

Liahona



Siamo le
mani del Signore,
pagg. 8, 12, 20

In che modo Dio
può servirsi di te? pag. 28

Sostenere i bambini
che non hanno supporto
evangelico a casa, pag. 40

LA
CHIESA
È QUI

Taxco Messico





FOTOGRAFIA DI GETTY IMAGES

Una volta città mineraria, Taxco de Alarcon, a Guerrero, in Messico, oggi è nota come una delle *pueblos magicos* (città magiche), famosa per la produzione dei suoi gioielli d'argento, l'architettura coloniale spagnola e la bellezza della campagna circostante. La città sorge su un terreno accidentato e le sue strade sono ripide e irregolari. Il suo monumento più importante è la chiesa di Santa Prisca, risalente al XVIII secolo.

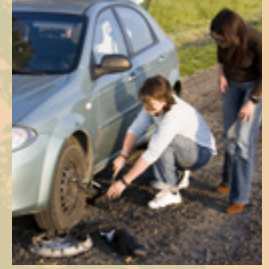
Taxco ospita anche il Ramo di Taxco della Chiesa di Gesù Cristo dei Santi degli Ultimi Giorni, che si riunisce ogni domenica in un edificio sito nella *avenida de los Plateros*. Il ramo, che fa parte del Palo di Iguala, è una delle 1.987 congregazioni di Santi degli Ultimi Giorni in Messico, dove la Chiesa ha più di 1,4 milioni di membri, 34 missioni e 13 templi. In Messico c'è anche il Centro di addestramento per i missionari, il secondo MTC della Chiesa per grandezza. Il centro può ospitare oltre mille missionari alla volta.

- I primi cinque membri messicani furono battezzati nel 1876.
- Il Messico divenne la prima nazione al di fuori degli Stati Uniti ad avere 100 pali.
- Il Tempio di Città del Messico, il primo nel paese, è stato dedicato nel 1983. L'ultimo tempio dedicato è il Tempio di Tijuana, dedicato nel 2015. Il Tempio di Puebla è stato annunciato a ottobre 2018.
- Quando ha visitato il Messico nel 1994, il presidente Howard W. Hunter (1907-1995) ha istituito il Palo di Città del Messico Contreras, il duemillesimo palo della Chiesa.



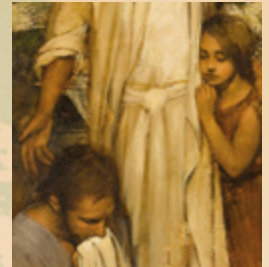


Ministrare vuol dire vedere gli altri come li vede il Salvatore
8



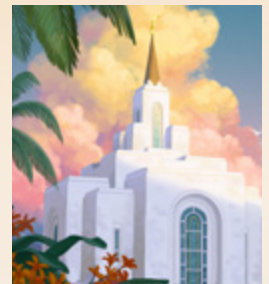
Ministrare in modo più sacro
Anziano Neil L. Andersen

12



Aiutare gli altri a ricevere la guarigione del Signore
Merrilee Browne Boyack

20



Discepolato diretto divinamente
Vescovo Dean M. Davies

28

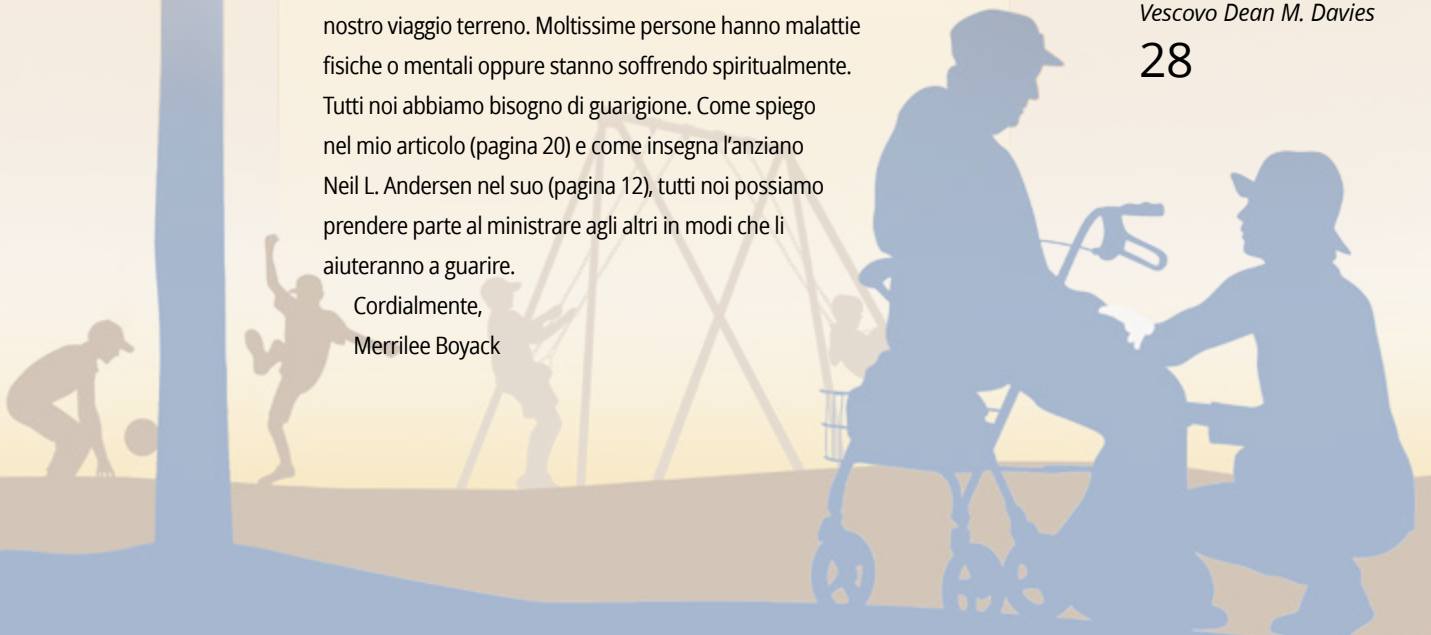
Il nostro ministero può aiutare gli altri a guarire?

Una domenica ero seduta in cappella durante la riunione sacramentale e meditavo su quando avevo letto nelle Scritture che dobbiamo fare le stesse opere che ha fatto il Salvatore (vedere 3 Nefi 27:21). Ho pensato tra me: “Quali erano le opere di Cristo sulla terra?”. Ho pensato innanzitutto a due cose: il servizio e la guarigione. Potevo servire gli altri, ma guarirli?

Quello della guarigione è un concetto su cui ho meditato spesso. Finora, nella vita ho subito sedici interventi chirurgici e sono dovuta guarire tantissime volte! Mi chiedevo, però, come potevo essere simile a Gesù Cristo e aiutare gli altri a guarire. Di sicuro non avevo i poteri di guarigione che Egli possedeva. Quindi, in che modo voleva che svolgessi le Sue opere di guarigione sulla terra? Che cosa potevo fare?


Mentre meditavo sui modi in cui gli altri mi avevano aiutato a guarire, nella mia mente ho potuto vedere chiaramente le incredibili opere di guarigione — di conforto, di servizio e di ministero — che gli altri avevano svolto per me nella mia vita. Concentrandoci sul ministrare agli altri nei modi in cui farebbe il Salvatore, quello dell'aiutare gli altri a guarire è un concetto possente. Tutti noi soffriamo durante il nostro viaggio terreno. Moltissime persone hanno malattie fisiche o mentali oppure stanno soffrendo spiritualmente. Tutti noi abbiamo bisogno di guarigione. Come spiego nel mio articolo (pagina 20) e come insegna l'anziano Neil L. Andersen nel suo (pagina 12), tutti noi possiamo prendere parte al ministrare agli altri in modi che li aiuteranno a guarire.

Cordialmente,
Merrilee Boyack



Sommario

- 5 La chiamata di un padre** 
Leggete gli insegnamenti preferiti sulla paternità delle Scritture e dei profeti.
- 6 Ritratti di fede:**
Rodrigo Quintanilla – Valparaíso, Cile 
- 8 Principi per il ministero:**
Ministrare vuol dire vedere gli altri come li vede il Salvatore
- 12 Ministrare in modo più sacro**
Anziano Neil L. Andersen
Mentre cercate modi per ministrare, Dio vi guiderà dai Suoi figli e dalle Sue figlie.
- 20 Aiutare gli altri a ricevere la guarigione del Signore**
Merrilee Browne Boyack
Scoprite come possiamo contribuire alla guarigione di coloro che soffrono.
- 24 Le benedizioni dell'autosufficienza:**
I fiori e la sicurezza economica 
Mechel Wall
- 26 Lezioni dal Nuovo Testamento:**
Marta e Maria 
Camille Fronk Olson
- 28 Discepolato diretto divinamente**
Vescovo Dean M. Davies
Dio vi guiderà divinamente mentre cercherete di diventare Suoi discepoli.
- 32 Voci dei Santi degli Ultimi Giorni** 
Un cuore nuovo, amici nuovi; Alla fine il mio sogno missionario si è realizzato; Il nostro viaggio trentennale al tempio; I martiri e la mia testimonianza.
- 36 Ciò in cui crediamo:**
Noi crediamo nell'essere perfetti — in Cristo 
- 38 La nostra casa, la nostra famiglia:**
Gechi, grilli e tempo con i figli 
Nancy Thomas
- 40 Insegnare agli adolescenti e ai bambini piccoli:**
Quando uno o entrambi i genitori non vanno in chiesa 
Karmel Newell

 Articoli brevi



In copertina
The Release [la liberazione],
di Jenedy Paige.

Sezioni

Giovani Adulti

42

Quando avere figli, quanti averne e come comportarsi quando **le cose non vanno esattamente come pianificato** sono alcune delle domande che potreste affrontare quando **progettate di formare una famiglia**. Leggete le esperienze personali di altri giovani adulti nella sezione di questo mese.



Giovani

51

Negli articoli di questo mese, scoprite come **stabilire obiettivi realistici, trovare pace** grazie al piano di salvezza e smettere di essere **distratti dall'elettronica**.

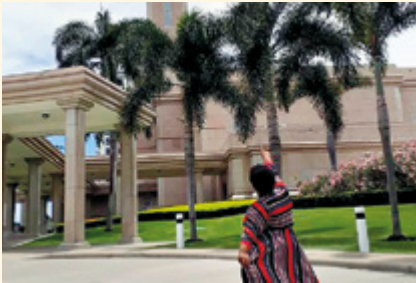


Bambini

Scoprite come **trovare nuovi amici** e aiutare quelli vecchi. Scoprite di più sullo **Spirito Santo**. E vedete quello che è successo durante la visita dell'anziano Cook in Brasile.



ARTICOLI SOLO IN VERSIONE DIGITALE

**Finalmente al tempio!**

Ramona Morris

Una giovane adulta delle Barbados racconta come si è preparata per andare al tempio e come, finalmente, sia riuscita ad andarci.



IMMAGINE DI GETTY IMAGES

State imparando qualcosa di nuovo ogni giorno?

Servizi per l'autosufficienza

Imparare cose nuove ha i suoi vantaggi, tra cui la prevenzione dell'Alzheimer e il miglioramento della salute mentale.

PER SAPERNE DI PIÙ

Nell'applicazione della Biblioteca evangelica e su liahona.lds.org potete:

- Trovare il numero corrente.
- Scoprire contenuti solo digitali.
- Consultare i numeri precedenti.
- Inviare le vostre storie e i vostri commenti.
- Abbonarvi o regalare un abbonamento.
- Arricchire lo studio con strumenti digitali.
- Condividere articoli e video preferiti.
- Scaricare o stampare articoli.
- Ascoltare i vostri articoli preferiti.

CONTATTACI

Inviare le vostre domande e i vostri commenti all'indirizzo e-mail liahona@ldschurch.org.

