

del Padre Celeste e l’Espiazione del Salvatore. La nostra ricerca deve indurci a diventare discepoli premurosi, gentili, affettuosi, pronti a perdonare, pazienti e devoti. Come ha insegnato Paolo, dobbiamo essere disposti a portare “i pesi gli uni degli altri, e così [adempiere] la legge di Cristo”¹³.

Portare i fardelli gli uni degli altri include aiutare, sostenere e comprendere chiunque, compresi i malati, gli infermi, i poveri nello spirito e nel corpo, i ricercatori e i travagliati, e anche gli altri membri-discepoli, tra cui i dirigenti della Chiesa chiamati dal Signore a servire per un certo periodo.

Fratelli e sorelle, rimanete sulla barca, usate il vostro giubbotto di salvataggio e tenetevi stretti con entrambe le mani. Evitate le distrazioni! E se qualcuno di voi è caduto dalla barca, lo cercheremo, lo troveremo, ci occuperemo di lui e lo riporteremo sano e salvo sulla “vecchia nave Sion”, dove Dio, nostro Padre, e il Signore Gesù Cristo sono al timone e ci porteranno in salvo. Di questo rendo testimonianza umilmente nel nome di Gesù Cristo. Amen. ■

NOTE

1. *Insegnamenti dei presidenti della Chiesa – Brigham Young* (1997), 82–83.
2. Brigham Young, “Discourse”, *Deseret News*, 27 gennaio 1858, 373.
3. Brigham Young, “Remarks”, *Deseret News*, 28 novembre 1857, 291.
4. Alma 5:26.
5. M. Russell Ballard, “Mission Leadership” (seminario per i nuovi presidenti di missione, 25 giugno 2014).
6. M. Russell Ballard, “State tranquilli e sappiate che io sono Dio” (Riunione del Sistema Educativo della Chiesa, 4 maggio 2014); lds.org/broadcasts
7. Alma 17:2.
8. Alma 17:3.
9. Lettera della Prima Presidenza e del Quorum dei Dodici Apostoli, 28 giugno 2014.
10. Joseph Smith, *Elders’ Journal*, luglio 1838, 44.
11. 2 Nefi 31:20.
12. Lettera della Prima Presidenza e del Quorum dei Dodici Apostoli, 28 giugno 2014.
13. Galati 6:2.



Anziano Richard G. Scott

Membro del Quorum dei Dodici Apostoli

Fate dell’esercizio della fede la vostra priorità assoluta

Nonostante tutte le prove negative che abbiamo nella vita, dobbiamo prenderci il tempo di esercitare attivamente la nostra fede.

Quando Adamo ed Eva erano nel Giardino di Eden, ricevevano in abbondanza tutto quello che serviva loro per il sostentamento giornaliero. Non avevano difficoltà, prove o sofferenze. Dato che non avevano mai vissuto momenti difficili, essi non sapevano di poter essere felici. Non si erano mai sentiti turbati, quindi non potevano provare pace.

Alla fine, Adamo ed Eva trasgredirono il comandamento di non mangiare del frutto dell’albero della conoscenza del bene e del male. Facendolo, non furono più in uno stato di innocenza. Iniziarono a sperimentare i principi dell’opposizione. Iniziarono a sperimentare la malattia, che li rendeva deboli. Iniziarono a provare tristezza, ma anche gioia.

Poiché Adamo ed Eva mangiarono del frutto proibito, la conoscenza del bene e del male fu portata nel mondo. La loro scelta permise a ciascuno di noi di venire su questa terra per essere messo alla prova.¹ Siamo benedetti con

l’arbitrio, che è la capacità di prendere decisioni e di assumercene la responsabilità. La Caduta ha permesso che nella vita provassimo sia la felicità che la tristezza. Siamo capaci di comprendere la pace perché proviamo il turbamento.²

Il nostro Padre Celeste sapeva che ci sarebbe successo. Fa tutto parte del Suo piano perfetto di felicità. Per mezzo della vita del Suo Figlio perfettamente obbediente, Gesù Cristo, il nostro Salvatore, Egli preparò la via che permette all’Espiazione di Quest’ultimo di superare ogni difficoltà che possiamo incontrare nella vita.

