Le dissi dove vivevano, che era lontano da dove era lei, e le spiegai che desideravo solo avere informazioni su qualche ristorante vicino a casa loro che potesse consegnare loro del cibo.

Invece, la sorella Dunn insistette affinché lei e il marito portassero del cibo ai miei zii. Avevano già pronti della minestra e del pane fatti in casa e sua madre aveva appena sfornato dei biscotti. Protestai ma lei non desistette.

Qualche ora più tardi la sorella Dunn mi telefonò per assicurarmi che era tutto a posto. Più tardi mi chiamò mia madre per raccontarmi ciò che lo zio Floyd aveva detto della loro visita: "A casa mia sono venuti degli angeli chiamati signori Dunn. Sono arrivati con una grande quantità di cibo: frutta, verdura e minestra, pane e biscotti fatti in casa. Sono stati i migliori biscotti che io abbia mai mangiato". I Dunn chiacchierarono con mio zio, si occuparono dei loro bisogni e poi il fratello Dunn portò la mia fragile zia Millie, che soffre di Alzheimer, dal letto a una sedia in cucina in modo che la sorella Dunn potesse darle da mangiare.

Quando chiamò mia madre per raccontarle della visita, lo zio Floyd pianse. Disse di non aver mai incontrato persone così gentili e premurose. Le disse anche che ero fortunata a vivere nello Utah circondata da "tutti quei mormoni".

Quattro giorni dopo la visita, lo zio Floyd uscì per andare alla casetta della posta, scivolò e cadde. Picchiò la testa e morì quattro giorni più tardi. Fatta eccezione per un'infermiera a domicilio, il fratello e la sorella Dunn sono state le ultime persone che mio zio vide prima di morire.

Sono grata per l'esempio cristiano offerto da una delle mie sorelle della Società di Soccorso che viveva a centinaia di chilometri da me, una persona che non ho ancora incontrato e che ha aiutato i miei zii. ■

Nancy Little, Utah, USA

IL MOMENTO PER LA STORIA FAMILIARE

Essendo madre di due bimbe piccole, spesso ho trovato la scusa di non poter prender parte ad alcune cose che mi piacerebbe fare semplicemente perché non è il “momento” di farlo. Una di queste cose è la storia familiare.

Sebbene in passato abbia partecipato all'indicizzazione ritenendola una piacevole attività domenicale, in quel periodo mi sono ritrovata a usare come scusa il fatto di non avere né il tempo né la conoscenza per dedicarmi alla mia storia familiare.

Una mattina presto di qualche mese fa il mio cuore è mutato mentre sedevo nel tempio. Mentre esaminavo i nomi dei defunti sui cartoncini del tempio, pregando che accettassero le ordinanze celebrate per loro, tra me e me ho pensato: “Non sarebbe bello se questi fossero membri della mia famiglia? Mi piacerebbe fare il lavoro per loro”. Lo Spirito mi ha confermato che se questo era ciò che desideravo, allora il Signore mi avrebbe aiutato a occuparmi della mia storia familiare, particolarmente la domenica. Avrebbe potuto aiutarmi

a trovare il tempo e la conoscenza per portare a termine i Suoi scopi.

Quella domenica sono andata a casa e mi sono collegata a FamilySearch.org. Immediatamente i miei occhi si sono riempiti di lacrime quando ho visto i nomi dei miei antenati. Il mio legame con loro è diventato più forte. Le cose che hanno alimentato ulteriormente il mio amore per loro sono state le fotografie e i documenti personali, aggiunti di recente da mia nonna, rendendo i membri della mia famiglia ancora più reali per me. Ho provato gioia nel coinvolgere la mia bimba di due anni che ha imparato a riconoscere le foto del suo bisnonno e della sua quadrisavola, chiamandoli per nome. Ho provato ciò che Russell M. Nelson, presidente del Quorum dei Dodici Apostoli, ha descritto: “La domenica è un'opportunità magnifica per rafforzare i legami familiari.

Dopo tutto, Dio vuole che tutti noi, in quanto Suoi figli,

ritorniamo a Lui come santi che hanno ricevuto l'investitura e che sono stati suggellati nel tempio come famiglie, ai propri antenati e alla propria posterità” (“Il giorno del Signore è una delizia”, *Liahona*, maggio 2015, 130).

Da quella esperienza iniziale, la domenica continuo a dedicarmi alla storia familiare. Ho avuto la benedizione di svolgere il lavoro di tempio per alcuni dei miei parenti defunti. Una benedizione particolare è stata quella di imparare a conoscere i miei parenti e di creare un legame più intimo con i miei nonni che non appartengono alla Chiesa. Ha rafforzato la mia determinazione a osservare le mie alleanze e a perseverare fino alla fine, in modo da essere un collegamento solido nella mia famiglia eterna.

Sebbene ci sia ancora molto lavoro da fare, sono grata al mio Padre Celeste per aver incrementato le mie competenze così da poter prender parte alla Sua opera, soprattutto nel Suo giorno. Per me, il giorno del Signore è davvero una delizia. ■

Rachel Lewis, Utah, USA



Ho provato gioia nel coinvolgere la mia bimba di due anni che ha imparato a riconoscere le foto del suo bisnonno e della sua quadrisavola, chiamandoli per nome.



Avevo una miniatura del comandante Moroni e la tenni nella tasca della camicia per il resto dell'anno scolastico come promemoria del modo in cui il comandante Moroni mi aveva istruito.

IL COMANDANTE MORONI MI HA AIUTATO A INSEGNARE ALLE SCUOLE MEDIE

Ero nel bel mezzo di un anno difficile in cui insegnavo a ragazzi di 13 e 14 anni. Ero appena rientrato dopo una riunione frustrante con il vicepresidente durante la quale avevamo esaminato una valutazione recente. Essendo nuovo e dovendo preparare da zero gran parte delle mie lezioni, facevo fatica a mantenere vivi l'interesse e la concentrazione degli studenti. In sostanza, la conversazione si ridusse alla necessità da parte mia di obbligare i miei studenti a fare una scelta — concentrarsi o finire nei guai — e a mettere in atto i miei avvertimenti.

Lasciai la riunione amareggiato e sopraffatto. Decisi di trasformare la riunione nel quesito del giorno quando l'indomani avrei studiato le Scritture. Inaspettatamente, ricevetti le risposte mentre leggevo il Libro di Mormon.

Quella mattina pregai affinché le Scritture mi insegnassero a essere un insegnante migliore. Lo Spirito Santo mi istruì mentre leggevo la storia del comandante Moroni in Alma 44. A questo punto della storia, il comandante Moroni e i Nefiti avevano circondato i Lamaniti presso il fiume

Sidon e li avevano così spaventati da far loro abbandonare le armi. Continuai a leggere, pensando a quanto, in classe, mi sarebbe piaciuto essere come il comandante Moroni: carismatico, sicuro di me e vincente.

Lessi l'intero dialogo e notai che Moroni disse a Zerahemna e ai Lamaniti che erano obbligati a fare una scelta: “[Consegnate] le vostre armi di guerra, e noi [...] vi risparmieremo la vita, se andrete per la vostra strada e non verrete più a farci la guerra” altrimenti “se non lo fate, [...] commanderò ai miei uomini di piombare su di voi” (Alma 44:6, 7). Mi resi conto che stava facendo quello che il mio responsabile mi aveva detto di fare! “Offri loro due scelte e poi vai fino in fondo”, aveva detto. Tenendolo presente, adottai il motto di Moroni: “Ecco, termineremo il conflitto” (Alma 44:10).

Munito dei principi che avevo imparato leggendo nelle Scritture una storia su uno dei miei eroi, tornai in classe sicuro del mio piano di battaglia. Avevo una miniatura del comandante Moroni e la tenni nella tasca della camicia per il resto dell'anno scolastico come promemoria del modo in cui il comandante Moroni mi aveva insegnato a gestire una classe delle scuole medie. Quando offrii ai miei studenti due scelte, il loro comportamento migliorò, iniziarono a completare i loro compiti e andammo più d'accordo. L'anno giunse al termine e fu comunque difficile, ma con la preghiera esaudita e con il potere delle Scritture, riuscii a “terminare il conflitto”. ■

Ben Floyd, Washington, USA

DIGIUNARE E PREGARE PER EMMA

Cecilie Norrung

Quando mia figlia è caduta dalla finestra, ho temuto che si realizzassero le nostre più terribili paure.

La mia famiglia era appena tornata da una meravigliosa vacanza. Dopo cena, avevo lasciato che i nostri due figli, Markus di quattro anni e Emma di tre anni, giocassero in camera nella mezzanina del nostro appartamento al quarto piano. In Danimarca, le finestre si aprono verso l'esterno, come le persiane. Di solito sono bloccate, ma noi le avevamo lasciate socchiuse per le vacanze in modo che entrasse dell'aria mentre eravamo in viaggio.

Stavo lavando i piatti quando improvvisamente ho sentito che stava succedendo qualcosa di terribile. Sono corsa in sala, mentre Markus scendeva di corsa le scale. Urlava terrorizzato che Emma era caduta dalla finestra — una finestra a dodici metri dal marciapiede di cemento. Mi sono precipitata giù dalle scale, urlando ripetutamente il nome di Emma. Ho visto il corpicino di mia figlia steso sul cemento, come se fosse senza vita. Quando l'ho sollevata, era completamente inerme e pensavo che le mie peggiori paure fossero confermate. Mio marito, che mi aveva seguito fuori, l'ha presa in braccio e le ha dato immediatamente una benedizione del sacerdote.

L'ambulanza è arrivata velocemente e io e Markus abbiamo fatto una preghiera mentre i paramedici curavano Emma. Siamo saliti subito sull'ambulanza, diretti all'ospedale.

Ben presto siamo stati raggiunti, nell'unità di terapia intensiva, dai nostri parenti, venuti per sostenerci. Markus è andato a casa con i cugini, mentre io e mio marito siamo rimasti in ospedale, non conoscendo ancora le condizioni di Emma.

Dopo quella che era sembrata una lunga attesa, è venuto finalmente uno dei dottori, chiedendoci i dettagli dell'incidente. Ci è stato detto che, di solito, una caduta da tale altezza provoca lesioni interne e lascia solo poche possibilità di sopravvivenza. Emma aveva il bacino fratturato e un trauma cranico, ma le sue ferite erano solo superficiali. Il dottore ha detto che doveva averla presa un angelo.

Benché fosse già un miracolo che fosse sopravvissuta, Emma era ancora incosciente a causa del trauma cranico. Mio marito e due cari amici le hanno dato un'altra benedizione. Nella benedizione le è stato promesso che sarebbe guarita completamente, senza alcun danno permanente e che questa sarebbe stata per lei un'esperienza positiva. Sentivo una gratitudine immensa per il potere del sacerdozio. Tutte le mie suppliche notturne erano state esaudite.

Emma è uscita dal coma quattro giorni dopo. In quei quattro giorni, i nostri amici, i membri della Chiesa e altre persone avevano digiunato e pregato per lei. Sentivo tutto attorno a me le preghiere dei santi fedeli che





rafforzavano la mia famiglia e me. Sentivo come se il Padre Celeste mi abbracciasse e mi confortasse.

Il nostro palo aveva indetto un digiuno il giorno prima che lei si risvegliasse. Crediamo che il Padre Celeste abbia esaudito le nostre preghiere e che il risveglio di Emma sia stato la conseguenza del digiuno. Da allora in poi Emma è guarita velocemente. Cinque giorni dopo ha detto la sua prima parola dall'incidente e nove giorni dopo è stata dimessa dall'ospedale. Ha passato cinque settimane su una sedia a rotelle e poi ha cominciato la fisioterapia.

Circa un mese dopo l'incidente, a furia di sollevare Emma, ho avuto dei problemi alla schiena. Mi ha preso un senso di impotenza, non solo fisica ma anche spirituale. Come potevo continuare a prendermi cura di lei?