Inviare le vostre storie edificanti a liahona.lds.org o per posta a:
Liahona, flr. 23
50 E. North Temple Street
Salt Lake City, UT 84150-0023, USA

GIUGNO 2019 VOL. 52 NUMERO 6
LIAHONA 18606 160

Rivista internazionale della Chiesa di Gesù Cristo dei Santi degli Ultimi Giorni

Prima Presidenza: Russell M. Nelson, Dallin H. Oaks, Henry B. Eyring

Quorum dei Dodici Apostoli: M. Russell Ballard, Jeffrey R. Holland, Dieter F. Uchtdorf, David A. Bednar, Quentin L. Cook, D. Todd Christofferson, Neil L. Andersen, Ronald A. Rasband, Gary E. Stevenson, Dale G. Renlund, Gerrit W. Gong, Ulisses Soares

Editor: Randy D. Funk

Advisers: Brian K. Ashton, Randall K. Bennett, Becky Craven, Sharon Eubank, Cristina B. Franco, Donald L. Hallstrom, Larry S. Kacher, Erich W. Kopsichke, Lynn G. Robbins

Managing Director: Richard I. Heaton

Director of Church Magazines:

Allan R. Loyborg

Business Manager: Garff Cannon

Managing Editor: Adam C. Olson

Assistant Managing Editor: Ryan Carr

Publication Assistant: Camila Castrillón

Writing and Editing: Maryssa Dennis, David Dickson, David A. Edwards, Matthew D. Flinton, Garrett H. Garff, Jon Ryan Jensen, Charlotte Larcabal, Michael R. Morris, Eric B. Murdock, Sally Johnson Odekirik, Joshua J. Perkey, Jan Pinborough, Richard M. Romney, Mindy Selu, Lori Fuller Sosa, Chakell Wardleigh, Marissa Widdison

Managing Art Director: J. Scott Knudsen

Art Director: Tadd R. Peterson

Design: Jeanette Andrews, Fay P. Andrus, Mandie Bentley, C. Kimball Bott, Thomas Child, Joshua Dennis, David Green, Colleen Hinckley, Eric P. Johnsen, Susan Lofgren, Scott M. Mooy, Emily Chieko Remington, Mark W. Robison, Brad Teare, K. Nicole Walkenhorst

Intellectual Property Coordinator: Collette Nebeker Aune

Production Manager: Jane Ann Peters

Production: Ira Glen Adair, Julie Burdett, Thomas G. Cronin, Bryan W. Gygi, Ginny J. Nilson, Marissa M. Smith

Prepress: Joshua Dennis, Ammon Harris

Printing Director: Steven T. Lewis

Distribution Director: Troy R. Barker

Distribuzione: Corporation of the Presiding Bishop of The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints Steinmühlstrasse 16, 61352 Bad Homburg v.d.H., Germany

Informazioni relative agli abbonamenti: per modifiche agli abbonamenti o di indirizzo, contattare il servizio clienti

Numero verde: 00800 2950 2950

E-mail: orderseu@ldschurch.org

On-line: store.lds.org

Costo annuale di un abbonamento:

Euro 6,45 per l'italiano

Inviare i manoscritti e le domande on-line sul sito liahona.lds.org; per posta a *Liahona*, Rm. 2420, 50 E. North Temple St., Salt Lake City, UT 84150-0024, USA oppure via e-mail all'indirizzo liahona@ldschurch.org.

La *Liahona* (un termine proveniente dal Libro di Mormon che significa 'bussola' o 'indicatore') è pubblicata in albanese, armeno, bislama, bulgaro, cambogiano, cebuano, ceco, cinese (semplificato), coreano, croato, danese, estone, figiano, finlandese, francese,

giapponese, greco, indonesiano, inglese, islandese, italiano, kiribati, lettone, lituano, malgascio, marshallese, portoghese, rumeno, russo, samoano, sloveno, spagnolo, svedese, swahili, tagalog, tahitiano, tedesco, thai, tongano, ucraino, ungherese, urdu e vietnamita (la frequenza della pubblicazione varia a seconda della lingua).

© 2019 by Intellectual Reserve, Inc. Tutti i diritti riservati. Printed in the United States of America.

Informazioni sul copyright: salvo diverse indicazioni, è possibile riprodurre il materiale della *Liahona* per uso personale e per uso non commerciale (anche per gli incarichi nella Chiesa). Tale diritto può essere revocato in qualsiasi momento. Le immagini non possono essere riprodotte se le restrizioni sono indicate nella didascalia dell'opera. Per domande sul copyright contattare Intellectual Property Office: 50 E. North Temple St., Fl. 13, Salt Lake City, UT 84150, USA; indirizzo e-mail: cor-intellectualproperty@ldschurch.org.

For Readers in the United States and Canada: June 2019 Vol. 52 No. 6. LIAHONA (USPS 311-480) Italian (ISSN 1522-922X) is published monthly by The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints, 50 E. North Temple St., Salt Lake City, UT 84150. USA subscription price is \$10.00 per year; Canada, \$12.00 plus applicable taxes. Periodicals Postage Paid at Salt Lake City, Utah. Sixty days' notice required for change of address. Include address label from a recent issue; old and new address must be included. Send USA and Canadian subscriptions to Salt Lake Distribution Center at address below. Subscription help line: 1-800-537-5971. Credit card orders (Visa, MasterCard, American Express) may be taken by phone. (Canada Poste Information: Publication Agreement #40017431)

POSTMASTER: Send all UAA to CFS (see DMM 507.1.5.2). NONPOSTAL AND MILITARY FACILITIES: Send address changes to Distribution Services, Church Magazines, P.O. Box 26368, Salt Lake City, UT 84126-0368, USA.



“LA CHIAMATA DI UN PADRE È ETERNA E LA SUA IMPORTANZA TRASCENDE IL TEMPO”.

Insegnamenti dei presidenti della Chiesa – Ezra Taft Benson (2014), 208.

ALCUNI DEI NOSTRI INSEGNAMENTI PREFERITI SULLA PATERNITÀ

Quando avete bisogno di un po' di incoraggiamento, date un'occhiata a questi messaggi:

- Luca 15:20-24
- D. Todd Christofferson, “Padri”, *Liahona*, maggio 2016, 93-97.
- L. Tom Perry, “La paternità, una chiamata eterna”, *Liahona*, maggio 2004, 69-72.
- “La sacra chiamata di padre e di madre”, capitolo 15 in *Insegnamenti dei presidenti della Chiesa — Ezra Taft Benson*.
- “L'amore in famiglia”, capitolo 14 in *Insegnamenti dei presidenti della Chiesa — Harold B. Lee (2000)*.

Rodrigo Quintanilla

Valparaíso, Cile



Quando un infortunio in un cantiere lo ha reso incapace di camminare, Rodrigo Quintanilla non poteva più lavorare come saldatore — né fare molte altre cose. Ma ha deciso di andare avanti con fede, confidando nel piano del Padre Celeste per lui e per la sua famiglia.

LESLIE NILSSON, FOTOGRAFO

Quando ci accade qualcosa di veramente brutto, possiamo reagire in due modi. Possiamo arrabbiarci con Dio e lasciare la Chiesa, non avendo più nulla a che fare con essa, oppure possiamo inginocchiarci, pregare e continuare a progredire.

Non ho perso la mia fede né mi sono chiesto: "Perché è successo a me?". Mi sono rifiutato di intraprendere quella strada.

Quando ci capita una prova, so che il nostro Padre Celeste ci dà modo di superarla. Mentre mi riprendevo, avere la compagnia dello Spirito Santo è stato fondamentale. Dovevo reinventarmi professionalmente, quindi ho pregato che lo Spirito mi guidasse. Dio mi ha esaudito.

A coloro che hanno subito un incidente o vissuto un evento che ha cambiato loro la vita, vorrei dire: "Le cose possono essere difficili, ma rimanete in Chiesa. Rimanete fedeli al Vangelo. La vita è molto più difficile senza. Impegnatevi al massimo delle vostre capacità e il Padre Celeste farà il resto".



PER SAPERNE DI PIÙ

Scoprite su lds.org/go/6196 il modo in cui Libuletswe Gofrey Mokgatle, del Sudafrica, ha confidato in Dio ed è andato avanti con la propria disabilità.

Scoprite le risorse della Chiesa per i portatori di disabilità su lds.org/go/9184.

Potete trovare altri Ritratti di Fede su lds.org/go/18.



Principi per il ministero

MINISTRARE VUOL DIRE VEDERE GLI ALTRI COME LI VEDE IL SALVATORE

Gesù trascorrevva molto del Suo tempo con coloro che erano considerati diversi; Egli vedeva il loro potenziale divino.

Quando ci impegniamo a ministrare come faceva il Salvatore, può esserci chiesto di ministrare a qualcuno che è diverso da noi. Questo ci offre l'opportunità di imparare e di progredire.

Le differenze relative a cultura, educazione, etnia, situazione finanziaria, età, comportamenti passati o presenti o di altro genere possono facilmente indurci

a giudicare qualcuno ancor prima di conoscerlo. Questo giudizio prematuro è l'essenza del pregiudizio e il Salvatore ci ha messo in guardia a tal proposito (vedere 1 Samuele 16:7; Giovanni 7:24).

Riusciamo a guardare oltre le differenze e a vedere gli altri come li vede il Salvatore? Come possiamo imparare ad amare gli altri per quelli che sono e per quelli che possono diventare?



Guardare e amare

La Bibbia riporta la famosa storia del giovane ricco che chiese come ottenere la vita eterna: “E Gesù, riguardatolo in viso, l’amò e gli disse: Una cosa ti manca; va’, vendi tutto ciò che hai, e dàlo ai poveri, e tu avrai un tesoro nel cielo; poi vieni e seguimi” (Marco 10:21).

Quando l’anziano S. Mark Palmer dei Settanta ha studiato questo versetto alcuni anni fa, una parte della storia ha acquisito una nuova importanza.

“E Gesù, riguardatolo in viso, l’amò’.

Quando udii queste parole, nella mia mente vidi una chiara immagine di nostro Signore nell’atto di fermarsi e di guardare quel giovane. *Guardare*, ossia osservare la sua anima in profondità e in modo penetrante, riconoscendone la

bontà e anche il potenziale e discernendo la sua più grande necessità.

Poi, le semplici parole: Gesù *l’amò*. Egli provava un amore e una compassione immensi per questo bravo giovane, e *in virtù* di questo amore e *con* questo amore, Gesù gli chiese di fare ancora di più. Immaginai come doveva essersi sentito questo giovane a essere avvolto da un simile amore, ricevendo al tempo stesso la richiesta di fare qualcosa di così estremamente difficile come vendere tutto ciò che possedeva e darlo ai poveri.

[Mi chiesi:] ‘Come posso essere ricolmo dell’amore di Cristo in modo che tramite me [altri riescano] a sentire l’amore di Dio e [desiderino] cambiare?’. Come posso *guardare* [le persone che mi circondano] allo stesso modo in cui il Signore guardò il giovane ricco, vedendoli per come sono

Imparare a vedere gli altri

Imparare a vedere gli altri come li vede il Salvatore porta ricche ricompense. Ecco alcuni suggerimenti che possono essere utili mentre ci adoperiamo per raggiungere tale obiettivo.

CONOSCETELI

Sforzatevi di conoscere le persone al di là dei dettagli superficiali. Rendetevi conto che stabilire dei rapporti richiede tempo e impegno sincero (come aiuto, vedere l'articolo della serie Principi per il ministero di agosto 2018, "Instaurare rapporti significativi").

ESAMINATE VOI STESSI

Prestate attenzione ai giudizi che potreste esprimere consciamente o inconsciamente. Prendete nota delle supposizioni che fate sugli altri e cercate di capire perché vi sentite a quel modo nei loro confronti.