Viviamo in tempi difficili. Non serve che elenchi tutte le cause del male nel mondo. Non serve descrivere tutte le difficoltà e tutti i dolori possibili che fanno parte della vita terrena. Ognuno di noi è intimamente conscio delle proprie battaglie contro la tentazione, il dolore e la tristezza.

Nella vita pre-terrena ci è stato insegnato che il motivo per cui siamo qui è essere misurati, testati e messi

alla prova.³ Sapevamo che avremmo affrontato i mali dell'avversario. A volte possiamo sentirci più consapevoli delle cose negative della mortalità che di quelle positive. Il profeta Lehi insegnò: "Poiché è necessario che ci sia un'opposizione in tutte le cose"⁴. Nonostante tutte le prove negative che abbiamo nella vita, dobbiamo prenderci il tempo di esercitare attivamente la nostra fede. Tale esercizio invita nella nostra vita il potere positivo e colmo di fede dell'Espiazione di Gesù Cristo.

Il nostro Padre Celeste ci ha dato gli strumenti che ci aiutano a venire a Cristo e a esercitare fede nella Sua Espiazione. Quando tali strumenti diventano abitudini irrinunciabili, forniscono il modo più semplice per trovare pace nelle difficoltà della vita. Oggi ho scelto di trattare quattro di questi strumenti. Mentre parlo, potreste valutare l'uso personale che fate di ogni strumento, poi cercate la guida del Signore per decidere come potete utilizzarne ciascuno al meglio.

Preghiera

Il primo strumento è la preghiera. Scegliete di conversare spesso con il vostro Padre Celeste. Dedicate del tempo ogni giorno per confidare i vostri pensieri e sentimenti. ParlateGli di tutto ciò che vi preoccupa. A Lui interessano gli aspetti più importanti e anche quelli più comuni della vostra vita. ParlateGli dell'intera gamma dei vostri sentimenti e delle vostre esperienze.

Poiché rispetta la vostra capacità di scegliere, il Padre Celeste non vi costringerà mai a pregarLo. Tuttavia, se eserciterete tale capacità e Lo includerete in ogni aspetto della vita quotidiana, il vostro cuore comincerà a colmarsi di pace, di briosa pace. Tale pace darà una luce eterna alle vostre battaglie. Vi aiuterà a gestire tali difficoltà da una prospettiva eterna.



Genitori, contribuite a salvaguardare i vostri figli armandoli mattina e sera con il potere della preghiera familiare. I vostri figli sono bombardati ogni giorno da mali come la lussuria, l'avidità, l'orgoglio e da numerosi altri comportamenti peccaminosi. Proteggete i vostri figli dall'influenza quotidiana del mondo fortificandoli con le potenti benedizioni che derivano dalla preghiera familiare. La preghiera familiare dev'essere una priorità non negoziabile nella vita di ogni giorno.

Studio delle Scritture

Il secondo strumento è lo studio della parola di Dio contenuta nelle Scritture e nelle parole dei profeti viventi. Noi parliamo con Dio attraverso la preghiera. Egli ci risponde più spesso attraverso la Sua parola scritta. Per sapere com'è e che cosa suscita la voce del Divino, leggete le Sue parole, studiate le Scritture e meditatele.⁵ Rendetele parte integrante della vostra vita quotidiana. Se volete che i vostri figli riconoscano e comprendano i suggerimenti dello Spirito e agiscano in base a essi, dovete studiare le Scritture insieme a loro.

Non credete alla bugia di Satana secondo cui non avete tempo per studiare le Scritture. Scegliete di dedicare del tempo al loro studio. Nutrirsi della parola di Dio ogni giorno è più importante del sonno, della scuola, del

lavoro, degli spettacoli televisivi, dei videogiochi o dei social media. Forse dovrete riorganizzare le vostre priorità per riservare del tempo allo studio della parola di Dio. Se è il caso, fatelo!