Una notte il senso di colpa per la mia impotenza è diventato troppo forte da sopportare. Sono uscita di casa e ho trovato una panchina nel parco, dove ho pregato il Padre Celeste per circa un'ora. Per la prima volta nella mia vita, mi sono sentita sopraffatta dal miracoloso potere dell'Espiazione del Salvatore. Dopo la preghiera, tutte le pene e le sofferenze che stavo provando mi sono state tolte, tutti i miei fardelli sono stati sollevati dalle mie spalle. Emma era ancora sulla sedia a rotelle e io mi curavo la schiena, ma sono stata sostenuta nell'andare avanti.

Un anno dopo, Emma poteva correre, ridere, raccontare storie e pensare come fa una bambina di quattro anni.

Sappiamo che c'è un Padre in cielo che si cura di noi e ci conosce personalmente. Sa quali difficoltà affrontiamo. Non dubiterò mai dei miracoli che opera tramite la preghiera, il digiuno e le benedizioni del sacerdozio. ■

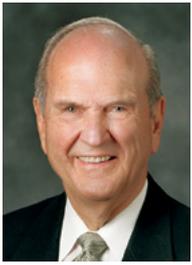
L'autrice vive nella Regione di Hovedstaden, in Danimarca.



QUAL È LA NOSTRA REAZIONE NEI CONFRONTI DELLE DIFFICOLTÀ?

“Quando le difficoltà si presentano nella nostra vita, qual è la nostra reazione immediata? È confusione, dubbio o allontanamento spirituale? È un duro colpo per la nostra fede? Accusiamo Dio o gli altri delle nostre circostanze? Oppure la nostra prima reazione è quella di ricordare chi siamo — che siamo figli di un Dio amorevole? E a questa, si accompagna una fiducia assoluta nel fatto che Egli permette alcune sofferenze terrene *perché* sa che ci benediranno, come il fuoco del raffinatore, facendoci diventare come Lui e ottenere la nostra eredità eterna?”.

Anziano Donald L. Hallstrom, membro della presidenza dei Settanta, “Sono un figlio di Dio”, *Liahona*, maggio 2016, 27.



**Presidente
Russell M. Nelson**
Presidente del
Quorum dei Dodici
Apostoli

Essere . veri millennial

Molte persone fanno riferimento a voi come ai *millennial*. Ammetto che quando i ricercatori parlano di voi usando tale termine e descrivono ciò che i loro studi rivelano a vostro riguardo — ciò che vi piace e ciò che non vi piace, i vostri sentimenti e le vostre inclinazioni, i vostri punti di forza e le vostre debolezze — mi sento a disagio. C'è qualcosa nel modo in cui costoro usano il termine *millennial* che mi urta. Francamente, sono meno interessato a ciò che gli *esperti* hanno da dire su di voi rispetto a quello che il Signore mi ha detto di voi.

Quando prego per voi e chiedo al Signore ciò che *Egli* pensa di voi, sento qualcosa di molto diverso da ciò che dicono i ricercatori. Le impressioni spirituali che ho ricevuto su di voi mi portano a credere

che il termine *millennial* possa in realtà essere perfetto per voi — per un motivo molto diverso, però, da quello che gli esperti potranno mai comprendere.

Il termine *millennial* è perfetto per voi se tale termine vi ricorda chi siete *davvero* e quale sia *davvero* il vostro scopo nella vita. Un vero “millennial” è colui a cui è stato insegnato e che ha insegnato a sua volta il vangelo di Gesù Cristo nell'esistenza pre-terrena, che lì ha stipulato alleanze con il Padre Celeste riguardo a cose coraggiose — persino cose *moralmente* coraggiose — che avrebbe fatto mentre si sarebbe trovato qui sulla terra.

Un vero “millennial” è un uomo (o una donna) di cui Dio si è fidato a tal punto da mandarlo sulla terra durante la dispensazione più

Siete una “generazione eletta”, prescelta da Dio per svolgere un’opera straordinaria — per contribuire a preparare le persone di questo mondo alla seconda venuta del Signore.

avvincente della storia di questo mondo. Un vero “millennial” è un uomo (o una donna) che vive adesso per aiutare a preparare le persone di questo mondo per la seconda venuta



di Gesù Cristo e per il Suo regno millenario. Potete starne certi, siete nati per essere dei veri “millennial”.

La domanda è: “Come potete ergervi e vivere come veri ‘millennial?’”. Ho quattro raccomandazioni.

1. Scoprite chi siete davvero

Dedicate del tempo a meditare con l'aiuto della preghiera sui seguenti fatti:

- Voi siete eletti figli e figlie di Dio.
- Siete stati creati a Sua immagine.
- Siete stati istruiti nel mondo degli spiriti per poter essere preparati per qualsiasi cosa e per tutto ciò che avreste affrontato durante quest'ultima parte degli ultimi giorni (vedere DeA 138:56). Ciò che vi è stato insegnato sopravvive dentro di voi!

State vivendo nell'“undicesima ora”. Il Signore ha dichiarato che questa è l'ultima volta in cui chiamerà dei lavoratori nella Sua vigna per radunare gli eletti dai quattro canti della terra (vedere DeA 33:3–6). E voi siete stati mandati per partecipare a tale raduno. Ho visto ripetutamente in prima persona la potente influenza dei veri “millennial” quando portano gli altri alla conoscenza della verità. Fa parte della vostra identità e del vostro scopo quale progenie di Abrahamo! (Vedere Galati 3:26–29).

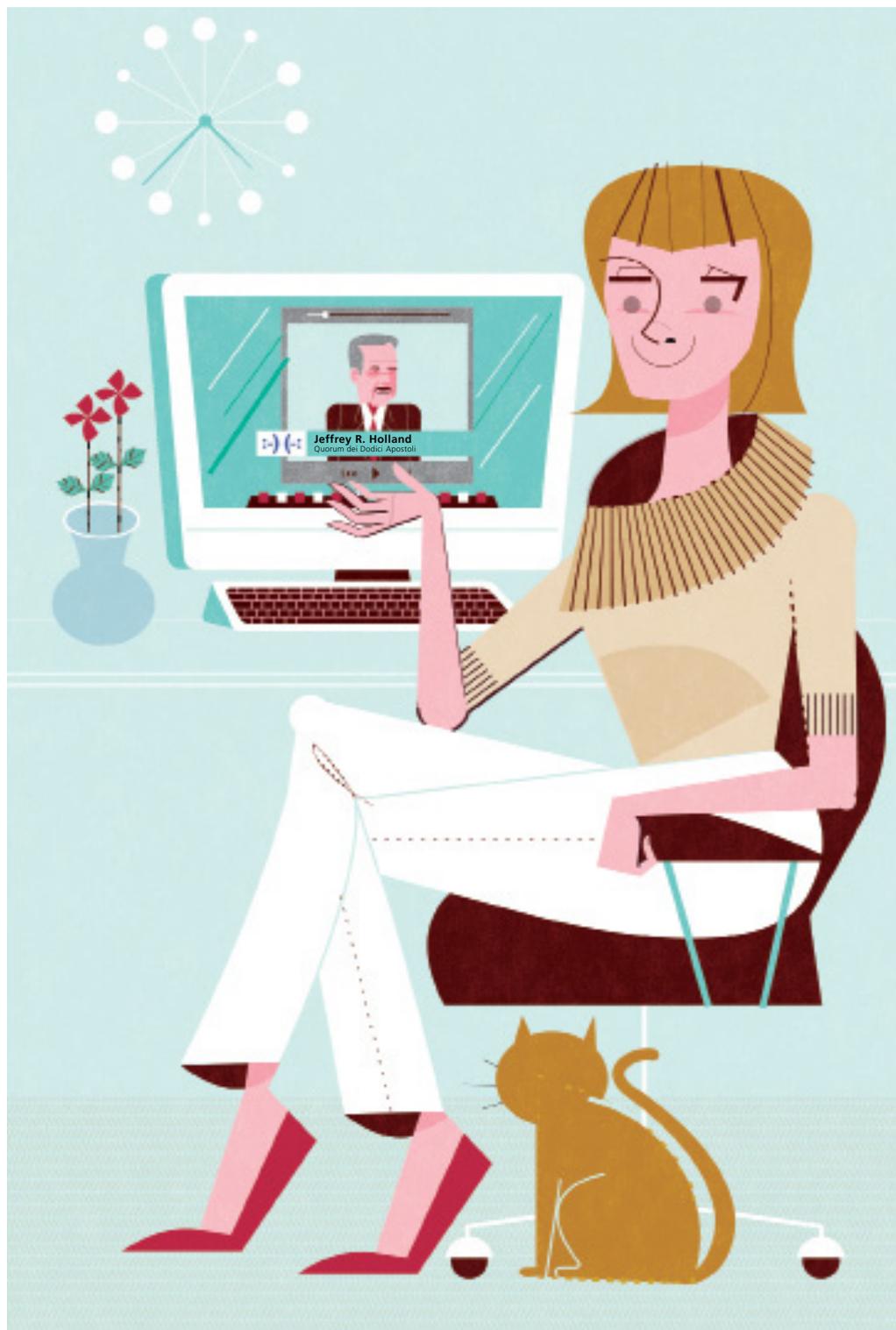
Molti mesi fa, mia moglie Wendy e io abbiamo vissuto un'esperienza straordinaria nella lontana Siberia. Tra coloro che viaggiavano con noi durante il nostro giorno di preparazione a Irkutsk c'erano il presidente di missione, Gregory S. Brinton; sua moglie, Sally, e il loro figlio Sam,

appena ritornato dalla missione che aveva svolto in Russia. Abbiamo visitato il bellissimo Lago Bajkal e un mercato sulle sue rive.

Quando abbiamo fatto ritorno al nostro furgone, ci siamo accorti che mancava Sam. Alcuni attimi dopo è apparso, accompagnato da una donna di mezza età di nome Valentina. Nella sua lingua natia, il russo, Valentina ha

esclamato con entusiasmo: “Voglio conoscere la madre di questo ragazzo. È talmente educato, intelligente e gentile! Voglio conoscere sua madre!”. Valentina era stata attratta dal volto radioso e luminoso di Sam.

Sam ha presentato Valentina al padre e alla madre, le ha dato un opuscolo sul Salvatore e ha fatto in modo che i missionari la visitassero.



Quando, in seguito, i missionari sono tornati da lei con una copia del Libro di Mormon, ella ha promesso di leggerlo. Molte altre donne che lavorano nello stesso mercato sono rimaste entusiaste del nuovo libro che Valentina aveva ricevuto. Non sappiamo ancora come è andata a finire la storia, ma grazie alla luce peculiare che Sam irradiava, Valentina e alcune delle sue amiche hanno conosciuto il Vangelo.

I veri “millennial”, come Sam, sanno chi sono davvero. Sono devoti discepoli di Gesù Cristo che cercano istintivamente ogni opportunità di aiutare se stessi e gli altri a prepararsi per il regno millenario del nostro Salvatore.

Dunque, la mia prima raccomandazione è che impariate *personalmente* chi siete davvero. Chiedete al vostro Padre Celeste, nel nome di Gesù Cristo, che cosa pensa di voi e della vostra missione qui sulla terra. Se chiedete con intento reale, col tempo lo Spirito vi sussurrerà la verità che cambierà la vostra vita. Annotate tali impressioni, riguardatele spesso e seguitele con esattezza.

Vi prometto che, quando inizierete a comprendere anche in minima parte il modo in cui il vostro Padre Celeste vi vede e ciò che si aspetta che voi facciate per Lui, la vostra vita non sarà più la stessa.

2. Aspettatevi l'impossibile e preparatevi a realizzarlo

Dio ha sempre chiesto ai Suoi figli dell'alleanza di fare cose difficili. Poiché siete figli e figlie di Dio che osservano le alleanze, che vivono nell'ultima parte di questi ultimi giorni,

il Signore chiederà a *voi* di fare cose difficili. Potete starne certi, le prove affrontate da Abrahamo non hanno avuto fine con Abrahamo (vedere DeA 101:4–5).

So quanto possa intimidirvi che vi venga chiesto di fare qualcosa che sembra essere ben al di là delle vostre capacità. Ero membro del Quorum dei Dodici Apostoli soltanto da diciannove mesi quando il presidente Spencer W. Kimball (1895–1985) morì. Durante la prima riunione della

Voi siete stati mandati per partecipare al raduno degli eletti. Ho visto ripetutamente in prima persona la potente influenza dei veri “millennial” quando portano gli altri alla conoscenza della verità.