TRATTENETE IL GIUDIZIO

Rendetevi conto che le circostanze non definiscono il valore di un individuo. Mettetevi nei suoi panni e considerate il modo in cui vorreste che qualcuno vi vedesse se foste nella stessa situazione. Separare le scelte e il comportamento di qualcuno dal suo valore intrinseco e dal suo potenziale divino può aiutarci a vedere quella persona come farebbe il Salvatore.

PREGATE PER AMARE QUESTE PERSONE

Pregate regolarmente per nome per loro e per ottenere la pazienza di sviluppare una vera amicizia. Guardate al vostro servizio con l'aiuto della preghiera. C'è un divario tra quello che voi state facendo e ciò di cui essi hanno realmente bisogno?



Gesù trascorreva il Suo tempo con persone di diversa estrazione: il ricco, il povero, i governanti e la gente comune. Era spesso vittima di un giudizio errato da parte degli altri quando guardavano Lui e la Sua condizione apparentemente povera o insignificante. “E quando lo vedremo, non ci sarà bellezza da farcelo desiderare [...]; era disprezzato, e noi non lo stimammo” (Mosia 14:2-3).

INVITO AD AGIRE

Chi dovete guardare in modo diverso? Che cosa farete per cambiare il modo in cui considerate queste persone?

CONDIVIDETE LE VOSTRE ESPERIENZE

Inviatemi le esperienze che avete vissuto quando avete ministrato ad altri o quando altri hanno ministrato a voi. Andate su liahona.lds.org e cliccate "Invia qualcosa di tuo".

realmente e per come possono diventare, piuttosto che per ciò che stanno o non stanno facendo? In che modo posso essere più simile al Salvatore?"¹

Una visione cristiana

Una sorella ha raccontato questa storia riguardo all'imparare a vedere una vicina con occhi cristiani:

"Julia (il nome è stato cambiato) abitava vicino a me e sembrava non avere amici. Sembrava sempre turbata e arrabbiata. Ciononostante, ho deciso di esserle amica. Non una semplice amica di passaggio, ma una vera amica. Parlavo con lei ogni volta che la vedevo e dimostravo interesse in qualsiasi cosa stesse facendo. Poco per volta, ho creato un legame di amicizia con lei, cosa che mi ha riempito il cuore di gioia.

Un giorno ho deciso di andare a trovare Julia e chiederle perché avesse deciso di non frequentare la Chiesa.

Ho scoperto che non aveva familiari o amici in zona. Il suo unico parente, un fratello che viveva lontano, parlava con lei solo una volta all'anno al telefono. Mentre l'ascoltavo esprimere la sua amarezza, la rabbia e le frustrazioni riguardo alla sua famiglia e alla Chiesa, sono stata fortemente pervasa da un innegabile sentimento di compassione e di amore per quella sorella. Ho avvertito il suo dolore e le sue frustrazioni. Mi sono resa conto di quanto la sua vita fosse solitaria. Ho avuto l'impressione di sentire dietro di me una voce calma pronunciare le parole: 'La amo anch'io. Amala e rispettalà'.

Mi sono seduta e ho ascoltato fino a quando non ha avuto altro da dire. Ho provato nei suoi confronti amore e compassione. Quella è una sorella che non ha mai saputo che cosa significa essere amati. All'improvviso l'ho compresa più a



fondo. L'ho ringraziata per avermi permesso di farle visita e l'ho lasciata con un abbraccio, con il mio amore e il mio rispetto nei suoi confronti. Non saprò mai quanto mi ha toccata con quella visita. Il Padre Celeste ha aperto i miei occhi e mi ha insegnato che avevo la capacità di amare con maggiore compassione. Sono determinata a non limitarmi a essere una sua amica, voglio essere anche la sua famiglia".

Essere invitati nella vita di qualcun altro è una cosa sacra. Grazie alla preghiera, alla pazienza e all'aiuto dello Spirito possiamo imparare a farlo con una visione più cristiana. ■

NOTA

1. S. Mark Palmer, "E Gesù, riguardatolo in viso, l'amò", *Liahona*, maggio 2017, 115.

PER SAPERNE DI PIÙ

Scoprite di più su come essere più accoglienti:

- Leggete "Possiamo migliorare: come accogliere gli altri nel gregge" nella *Liahona* di settembre 2017.
- Guardate i dirigenti della Chiesa spiegare questi principi su lds.org/go/61911.





**Anziano
Neil L. Andersen**
Membro del
Quorum dei
Dodici Apostoli

Ministrare in modo più sacro

Vi prometto che quando amate Dio con tutto il cuore e pregate di essere uno strumento nelle Sue mani, il Signore metterà i Suoi preziosi figli e le Sue preziose figlie sul vostro cammino.

Il libro intitolato *The Narcissism Epidemic* [l'epidemia di narcisismo] inizia con esempi esagerati della cultura americana moderna:

“In un reality show televisivo, una ragazza organizza il suo sedicesimo compleanno e vuole che una strada principale sia bloccata al traffico in modo che una banda possa precedere la sua entrata trionfale su un tappeto rosso. Un libro intitolato *My Beautiful Mommy* [la mia bellissima mamma] spiega la chirurgia plastica ai bambini piccoli le cui mamme si sottopongono al bisturi per l'ultima tendenza, il 'Mommy Make-over' [pacchetto di interventi chirurgici per eliminare gli effetti delle gravidanze sul corpo della donna]. Ora è possibile ingaggiare finti paparazzi per farvi seguire in giro e farvi scattare fotografie quando uscite la sera — potete persino portare a casa una falsa copertina di rivista di gossip che riporta le foto. Una famosa canzone dichiara, senza apparente sarcasmo: 'Credo che il mondo dovrebbe girarmi intorno!' [...]. I bambini indossano bavaglini con su ricamato 'Supermodello' [...] e hanno ciucci-gioiello mentre i loro genitori leggono loro storielle rimodernate dal libro *This Little Piggy Went to Prada* [questo maialino è andato da Prada]”¹.

Come discepoli di Gesù Cristo, noi respingiamo fortemente la teoria che la nostra vita riguarda solo noi stessi. Piuttosto, seguiamo il Salvatore, il quale ha detto:

“Chiunque vorrà esser grande fra voi, sarà vostro servitore;

e chiunque fra voi vorrà esser primo, sarà vostro servitore;

[...] il Figliuol dell'uomo non è venuto per esser servito ma per servire, e per dar la vita sua come prezzo di riscatto per molti” (Matteo 20:26–28).



Noi facciamo tesoro delle Sue parole:

“Che vi amiate gli uni gli altri. Com’io v’ho amati”
(Giovanni 13:34; vedere anche Giovanni 15:12).

“Pasci i miei agnelli. [...] Pastura le mie pecorelle”
(Giovanni 21:15, 16).

“Tu, quando sarai convertito, conferma i tuoi fratelli”
(Luca 22:32).

“Soccorri i deboli, alza le mani cadenti e rafforza le ginocchia fiacche” (Dottrina e Alleanze 81:5).

Ecco un esempio del genere di ministero cristiano che si svolge tra i membri della Chiesa del Signore. Una studentessa della Brigham Young University ha scritto recentemente:

“Stavo attraversando un periodo davvero difficile. Un giorno ero veramente in difficoltà e sul punto di piangere. Ho implorato e pregato in silenzio per avere la forza di continuare. In quell’esatto momento, la mia compagna di stanza mi ha inviato un messaggio esprimendomi il bene che mi voleva. Mi ha scritto un versetto e ha reso la sua testimonianza. Questo mi ha dato molta forza e conforto e tanta speranza in quel momento di disperazione”.

Permettetemi di condividere alcuni pensieri che spero rafforzeranno il già notevole modo in cui ministrare gli uni agli altri. Il primo punto è questo: ricordate il primo comandamento prima di esercitare il secondo. Un giovane si avvicinò al Salvatore e Gli chiese:

“Maestro, qual è, nella legge, il gran comandamento?”

E Gesù gli disse: Ama il Signore Iddio tuo con tutto il tuo cuore e con tutta l’anima tua e con tutta la mente tua.

Questo è il grande e il primo comandamento.

Il secondo, simile ad esso, è: Ama il tuo prossimo come te stesso” (Matteo 22:36–39).

La vostra capacità di conferire un approccio più sacro all’amare il vostro prossimo, al prendersi cura degli altri e al ministrare loro, si baserà sull’intensità con cui rispetterete il primo comandamento.

Un altro genere di ministero

Esiste un dono unico e divino di ministrare che può derivare da qualcuno che ama Dio con tutto il cuore; che è saldo, fondato, risoluto e irremovibile nella propria fede in Gesù Cristo e nel vangelo restaurato (vedere Efesini 3:17; Colossesi 1:23; 1 Nefi 2:10; Mosia 5:15; Alma 1:25; 3 Nefi 6:14); e che si attiene strettamente ai comandamenti.

Permettetemi di spiegarvi un po’ del contesto che già conoscete. In tutto il mondo, la generazione più giovane si sta allontanando dalla propria fede e soprattutto dal proprio credo in una religione specifica. Nel 1975, quando mi sono laureato alla BYU, il numero di giovani adulti (tra i 18 e i 24 anni) affiliato a una religione era intorno al 90%. Oggi è al 66%. “Un terzo dei giovani adulti non appartiene ad alcuna religione organizzata”².

Nel 2001, lo studioso delle religioni Robert C. Fuller ha scritto un libro intitolato *Spiritual, But Not Religious* [spirituale, ma non religioso]³. Una tendenza alla spiritualità personale al di fuori delle organizzazioni religiose formali può essere stata vera vent’anni fa, ma è meno vera oggi. I giovani adulti degli Stati Uniti oggi pregano con meno frequenza, credono meno in Dio, credono meno nella Bibbia e credono meno nei comandamenti.⁴ È ingenuo credere che le tendenze del mondo non siano capaci di influenzare tutti noi — persino gli eletti.

Prendersi cura degli altri, fisicamente ed emotivamente, richiede un cuore altruista e sensibile. Tale premura è un aspetto importante del Vangelo. Lo fanno le brave persone dentro e fuori dalla Chiesa, credenti e non credenti. Ci sono molte persone meravigliose e gentili in tutto il mondo, e noi possiamo imparare da loro.

Tuttavia, peculiare a un membro convertito della Chiesa di Gesù Cristo dei Santi degli Ultimi Giorni è un altro genere di ministero. Come discepoli del Salvatore, abbiamo opportunità di ministrare in un modo che contribuisca a impedire alla fede di un amico di vacillare, che ricordi a un compagno di stanza in modo gentile che leggere il Libro di Mormon ogni giorno porta veramente i miracoli e che dimostri a un membro del rione che le norme della Chiesa non sono solo una serie di regole, ma piuttosto un modo per rimanere vicini a Dio e per essere felici.

Una persona di buon cuore può aiutare qualcuno ad aggiustare uno pneumatico, può portare un vicino dal dottore, può pranzare con qualcuno che è triste o può sorridere e salutare per illuminare una giornata. Ma chi rispetta il primo comandamento aggiungerà con naturalezza a questi importanti atti di servizio l'incoraggiamento alla persona che

sta facendo del proprio meglio per rispettare i comandamenti e dei buoni consigli al fine di rafforzare la fede di qualcuno che vacilla o che ha bisogno di aiuto per ritornare sul sentiero che una volta seguiva.

Vi invito a rafforzare il vostro impegno di ministrare spiritualmente gli uni agli altri. Il ministero spirituale può iniziare informando biscotti o facendo una partita a pallacanestro. Ma, alla fine, questo modo più sacro di ministrare richiede che apriate il vostro cuore e la vostra fede, che prendiate coraggio nel sostenere la crescita positiva che osservate in un amico e che esprimiate preoccupazione riguardo alle cose che vedete e che sentite non essere coerenti con il discepolato.