Ci sono molte promesse profetiche sulle benedizioni che derivano dallo studio quotidiano delle Scritture.⁶

Aggiungo la mia voce a questa promessa: se dedicherete del tempo ogni giorno, personalmente e con la famiglia, allo studio della parola di Dio, la pace prevarrà nella vostra vita. Tale pace non giungerà dal mondo esterno. Giungerà dall'interno della vostra casa, dalla vostra famiglia, da dentro il vostro cuore. Sarà un dono dello Spirito. Irradierà da voi per influenzare gli altri nel mondo che vi circonda. Starete facendo qualcosa di molto importante per contribuire alla pace cumulativa del mondo.

Non sto dicendo che non avrete più difficoltà nella vita. Ricordate: quando Adamo ed Eva erano nel giardino le difficoltà non esistevano, eppure essi erano incapaci di provare felicità, gioia e pace.⁷ Le difficoltà sono una parte importante della vita terrena. Grazie allo studio quotidiano e costante delle Scritture, troverete pace nella confusione che vi circonda e forza per resistere alle tentazioni. Svilupperete una forte fede nella grazia di Dio e saprete che, mediante l'Espiazione di Gesù Cristo, tutto si aggiusterà secondo i tempi stabiliti da Dio.

Serata familiare

Mentre vi impegnate per rafforzare la vostra famiglia e per coltivare la pace, ricordate questo terzo strumento: la serata familiare settimanale. Attenti a non rendere la vostra serata familiare una cosa improvvisata in un giorno caotico. Decidete che il lunedì sera la vostra famiglia starà a casa insieme per la serata. Non permettete che impegni di lavoro, sport, attività extra scolastiche, compiti o qualunque altra cosa diventino più importanti del tempo che trascorrete insieme a casa con la famiglia.

Il modo in cui strutturate la serata non è tanto importante quanto il tempo che vi investite. Dovete insegnare il Vangelo sia in modo formale che informale. Rendetela un'esperienza significativa per ciascun membro della famiglia. La serata familiare è un momento prezioso per rendere testimonianza in un ambiente sicuro; acquisire abilità di insegnamento, di pianificazione e di organizzazione; rafforzare i legami familiari; sviluppare tradizioni di famiglia; conversare e, cosa più importante, divertirsi tanto insieme!

Alla scorsa conferenza di aprile, la sorella Linda S. Reeves ha dichiarato con coraggio: "Devo rendere testimonianza delle benedizioni che scaturiscono dallo studio delle Scritture e dalla preghiera quotidiani, e dalla serata familiare settimanale. Proprio queste sono le abitudini che aiutano a eliminare lo stress, a dare direzione alla nostra vita e a proteggere ulteriormente la nostra casa"⁸. La sorella Reeves è una donna molto saggia. Vi esorto fortemente a ottenere una testimonianza di queste tre abitudini cruciali.

Frequenza al tempio

Il quarto strumento è l'andare al tempio. Tutti noi sappiamo che sulla terra non esiste luogo più pacifico dei templi di Dio. Se non avete una raccomandazione per il tempio, qualificatevi per riceverla. Quando avete la raccomandazione, usatela spesso.⁹ Programmate visite regolari al tempio. Non permettete a niente o a nessuno di impedirvi di andarci.

Mentre vi trovate al tempio, ascoltate le parole delle ordinanze, meditatele, pregate a riguardo e cercate di comprenderne il significato. Il tempio è uno dei posti migliori in

cui comprendere il potere dell'Espiazione di Gesù Cristo. CercateLo lì. Ricordate che molte più benedizioni giungono dal portare i nomi dei vostri familiari al tempio.