Prima Presidenza e del Quorum dei Dodici Apostoli dopo la sua ordinazione, il presidente Ezra Taft Benson (1899–1994), assegnò compiti specifici ai Dodici. Le sue istruzioni per me includevano: “Anziano Nelson, il tuo compito è quello di aprire le nazioni dell'Europa orientale alla predicazione del Vangelo”.

Questo accadde nel 1985. Durante il periodo di tensioni politiche a cui facciamo riferimento con il nome di Guerra Fredda, non soltanto un muro vero e proprio divideva la città di Berlino, ma tutta l'Europa orientale era sotto il giogo oppressivo del

comunismo. Le chiese erano chiuse e il culto religioso era severamente limitato.

Avevo passato gran parte della mia vita professionale ad aprire cuori per eseguire interventi che salvassero la vita, ma non avevo *affatto* l'esperienza che mi portasse a credere che sarei stato in grado di aprire delle nazioni alla predicazione del Vangelo. Tuttavia, un profeta mi aveva affidato un compito, perciò mi misi all'opera per fare ciò che sembrava letteralmente impossibile.

Fin dal principio incontrai molti ostacoli. Arrivai nella maggior parte delle nazioni senza nemmeno sapere dove andare. Persino quando riuscivo a trovare il nome di un funzionario preposto del governo, succedeva spesso che un incontro venisse cancellato all'ultimo minuto o posticipato. In una nazione, quando un appuntamento fu rimandato di due giorni, non mancarono le occasioni in cui fui intenzionalmente messo alla prova, tra cui stratagemmi per guadagnare denaro in nero e per compiere altre attività illecite. In un'altra occasione, una riunione iniziò con la richiesta che me ne andassi via *immediatamente!*

Tuttavia, il Signore è in grado di svolgere la propria opera (vedere 2 Nefi 27:20–21), e ho avuto il privilegio di vedere accadere una serie di miracoli, sempre e soltanto *dopo* aver offerto all'impresa le mie idee migliori, il mio impegno più coraggioso e le mie preghiere più sincere.

Alcune di quelle nazioni concessero il riconoscimento alla Chiesa prima della caduta del Muro di

Berlino. Il riconoscimento da parte delle altre venne dopo. Nel 1992 ho potuto riferire al presidente Benson che la Chiesa era stata stabilita in ogni nazione dell'Europa orientale.

Quali veri "millennial" su cui il Signore può contare, anche *voi* farete la storia! Vi sarà chiesto di accettare compiti difficili e di diventare uno strumento nelle mani del Signore. Ed Egli vi renderà capaci di compiere l'impossibile.

In che modo riuscirete a compiere l'impossibile? Facendo qualsiasi cosa necessaria per rafforzare la vostra fede in Gesù Cristo, approfondendo la vostra comprensione della dottrina insegnata nella Sua chiesa restaurata, e cercando senza posa la verità. Quando vi verrà chiesto di fare cose impossibili, voi — quali veri "millennial" ancorati alla pura dottrina — sarete in grado di accettare la sfida con fede e con tenace persistenza e farete allegramente tutto ciò che è in vostro potere per adempiere i propositi del Signore (vedere DeA 123:17).

Ci saranno giorni in cui sarete completamente scoraggiati. Pregate, dunque, di ricevere il coraggio di non arrendervi! Avrete bisogno di tale forza perché sarà sempre meno popolare essere un santo degli ultimi giorni. Purtroppo, persone che considerate amici vi tradiranno, e alcune cose semplicemente sembreranno ingiuste.

Tuttavia, vi prometto che se seguirete Gesù Cristo troverete pace continua e gioia vera. Se osserverete le vostre alleanze con maggiore esattezza e se difenderete la Chiesa e il regno di Dio sulla terra oggi,

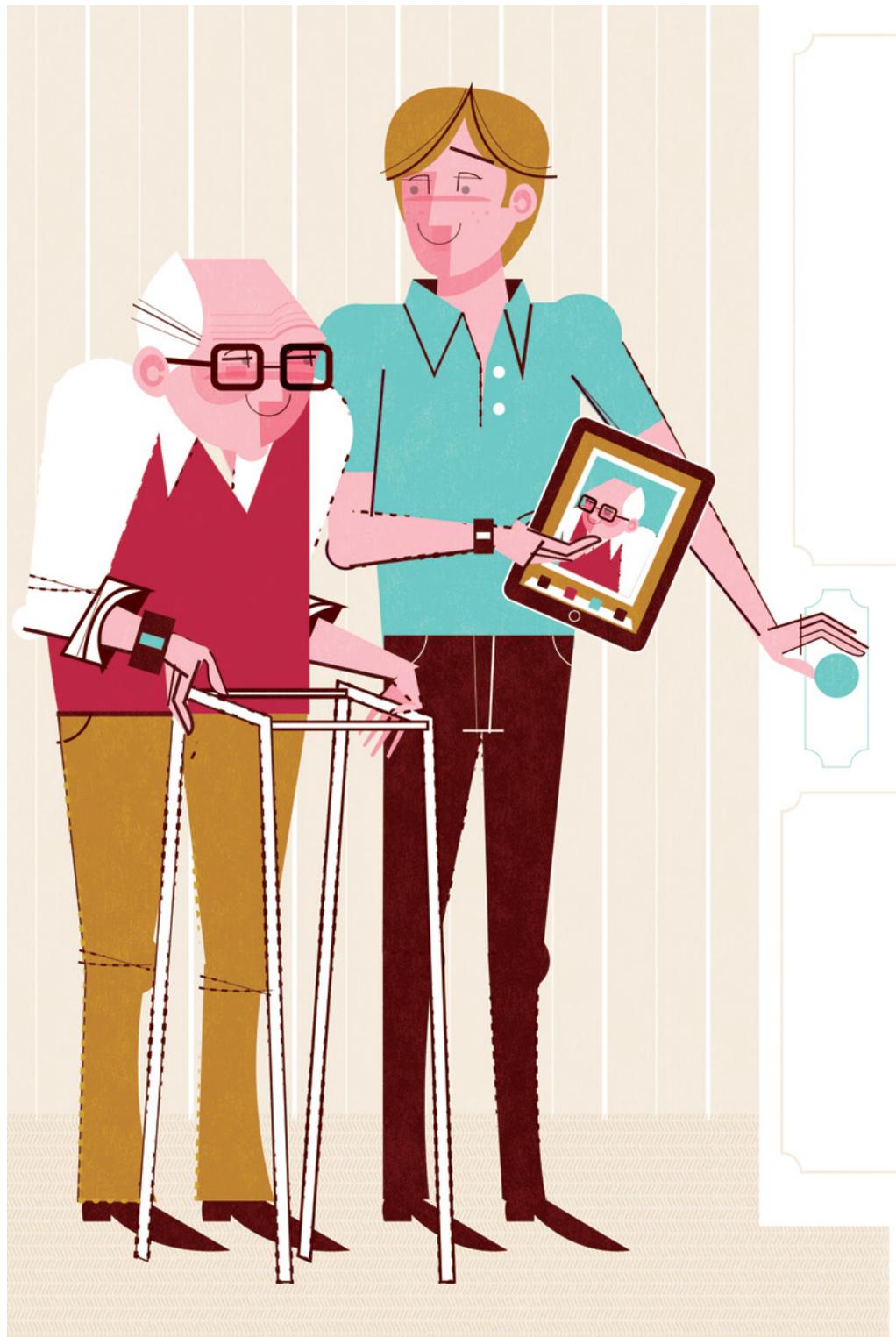
il Signore vi benedirà con forza e saggezza per poter compiere l'impossibile.

3. Imparate ad accedere ai poteri del cielo

Tutti noi abbiamo delle domande. Cercare di imparare, di comprendere e di riconoscere la verità è una parte vitale della nostra esperienza terrena.

Ho trascorso gran parte della mia vita a fare ricerche. Anche voi imparerete meglio ponendo domande ispirate.

In questo preciso istante alcuni di voi stanno lottando per sapere che cosa fare della propria vita. Altri si chiedono se hanno ricevuto il perdono dei loro peccati. La maggior parte di voi si sta chiedendo chi sia e dove si trovi il proprio compagno



eterno — e chi non se lo sta chiedendo dovrebbe farlo.

Alcuni potrebbero chiedersi perché la Chiesa fa alcune delle cose che fa. Forse molti di voi non sono sicuri di come ricevere risposte alle proprie preghiere.

Il nostro Padre Celeste e Suo Figlio sono pronti a rispondere alle vostre domande attraverso il ministero dello Spirito Santo. Tuttavia, sta a voi scoprire come qualificarvi per ricevere quelle risposte.

Da dove potete cominciare? Iniziate col trascorrere più tempo in luoghi santi. Il tempio è un luogo sacro, come lo è la cappella, dove ogni domenica rinnovate le vostre alleanze tramite il sacramento. Vi invito anche a rendere il vostro appartamento, il vostro dormitorio, la vostra casa o la vostra stanza un luogo santo in cui potete rifugiarvi dalle tetre distrazioni del mondo.

La preghiera è una chiave. Pregate per sapere ciò che dovete smettere di fare e ciò che dovete iniziare a fare. Pregate per sapere cosa aggiungere al vostro ambiente e cosa togliere, affinché lo Spirito possa essere con voi abbondantemente.

Supplicate il Signore di darvi il dono del discernimento. Poi vivete e impegnatevi in modo tale da essere degni di ricevere tale dono affinché, quando nel mondo sorgeranno eventi che confondono, saprete esattamente cosa è vero e cosa non lo è (vedere 2 Nefi 31:13).

Servite con amore. Servire amorevolmente coloro che hanno smarrito la via o che sono feriti nello spirito, apre il vostro cuore alla rivelazione personale.

Passate più tempo — molto più tempo — in luoghi in cui lo Spirito è presente. Ciò significa più tempo con amici che cercano la compagnia dello Spirito. Passate più tempo inginocchiati in preghiera, più tempo a leggere le Scritture, più tempo ricercando la storia della vostra famiglia, più tempo nel tempio. Vi prometto che, se darete costantemente al Signore una porzione generosa del vostro tempo, Egli moltiplicherà il rimanente.

Vi sarà chiesto di accettare compiti difficili e di diventare uno strumento nelle mani del Signore. Ed Egli vi renderà capaci di compiere l'impossibile.

Sosteniamo quindici uomini che sono ordinati profeti, veggenti e rivelatori. Quando sorgono problemi spinosi — e sembra che diventino ogni giorno più spinosi — questi quindici uomini tribolano nel risolvere tali questioni, poiché tentano di vedere tutte le ramificazioni dei vari corsi di azione, e cercano diligentemente di udire la voce del Signore. Dopo aver digiunato, pregato, studiato, riflettuto ed essermi consigliato con i miei Fratelli su questioni importanti, non è insolito che mi svegli durante la notte con ulteriori impressioni su problemi che ci preoccupano. Lo stesso accade anche ai miei Fratelli.

La Prima Presidenza e il Quorum dei Dodici Apostoli si consultano e condividono tutto ciò che il Signore ci ha portato a comprendere e a sentire, individualmente e collettivamente. Poi, rimaniamo a guardare il Signore che ispira il presidente della Chiesa a proclamare la Sua volontà.

Tale processo profetico è stato seguito nel 2012 per il cambiamento dell'età minima per i missionari e nuovamente con le recenti aggiunte al manuale della Chiesa in seguito alla legalizzazione in alcuni paesi del matrimonio tra persone dello stesso sesso. Pieni di compassione per tutte le parti coinvolte, ma specialmente per i figli, abbiamo lottato a lungo per comprendere la volontà del Signore su questo argomento.