Invito noi tutti a non essere presuntuosi, ma vorrei che fossimo coraggiosi spiritualmente nel ministrare in un modo più sacro, soprattutto rafforzando la fede degli altri. Per ispirare i vostri pensieri, considerate queste possibili situazioni:

- Vi accorgete che un amico passa una quantità eccessiva di tempo a giocare sul cellulare ma partecipa raramente a conversazioni che riguardano argomenti evangelici.
- Avete la sensazione che un membro del rione abbia un problema con la pornografia.
- I vostri amici trascorrono una quantità enorme di tempo a scattare e pubblicare fotografie di se stessi quasi al limite dell'immodestia.
- Vi accorgete che qualcuno che una volta amava parlare del Libro di Mormon, adesso non lo menziona mai.
- Vi accorgete che un membro della famiglia che una volta amava andare al tempio, adesso non ci va.
- Vi accorgete che un amico che una volta parlava con fede dei consigli del profeta, adesso ne parla in modo critico.



- Conoscete un missionario ritornato che ha cominciato a indossare in modo superficiale gli indumenti che riflettono le alleanze del tempio.
- Vi accorgete che un membro del rione trova motivi per andare di domenica in luoghi diversi dalla chiesa.
- Vi accorgete che un amico ha cominciato a essere disonesto in piccole cose.
- Conoscete qualcuno che aveva una luce negli occhi dopo la missione, ma ora quella luce sembra essere sbiadita.
- Avete un amico che scherza sulle cose sacre.
- Avete un amico il cui scoraggiamento riguardo agli appuntamenti si è trasformato in “Dio non mi ama”.
- Vedete che la fede di un amico è indebolita dalla dignità compromessa e che ha bisogno di pentirsi.

Riuscite a immaginare queste situazioni o altre simili? Vi vengono in mente nomi specifici? Come dichiarò Paolo: “Il combattimento nostro non è contro sangue e carne, ma contro i principati, contro le potestà, contro i dominatori di questo mondo di tenebre, contro le forze spirituali della malvagità, che sono ne’ luoghi celesti” (Efesini 6:12). In tutto il mondo c’è un estremo bisogno di avere più fede nel nostro Padre Celeste e in Suo Figlio, Gesù Cristo, e di avere una maggiore volontà di seguire i comandamenti.

Ministrare alla singola persona

Se seguiremo il modello del Salvatore, la maggior parte del nostro ministero sarà su base personale. Alla donna Samaritana al pozzo, il Salvatore disse:

“Chiunque beve di quest’acqua avrà sete di nuovo; ma chi beve dell’acqua che io gli darò, non avrà mai più sete [...]”.

La donna gli disse: Signore, dammi di cotest’acqua, affinché io non abbia più sete [...]”.

[Poi] disse: Io so che il Messia (ch’è chiamato Cristo) ha da venire; quando sarà venuto, ci annunzierà ogni cosa.

Gesù le disse: Io che ti parlo, son desso” (vedere Giovanni 4:13–15, 25–26).

Persino nel dichiarare la propria divinità, Gesù ministrò alla singola persona.



A differenza di quando si cambia una gomma bucata, è raro che una singola esperienza sistemi un problema spirituale. Ci vuole tempo, ci vogliono conversazioni ed esperienze incoraggianti che contribuiranno a riedificare la fede. È più simile alla rugiada dal cielo che a un singolo getto d’acqua da un idrante. Dovete ministrare continuamente quando aiutate qualcuno a tornare a Dio e a confidare nuovamente nel Salvatore e nella Sua Espiazione.

Per ministrare alla maniera del Signore dobbiamo ricorrere allo Spirito Santo. Il presidente Russell M. Nelson ha illustrato la questione in modo possente durante la conferenza generale di aprile 2018: “Nei giorni a venire, non sarà possibile sopravvivere spiritualmente senza la guida, la direzione, il conforto e l’influenza costante dello Spirito Santo”⁵.

Il presidente Nelson ha aggiunto: “Vi prego di aumentare la vostra capacità spirituale di ricevere la rivelazione”⁶. Ci ha consigliato di pregare, ascoltare, scrivere i nostri pensieri e di agire.

Riusciamo ad applicare tutto ciò al ministrare in modo più sacro? Preghiamo, ascoltiamo, scriviamo i nostri pensieri e agiamo riguardo a coloro ai quali possiamo ministrare.

Pregate per avere l’opportunità di edificare la fede negli altri. Non tutti quelli che aiuterete saranno persone che

conoscete. Quando ministrò alla vedova di Nain, Gesù si stava dirigendo verso la città. Tuttavia la vide, ebbe compassione di lei e risvegliò suo figlio dalla morte. Il Suo ministero cambiò la sua vita (vedere Luca 7:11–15).

Pregate perché vi capitino opportunità per ministrare, ascoltate, scrivete i vostri pensieri e poi siate pronti ad agire man mano che le persone verranno messe sulla vostra strada.

L'appello del Salmista mi ha sempre commosso: “Guarda alla mia destra e vedi; non v'è alcuno che mi riconosca. Ogni rifugio m'è venuto a mancare; non v'è alcuno che abbia cura dell'anima mia” (Salmi 142:4). Aiutiamo coloro che si sentono così.

Dedicare del tempo allo Spirito

Per avere l'aiuto dello Spirito Santo dobbiamo preparare la nostra mente e il nostro cuore. Alla nostra generazione serve disciplina e moderazione nel modo di utilizzare i dispositivi tecnologici. Adam Alter, nel suo libro intitolato *Irresistible* [irresistibile], parla dei segni di dipendenza dalla tecnologia e dai social media. Cita Greg Hochmuth, uno degli ingegneri che hanno fondato Instagram, il quale ha commentato: “C'è sempre un altro hashtag da cliccare. Poi assume vita propria, come un organismo, e le persone possono diventarne ossessionate”⁷.

Adam Alter aggiunge: “Instagram, come molte altre piattaforme social, è senza fondo. Facebook ha un flusso infinito; Netflix passa direttamente all'episodio successivo di una serie; Tinder incoraggia gli utenti a continuare a scorrere in cerca di un'opzione migliore. [...] Secondo Tristan Harris, esperto di 'etica progettuale', il problema non è che alle persone manca la forza di volontà, è che 'ci sono migliaia di persone dall'altra parte dello schermo il cui lavoro è distruggere la capacità di autoregolarvi’”⁸.

Adam Alter continua: “Un ‘Mi piace’ su Facebook e Instagram stimola il nostro senso di appagamento a livello neurologico, come la gratificazione derivante dall'aver completato una missione del videogioco World of Warcraft o dal vedere uno dei vostri tweet condiviso da centinaia di utenti Twitter. Le persone che creano e perfezionano la tecnologia, i giochi e le esperienze interattive sono molto brave nel loro lavoro. Effettuano migliaia di test con milioni di utenti per sapere quali modifiche funzionano e quali no — quali colori di sfondo, quali caratteri e quali toni audio massimizzano il coinvolgimento e minimizzano la frustrazione. Con l'evolversi dell'esperienza, ciò che creano diventa una versione irresistibile ed estremamente efficace dell'esperienza che era una volta. Nel 2004 Facebook era divertente; [oggi] crea dipendenza”⁹.

Affinché lo Spirito dimori in noi, dobbiamo avere tempo e spazio. Imparate a mettere da parte i vostri cellulari. Stabilite un orario durante il quale non utilizzare intenzionalmente i dispositivi tecnologici.

Durante la conferenza generale di aprile 2018, il presidente M. Russell Ballard, presidente facente funzione del Quorum dei Dodici Apostoli, ha detto: “Troppi trascorrono quasi tutta la propria vita on-line con i loro dispositivi smart: con gli schermi che illuminano il loro volto di giorno e di notte, e con



gli auricolari nelle orecchie che ostacolano la voce calma e sommessa dello Spirito. Se non troviamo il tempo di scollegarci, possiamo perdere le opportunità di sentire la voce di Colui che disse: 'Fermatevi, [...] e riconoscete che io sono Dio' [Salmi 46:10]. Non c'è alcunché di sbagliato nello sfruttare le scoperte tecnologiche ispirate dal Signore, ma dobbiamo essere saggi nel loro utilizzo^{9,10}.

Rafforzarsi a vicenda

Durante gli anni in cui frequentavo la BYU, oltre a mia moglie, Kathy, la cui influenza



eterna è impossibile da quantificare, due compagni di stanza — uno prima della mia missione e uno dopo — hanno modellato grandemente il mio fondamento spirituale. Uno era Reid Robison, ora professore alla BYU in Comportamento organizzativo. L'ho conosciuto mentre ero in missione e dopo siamo diventati compagni di stanza. La precisione di Reid nel seguire i comandamenti, il suo amore per il profeta e la sua ferma testimonianza del Salvatore hanno rafforzato me e tutti quelli che gli stavano intorno. E ha continuato a essere un esempio per me negli ultimi quarantacinque anni.

L'altro compagno di stanza che ho menzionato è Terrel Bird, che ora vive a St. George, nello Utah (USA). Ho conosciuto Terrel quando frequentavamo insieme le scuole superiori a Pocatello, nell'Idaho (USA). Nonostante giocassimo insieme a basket, la nostra amicizia è nata mentre osservavo la sua maturità spirituale. Condivideva apertamente le intuizioni spirituali che aveva e i principi di vita che leggeva e apprendeva. Ero sorpreso di sentire quel genere di cose da un diciassettenne. Abbiamo deciso di condividere la stanza alla BYU.

Allora non avevamo computer; avevamo le macchine da scrivere. Terrel prendeva i versetti che erano importanti per lui e le citazioni che ispiravano carattere, li scriveva a macchina e poi le conservava in una scatoletta per potervi attingere spesso. Non era insolito che avesse più di un migliaio di versetti e citazioni, molti dei quali conosceva a memoria. Anche se lavoravo — pulendo la biblioteca ogni mattina dalle quattro alle sette — e seguivo il calendario delle lezioni, guardando Terrel ho cominciato a creare la mia scatola personale.

Questa è una delle citazioni che ricordo ancora dopo circa cinquant'anni:

*Il Potere supremo che plasma e crea è la Mente,
E la Mente è l'Uomo, e adopera continuamente
Lo strumento del Pensiero, e, modellando ciò che gli pare,
Mille gioie e mille brutte cose fa avverare: —
Egli pensa in segreto e accade in un momento:
Tutto intorno non è altro che la sua lente d'ingrandimento.¹¹*

Ricordo anche, ovviamente, versetti possenti come questo:

“Io son la resurrezione e la vita; chi crede in me, anche se muoia, vivrà; e chiunque vive e crede in me, non morrà mai” (Giovanni 11:25–26).

Terrel mi ha aiutato a inserire nella mia mente di matricola della BYU parole delle Scritture e parole di saggezza che mi hanno influenzato per tutta la vita. Ringrazio Reid Robison e Terrel Bird per essersi presi cura di me spiritualmente in un periodo che è stato determinante.

Questa è una poesia scritta dal mio vicino Thomas L. Kay:



*Grazie Dio per tutto quello che dà sollievo
per coloro a cui importa davvero
che cingono i deboli con le braccia
e implorano per loro in preghiera
Grazie Dio per chi sente il cuore
e ascolta le parole*

*Chi sa che uno sguardo e un tocco gentile
significano più del mondo intero
Grazie Dio per chi solleva le mani
e rafforza le ginocchia faticose
che va attorno risanando le anime
grazie a un quieto ministero.¹²*

Miei cari amici e compagni nel discepolato, vi rendo la mia testimonianza certa che so che il Salvatore vive. Egli è risorto. Egli dirige questa santa opera. Il presidente Nelson è il profeta che Egli ha unto sulla terra. Il periodo concessoci su questa terra ha un'importanza eterna.