Questi quattro strumenti sono abitudini fondamentali per la salvaguardia della vostra vita nel potere dell'Espiazione di Gesù Cristo. Ricordate: il nostro Salvatore è il Principe della Pace. La pace in questa vita terrena deriva dal Suo sacrificio espiatorio. Quando preghiamo immancabilmente mattina e sera, studiamo le Scritture ogni giorno, facciamo la serata familiare ogni settimana e ci rechiamo al tempio regolarmente, rispondiamo attivamente al Suo invito a "venire a Lui". Più sviluppiamo tali abitudini, più Satana è ansioso di farci del male, ma è sempre meno in grado di farlo. Utilizzando questi strumenti, esercitiamo la nostra capacità di scegliere per accettare appieno i doni del sacrificio espiatorio di Cristo.

Non sto dicendo che, facendo queste cose, tutte le battaglie della vita svaniranno. Siamo venuti al mondo proprio per crescere grazie alle sofferenze e alle prove. Le difficoltà ci aiutano a diventare più simili al nostro Padre Celeste e l'Espiazione di Gesù Cristo ci permette di sopportarle.¹⁰ Attesto che quando veniamo a Lui attivamente, possiamo resistere a ogni tentazione, ogni dolore, ogni difficoltà che affrontiamo. Nel nome di Gesù Cristo. Amen. ■

NOTE

1. Vedere Mosè 5:11.
2. Vedere Mosè 4-5.
3. Vedere Abrahamo 3:25.
4. 2 Nefi 2:11.
5. Vedere Dottrina e Alleanze 18:36; vedere anche i versetti 34-35.
6. Ecco alcuni esempi.

Il presidente Thomas S. Monson ha affermato: "Quando leggiamo e meditiamo le Scritture, sentiamo i dolci suggerimenti che lo Spirito dà alla nostra anima. Possiamo trovare risposta alle nostre domande.



Cuauhtémoc, Messico



Apprendiamo delle benedizioni che scaturiscono dall'osservanza dei comandamenti di Dio. Otteniamo una testimonianza certa del nostro Padre Celeste, del nostro Salvatore — Gesù Cristo — e del Loro amore per noi. Quando affianchiamo le Scritture alla preghiera, possiamo sapere con certezza che il Vangelo di Gesù Cristo è vero. [...] Quando ci ricordiamo di pregare e troviamo il tempo per le Scritture, la nostra vita viene benedetta più abbondantemente e i nostri fardelli diventano più leggeri” (“Non siamo mai soli”, *Liahona*, novembre 2013, 122).

Il presidente Gordon B. Hinckley disse: “Vi prometto senza riserve che, se osserverete questo programma semplice, a prescindere da quante volte potete aver letto il Libro di Mormon, nella vostra vita e nella vostra famiglia entrerà in maggiore misura lo Spirito del Signore, sentirete maggiormente la determinazione a camminare in obbedienza ai Suoi comandamenti e avrete una testimonianza più forte della realtà vivente del Figlio di Dio” (“Una testimonianza vibrante e sincera”, *Liahona*, agosto 2005, 6).

Il presidente Howard W. Hunter disse: “Le famiglie godono di grandi benedizioni quando i padri e le madri saggiamente raccolgono attorno a sé i loro figli, leggono insieme le pagine dei Sacri Scritti, poi discutono liberamente le bellissime storie e i concetti in esse esposti, secondo la comprensione di ognuno. Spesso i giovani e i bambini possiedono una stupefacente visione delle Scritture e sanno apprezzare la letteratura religiosa fondamentale” (“La lettura delle Scritture”, *La Stella*, maggio 1980, 102).

Il presidente Ezra Taft Benson affermò: “Spesso dedichiamo grandi sforzi a cercare di accrescere i livelli di attività nei nostri pali. Operiamo diligentemente per aumentare la percentuale di coloro che partecipano alle riunioni sacramentali. Ci sforziamo di ottenere una percentuale più alta di giovani che vanno in missione. Ci sforziamo per aumentare il numero di coloro che si sposano nel tempio. Tutti questi sono sforzi lodevoli e importanti per il progresso del Regno. Ma

quando i singoli membri e le famiglie si immergono nelle Scritture regolarmente e coerentemente, questi altri aspetti della nostra attività si realizzeranno automaticamente. Le testimonianze cresceranno, gli impegni saranno rafforzati. Le famiglie saranno fortificate e la rivelazione personale scorrerà in abbondanza” (“Il potere della parola”, *La Stella*, luglio 1986, 81).