Tenendo sempre presente il piano di salvezza di Dio e la Sua speranza che ognuno dei Suoi figli ottenga la vita eterna, abbiamo analizzato innumerevoli modifiche e combinazioni di possibili scenari che si sarebbero potuti creare. Ci siamo riuniti ripetutamente nel tempio in digiuno e in preghiera, e abbiamo cercato ulteriore guida e ispirazione. Poi, quando il Signore ha ispirato il Suo profeta, il presidente Thomas S. Monson, a dichiarare la Sua mente e la Sua volontà, ognuno di noi ha sentito, in quel momento sacro, una conferma spirituale. È stato nostro privilegio, quali apostoli, sostenere ciò che il Signore aveva rivelato al presidente Monson. La rivelazione che il Signore concede ai Suoi servitori è un processo sacro, così come lo è il vostro privilegio di ricevere rivelazione personale.

Miei cari fratelli e mie care sorelle, avete tanto diritto di conoscere la mente e la volontà del Signore per la vostra vita quanto l'abbiamo noi apostoli per la Sua Chiesa. Proprio come richiede a *noi* di cercare e di meditare, di digiunare e di pregare, di studiare e di lottare con le questioni difficili, il Signore richiede a *voi* di fare lo stesso quando cercate le risposte alle vostre domande.

Potete imparare a udire la voce del Signore tramite i sussurri dello Spirito Santo.¹ Per quanto Google, Twitter e Facebook possano sembrare utili, semplicemente non forniscono le risposte alle vostre domande più importanti!

Miei cari giovani amici, potete conoscere il pensiero e la volontà del Signore per la vostra vita. Non dovete rimanere nel dubbio se siete dove il Signore vuole che siate o se state facendo quello che Egli vuole che facciate. Potete saperlo! Lo Spirito Santo "vi mostrerà tutte le cose che dovrete fare" (2 Nefi 32:3).

4. Seguite i profeti

Nel 1979, mentre servivo come presidente generale della Scuola Domenicale, fui invitato a partecipare a un seminario per i rappresentanti regionali durante il quale il presidente Kimball fece un discorso ispirato sull'aprire le porte di nazioni, come la Cina, che allora erano chiuse alla Chiesa. Egli sfidò tutti i presenti a studiare il cinese mandarino affinché potessimo offrire le nostre competenze professionali per aiutare il popolo cinese.

A me, la sfida del presidente Kimball sembrò un mandato

profetico. Perciò, quella stessa sera, chiesi a mia moglie, Dantzel, se fosse disposta a studiare il cinese mandarino con me. Accettò e trovammo un insegnante che ci aiutasse. Naturalmente non imparammo a parlare il mandarino molto bene, ma imparammo abbastanza così che fui molto più pronto ad accettare l'invito che mi fu esteso l'anno

seguito (tramite una serie di eventi molto inaspettati) ad andare in Cina in veste di professore in visita per insegnare come eseguire interventi chirurgici a cuore aperto.

Andiamo avanti di cinque anni, fino al 1985, l'anno dopo essere stato chiamato a servire nel Quorum dei Dodici. Un giorno ricevetti una richiesta urgente di andare in Cina



per eseguire un intervento chirurgico a cuore aperto su un famoso cantante lirico, considerato in tutta la Cina come un eroe nazionale. Spiegai che le mie responsabilità ecclesiastiche a tempo pieno mi impedivano di andare, ma i dottori in Cina mi implorono di andare a eseguire l'intervento per salvare una vita.

Parlai della situazione con il mio presidente di quorum e con la Prima Presidenza. Essi si sentirono ispirati a dirmi che, come favore alla popolazione della Cina, dovevo andare ad eseguire l'intervento.

Così lo feci. Fortunatamente, l'intervento fu un successo! Tra l'altro, quello fu l'ultimo intervento a cuore aperto che eseguii. Fu a Jinan, in Cina, il 4 marzo 1985.

Ora, andiamo nuovamente avanti nel tempo, questa volta a ottobre 2015. Wendy e io siamo stati invitati a tornare alla Shandong University School of Medicine di Jinan. Siamo rimasti esterrefatti quando mi hanno accolto calorosamente come “un vecchio amico” della Cina e ho incontrato i chirurghi a cui avevo insegnato trentacinque anni prima. Un momento importante della nostra visita è stato l'incontro con il figlio e il nipote di quel famoso cantante lirico. Tutte queste esperienze incredibili sono state possibili per un motivo: ho seguito il consiglio di un profeta di studiare il cinese mandarino!

I profeti vedono gli eventi futuri. Essi vedono i pericoli tormentosi che l'avversario ha posto o che porrà sul nostro sentiero. I profeti prevedono anche le grandi possibilità e i grandi

privilegi che attendono coloro che ascoltano *con l'intento di obbedire*. So che questo è vero! L'ho provato in prima persona più volte.

Il Signore ci ha promesso che Egli non permetterà mai che il profeta ci svii. Il presidente Harold B. Lee (1899–1973) ha dichiarato: “Quello che vi diranno le autorità della Chiesa potrà non piacervi; forse sarà contrario alle vostre opinioni politiche [o alla vostra visione della società]; forse interferirà con il vostro modo

Quando sapete che un profeta è un profeta, potete rivolgervi al Signore in umiltà e fede e chiedere di ricevere una testimonianza riguardo a qualsiasi cosa il Suo profeta abbia proclamato.

di vivere. Ma se ascolterete queste cose come se venissero dalla bocca del Signore con pazienza e fede, la promessa è che ‘le porte dell’inferno non prevarranno contro di voi; [...] e il Signore Iddio disperderà i poteri delle tenebre dinanzi a voi e farà sì che i cieli siano scossi per il vostro bene e per la gloria del suo nome’ (DeA 21:6)”².

Potreste non capire sempre ogni dichiarazione di un profeta vivente; tuttavia, quando sapete che un profeta è un profeta, potete rivolgervi al Signore in umiltà e fede e chiedere di ricevere una testimonianza riguardo

a qualsiasi cosa il Suo profeta abbia proclamato.

Circa nel 40 a.C., molti Nefiti si unirono alla Chiesa ed essa prosperò; ma le associazioni segrete iniziarono a crescere e molti dei loro capi astuti si nascosero tra il popolo ed erano difficili da individuare. Man mano che il popolo cresceva nell'orgoglio, molti Nefiti iniziarono a “beffarsi di ciò ch'era sacro, negando lo spirito di profezia e di rivelazione” (Helaman 4:12).

Quelle stesse minacce sono in mezzo a noi oggi. La triste realtà è che ci sono dei “servitori di Satana” (DeA 10:5) inseriti nella società. State dunque attenti, chiedendovi di chi sono i consigli che seguite (vedere Helaman 12:23).

Miei amati fratelli e sorelle, siete nati per essere veri “millennial”. Siete una “generazione eletta” (1 Pietro 2:9), prescelta da Dio per svolgere un'opera straordinaria — per contribuire a preparare le persone di questo mondo alla seconda venuta del Signore. ■

Tratto da una riunione per i giovani adulti a livello mondiale: “Diventare veri millennial”, tenuta presso la Brigham Young University–Hawaii il 10 gennaio 2016. Per leggere il discorso completo, visitate broadcast.lds.org.

NOTE

1. Nel febbraio 1847, tre anni dopo il suo martirio, il profeta Joseph Smith apparve al presidente Brigham Young e gli diede questo messaggio: “Chiedi alle persone di essere umili, fedeli e di assicurarsi di tenere con loro lo Spirito del Signore, che li guiderà in rettitudine. Stai attento a non allontanare da te la voce dolce e sommessa dello Spirito, poiché ti mostrerà che cosa fare e dove andare” (in *Insegnamenti dei presidenti della Chiesa – Joseph Smith* [2007], 101).
2. *Insegnamenti dei presidenti della Chiesa – Harold B. Lee* [2001], 84–85.

Il miracolo del

fuoco lento

David A. Edwards
Riviste della Chiesa

Immaginate un giovane a casa, solo e affamato (so che è difficile, ma provate a immaginarlo). Ora immaginate che questo giovane decida di prepararsi da solo, per la prima volta in vita sua, un sandwich al formaggio grigliato.¹ Immaginate che i suoi genitori non gli abbiano mai insegnato come preparare del formaggio grigliato e che lui non li abbia mai guardati mentre lo preparavano loro.

Diciamo, però, che questo giovane prende tutti gli ingredienti giusti: pane, formaggio, un po' di burro da spalmare all'esterno del pane (e, visto che è intelligente, della maionese da spalmare all'interno). Poi, prende la padella e la mette sul fuoco (immaginiamo anche che non abbia la piastra apposita o un altro elettrodomestico per preparare questa delizia).

Ora immaginate che gli venga un'idea — un'idea che così tante persone non hanno mai avuto perché abbastanza ignoranti (o temporaneamente abbastanza folli) da pensare: “Se metto il fuoco al massimo, sarà pronto prima”.

Immaginate che cosa accade dopo (probabilmente non sarà neanche necessario farlo).

Avrà un sandwich perfettamente croccante, ben dorato, oppure il formaggio ben fuso — ma non entrambi. Molto probabilmente avrà del pane che sembra (anche al gusto) un pezzo di carbone con del formaggio fuso a metà, che lascia lo stesso gusto di una favola lasciata a metà.

Il suo problema, come potete vedere, è una combinazione di ignoranza (che è scusabile) e di impazienza (che, benché comprensibile, è meno scusabile). Se ripetesse questo errore anche la volta successiva, sarebbe ancora meno scusabile perché non potrebbe più essere imputato all'ignoranza ma quasi interamente all'impazienza.

Per farlo bene, dovrebbe scoprire il miracolo del fuoco lento.

LENTO NON È TEDIOSO

Il fuoco lento di una cucina è perfetto per grigliare il formaggio e per molti altri piatti, perché permette al cibo di cuocersi completamente senza bruciare l'esterno. L'unico punto negativo è che richiede più tempo e attenzione, cioè *pazienza*.

Il Signore ha detto: “Continuate con pazienza fino a che siate resi perfetti”

(DeA 67:13). Qui sta parlando del tipo di perfezione che va ben oltre il fare dei sandwich al formaggio perfettamente grigliati; Egli vuole che diventiamo più simili a Lui. Gesù Cristo è il più grande esempio di pazienza. Seguire il Suo esempio vuol dire anche ampliare la nostra prospettiva, guardare al di là delle cose del momento e cercare una maggiore ricompensa grazie all'autocontrollo, alla fede, all'obbedienza, all'impegno serio e costante, alla longanimità e all'amore — in altre parole, all'aver pazienza.

Per definizione, la pazienza implica l'attesa, che può sembrare noiosa ma, come ci ha insegnato il presidente Dieter F. Uchtdorf, secondo consigliere della Prima Presidenza, è molto più che semplicemente aspettare: “Pazienza significa attendere e perseverare attivamente. Significa persistere in una cosa e fare tutto quello che si può: lavorare, sperare e avere fede, sopportando le difficoltà con determinazione, anche quando i desideri del nostro cuore devono aspettare. Pazienza non è solo sopportare, ma è sopportare bene!”².

NOTE

1. Ovviamente, questo giovane è americano. Potrebbe essere di un'altra nazionalità, alle

prese per la prima volta in vita sua con una frittura, delle crepes, del Kartoffelpuffer, del Köttbullar, dei pancake, delle tortilla o del

riso. L'idea è sempre quella.

2. Dieter F. Uchtdorf, “Continuate con pazienza”, *Liahona*, maggio 2010, 57.

Non è semplicemente mettere il sandwich al formaggio in padella e dimenticarsene; è restare a controllarlo e girarlo al momento giusto.

Non è semplicemente andare a scuola, al Seminario o in Chiesa; è imparare o rendere il culto attivamente.

Non è semplicemente aspettare che ci venga data una

testimonianza del Libro di Mormon perché l'abbiamo richiesta; è continuare a leggere, studiare, riflettere, pregare e vivere secondo i precetti di quel libro.

Non è semplicemente restare seduti mentre gli amici prendono in giro la

vostra religione; è pregare per loro, desiderare veramente che subiscano un cambiamento di cuore e fare il possibile perché ciò avvenga.

Non è solo aspettare di avere sedici anni per uscire in coppia; è imparare ad amare l'obbedienza e cercare di comprendere in che modo sarete benedetti se seguirete i consigli dei profeti.