Prometto che se amerete Dio con tutto il cuore, se pregherete per essere uno strumento nelle Sue mani, se ministrerete alle singole persone, se rafforzerete la vostra capacità di ricevere rivelazione e confiderete nell'influenza dello Spirito Santo, il Signore metterà sul vostro cammino i Suoi figli e le Sue figlie speciali e voi diverrete i loro angeli ministranti, beneducendo la loro vita per l'eternità. Voi ministrerete in modo più sacro.

Prego affinché ciò sia per voi qualcosa di importante mentre avanzate in questo percorso di suprema importanza che è la vita terrena. Vi rendo la mia salda e certa testimonianza del Salvatore e del valore eterno che avete

per Lui e del fatto che Egli tornerà e ci abbraccerà come Suoi figli e Sue figlie, come Suoi discepoli. ■

Tratto dal discorso "A Holier Approach to Ministering", tenuto il 10 aprile 2018 alla Brigham Young University.

NOTE

1. Jean M. Twenge e W. Keith Campbell, *The Narcissism Epidemic: Living in the Age of Entitlement* (2009), 1.
2. Jean M. Twenge, *iGen: Why Today's Super-Connected Kids Are Growing Up Less Rebellious, More Tolerant, Less Happy—and Completely Unprepared for Adulthood* (2017), 121; vedere anche Figura 5.1, 121.
3. Vedere Robert C. Fuller, *Spiritual, But Not Religious: Understanding Unchurched America* (2001).
4. Vedere Jean M. Twenge, *iGen*, 119–142.
5. Russell M. Nelson, "Rivelazione per la Chiesa, rivelazione per la nostra vita", *Liahona*, maggio 2018, 96.
6. Russell M. Nelson, "Rivelazione per la Chiesa, rivelazione per la nostra vita", 95.
7. Greg Hochmuth, in Adam Alter, *Irresistible: The Rise of Addictive Technology and the Business of Keeping Us Hooked* (2017), 3; vedere anche Greg Hochmuth, in Natasha Singer, "Can't Put Down Your Device? That's by Design", *The New York Times*, 5 dicembre 2015, nytimes.com.
8. Adam Alter, *Irresistible*, 3; vedere anche Tristan Harris, in Natasha Singer, "Can't Put Down Your Device? That's by Design".
9. Adam Alter, *Irresistible*, 5.
10. M. Russell Ballard, "Doni preziosi di Dio", *Liahona*, maggio 2018, 10.
11. James Allen, *As a Man Thinketh* (1902), frontespizio.
12. Thomas L. Kay, "Saints", in *The Road I've Taken* (2016), 16; vedere anche "Saints", musica di Rachel Bastian, *New Era*, settembre 1999, 51.



Aiutare gli altri a ricevere la guarigione del Signore

Merrilee Browne Boyack

Una domenica ho letto il versetto che dice: “In verità, in verità io vi dico: questo è il mio Vangelo; e voi sapete le cose che dovete fare nella mia chiesa; *poiché le opere che mi avete visto fare, voi le farete pure*” (3 Nefi 27:21; enfasi aggiunta).

Ho pensato tra me: “Quali erano le opere di Cristo sulla terra?”. Ho pensato innanzitutto a due cose: il servizio e la guarigione. Potevo svolgere il servizio, ma che dire della guarigione? Di sicuro non ero capace di guarire gli altri — oppure sì?

Ero in via di guarigione dopo un intervento seguito da una reazione allergica grave. Ho pensato immediatamente a coloro che mi avevano aiutata durante il processo di guarigione, e la lista era lunga. Se loro avevano potuto aiutare me, perché io non avrei potuto fare lo stesso per altre persone?

Ciascuno di noi può imparare l'arte del guaritore.¹ Siamo circondati da persone che soffrono a causa di malattie fisiche, mentali e spirituali e che sarebbero benedette dal nostro aiuto.

Fare visita agli ammalati

Mosia 4:26 dichiara: “Vorrei che impartiste ai poveri delle vostre sostanze, ognuno secondo ciò che ha, come nutrire gli affamati, rivestire gli ignudi, visitare gli infermi e provvedere a soccorrerli, sia spiritualmente che temporalmente, secondo i loro bisogni”.

Essere malati — che sia fisicamente, mentalmente o spiritualmente — può renderci molto isolati. Nel tentativo di guarire, le persone trascorrono molte ore in una camera da letto o di ospedale ed è facile che il loro spirito si deprima. Man mano che l'oscurità si addensa, le visite di amici o familiari premurosi possono portare luce nella loro vita.

Come facciamo visita agli ammalati è altresì importante. Diverse donne hanno risposto alla mia domanda riguardo al modo in cui gli altri le hanno aiutato durante il processo di guarigione. Judi, dall'Arizona (USA), ha commentato dicendo: “Ascoltare [è] un aiuto immenso nei momenti difficili. Ascoltare e *non* giudicare”. Ascoltare pazientemente, sinceramente e amorevolmente è un sostegno prezioso per chi sta provando a guarire.

Noi pratichiamo l'arte del guaritore quando contribuiamo a portare le benedizioni guaritrici del Signore a coloro che soffrono per malattie fisiche, mentali o spirituali.

Linda, dalla California (USA), ha raccontato in che modo le visite di un'amica l'abbiano aiutata: “Ricordo quelle persone speciali nella mia vita — soprattutto quelle che ascoltavano e veicolavano veramente i dolci consigli dello Spirito. Dopo essere rimasta vedova a trent'anni con cinque figli piccoli, ho sentito più profondamente

l'amore del mio Padre Celeste e del Salvatore grazie alla mia cara amica Karen. Sapeva sempre di cosa avevo bisogno ed era un'ottima ascoltatrice. Non mi sono mai sentita sola perché continuava a ricordarmi delle meravigliose promesse che avevo come figlia di Dio”.

Quest'arte del guaritore può essere praticata soprattutto dai fratelli e dalle sorelle ministranti. È importante essere consci delle necessità di coloro che soffrono. A volte va bene una breve visita perché sono molto stanchi. A volte si sentono soli e annoiati e una visita più lunga è quello di cui hanno bisogno. È anche importante essere in sintonia con la loro personalità. Alcuni vogliono riservatezza e tranquillità mentre altri vogliono molta interazione e molto sostegno. Dovremmo prima stabilire quali sono le loro necessità e poi interagire di conseguenza.

Portare i fardelli gli uni degli altri

Alma descrisse in modo davvero eloquente il nostro impegno a seguire l'esempio del Salvatore quando chiese ai credenti nel Libro di Mormon se erano disposti a “entrare nel gregge di Dio e [a] essere chiamati il suo popolo, e [...] a portare i fardelli gli uni degli altri, affinché [potessero] essere leggeri” (Mosia 18:8).

Ciascuno di noi porta fardelli di diverso genere. È molto più difficile gestirli quando siamo malati o lottiamo contro la malattia mentale o le difficoltà spirituali. Una delle arti del



SIAMO LE MANI DEL SIGNORE

“Cristo sa perfettamente come soccorrere il prossimo. Quando il Salvatore

tende le mani, coloro che tocca sono edificati e diventano più grandi, più forti e migliori.

Se noi siamo le Sue mani, non dovremmo fare altrettanto?”.

Anziano Dieter F. Uchtdorf del Quorum dei Dodici Apostoli, “Voi siete le mie mani”, *Liahona*, maggio 2010, 70.

guaritore è quella di aiutare a portare i fardelli degli altri quando questi ultimi soffrono.

Shannon, dello Utah (USA), ha raccontato in che modo i suoi vicini l’hanno aiutata: “Il giorno in cui abbiamo sepolto il nostro figlio-letto, siamo tornati dal cimitero e abbiamo scoperto che i vicini si erano riuniti durante le ore in cui eravamo al funerale e avevano rivoluzionato il giardino. Avevano piantato arbusti, alberi e fiori meravigliosi, e persino un nuovo prato. Durante il periodo della nostra inimmaginabile tristezza, la loro premurosa dimostrazione d’amore e di sostegno ha dato inizio al nostro processo di guarigione. Ogni anno, quando il nostro meraviglioso giardino tornava alla vita, ci veniva ricordato che l’amore e la vita sono eterni. [È stata] veramente un’esperienza sacra e simbolica che non dimenticheremo mai”.

Quando mi è stato diagnosticato il cancro al seno, servivo come presidentessa della Società di Soccorso ed ero candidata per la rielezione nel nostro consiglio cittadino. Mio marito aveva perso il lavoro e durante quel periodo siamo stati colpiti da molte prove pesanti. Le mie consigliere hanno preso a cuore il principio del “portare i fardelli gli uni degli altri” e hanno contribuito a distribuire il carico che stavo portando. Il mio vescovo si è occupato

di alcune delle mie responsabilità. Mio marito si è fatto carico di molti doveri riguardanti la cucina e le faccende di casa. Vedere che i miei fardelli non sono stati rimossi, ma che invece sono stati condivisi da moltissime persone che hanno esercitato l’arte del guaritore mi ha resa veramente umile.

Confortare

Anche Alma ha insegnato che i seguaci di Cristo sono “disposti a piangere con quelli che piangono, sì, e a confortare quelli che hanno bisogno di conforto” (Mosia 18:9).

Il dare conforto include l’empatia, la gentilezza, la premura, l’interesse, l’amore e la carità. È stringere gli ammalati o gli afflitti tra amorevoli braccia per aiutarli ad affrontare la loro sofferenza.

Luann (il nome è stato cambiato) ha affrontato una battaglia spirituale e morale e ha riflettuto sulla propria esperienza con coloro che l’hanno confortata: “Guardavano oltre la persona che ero e vedevano il mio promettente potenziale, il potenziale di diventare una persona più importante, più saggia e più gentile. Ripenso a com’ero prima e a volte faccio una smorfia con un po’ di imbarazzo per la mia ignoranza — un po’ di vergogna per le mie trasgressioni e la mia vita peccaminosa. Ma il dolore dell’imbarazzo e della vergogna è sempre seguito dal balsamo

“Mi stavano creando attorno un ambiente protetto in cui il Salvatore, il Grande Guaritore, poteva lavorare su di me”.

curativo che è la grazia, la misericordia, il perdono e l’amore. Quando vedo che c’erano persone intorno a me che mi inondavano con tali cose, il dolore va via. E vedo che mi stavano aiutando a guarire. Forse è più corretto dire che mi stavano creando attorno un

ambiente protetto — un bozzolo di grazia, forse — in cui, all’interno, il Salvatore, il Grande Guaritore, poteva lavorare su di me. Cambiandomi. Cambiando il mio cuore”.

Una parte importante del confortare gli ammalati è far sì che si rivolgano al Grande Guaritore. Sabrina, dello Utah, ha detto: “Non c’è guarigione migliore di quella in cui qualcuno ti aiuta a renderti conto che devi tornare a Dio. Può essere un promemoria di ciò che già sai — che stai



cercando di essere più forte di quello che devi, facendo tutto da solo e non confidando realmente in Dio”.

Per confortare gli ammalati e per aiutarli a essere positivi serve essere sensibili allo Spirito. C'è stato un periodo in cui non ho dormito bene per molti mesi, di solito una media di due o tre ore per notte di sonno interrotto. Soffrivo fortemente di ansia ed esaurimento; sono stata da diversi medici senza risultato. Alla fine, un'amica mi ha indirizzata a un medico della Chiesa che mi ha dato immediatamente una diagnosi corretta. Ma quello che ha detto dopo mi ha sorpresa: “Merrilee, la cosa più importante che deve fare è lasciare che Dio l'aiuti con la sua ansia”. Poi mi ha incoraggiato a meditare ogni giorno per un breve periodo su “Il Cristo vivente – La testimonianza degli apostoli”.

Ho provato a meditare alcune volte senza successo, ma volevo disperatamente guarire. Il giorno dopo ho meditato in silenzio sulle potenti parole: “Rendiamo testimonianza della realtà della Sua vita senza pari e dell'infinito potere del Suo grande sacrificio espiatorio”². Quando ho cominciato a meditare sulla testimonianza del nostro grande Guaritore sono stata attraversata da un brivido e ho capito di aver trovato conforto e pace nell'anima.