Il presidente Spencer W. Kimball dichiarò: “Mi accorgo che, quando trascuro il mio rapporto con la divinità, e quando mi sembra che nessun orecchio divino stia ascoltando e nessuna voce divina stia parlando, sono io che sono lontano, molto lontano da Dio. Se mi immergo nelle Scritture, la lontananza diminuisce e la spiritualità ritorna. Mi rendo conto allora di amare ancor più intensamente coloro che già amo con tutto il cuore, mente e forza. Amandoli di più riesco meglio ad ascoltare i loro consigli” (*Insegnamenti dei presidenti della Chiesa – Spencer W. Kimball* [2006], 73).

Il presidente Marion G. Romney disse: “Sono certo che se nelle nostre case i genitori [leggeranno] devotamente e regolarmente il Libro di Mormon, sia da soli che insieme ai loro figli, lo spirito di questo grande libro arriverà ad impregnare le nostre dimore e coloro che vi abitano. Lo spirito della riverenza crescerà. Il rispetto reciproco e la considerazione l'uno per l'altro diventeranno più profondi. Lo spirito della contesa [si] allontanerà. I genitori sapranno consigliare i loro figli con più grande amore e saggezza. I figli saranno più pronti a rispondere, più sottomessi ai consigli dei loro genitori. Anche la rettitudine crescerà. La fede, la speranza e la carità — il puro amore di Cristo — abonderanno nelle nostre case, nella nostra vita quotidiana portando dietro di loro pace, gioia e felicità” (“Il Libro di Mormon”, *La Stella*, ottobre 1980, 123).

Il presidente Boyd K. Packer ha detto: “La vera dottrina, se compresa, cambia gli atteggiamenti e il comportamento. Lo studio delle dottrine del Vangelo migliorerà

il comportamento dell'uomo più rapidamente di quanto possa fare lo studio del suo comportamento stesso” (“Non temete”, *Liahona*, maggio 2004, 79).

L'anziano David A. Bednar ha affermato: “Ogni preghiera familiare, ogni volta che studiamo le Scritture come famiglia, ogni serata familiare, è una pennellata sulla tela della nostra anima. Nessun singolo episodio sembra avere un grande effetto o essere memorabile. Ma proprio come le pennellate di giallo, oro e marrone si aggiungono l'una all'altra e producono un capolavoro di grande effetto, così la nostra costanza nel fare le cose apparentemente piccole può portare a risultati spirituali importanti” (“Più diligenti e partecipi in casa”, *Liahona*, novembre 2009, 20).

7. Vedere 2 Nefi 2:13.

8. Linda S. Reeves, “Una protezione contro la pornografia: una casa incentrata su Cristo”, *Liahona*, maggio 2014, 16–17.

9. Il presidente Howard W. Hunter disse: “Invito i Santi degli Ultimi Giorni a guardare al tempio del Signore come al grande simbolo della loro appartenenza alla Chiesa. È mio profondo desiderio che ogni membro della Chiesa sia degno di entrare nel tempio. Il Signore si compiacerà se ogni membro adulto sarà degno di avere — e avrà — una valida raccomandazione per il tempio. Le cose che dobbiamo e non dobbiamo fare per essere degni di una raccomandazione per il tempio sono proprio le cose che assicurano che siamo felici come singoli individui e come famiglie. Noi siamo persone che vanno al tempio. Andate al tempio il più spesso possibile secondo quanto vi consentono le circostanze. Tenete un'immagine del tempio nella vostra casa affinché i vostri figli possano vederla. Spiegate loro gli scopi della casa del Signore. Fate in modo che programmino sin dai loro primi anni di andarvi e di rimanere degni di tale benedizione” (“Preziose e grandissime promesse”, *La Stella*, gennaio 1995, 9).

10. Vedere 2 Nefi 2:2.