Lo vuoi adesso o lo vuoi fatto bene?



SPINGETEVI INNANZI

“Confidare nel Signore significa piantare il seme della fede e nutrirlo ‘con grande diligenza e con pazienza’ [Alma 32:41]. [...]”

Confidare nel Signore vuol dire ‘[rimanere] fermi’ [Alma 45:17] e ‘[spingersi] innanzi’ nella fede, ‘avendo un perfetto fulgore di speranza’ [2 Nefi 31:20].”

Anziano Robert D. Hales, membro del Quorum dei Dodici Apostoli, “Confidare nel Signore: sia fatta la Tua volontà”, *Liahona*, novembre 2011, 72.

GUARDATE UN VIDEO

Il presidente Dieter F. Uchtdorf spiega che cosa ha a che fare la pazienza con i marshmallow in [lds.org/go/101656](https://www.lds.org/go/101656).

ABBASSATE LA FIAMMA

La pazienza e la temperanza, ovvero l’autocontrollo, fanno entrambe parte del “frutto dello Spirito” (vedere Galati 5:22–23). Benché ci siano cose urgenti che richiedono un’azione immediata o una pronta reazione (proprio come ci sono alcuni alimenti che hanno bisogno della fiamma alta), dovrete tendere a una maggiore pazienza e a un maggior autocontrollo. Se pensate che questo stia già accadendo, allora è un segno che lo Spirito sta operando in voi.

Il miracolo del fuoco lento può darvi dei sandwich al formaggio perfettamente grigliati, degli hamburger che non assomigliano a dischi da hockey con il centro rosa, delle patatine fritte invece che bruciate e un riso soffice e morbido, invece che duro e gommoso. La pazienza compie “appieno l’opera” (Giacomo 1:4) in voi, aiutandovi ad avanzare per diventare più simili a Gesù Cristo,

portando l’influenza dello Spirito Santo e, infine, aiutandovi a dirigerli verso la vita eterna.

Quando notate che qualcosa causa la vostra impazienza, pensate al sandwich al formaggio grigliato (o a qualsiasi altro piatto che abbia senso per voi) e a ciò che sacrifichereste lasciando che l’impazienza guidi le vostre azioni. Se siete colpevoli di lasciarvi prendere troppo spesso dall’impazienza, benvenuti nel club. Potete pentirvi e cercare nuovamente di seguire l’esempio e gli insegnamenti di Gesù Cristo. C’è in gioco più che un sandwich al formaggio grigliato e non è mai troppo tardi per imparare che è possibile raggiungere la perfezione grazie alla pazienza. ■

UNITEVI ALLA CONVERSAZIONE

COSE DA MEDITARE PER LA DOMENICA

- Quali difficoltà quotidiane vi rendono impazienti?
- Come potete essere più pazienti in tutte queste situazioni?

COSE CHE POTRESTE FARE

- Studiate i versetti che parlano della pazienza elencati nella Guida alle Scritture.
- Potreste parlare con la famiglia o in chiesa di stabilire mete per cose specifiche da fare per essere più pazienti.



IMMAGINATI RICOSTRUITO

“Potreste pensare che la vostra vita sia distrutta. [...] Il nostro amorevole Padre Celeste può ricostruirci e [...] lo farà. Il Suo piano è di renderci qualcosa di ben più grande di quello che eravamo, di ben più grande di quanto possiamo immaginare”.

Presidente Dieter F. Uchtdorf, secondo consigliere della Prima Presidenza, conferenza generale di aprile 2016.



IL POTERE DI PERSEVERARE

Jessica Turner,
storia raccontata a Lynne Crandall

Circa un mese prima del mio sedicesimo compleanno, la mia famiglia partì per un giro negli Stati Uniti per visitare alcuni siti storici della Chiesa. Non mi dispiaceva rimanere in macchina per tanto tempo, perché con la mia famiglia ci si divertiva sempre. Ricordo di essere salita in macchina il giorno dopo la visita a Winter Quarters, in Nebraska. Pioveva a catinelle. Mi ero seduta dietro, avevo preso una coperta e mi ero accovacciata ad ascoltare la pioggia mentre mi addormentavo.

Poi, l'unica cosa che ricordo fu che mi sentivo rotolare all'impazzata. In seguito, seppi che la macchina aveva sbandato per la pioggia ed era andata a sbattere contro la barriera di cemento sotto un cavalcavia. Ricordo vagamente qualcuno che mi diceva che avevo la gamba fratturata e che stavamo andando in sala operatoria.

Poco dopo, mentre ero ricoverata in ospedale, mio padre entrò in camera. Si sedette a fianco a me sul letto e mi prese la mano. In qualche modo, sentivo di sapere già che cosa mi avrebbe detto.

Mi disse: "Tesoro, sai dove ti trovi?"

"All'ospedale", risposi.

"Sai che cosa è successo?"

"Abbiamo avuto un incidente".

"Qualcuno ti ha detto come sta il resto della famiglia?"

Esitai e poi risposi di no.

Mi disse che tutti sarebbero stati bene, tranne la mamma. Lei non ce l'aveva fatta.

Mi aspettavo di provare subito un senso di disperazione, ma non fu così. Nonostante lo shock iniziale, in qualche modo, per qualche motivo, sentivo la pace, la dolce sensazione che potevo aver fiducia in Dio che tutto sarebbe andato bene.

Distesa sul letto dell'ospedale, ricordai un particolare sito storico della Chiesa che avevamo visto due giorni prima dell'incidente: Martin's Cove, nel Wyoming. Molti pionieri vi morirono per inedia e per ipotermia. Ricordai di aver visto pile di pietre poste sulle tombe e di aver pensato a quanta fede dovevano aver avuto gli altri pionieri per prendere i carretti a mano e continuare il viaggio. Quella storia mi aveva colpito. Pensando a quell'esperienza, seppi che i pionieri avevano perseverato e che avrei dovuto farlo anch'io, rimanendo forte anche per i miei fratelli più piccoli.

I miei sentimenti di pace iniziali mi accompagnarono per una settimana





Avendo una gamba
rotta e un cuore spezzato,
avevo bisogno di essere guarita.
La speranza mi ha aiutato
ad andare avanti.

e mezzo. Ero seduta sulla sedia a rotelle, a guardare i fuochi d'artificio per la festa del 4 luglio attraverso la finestra dell'ospedale, quando me ne resi pienamente conto: mia madre non c'era più. Non sarebbe stata presente alla cerimonia di diploma. Non ci sarebbe stata quando avrei ricevuto la mia investitura nel tempio. Non avrebbe partecipato al mio matrimonio. Lei non c'era più.

Da quel momento le cose iniziarono a diventare veramente difficili. Il dolore alla gamba era terribile e non avevo appetito. Guardavo la TV senza vederla e dormivo per la maggior parte del tempo. La mia famiglia si preoccupava per me perché non piangevo molto.

Iniziai a piangere molto di più quando arrivammo finalmente a casa nell'Oregon: una casa vuota. All'improvviso dovevo prendermi carico di alcune delle responsabilità della mamma e i miei fratelli si rivolgevano a me per trovare conforto. Cercai di essere forte per loro. Ma non era facile.

Tornare a scuola fu molto difficile. Tutti avevano sentito parlare dell'incidente e chi non ne era a



ELEVATE IL CUORE

“Potreste pensare che la vostra vita sia distrutta. [...] Potreste essere preoccupati, arrabbiati, aggravati o dilaniati dal dubbio. Tuttavia, proprio come il Buon Pastore trova la pecora smarrita, se soltanto eleverete il cuore verso il Salvatore del mondo, Egli vi troverà.

Vi soccorrerà.

Vi solleverà e vi metterà sulle Sue spalle.

Vi porterà a casa”.

Presidente Dieter F. Uchtdorf, secondo consigliere della Prima Presidenza, “Vi metterà sulle Sue spalle e vi porterà a casa”, *Liahona*, maggio 2016, 104.

conoscenza venne a saperlo quando la mia insegnante mi presentò come la ragazza che aveva avuto l'incidente. Mi sentivo sola.

Fu particolarmente dura quando mio padre si risposò nove mesi dopo la morte di mia madre. Sapevo che la mia matrigna era un bene per la nostra famiglia e che avevamo bisogno di lei, ma fu difficile abituarci.

Non tutto era nero in quei momenti difficili. Sentivo il grande amore del mio Padre Celeste, della mia famiglia e dei dirigenti della Chiesa. Ciò che mi aiutò a guarire e ad andare avanti dopo l'incidente fu il fatto di fare cose semplici che rafforzavano la mia fede. Ogni giorno, prima di andare a letto, passavo un'ora nella mia cameretta a leggere le Scritture, a pregare e a scrivere il diario. Sola, nella mia cameretta, non dovevo essere forte per i miei fratelli. Potevo piangere quanto ne avevo bisogno e aprire il mio cuore a Dio. Gli dicevo esattamente quali erano i miei sentimenti e quanto mi mancasse la mamma. Sapevo che mi ascoltava perché sentivo la Sua tenera misericordia. La mia cameretta, per me, era diventata sacra.

Fare quelle semplici cose mi ha aiutato a rimanere vicina a Dio, invece di respingerLo e amareggiarmi. Non vedevo l'incidente come un modo in cui Dio ha voluto far del male alla mia famiglia. Sentivo un maggior potere per essere paziente

e sottomettermi alla Sua volontà e per andare avanti durante quei giorni difficili. E alcuni giorni erano veramente *difficili*.

Dopo il matrimonio di mio padre, volevo essere un buon esempio per i miei fratelli e non volevo assolutamente avere dei sentimenti negativi verso la nostra matrigna, così ho continuato a riporre la mia fiducia in Dio. Una delle attività del Progresso personale si concentrava sul migliorare la vita familiare rafforzando la mia relazione con un membro della famiglia per due settimane. Essenzialmente l'obiettivo era quello di cercare di essere cristiani e dimostrare affetto tramite le azioni. Decisi di provare e di rendere servizio alla mia matrigna.

Con due famiglie riunite, c'erano un sacco di piatti da lavare. Così iniziai da lì. Le due settimane successive, mentre le rendevo servizio, mi sentii capace di amare la mia matrigna e di essere paziente, benché non fossi necessariamente felice della situazione. Il semplice renderle servizio mi ha aiutata a superare i momenti difficili perché sentivo lo Spirito.

Ancora non comprendo completamente perché l'incidente è successo alla mia famiglia e ci sono ancora giornate difficili. Ma, come i pionieri, ho riposto la mia fiducia in Dio e mi è stato dato il potere di perseverare. ■

L'autrice vive nello Utah, USA.



**Anziano
D. Todd Christofferson**
Membro del Quorum
dei Dodici Apostoli

COME METTERE CRISTO AL CENTRO DELLA NOSTRA VITA

Gesù raggiunse un'unità perfetta con il Padre sottomettendo se stesso, corpo e spirito, alla volontà del Padre. Riferendosi al Padre Suo, Gesù disse: "Fate del continuo le cose che gli piacciono" (Giovanni 8:29). Poiché era volere del Padre, Gesù si sottomise anche alla morte, "la volontà del Figlio viene assorbita dalla volontà del Padre" (Mosia 15:7). Il Suo rimettersi al Padre è uno dei motivi principali per cui il ministero di Gesù venne svolto con grande chiarezza e potere. Non c'erano pensieri ambigui che Lo distraevano.

Allo stesso modo, tutti noi possiamo **mettere Cristo al centro della nostra vita e divenire uno con Lui**, come Lui è uno con il Padre (vedere Giovanni 17:20-23). Potremmo iniziare sradicando ogni cosa dalla nostra vita per poi rimetterla assieme con il giusto ordine di priorità, collocando il Salvatore al centro di tutto. Innanzitutto, **dovremmo mettere in pratica quelle cose che ci permettono di ricordarci sempre di Lui**, come la preghiera frequente, lo studio e la

meditazione delle Scritture, lo studio attento degli insegnamenti apostolici, la preparazione settimanale per prendere degnamente il sacramento, il culto domenicale, l'abitudine di scrivere e di ricordare ciò che lo Spirito e l'esperienza ci insegnano sull'essere discepoli. Potrebbero anche venirvi in mente altre cose che si addicono a voi in particolare in questo momento della vostra vita. **Dopo aver trovato il tempo e i mezzi adeguati per fare queste cose, per mettere Cristo al centro della nostra vita, possiamo cominciare ad aggiungere altre responsabilità** e altre cose di valore, come l'istruzione, le responsabilità familiari e gli interessi personali. In questa maniera ciò che è essenziale nella nostra vita non verrà scacciato da ciò che è semplicemente buono e le cose di minor valore avranno una priorità più bassa o resteranno escluse automaticamente.