Prestare attenzione

Mentre studiamo le Scritture per poterLo emulare nelle Sue opere di guarigione, leggiamo che Gesù faceva continuamente una cosa: prestava attenzione a coloro che aveva intorno.

Cristo notava le persone. Ha parlato con la donna samaritana nonostante i tabù culturali. Si è preso il tempo di benedire i bambini. Ha mangiato con i pubblicani e con i peccatori e ha ministrato ai lebbrosi e agli emarginati. Ha dedicato la propria attenzione a tutti.

Come seguaci di Cristo che cercano di apprendere la Sua arte del guaritore, possiamo iniziare a guardare le persone con gli occhi di Cristo. Possiamo prenderci il tempo di salutare, di sorridere, di chiedere com'è andata la giornata. Forse non sapremo mai che balsamo curativo sono stati i nostri sforzi per le persone sole, depresse, malate, deboli o sofferenti che abbiamo intorno. Anche un gesto semplice d'amore può avere un'influenza possente.

Grandi saranno le benedizioni che giungeranno mentre faremo le opere di Cristo e parteciperemo alla guarigione di altri. Come ha affermato Cristo stesso: “In quanto l'avete fatto ad uno di questi miei minimi fratelli, l'avete fatto a me” (Matteo 25:40). A Colui che ha guarito ciascuno di noi, a Colui che ci ha cinti con le Sue amorevoli braccia più spesso di quanto sapremo mai, a Colui che ci ha offerto il balsamo curativo della propria Espiazione possiamo offrire il nostro piccolo impegno per contribuire a guarire i nostri fratelli e le nostre sorelle. Questa è veramente l'arte del guaritore. ■
L'autrice vive nello Utah, USA.

NOTE

1. Vedere “O Signor, ch'io possa amar Ti”, *Inni*, 134.
2. “Il Cristo vivente – La testimonianza degli apostoli”, *Liahona*, maggio 2017; seconda di copertina.

I fiori e la sicurezza economica

Mechel Wall

Il Signore ha accresciuto la mia capacità, ampliato le mie abilità e fatto di me molto più di quello che sarei diventata da sola.

Il fatto che non mi ero mai laureata mi ha sempre infastidito. Sapevo che, se mai fosse successo qualcosa a mio marito, non ero preparata finanziariamente per provvedere alla nostra famiglia.

Poi è accaduto l'impensabile. Ho ricevuto una telefonata sconvolgente che mi ha cambiato la vita.

"Chiama il 118!", ha urlato, angosciato, mio marito. "Sono bloccato sotto il trattore!".

Ho chiamato i soccorsi e poi ho raggiunto a tempo di record il terreno che stava spianando, superando una lunga fila di veicoli per le emergenze parcheggiati sulla strada sterrata che portava alla nostra proprietà a Pea Ridge, nell'Arkansas (USA). Barry era vivo, ma era bloccato proprio sotto il motore di un trattore che si era ribaltato.

Grazie agli strumenti di salvataggio idraulici, gli operatori hanno sollevato il trattore e hanno liberato Barry. Le sue gambe, inzuppate di carburante, sembravano rotte in diversi punti. È stato portato immediatamente al centro traumatologico, dove ha ricevuto una benedizione del sacerdozio prima che gli venissero effettuate le radiografie alle gambe.



Eravamo sorpresi del fatto che nessun osso si era rotto, ma la parte posteriore di una delle gambe di Barry aveva riportato un'ustione grave per via del carburante. Le lesioni dovute allo schiacciamento gli avevano anche intossicato i reni. Era in pericolo di vita.

Dopo che Barry aveva trascorso cinque giorni intensi all'ospedale, il livello delle tossine ha finalmente cominciato a scendere. Sono seguiti mesi di medicazioni, innesti cutanei, interventi e ossigenoterapia iperbarica. Appena si è sentito abbastanza bene, Barry ha ripreso l'attività di vendita da casa.

"Nessuno mi avrebbe assunto"

Questa esperienza è stata un campanello di allarme. Negli anni successivi, mentre pensavo a quello che avrei fatto se avessi perso Barry, ho fatto alcuni lavori come volontaria, ho partecipato a seminari e mi sono candidata per diversi lavori a tempo parziale. Ma non possedevo competenze utili per un lavoro e nessuno mi avrebbe assunta.

Noi abitiamo in una fattoria, con pascoli e alcuni animali, quindi ho iniziato a pensare a una professione in campo agricolo. Un giorno mi è venuta un'idea: i fiori. Dopo aver effettuato una ricerca sulla coltivazione dei fiori, ho deciso di fare un tentativo. Ho assistito a una conferenza per floricoltori e mi sono preparata al passaggio da pascoli a colture filari. Poi, a novembre 2016, mi sono iscritta a un corso dei Servizi per

l'autosufficienza su come avviare e far crescere una mia attività.

Il nostro negozio di fiori

Il corso di dodici settimane era esattamente quello di cui avevo bisogno. Avevo un piano base di sviluppo aziendale e tantissime idee divertenti, ma mi mancava l'organizzazione. In classe mi sono venute in mente idee che prima non avevo considerato. Ho agito di conseguenza ogni volta. Quel primo anno, mentre lavoravo coltivando e vendendo fiori, i suggerimenti e i principi che avevo imparato al corso si sono rivelati utili.

- Ho trovato un prestito aziendale a tasso agevolato.
- Ho ampliato il mio mercato per includere i mercati contadini e i negozi di fiori.
- Ho prenotato diversi eventi nella nostra fattoria come espansione dei miei servizi.

Verso la fine del 2017, dopo il mio primo anno di attività, mi sono resa conto che vendere ai negozi di fiori richiedeva troppo tempo. "E se aprissi un mio negozio di fiori?", mi sono chiesta. Il negozio di fiori della zona aveva chiuso e l'edificio era in uno stato tremendo. Quindi io e mio marito lo abbiamo acquistato, lo abbiamo sistemato e abbiamo aperto un negozio di fiori in cui si vendeva anche artigianato locale. Inoltre, ho aperto un'attività di

noleggiate piante e di piante per l'arredamento di interni.

Vendo i miei fiori nel mio negozio, nelle caffetterie, nelle boutique e in un chiosco presso l'aeroporto locale. Raccolgo ogni giorno quello che mi serve.

Al Signore importa

Ho una testimonianza del fatto che al Signore importa della mia attività. Egli mi ha aiutato a creare una sicurezza economica personale e un lavoro a tempo parziale per diverse donne che vogliono lavorare con un orario flessibile e per gli studenti lavoratori. Una delle nostre figlie gestisce la coltivazione di fiori e due dei nostri figli svolgono la maggior parte del lavoro agricolo, compreso aiutare a costruire una serra. Barry aiuta di sera e nei fine settimana, sollevando le cose pesanti.

Tutti noi ci supportiamo a vicenda e lavoriamo insieme. È stata una benedizione per tutte le persone coinvolte. Mi tengo occupata, ma ho sempre tempo per la mia famiglia, per le chiamate nella Chiesa, per i miei compiti di ministero e per il servizio volontario.

Lavorare dal momento in cui pianto un seme o un bulbo al momento in cui consegno un fiore a un cliente mi fa sentire molto realizzata. Non ho dubbi sul fatto che il Signore abbia accresciuto le mie capacità, ampliato le mie abilità e fatto di me molto più di quello che sarei diventata da sola. ■

L'autrice vive in Arkansas, USA.

Marta e Maria

Camille Fronk Olson

Professoressa emerita di Scritture antiche presso la Brigham Young University

A prescindere dal modo in cui scegliamo di servire, è essenziale accettare e seguire Cristo con tutto il nostro cuore e tutta la nostra mente.

Al tempo in cui molti a Gerusalemme esprimevano confusione riguardo all'identità del Salvatore, Gesù insegnò: "Se uno vuol fare la volontà di lui, conoscerà se questa dottrina è da Dio o se io parlo di mio" (Giovanni 7:17). Se vogliamo andare oltre il semplice apprendimento della dottrina per imparare chi è Gesù Cristo e diventare Suoi discepoli, dobbiamo mettere in pratica la nostra fede. La storia di Marta e di Maria dimostra che c'è più di un modo di servire il Salvatore nella nostra vita.

Poco dopo questo sermone, Gesù e alcuni dei Suoi discepoli andarono a casa di Marta, a Betania, per insegnare il Vangelo. Marta si era assunta la responsabilità principale di rispondere quale gentile ospite, forse fornendo cibo e riparo per i suoi ospiti, mentre sua sorella, Maria, sedeva ai piedi di Gesù e ascoltava quello che stava dicendo (vedere Luca 10:38-42). I diversi approcci delle sorelle riguardo al servire il Maestro ci insegnano ad avere rispetto e considerazione per coloro che manifestano il discepolato in modi

differenti. Gli insegnamenti di Gesù in questa storia mostrano anche la Sua prospettiva sul fatto che le donne erano libere di scegliere come servire e come dimostrare il discepolato, proprio come potevano fare gli uomini.

Servire donando

Immediatamente prima di introdurre Marta e Maria, Luca riporta la parabola del buon Samaritano. In questa storia, il Salvatore ci ha insegnato a mostrare misericordia agli altri, per esempio nutrendo e dando riparo ai bisognosi e prendendosene cura (vedere Luca 10:30-37). I tentativi di Marta di occuparsi di "molti servizi" (Luca 10:40) indicano l'accettazione e l'interpretazione di questo principio giacché ella mette in pratica la propria fede.

Mostrando il proprio insegnamento riguardo al fatto che chi è il maggiore ministra agli altri (vedere Matteo 20:26-28; Luca 22:26-27), Gesù passò la vita a servire. Marta rispose con il desiderio di servirLo. Il resoconto di Marta e di Maria mostra due donne che incarnano il vero credo e il vero

discepolato attraverso il servizio e l'apprendimento. Proprio come Marta ha dimostrato di amare il Salvatore mediante il servizio, noi possiamo prestare a chi abbiamo intorno un servizio incentrato sull'amore che abbiamo per il Salvatore e sulla nostra volontà di apprendere e seguire il Suo vangelo.

Quando serviamo, dobbiamo ricordare che ci sono altri modi di farlo e che non dobbiamo giudicare chi li applica. Quando Marta divenne "affaccendata" (Luca 10:40), la sua reazione introdusse la contesa e minacciò la benevolenza della visita del Salvatore.

Sebbene fosse ospitale e responsabile, Marta era anche incalzata e presa dalle sue faccende. Si lamentò con Gesù: "Signore, non t'importa che mia sorella m'abbia lasciata sola a servire? Dille dunque che m'aiuti" (Luca 10:40). La sua protesta implica la percezione che aveva di essere la sola a servire. Non era consapevole delle differenti modalità di servizio reso dagli altri in quel momento, compresi Maria e il Salvatore stesso. Marta rappresentava il principio del dare ma



Possiamo applicare gli esempi di Marta e di Maria nella nostra vita e chiedere la guida dello Spirito per servire nel modo migliore.

con un atteggiamento che non favoriva lo Spirito. Oggi, nella vita, anche noi possiamo dimostrare il nostro amore per gli altri attraverso le nostre azioni e il nostro atteggiamento.

Servire ricevendo

Con la voce della saggezza, Gesù riconobbe l'impegno di Marta a servire e la frustrazione che ne era derivata: "Marta, Marta, tu ti affanni e t'inquieti di molte cose" (Luca 10:41). Le parole del Salvatore non avevano lo scopo di sminuire il modo scelto da Marta di dimostrare ospitalità bensì di riconoscere il diritto che Maria aveva di servire mediante l'ascolto e l'apprendimento. Le azioni di Maria ci mostrano che cos'è essenziale per tutti coloro che

desiderano seguirLo indipendentemente dal modo in cui hanno scelto di servire.