Benché possa non essere facile, possiamo continuamente **spingerci innanzi con fede** nel Signore. Posso attestare che col tempo il desiderio e la capacità di ricordarci



IN CHE MODO AVETE MESSO IN PRATICA QUESTO PRINCIPIO?

Io e la mia famiglia abbiamo affrontato gravi difficoltà e ora non abbiamo più un detentore del sacerdozio in casa. Le difficoltà ci spingono a inginocchiarci in preghiera. Sono grata di avere le Scritture e la capacità di leggerle ogni giorno. Esse mi hanno insegnato che, benché le decisioni degli altri possano avere un impatto sulla mia vita, il mio valore rimane grande. Sono molto grata di sapere che posso parlare col mio Padre Celeste in qualsiasi momento del giorno e della notte. Questa è una benedizione!

Hailey D., 17 anni, Idaho, USA

sempre del Salvatore e di seguirLo cresceranno. Dovremmo **lavorare** pazientemente per raggiungere questo fine e **pregare sempre** per ricevere il discernimento e l'aiuto divino di cui abbiamo bisogno (vedere 2 Nefi 32:9). ■

Tratto da un discorso tenuto il 27 gennaio 2009 presso la Brigham Young University-Idaho.

Rosemary Thackeray

Da giovane, trascorrevi molte ore osservando mia madre in cucina. Ella preparava pasti, pane, torte e biscotti deliziosissimi per la nostra famiglia. Dopo un po' di tempo, iniziai a leggere le ricette, a seguire le istruzioni e a preparare il cibo. Non dovevo più affidarmi a mia madre, potevo farlo da sola.

Proprio come con la cucina, impariamo il Vangelo e sviluppiamo la nostra testimonianza tramite l'azione. Dopo che Lehi raccontò il sogno dell'albero della vita alla sua famiglia, Nefi disse di voler "vedere, udire e conoscere queste cose" personalmente (1 Nefi 10:17). In altre parole, a Nefi non era bastato ascoltare la testimonianza di suo padre. Voleva imparare ciò che suo padre già sapeva.

La ricetta per apprendere il Vangelo consiste di pochi passi semplici. Potete impiegare le quattro idee seguenti per facilitare il vostro apprendimento del Vangelo in famiglia, in chiesa o durante lo studio personale.

1. Preparatevi a imparare.

Iniziate il vostro studio personale con una preghiera. Chiedete al Padre Celeste di aiutarvi a capire ciò che leggete. Scrivete una o due domande e cercate le risposte. Lo Spirito Santo renderà testimonianza della verità mentre leggerete, mediterete e pregherete (vedere Moroni 10:5).

Preparatevi ad apprendere il Vangelo in chiesa leggendo in anticipo la lezione. Le lezioni di *Vieni e seguitami* sono disponibili su LDS.org e nell'applicazione Gospel Library.

2. Siate parte attiva del vostro apprendimento.

- Leggete per capire. Il numero di pagine che leggete o la velocità con cui le leggete non è tanto importante quanto comprendere ciò che leggete. Potreste dover rileggere alcune frasi diverse volte. Utilizzate un dizionario per cercare le parole che non conoscete. Per esempio, che cosa significa *dispensazione*? Potete usare la Guida alle Scritture per scoprirlo.
- Ponete domande su ciò che state leggendo. Magari vi chiedete: "Che cosa stava accadendo a Gerusalemme quanto Lehi e la sua famiglia partirono? Perché la gente non dava retta a Lehi?"
- Provate a rispondere a queste tre domande in merito a qualsiasi insegnamento evangelico: "Perché questo era importante per le persone dell'epoca?", "In che modo si applica a noi oggi?" e "In che modo si applica a me?"
- Cercate schemi e collegamenti. Per esempio, qual è lo schema alla base del modo in cui Nefi reagiva alle avversità? In che modo il viaggio della sua famiglia nel deserto è simile a quello degli Israeliti fuggiti dall'Egitto?
- Scrivete i vostri sentimenti e le vostre impressioni in un diario. "Trascrivendo [le] impressioni importanti, scoprirete che ne riceverete delle altre. Inoltre, la conoscenza che otterrete sarà a vostra disposizione

UNA RICETTA PER APPRENDERE

Provate questi quattro modi per rendere la parola di Dio deliziosa per la vostra anima.



per il resto della vostra vita” (Richard G. Scott, “Come acquisire la conoscenza e la forza per usarla saggiamente”, *Liahona*, agosto 2002, 12, 14). In particolare, scrivete il significato che tali idee hanno nella vostra vita.

- Fate un disegno. Disegnare è un altro modo per riportare ciò che imparate. Una volta stavo facendo visita a un’amica per una serata familiare, sua nonna raccontò alcune storie personali sulla fede e sulla preghiera. Prima che la lezione cominciasse, la mia amica diede carta e pastelli ai suoi bimbi piccoli in modo che potessero disegnare le storie mentre la loro bisnonna le raccontava. Disegnare li aiutò a prestare attenzione e, durante il racconto, posero persino delle domande per chiarire alcune parti della storia.

3. Studiate e mettete in pratica il Vangelo ogni giorno.

Apprendere richiede impegno; noi dobbiamo applicarci per comprendere (vedere Mosia 12:27). L’anziano M. Russell Ballard del Quorum dei Dodici Apostoli ci ha consigliato di “stabilire un orario e un luogo in cui studiare giornalmente le Scritture, anche se solo per pochi minuti” (“When Shall These Things Be?” *Ensign*, dicembre 1996, 60). Quando studiamo regolarmente, apprendere diventa più facile. Per esempio, ho scoperto che quando li leggo realmente (invece di saltarli), i capitoli di Isaia nel Libro di Mormon iniziano ad avere senso.

Quando si tratta di apprendimento del Vangelo, sapere qualcosa a livello intellettuale non basta. Dobbiamo anche mettere in pratica ciò che impariamo. Quando agiamo in

base alla verità, lo Spirito Santo ce ne dà conferma e la nostra testimonianza cresce. Quando mettiamo in pratica costantemente tale verità, iniziamo a cambiare, convertendoci a Gesù Cristo.

4. Condividete ciò che imparate.

Spiegare con le nostre parole un principio evangelico agli altri ci aiuta a ricordare il principio stesso e a sentire lo Spirito, rafforzando così la nostra testimonianza. La serata familiare è spesso un buon momento per farlo. Inoltre, potete condividere quando parlate con gli amici a scuola o con i vostri familiari durante la cena.

Quando seguiamo questi quattro passi semplici e cerchiamo diligentemente di conoscere il Salvatore, ci viene promesso che “i misteri di Dio [ci] verranno spiegati mediante il potere dello Spirito Santo” (1 Nefi 10:19). ■

L'autrice vive nello Utah, USA.



QUATTRO COSE DI CUI ABBIAMO BISOGNO

“Voi e io non abbiamo bisogno di ausili sofisticati per lo studio e non ci appoggiamo sulla conoscenza spirituale degli altri. Dobbiamo semplicemente avere un sincero desiderio di imparare, la compagnia dello Spirito Santo, le Scritture e una mente attiva e curiosa”.

Anziano David A. Bednar del Quorum dei Dodici Apostoli, “Una riserva di acqua viva” (Riunione del Sistema Educativo della Chiesa per i Giovani Adulti, 4 febbraio 2007), 3, si.lds.org.

“Alcune persone mi dicono che ho bisogno di amici che non condividono i miei standard per poter rafforzare i miei. È vero?”

Rafforziamo i nostri standard, o norme, imparando e mettendo in pratica il vangelo di Gesù Cristo, e gli amici possono aiutarci a farlo oppure ostacolarci. Gli amici hanno una grande influenza su di noi: dal modo in cui pensiamo, parliamo e agiamo fino alla persona che diventiamo. Il libretto *Per la forza della gioventù* raccomanda: “Scegli amici che abbiano i tuoi stessi valori, in modo da rafforzarti e incoraggiarti a vicenda nel vivere le vostre alte norme morali” ([2011], 16). Questo tipo di amici ci aiuta a vivere secondo il vangelo di Gesù Cristo, a tener fede alle nostre norme e a diventare persone migliori.

Ma non tutte le persone che conosci hanno norme simili alle tue oppure sono membri della Chiesa. È importante essere amici di tutti e trattarli nel modo in cui li tratterebbe il Salvatore: con affetto e gentilezza. Continuando a rispettare le tue norme, puoi essere “d’esempio ai credenti, nel parlare, nella condotta, nell’amore, nella fede, nella castità” (1 Timoteo 4:12). Grazie al tuo esempio, loro vedranno quanto sei benedetto dal vivere secondo norme elevate e tu potrai incoraggiarli a fare altrettanto.

Cerca la guida dello Spirito Santo — e abbi il coraggio di agire secondo i Suoi suggerimenti — nello scegliere gli amici e nel cercare di rafforzare i tuoi standard.



Amici veri

Nel mio primo anno alle medie, avevo paura che non sarei riuscita a trovare degli amici che avrebbero rispettato le mie norme. Poco tempo dopo strinsi una forte amicizia con un compagno di classe e gli dissi che ero mormone. Lui mi ha fatto alcune domande e io gli ho dato l’opuscolo *Per la forza della gioventù*. Da allora, non ha più detto parolacce in mia presenza. Se i tuoi sono veri amici, rispetteranno le tue decisioni e ti aiuteranno a rispettare le tue norme.

Candela M., 13 anni, Buenos Aires, Argentina



Segui il consiglio dei profeti

A volte è difficile resistere alla tentazione se si è insieme ad amici che fanno scelte sbagliate o che cercano di farci fare delle scelte sbagliate. In *Per la forza della gioventù* i profeti ci hanno detto che gli amici “avranno una grande influenza su come [penseremo e agiremo] e contribuiranno anche a determinare la persona che [diverremo]” ([2011], 16). Penso che dovremmo avere degli amici che sono disposti ad accettare le nostre norme e, anzi, a dimostrare il proprio interesse nei nostri confronti rispettandole.

Calvin W., 16 anni, Arizona, USA

Ricorda i tuoi standard

Gli amici che non condividono i tuoi standard potrebbero addirittura

indebolirli e abatterli. Quando sono arrivato nella nuova scuola, ho cercato di inserirmi dicendo alcune delle cose che dicevano gli altri. Cercando di essere come tutti gli altri avevo quasi dimenticato alcuni dei miei standard. Ora so che per edificare i tuoi standard devi avere degli amici che li sostengono e li condividono. Sono grato di aver trovato, alla fine, tali amici perché mi ricordano quali sono le mie norme.

Logan J., 15 anni, Utah, USA



Mantieni alti i tuoi standard

Gli amici che hanno delle norme diverse non rafforzano necessariamente le tue ma, essendo loro amico, puoi dar loro un buon esempio da seguire. Avere degli amici che condividono i tuoi stessi standard può incoraggiarti a mantenerli alti e a difendere il giusto.

Warren S., 14 anni, Oregon, USA



I buoni amici sono una benedizione

Se i tuoi amici non condividono le tue norme, può essere più difficile rafforzarle. Leggere *Per la forza della gioventù* mi ha sempre aiutato a scegliere buoni amici che mi rispettano. Ora mi sto preparando a svolgere una missione e so che frequentare persone con i miei stessi standard mi ha aiutato a rimanere fedele nel Vangelo.

Nair M., 19 anni, Buenos Aires, Argentina



Tenersi alla verga di ferro

Bisogna desiderare di avere degli amici con delle buone norme.

Bisogna circondarsi di amici che aiutano a obbedire ai comandamenti e che incoraggiano a vivere rettamente. Tieniti saldamente alla verga di ferro, che conduce all'albero della vita, non all'edificio ampio e spazioso. Circondarsi di cose non rette porta alle tentazioni. Trova degli amici che ti fanno venir voglia di vivere il Vangelo.

Annie P., 13 anni, Utah, USA



Prega per trovare degli amici

Quando io e la mia famiglia ci siamo trasferiti in un nuovo stato, ho pregato costantemente per trovare degli amici con cui parlare del Vangelo. Mentre pregavo, mi sentivo confortata e pochi mesi dopo ho trovato degli amici incredibili. Posso contare sul loro sostegno



L'INFLUENZA DEI BUONI AMICI

“Tutti hanno bisogno di buoni amici. Gli amici che vi sceglierete eserciteranno una profonda influenza sui vostri pensieri e sul vostro comportamento, proprio come farete voi rispetto a loro. Quando avete dei valori in comune con i vostri amici, potete rafforzarvi e sostenervi reciprocamente. Trattate tutti con gentilezza e dignità. Molte persone non appartenenti alla Chiesa si sono convertite grazie ad amici che li hanno fatti partecipare alle attività della Chiesa”.

Presidente Thomas S. Monson, “Affinché possiamo toccare il cielo”, *La Stella*, gennaio 1991, 43.

ed essi mi hanno aiutato a sviluppare un amore ancora più grande per il Vangelo. So che gli amici sono importanti e possono renderci più facile vivere il Vangelo.

Sarah P., 16 anni, Rio de Janeiro, Brasile

LA PROSSIMA DOMANDA

“Oltre alla preghiera e allo studio delle Scritture, qual è il modo migliore per rafforzare la mia testimonianza?”

Entro il 1° novembre 2016, inviate le vostre risposte e, se desiderate, una fotografia ad alta risoluzione sul sito Internet liahona.lds.org oppure via e-mail all'indirizzo liahona@ldschurch.org.

Vi preghiamo di includere: (1) nome per esteso, (2) data di nascita, (3) rione o ramo, (4) palo o distretto, (5) la vostra autorizzazione scritta e, qualora siate minorenni, l'autorizzazione scritta di un genitore (va bene anche via e-mail) alla pubblicazione della risposta e della fotografia.

Le risposte potrebbero essere modificate per adattarne la lunghezza o per renderle più chiare.

Julia Ventura

Racconto basato su una storia vera

“Ho una famiglia che ogni dì mi dona tanto amor”. (Innario dei bambini, 98).

“Prendete le canne. Andiamo a pescare!”, disse il papà.

Hayden fece un gran sorriso mentre si guardava attorno. Tutto era luminoso e vivace. Il lago era tutto loro!

Seguendo il papà, Hayden andò dietro alla macchina e prese dal bagagliaio la grande borsa con l’attrezzatura. Era pesante, ma a lui non dispiaceva. Ne avrebbe portata una che pesava il doppio, pur di andare a pescare col papà.

Le canne da pesca sbattevano l’una contro l’altra mentre il papà le tirava fuori dalla borsa. “Sembra che Dan si sia addormentato”, disse il papà. “Lo vai a svegliare?”.

Hayden trattenne un sospiro. “Sì, certo”.

Aveva quasi dimenticato che era venuto anche il suo fratellino, Dan. Dan correva sempre dappertutto e parlava troppo forte: avrebbe fatto scappare tutti i pesci!

Guardò attraverso il finestrino aperto. “Dan, è ora di svegliarsi”.

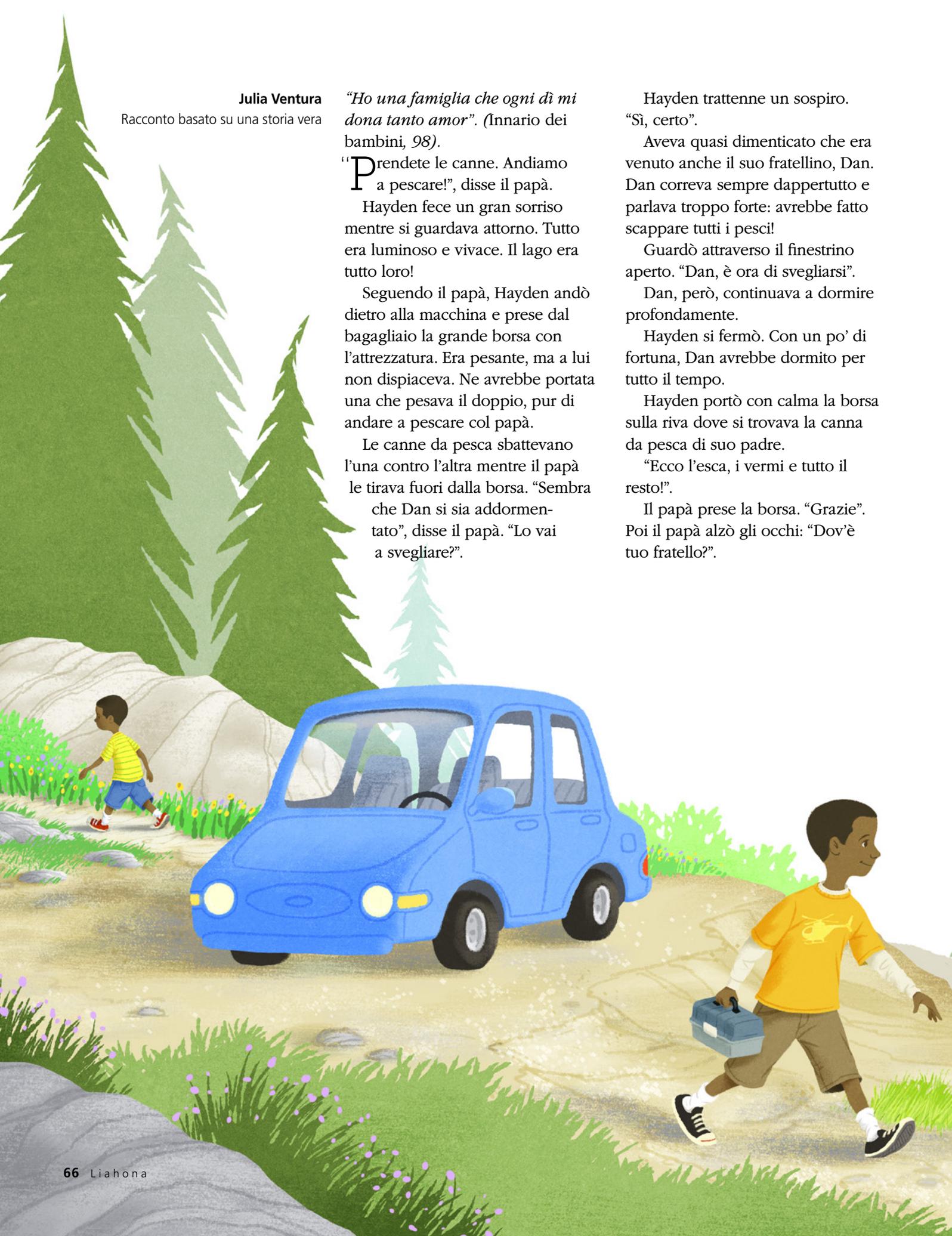
Dan, però, continuava a dormire profondamente.

Hayden si fermò. Con un po’ di fortuna, Dan avrebbe dormito per tutto il tempo.

Hayden portò con calma la borsa sulla riva dove si trovava la canna da pesca di suo padre.

“Ecco l’esca, i vermi e tutto il resto!”.

Il papà prese la borsa. “Grazie”. Poi il papà alzò gli occhi: “Dov’è tuo fratello?”.



Hayden guardò la macchina. Tutto ad un tratto si chiese come si sarebbe sentito *lui* se si fosse svegliato solo in un posto che non conosceva. Non molto bene, pensò Hayden; anzi, probabilmente avrebbe avuto paura. E Dan aveva solo cinque anni.

“Solo un attimo, papà. Torno subito”. Ma quando guardò dentro alla macchina, Dan non c’era!

Hayden non sentiva più nemmeno il ronzio degli insetti. Tutto sembrava troppo calmo.

“Dan non c’è!”, gridò Hayden.

Il papà arrivò di corsa e controllò nell’auto.

“Probabilmente ci sta cercando”, disse il papà. “È passato solo un minuto, non può essere lontano”.

Hayden cercava di restare calmo, ma aveva lo stomaco in subbuglio.

“Posso dire una preghiera?”.

“Penso che sia un’ottima idea”.

Hayden ringraziò il Padre Celeste per il suo fratellino e chiese di poterlo trovare subito così Dan non avrebbe avuto paura.

Quando Hayden finì, il suo cuore smise di battere all’impazzata.

Il papà gli mise una mano sulla spalla. “Se tu fossi Dan dove andresti?”.

Hayden notò che la portiera dal lato opposto era aperta. Probabilmente Dan non aveva visto che erano sulla riva. Hayden indicò un sentiero lì vicino. “Io probabilmente inizierei a camminare in quella direzione”, disse.

Si precipitarono insieme verso il sentiero.

Ogni secondo sembrava lento e pesante. Mentre camminava,

Hayden continuò a pregare nel suo cuore. Dopo alcuni passi, svoltarono a una curva e videro Dan poco più avanti.

“Dan!”, gridò Hayden.

Dan si voltò e sorrise. “Dove eravate andati?”.

Il tempo riprese a scorrere normalmente. Hayden corse verso Dan e lo abbracciò forte.

“Sono così felice che ti abbiamo trovato”, disse Hayden. In cuor suo disse una veloce preghiera di ringraziamento.

Dan sorrideva. “Dove sono i pesci?”.

“Vieni, ti faccio vedere”, rispose Hayden. Non vedeva l’ora di ritornare al lago. “Vediamo chi riuscirà a prendere il primo pesce. Ti aiuto a mettere l’esca”. ■

L'autrice vive in Georgia, USA.

Escursione di pesca

Hayden non vedeva l'ora di andare a pesca! Se solo Dan fosse rimasto a casa...





Anziano
Gary E. Stevenson
Membro del Quorum
dei Dodici Apostoli

Come posso contribuire a rendere la mia casa un luogo di pace?



Possiamo rendere la nostra casa un luogo santo e di pace come lo è il tempio.



Aiuta a mantenere la casa pulita e in ordine.



In casa, appendi un'immagine di Gesù o del tempio.



Tieni le Scritture in una stanza in cui la famiglia può studiare e imparare insieme.

LA NOSTRA PAGINA



È stato bellissimo andare al tempio con la mia famiglia. Dalla mia città al tempio il viaggio è lungo, quasi quattordici ore. Siamo stati vicino al tempio per una settimana. Non vedo l'ora di avere dodici anni per poter fare i battesimi per i miei antenati. Uno dei miei inni preferiti è "Amo il sacro tempio". Voglio sposarmi nel tempio e avere una famiglia eterna. So che il tempio è la casa del Signore.

Júlia Q., 11 anni (quando è stata scattata la fotografia),
Goiás, Brasile



CI PIACE VEDERE IL TEMPIO

Mentre facevo questo disegno, pensavo a come, obbedendo ai comandamenti, un giorno potrò entrare nel tempio come i miei genitori ed essere suggellato alla mia famiglia eterna. Amo la mia famiglia e il Padre Celeste.

Manolita G., 8 anni (quando è stato fatto il disegno),
Chimaltenango, Guatemala



Allen E., 10 anni (quando è stato fatto il disegno),
San Salvador, El Salvador



Ogni volta che è il turno del nostro rione, a me e alla mia sorellina piace andare al tempio di Merida, nello Yucatan, in Messico. Rimaniamo nei giardini e giochiamo con gli altri bambini che vengono al tempio. Mi sto preparando per poter un giorno entrare nel tempio.

Martha S., 6 anni (quando è stato fatto il disegno),
Yucatán, Messico

Ciao, amici!