Maria ha permesso al Salvatore di servirla ricevendo la Sua parola. Il suo esempio dimostra che possiamo dimostrare amore per il Salvatore sedendo ai Suoi piedi per imparare e progredire nello Spirito.

Di una cosa sola fa bisogno

La risposta al conflitto di Marta è stata il rendersi conto che "di una cosa sola fa bisogno" (Luca 10:42). Il potere profondo della semplicità è implicito, ma il termine *semplice* può avere un significato diverso per ciascuno di noi. Il livello di ciò di cui "fa bisogno" non si trova nel risultato, ma nelle nostre motivazioni. A prescindere dal modo in

cui scegliamo di servire, ciò che importa è l'accettare e il seguire Cristo con tutto il nostro cuore e tutta la nostra mente.

Può darsi che servire alla "maniera di Marta" sia il modo migliore in determinati momenti, mentre altre occasioni sembreranno suggerire la "reazione di Maria" — o addirittura una che non corrisponde a quelle due categorie. Possiamo applicare gli esempi di Marta e di Maria nella nostra vita e chiedere la guida dello Spirito per servire nel modo migliore.

Osserviamo il nostro atteggiamento mentre serviamo nel modo che abbiamo scelto, ricordando che la nostra determinazione a seguirLo è ciò che conta di più. Prego che possiamo trovarci sempre ai piedi del Salvatore. ■



**Vescovo
Dean M. Davies**
Primo consigliere
del Vescovato
Presidente

Discepolato diretto divinamente

Se vi sforzerete di diventare veri discepoli del nostro amato Salvatore,
il Signore Dio dei cieli dirigerà i vostri passi.

Voglio rivolgervi due domande a cui io stesso volevo una risposta quando ero giovane.

Primo: se dedicherete la vostra vita al Suo servizio, Dio dirigerà i vostri passi e si servirà di voi per i Suoi giusti scopi? Secondo: se sceglierete di seguire il Salvatore e seguirete il sentiero del discepolato, il Signore veglierà su di voi, vi guiderà, vi benedirà e vi riempirà di uno spirito di gioia e di realizzazione mentre si servirà di voi per i Suoi propositi?

Miei amati fratelli e mie amate sorelle, so che se consacrerete il cuore al Salvatore e vi impegnerete a camminare con fede e compassione sul sentiero che Egli ha comandato, il Signore si servirà di voi in modi che non potete immaginare adesso.

“Ma io non sono nessuno di speciale”, direte. “Sono nella media su tutti i fronti. Non sono particolarmente intelligente, eloquente, ben vestito o persino beneducato. In che modo Dio potrebbe servirsi di me?”

Fin dalla notte dei tempi, il nostro Padre Celeste si è rivolto a coloro che sono nella media e si è servito di loro per i Suoi propositi. L’apostolo Paolo ha scritto a voi oggi, esattamente come ha fatto con gli antichi Corinzi:

“Dio ha scelto le cose pazze del mondo per svergognare i savî; e Dio ha scelto le cose deboli del mondo per svergognare le forti;

e Dio ha scelto le cose ignobili del mondo, e le cose sprezzate, anzi le cose che non sono, per ridurre al niente le cose che sono, affinché nessuna carne si glori nel cospetto di Dio” (1 Corinzi 1:27–29).

Secondo voi perché, quando arrivò il momento di restaurare la Sua Chiesa sulla terra, il nostro Salvatore scelse un umile ragazzo con poca istruzione scolastica?

Secondo voi perché Dio disse a Gedeone, un contadino, di continuare a inviare truppe a casa fino a quando non gli rimasero che trecento uomini per affrontare un nemico incalcolabile (vedere Giudici 7:1–25)?

Secondo voi perché il nostro Salvatore scelse un pescatore come apostolo capo perché guidasse la Chiesa dopo la Sua ascensione (vedere Matteo 16:18)?

Primo, perché “l’Eterno non guarda a quello a cui guarda l’uomo: l’uomo riguarda all’apparenza, ma l’Eterno riguarda al cuore” (1 Samuele 16:7).

Secondo, perché Dio è in grado di prendere la più umile argilla e crearne un’opera d’arte. Effettivamente, “se Dio è per noi, chi sarà contro di noi?” (Romani 8:31).

Terzo, Dio sceglie i deboli così nessuno può vantarsi e dire: “L’ho fatto grazie alla mia capacità”.

Quando Pietro, un umile pescatore, prende un gruppetto di credenti e poi li guida in una Chiesa possente, la gente alza la propria voce e ringrazia Dio.





Quando un'armata di migliaia di soldati viene conquistata da un gruppo di trecento persone, la gente loda Dio.

Quando un ragazzo di frontiera lascia l'aratro e traduce il testo più ispiratore e determinante dopo la Bibbia, la gente non si gloria nell'intelletto umano, ma nel potere di Dio.

Il Padre Celeste non ha bisogno che siate potenti, intelligenti o eloquenti. Ha bisogno che incliniate il cuore a Lui e che cerchiate di onorarLo servendoLo e aiutando con compassione chi vi sta intorno.

I ministeri dello Spirito Santo

La seconda cosa che voglio vi sia molto chiara è che se Lo seguirete in verità e in potenza, Dio vi benedirà in modi che non riuscite a comprendere.

Nel 2006 il presidente Gordon B. Hinckley (1910–2008) e la Prima Presidenza hanno deciso che avrebbero dovuto considerare l'idea di costruire un tempio a San Salvador, El Salvador. Abbiamo visitato numerose proprietà, compreso un intero isolato sito nella parte più vecchia del centro città. Durante il tragitto in macchina da una proprietà all'altra, niente sembrava andare bene.

Alla fine, siamo passati accanto a un'area emergente nella parte occidentale della città. In quel luogo sentivo qualcosa e ho visitato un certo numero di isolati. Una proprietà

circondata da un muro era di particolare interesse. Mi sono rivolto ai proprietari e la risposta è stata che la proprietà non era in vendita, quindi sono tornato a casa.

Ma il profeta aveva detto che a San Salvador sarebbe stato costruito un tempio, così sono tornato a controllare altre proprietà. Mi sono ritrovato di nuovo attratto dalla proprietà circondata dal muro e ho ricontattato i proprietari. Hanno ripetuto che la proprietà non era in vendita.

Sono ritornato a casa, ma non riuscivo a scrollarmi di dosso la sensazione che quello fosse il luogo in cui il tempio doveva sorgere. Ho contattato la famiglia e ho chiesto se volesse almeno incontrarmi. Ha accettato. Sono tornato nuovamente a San Salvador insieme a Robert Fox, un amico e dipendente della divisione Beni immobiliari della Chiesa. Quella mattina ci eravamo inginocchiati in preghiera nella mia stanza prima di iniziare la giornata e avevamo chiesto al Signore di assisterci.

Oltrepassare in macchina il cancello della casa è stato quasi ome entrare in un giardino sacro. C'erano alberi e fiori, e il rumore del traffico era cessato al cancello. Il signor Miguel Dueñas, suo fratello e due figli di Miguel ci stavano aspettando. Ci hanno accolti e accompagnati nella casa dei loro antenati — che era larga e spaziosa.

Abbiamo detto loro di essere lì secondo un incarico del presidente della nostra Chiesa e che volevamo benedire il

paese e i membri della Chiesa costruendo un tempio in quel luogo. Ho mostrato foto di altri templi. Ho detto di aver sentito che la loro proprietà, la loro casa da generazioni, era il posto giusto.

Non c'era da sorprendersi quando hanno rifiutato di nuovo, ma dovevamo fare un tentativo. E quindi, almeno per un'ora, abbiamo cercato qualunque genere di approccio, come un acquisto definitivo diretto, uno scambio di proprietà e ogni altra opzione a cui riuscivamo a pensare. Ma loro erano irremovibili nella loro decisione e hanno rifiutato ogni offerta.

Avevamo fatto tutto il possibile. Ci eravamo preparati. Avevamo fatto del nostro meglio. Ma semplicemente non era bastato.

Nel mio cuore risuonava un'urgente preghiera: "Padre, Ti prego, aiutaci a sapere cosa dire o cosa fare".

Alla fine è apparso evidente che il nostro viaggio era stato inutile. Sembrava che nulla avrebbe fatto cambiare loro idea. Ma quando abbiamo cominciato a prepararci, è accaduto qualcosa. Lo Spirito del Signore ha pervaso la stanza. Era tangibile. Tutti nella stanza Lo hanno sentito. È stata una delle esperienze spirituali più possenti che io abbia mai vissuto.

Miguel Dueñas, che non era membro della Chiesa, ha iniziato a piangere. Il signor Dueñas si è rivolto a suo fratello e ha detto: "Se non possiamo vendere la casa dei nostri antenati, possiamo vendere la parte migliore della proprietà che abbiamo dall'altra parte della strada?".

La risposta di suo fratello è stata affermativa. Abbiamo quindi parlato dell'altra proprietà. Possedevano diverse centinaia di ettari di fronte alla loro casa, dall'altra parte della strada principale, e il centro della proprietà sporgeva leggermente, quindi ogni auto di passaggio avrebbe visto il tempio.

Quella era la proprietà che hanno offerto per il tempio del Signore. È stato veramente un miracolo. Da quel momento in poi, le benedizioni del Signore hanno accompagnato la realizzazione del progetto. Il 21 agosto 2011, il presidente Henry B. Eyring, allora primo consigliere nella Prima Presidenza, ha dedicato il tempio al servizio del Signore.

Rendo testimonianza del fatto che un bellissimo tempio adorna le colline di San Salvador non come risultato di

qualcosa che io o il fratello Fox abbiamo detto o fatto. Si trova lì oggi grazie alle opere possenti dello Spirito Santo del nostro Dio Onnipotente.

Il nostro Padre misericordioso.

Se al Signore importa abbastanza da mandare il Suo Spirito e rendere disponibile un sito per un tempio, non supponete che manderà il Suo Spirito, preparerà il vostro cuore e guiderà i vostri passi?

Voi siete infinitamente più preziosi di un lotto di terreno. Siete amati figli del vostro Padre Eterno. Siete progenie del Dio dell'universo!

Non credete che Egli sia conscio della vostra esistenza? Non credete che Egli si servirà di voi e vi benedirà in modi più gloriosi di quanto riusciate a immaginare?

Le Scritture ci dicono: "Confidati nell'Eterno con tutto il cuore, e non t'appoggiare sul tuo discernimento. Riconoscilo in tutte le tue vie"; se lo faremo, Egli "appianerà i [nostri] sentieri" (Proverbi 3:5-6).

Re Beniamino ha riassunto perfettamente il messaggio che desidero lasciarvi. Ha detto: "Desidererei che consideraste lo stato benedetto e felice di coloro che obbediscono ai comandamenti di Dio. Poiché ecco, essi sono benedetti in tutte le cose, sia temporali che spirituali; e se si mantengono fedeli fino alla fine sono accolti in cielo, affinché possano in tal modo dimorare con Dio in uno stato di felicità senza fine" (Mosia 2:41).

Levo la mia voce in lode e testimonianza di tale verità. Attesto di aver visto le benedizioni promesse da Dio avverarsi continuamente nella mia vita e in quella di molti altri.

Vi prometto che se vorrete inclinare il cuore verso il vostro Padre in cielo, se vi impegnerete ogni giorno ad amare e seguire Gesù Cristo più perfettamente, se condividerete i fardelli delle persone sofferenti che vi stanno intorno e ne rinfrancherete le mani con compassione e gentilezza, se cercherete di diventare veri discepoli del nostro amato Salvatore, il Signore Dio dei cieli dirigerà i vostri passi. Egli si servirà di voi per i Suoi propositi sublimi. Egli vi benedirà in modi che non potete immaginare. ■

Tratto dal discorso "God Will Use You, God Will Bless You", tenuto il 3 novembre 2015 alla Brigham Young University.