Mi chiamo Story. Vivo nel Turkmenistan, un paese dell'Asia centrale. Mi piace leggere, disegnare e cucire. Mi piace guardare le stelle con il mio papà. Io e la mia famiglia eravamo gli unici membri della Chiesa in TUTTO il paese!

La storia di Story

Jill Hacking
Riviste della Chiesa

UNA PREGHIERA PER MISSY

Un giorno, dopo un forte temporale, Missy, la gattina di una mia amica, è scomparsa. L'abbiamo cercata dappertutto senza riuscire a trovarla. Ho detto che potevamo fare una preghiera. Le mie amiche non sapevano come farlo, così gliel'ho fatto vedere. Ci siamo inginocchiate e ognuna a turno ha detto la propria preghiera. Poi ci siamo alzate e abbiamo continuato a cercare. Una bambina ci è venuta di corsa incontro e ci ha detto che aveva trovato Missy! Mi sono sentita felice per aver condiviso una parte del Vangelo con le mie amiche.





IMPARARE GLI UNI DAGLI ALTRI
Io e mia sorella, Sariah, andavamo a scuola insieme a bambini di molti diversi paesi. Ci piaceva imparare gli uni dagli altri e ci divertivamo.

ARTE E DIVERTIMENTO
Io e Sariah invitavamo le nostre amiche a giocare. Disegnavamo, facevamo dei lavoretti e dei pic-nic. A Natale abbiamo fatto una recita con gli amici del nostro vicinato.



MANDATECI L'IMPRONTA DEL VOSTRO PIEDE

Come possiamo seguire Gesù Cristo essendo valorosi? Disegnate il contorno del vostro piede e spediteci la vostra storia e la foto, insieme all'autorizzazione dei vostri genitori. Inviatela on-line dal sito liahona.lds.org (cliccando "Invia un articolo") oppure via e-mail a: liahona@ldschurch.org.



LA CHIESA A CASA

Dato che eravamo gli unici membri della Chiesa, facevamo le riunioni a casa nostra. Tenevamo la riunione sacramentale, cantavamo, facevamo le attività di gruppo e le lezioni della Primaria. Mentre cantavamo, io suonavo il pianoforte.





Anziano
Jairo Mazzagardi
Membro dei Settanta

Lezioni dalla mamma



ILLUSTRAZIONE DI TWENTY SMITH

Da giovane, ogni volta che guadagnavamo qualche soldo, mia madre prendeva le banconote migliori — quelle che erano meno stropicciate o sporche — e le dava al pastore della chiesa che frequentavamo. Lo fece per tutta la sua vita. Diceva: “Questo appartiene a Dio”. Queste parole sono rimaste impresse per sempre nella mia mente. Quando, da adulto, sono stato battezzato nella Chiesa di Gesù Cristo dei Santi degli Ultimi Giorni, non mi è stato difficile pagare la decima perché mia madre mi aveva insegnato a obbedire a questa legge.

Mia madre mi ha insegnato anche ad essere onesto, anche quando questo voleva dire fare delle cose difficili. Il nostro vicino aveva diversi tipi di frutta e di ortaggi. A volte i frutti crescevano oltre il recinto, nella nostra proprietà. Una volta raccolsi alcuni di questi frutti e li portai a mia madre. Lei mi guardò e mi disse: “Questi non

sono nostri”. Non riuscivo a crederci. Le chiesi: “Cosa vuoi dire? Erano dalla nostra parte del recinto!”. Mi disse di nuovo: “Questi non sono nostri”. Mi prese per la mano e andammo a casa del nostro vicino. Ci scusammo per averli raccolti. Mia madre mi disse che se volevamo qualcosa, dovevamo guadagnarcela onestamente.

Forse i tuoi genitori non sono membri della Chiesa oppure non

CHIEDI A UN GENITORE!

Qual è la cosa che preferisci dell'essere genitore?

Qual è la cosa più difficile?

Che cosa ti rende felice?

Qual è la cosa più importante che fai ogni giorno?

In che modo il Vangelo ti aiuta a essere un genitore migliore?

Qual è l'ultima cosa che fai ogni giorno?

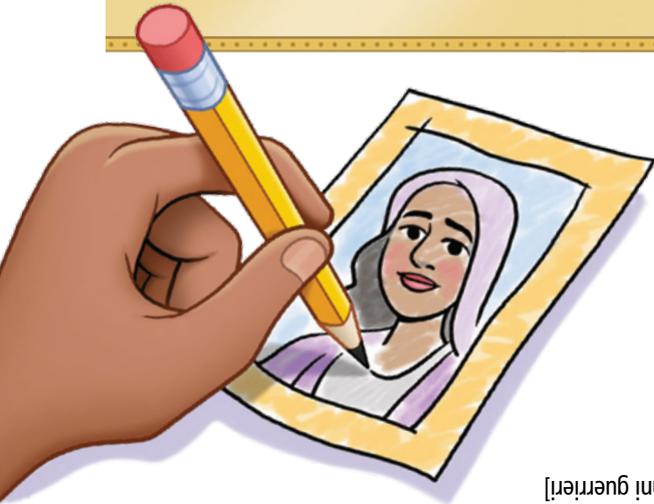
Quali altre domande potresti porre?

Per un giorno, fai da aiutante a tua madre o a tuo padre! Scrivi o disegna nel tuo diario che cosa hai imparato. Ringrazia i tuoi genitori per tutto quello che fanno.

condividi sempre le loro scelte. Da loro, però, puoi sempre imparare principi giusti come l'onestà, il senso del dovere, l'autosufficienza e il duro lavoro. Questi principi saranno per te delle grandi benedizioni. ■

Le eroine del Libro di Mormon

Nel Libro di Mormon ci sono molte donne che sono un buon esempio per noi. Qui ci sono tre figurine di eroine da aggiungere alla tua collezione! Non conosciamo i nomi di tutte loro, ma possiamo comunque imparare dal loro esempio. In che modo puoi essere come queste donne del Libro di Mormon?



Riesci a trovare queste altre donne nelle Scritture? Crea tu stesso le loro figurine e mandacene una copia!

- 1 Nefi 7:19. Queste donne mostrarono coraggio difendendo Nefi. Chi erano?
- 2 Nefi 5:6. Queste donne credettero in Dio e seguirono Nefi nel deserto. Chi erano?
- Alma 56:47–48. Queste donne insegnarono ai loro figli riguardo a Dio. Chi erano?

[Risposte: la figlia e la moglie di Ismaele, le sorelle di Nefi, le madri dei duemila giovani guerrieri]



Taglia, piega e conserva questi promemoria dell'impegno!

Posso ottenere una testimonianza!

Saria ottenne una testimonianza del fatto che suo marito Lehi era un profeta di Dio. Puoi essere come Saria ottenendo una testimonianza tua e condividendola con gli altri!

- Leggi 1 Nefi 5:7–8.
- Scrivi la tua testimonianza oppure condividila con un amico o un familiare.
- Mi impegno a...

SARIA



Posso credere!

La moglie di Lamoni aveva fede nel fatto che Ammon fosse un profeta di Dio. Puoi essere come la moglie di Lamoni avendo fede nel profeta e negli apostoli moderni!

- Leggi Alma 19:2–5, 8–10.
- Ascolta un discorso del presidente Monson fatto alla Conferenza. Credi che sia un profeta di Dio?
- Mi impegno a...



Posso far sentire la mia voce!

Morianton era un uomo malvagio. Picchiò una delle sue serve e lei decise di dire al capitano Moroni quello che stava facendo Morianton. Puoi essere come la serva facendo sentire la tua voce contro ciò che non è giusto!

- Leggi Alma 50:30–31.
- Se qualcuno fa il bullo con te o se vedi qualcuno che viene preso di mira, dillo a un adulto di cui ti fidi.
- Mi impegno a...

Viaggio verso la terra promessa



Giared e suo fratello vivevano in una valle con le loro famiglie e i loro amici. Gesù Cristo apparve al fratello di Giared. Gli disse di costruire delle imbarcazioni per portare il popolo nella terra promessa, dall'altra parte dell'oceano.



Il popolo costruì le imbarcazioni senza finestre. Il fratello di Giared si chiedeva come avrebbero potuto respirare e avere luce. Gesù disse che per avere l'aria avrebbero dovuto fare dei fori.

E per la luce? Il fratello di Giared preparò sedici pietre chiare. Chiese a Gesù di toccarle con il dito per farle brillare.



Il fratello di Giared vide Gesù toccare ciascuna pietra con il Suo dito. Le pietre risplendettero di luce. Poiché aveva avuto tanta fede, il fratello di Giared vide Gesù Cristo!



Dio mandò venti violenti per spingere le imbarcazioni attraverso l'oceano. Quando arrivarono nella terra promessa, i Giarediti pregarono per ringraziare Dio per averli protetti. Possiamo essere come il fratello di Giared avendo fiducia in Dio e fede in Gesù Cristo. ■

Tratto da Ether 2-3; 6

La musica mi rende felice





Presidente
Gordon B. Hinckley
(1910-2008)

L'ISPIRAZIONE DIVINA NELLA CHIESA DEL SIGNORE

Dio tesse il Suo arazzo secondo il Suo grande disegno.

L'ispirazione divina dell'organizzazione di quest'opera e delle chiamate alla dirigenza è evidente. Le Autorità generali sono individui, ciascuno con una propria personalità. Ciascuno porta nello svolgimento delle sue responsabilità una vasta gamma di esperienze e di capacità. Quando nei consigli direttivi della Chiesa si mettono in discussione gli affari che la riguardano, ognuno è libero di esprimere il suo punto di vista. Se si osserva il modo in cui si svolge questo interessante processo, è affascinante vedere la testimonianza del potere dello Spirito Santo influenzare questi uomini. Le differenze iniziali, mai aspre ma tuttavia percettibili, si addolciscono e si fondono in un'espressione di unità: "La mia casa è una casa d'ordine", dice il Signore (vedere DeA 132:8). Mentre assisto a questo processo la mia fede ne esce continuamente rinnovata. [...]

Alcuni manifestano preoccupazione per il fatto che il presidente della Chiesa sia sempre stato un uomo piuttosto anziano, al che la



mia risposta è: "Quale benedizione!" Il lavoro di questa dispensazione fu iniziato per mezzo del profeta Joseph Smith. A quel tempo egli era giovane e forte, una persona dalla mente non impregnata delle tradizioni del suo tempo. La sua era una mente giovane, che il Signore poteva plasmare come creta fresca e umida all'inizio della Sua opera.

Il successore di Joseph era relativamente giovane quando si assunse la grave responsabilità di guidare un intero popolo [attraverso] luoghi deserti per colonizzare una nuova terra.

Ma i principi fondamentali della nostra dottrina sono ora ben definiti e noi siamo fermamente stabiliti come popolo, almeno sino a quando il Signore non ci comanderà di

nuovo di muoverci. Non abbiamo bisogno di innovazioni. Abbiamo bisogno di devozione nell'aderire ai principi divinamente espressi. Dobbiamo essere leali al nostro dirigente, nominato da Dio. Egli è il nostro profeta, il nostro veggente e rivelatore. Non rimarremo mai senza un profeta, se vivremo in modo da essere degni di averne uno. Non è necessario che sia giovane. Egli ha e continuerà ad avere uomini più giovani con i quali percorrere la terra nell'opera del ministero. Egli è il sommo sacerdote presidente, il depositario di tutte le chiavi del Santo Sacerdozio e la voce della rivelazione di Dio al Suo popolo.

C'è un vecchio proverbio che dice: "Gioventù per l'azione; vecchiaia per la saggezza".

A mio avviso vi è un immenso senso di sicurezza nel sapere che per il prevedibile futuro avremo un presidente che è stato disciplinato, addestrato e messo alla prova, la cui fedeltà all'opera e la cui integrità nella causa sono state temprate nel crogiuolo del servizio, la cui fede è maturata e la cui vicinanza a Dio è stata coltivata nell'arco di molti anni. [...]

Non abbiamo motivo di temere per il futuro, se ci teniamo stretti ai principi rivelati. ■

Tratto da "Egli non sonnecchia né dorme", La Stella, ottobre 1983, 7-10. Punteggiatura e lettere maiuscole aggiornati.