Un cuore nuovo, amici nuovi

Da adolescente, ho avuto una vena di ribellione piuttosto consistente e mi comportavo in modi contrari alla mia educazione. Ho iniziato a bere alcolici quando avevo tredici anni e, all'ultimo anno delle superiori, bevevo ogni fine settimana.

Andavo in chiesa ogni tanto per non dovermi confrontare con i miei genitori, ma dormivo durante la riunione sacramentale e poi andavo subito in spiaggia prima della Scuola Domenicale. Dire che i miei genitori erano scontenti del mio comportamento sarebbe riduttivo. A loro merito, va detto che rispettavano il mio arbitrio sebbene continuassero a incoraggiarmi a vivere il Vangelo. Tuttavia, io non avevo intenzione di rimanere attivo nella Chiesa e di sicuro non vedevo una missione nel mio futuro.

Dopo la scuola superiore mi sono iscritto a un'università pubblica e ho continuato a essere ribelle. Ma una sera tardi, ricordo di essermi sdraiato

sul divano a immaginare il mio futuro. Che genere di ragazza avrei sposato? Se mi fossi allontanato dal Signore, avrei mai trovato la via del ritorno? Benché si trattasse di decisioni particolarmente importanti, non ero motivato a cambiare.

Qualche tempo dopo, ho partecipato a una festa con alcolici e falò nel giardino di un amico. Dopo aver scherzato un po' con i miei amici, mi sono allontanato un attimo e ho chiuso gli occhi.

Quando li ho riaperti, ho avuto un momento di lucidità. Guardavo i miei amici agire in modo stupido e non mi sono più sentito parte di quel gruppo. Me ne sono andato e ho deciso di smettere di bere e di andare alle feste. Questo significava che avrei dovuto cambiare gruppo di amici, cosa non facile. Ma l'ho fatto.

Quelle decisioni hanno benedetto la mia vita. Alla fine ho svolto una

missione e ho portato a termine molte chiamate. Cosa più importante, ho sposato nel tempo una donna meravigliosa. Questo mi ha portato alle benedizioni migliori della mia vita.

Di recente ho letto della conversione di Alma e dei figli di Mosia (vedere Mosia 27) e di come abbiano subito un possente mutamento di cuore (vedere Alma 5:12-14), causato in parte dalle preghiere piene di fede del padre di Alma. Poi ho pensato ai miei genitori e mi sono reso conto, trent'anni dopo, che la mia esperienza rivelatrice alla festa è stata una conseguenza diretta delle loro preghiere.

Ora, da genitore di un figlio in difficoltà, mi ritrovo in una posizione simile a quelle del padre di Alma e dei miei genitori. Ma applicando le Scritture a me stesso, ho fede e speranza che un giorno anche mio figlio proverà un mutamento di cuore. ■

Articolo firmato, California, USA

*A*lla festa, guardavo i miei amici agire in modo stupido e non mi sono più sentito parte di quel gruppo.



Alla fine il mio sogno missionario si è realizzato

Per molti anni, ho sognato di svolgere una missione a tempo pieno. Ma quando sono tornata a casa dopo la laurea, ho visto quanto la mia famiglia avesse bisogno di me. La salute di mio padre non era delle migliori e alla famiglia serviva aiuto economico. Essendo la maggiore di quattro figli, sentivo di dover restare a casa e contribuire. Il Padre Celeste mi ha benedetta con un lavoro soddisfacente. Anche se la paga non era alta, era sufficiente per tirare avanti.

Ogni volta che mi veniva chiesto se avrei svolto una missione a tempo pieno, rispondevo che l'avrei fatto. Ogni volta che lo dicevo, tuttavia, mia madre mi guardava con un misto di entusiasmo e tristezza negli occhi. Sapevo che, se avessi chiesto di andare, avrebbe detto di sì e si sarebbe tenuta silenziosamente nel cuore l'aprensione per il fatto di perdere il reddito familiare.

Alcuni anni dopo un degno detentore del sacerdozio mi ha chiesto di sposarlo nel tempio. Ho detto di sì e dopo siamo stati benedetti dall'arrivo di tre figli — due femmine e un maschio. Una delle nostre gioie più grandi è stata la partenza di nostro figlio per la missione. Uno spirito di conforto e di pace ha riempito casa



Leggere le storie della missione di mia figlia mi ha riempito di spirito missionario. Ho pregato di avere delle occasioni missionarie e mi sono sentita ispirata a inviare un messaggio a una mia amica.

nostra. Mi sembrava che una parte del mio desiderio di svolgere una missione fosse stata soddisfatta.

Mi ha emozionato l'annuncio della mia figlia maggiore di voler svolgere anche lei una missione. Ogni settimana trascorsa sul campo di missione mi ha inviato storie riguardanti la sua opera. La sua testimonianza mi ha ispirata e mi ha colmato dello spirito missionario. Ho pregato di avere delle occasioni missionarie ogni giorno.

Un giorno, sono stata ispirata a chiedere a un'amica attraverso un messaggio privato sui social media se fosse interessata a conoscere i missionari. Ha detto: "Sì!". Ho compilato on-line, su LDS.org, un modulo per i riferimenti e poco dopo i missionari hanno iniziato gli incontri con lei. Tre mesi dopo si è unita alla Chiesa. I suoi figli l'hanno seguita pochi mesi dopo. Secondo la guida dello Spirito, ho invitato altri amici ad ascoltare i missionari. Quando mia figlia è tornata a casa, anch'io ho avuto la sensazione di aver completato diciotto mesi di servizio missionario.

Il Padre Celeste conosceva i desideri del mio cuore e sapeva cos'era meglio per la mia famiglia e per me. Sono grata che abbia esaudito il mio desiderio di servire come missionaria, desiderio che avevo avuto nel cuore per moltissimo tempo. ■

Jean Daniel Daroy, Ontario, Canada



Il nostro viaggio trentennale al tempio

Prima che mio fratello partisse per la Svizzera, lo Spirito ha sussurrato al mio cuore che questo viaggio avrebbe fatto avvicinare Oswaldo al Salvatore e alla Sua Chiesa.

Diversi mesi dopo il mio battesimo, mio fratello minore, Oswaldo, si è unito a un'altra chiesa e ne era un partecipante attivo. Eppure io volevo che Oswaldo conoscesse ciò che io sapevo essere vero. In particolare, volevo che ascoltasse le parole dei profeti.

Ogni mese, quando ricevevo la rivista *Liahona*, la mostravo a Oswaldo. Gli ho suggerito che alcuni degli argomenti contenuti nella rivista avrebbero potuto aiutarlo a prepararsi per le riunioni della sua chiesa. Quando ha accettato l'invito, ne sono stato contento. Sono trascorsi molti anni, tuttavia, e mi rattristava vedere che mio fratello non accettava il vangelo restaurato di Gesù Cristo.

Una mattina Oswaldo ha detto alla nostra famiglia che aveva intenzione di lasciare la nostra casa in Ecuador per andare in Svizzera. Il giorno in cui è partito, ha accettato una benedizione da parte mia. È stato un momento molto intenso per me perché lo Spirito ha sussurrato al mio cuore che questo viaggio avrebbe fatto avvicinare Oswaldo al Salvatore e alla Sua Chiesa.

In Svizzera, Oswaldo ha incontrato i missionari e alla fine li ha invitati a casa sua. Col tempo sono diventati molto amici. Tuttavia, mi ha detto

che se i missionari avessero cominciato a parlare di battesimo, non li avrebbe più ricevuti. Immaginate la mia sorpresa e la mia gioia quando ho ricevuto una sua e-mail in cui mi diceva che stava per essere battezzato. Io mi sono unito alla Chiesa nel 1981. Oswaldo è stato battezzato vent'anni dopo, a maggio 2001. Ha ricevuto la propria investitura a luglio 2002 ed è stato suggellato a sua moglie a febbraio 2003.

Quando Oswaldo è tornato in Ecuador, ha reso la propria testimonianza a una riunione sacramentale. Con le lacrime agli occhi, ha detto: "Mio fratello ha condiviso con me le parole dei profeti. Quelle parole mi hanno ispirato mentre mi preparavo per le riunioni della chiesa che frequentavo prima e, in questo modo, molte persone sono state edificate. Le parole dei profeti mi hanno cambiato la vita. Grazie a loro, ho potuto sapere che il vangelo di Gesù Cristo è nuovamente sulla terra nella sua pienezza, con potere e autorità".

A febbraio 2011 io e Oswaldo siamo stati suggellati ai nostri genitori nel Tempio di Guayaquil, in Ecuador. Le parole dei profeti hanno benedetto la nostra famiglia per l'eternità. ■
Francisco W. Fierro, Lima, Perù

I martiri e la mia testimonianza

Quando i missionari mi hanno insegnato riguardo a Joseph Smith e al Libro di Mormon, ero scettica. Il mio primo pensiero è stato che Joseph Smith, come molti altri cosiddetti “profeti”, può aver portato al mondo un libro falso nel tentativo di diventare ricco, famoso o un’eroe.

Non avevo intenzione di leggere il Libro di Mormon. Col tempo, però, l’amicizia dei missionari e il loro entusiasmo per il Vangelo hanno fatto sì che la mia curiosità nei confronti del loro messaggio crescesse.

Quando ho letto i versetti del Libro di Mormon che i missionari mi avevano assegnato, ho trovato l’invito di Moroni a chiedere a Dio con cuore sincero, con intento reale e con fede in Cristo se il Libro di Mormon è vero (vedere Moroni 10:4–5). Ho pensato: “Chi, sapendo che il libro era falso, ci inviterebbe a chiedere a Dio con intento reale e con sincerità se il Libro di Mormon è vero?”.

Poi, un giorno i missionari mi hanno spiegato che Joseph Smith e suo fratello, Hyrum, sono stati martirizzati a motivo della loro testimonianza. All’improvviso, mi è venuto in mente il pensiero che non avrebbero mai dato la loro vita per qualcosa che sapevano essere falsa. In quel momento, sono stata pervasa da una sensazione di calore, come un fuoco ardente. Era una testimonianza dello Spirito Santo che confermava al mio cuore che Joseph Smith era un vero profeta. Avendo avuto questa testimonianza, sono stata battezzata e confermata.

Questa esperienza mi è stata ricordata venticinque anni più tardi quando ho letto un discorso dell’anziano Jeffrey R. Holland del Quorum dei Dodici Apostoli. Nel suo discorso, l’anziano Holland ha chiesto se, nei momenti critici del loro martirio, Joseph e Hyrum avrebbero continuato a bestemmiare dinanzi a Dio basando

la loro vita, il loro onore e la loro salvezza eterna su un libro che sapevano essere falso.

“*Non lo avrebbero fatto!*”, ha detto l’anziano Holland. “Erano disposti a morire, piuttosto che rinnegare l’origine divina e la veridicità eterna del Libro di Mormon”¹.

Le parole dell’anziano Holland avevano un grande senso per me e hanno rafforzato ulteriormente la mia testimonianza del profeta Joseph Smith e del potere del Libro di Mormon.

Sono grata del profeta Joseph Smith. Egli ha portato alla luce il Libro di Mormon e ha dato volontariamente la propria vita per essere testimone di Gesù Cristo. Grazie al Libro di Mormon ho saputo dell’esistenza di Dio e dell’amore che prova per me. ■
Sunju Kim Muir, Maryland, USA

NOTA

1. Jeffrey R. Holland: “Salvezza per l’anima”, *Liahona*, novembre 2009, 89.

Quando ho saputo che Joseph Smith e suo fratello, Hyrum, sono morti da martiri, lo Spirito mi ha confermato che non avrebbero mai dato la loro vita per qualcosa che sapevano essere falso.



Noi crediamo nell'essere perfetti — in Cristo

Durante il Suo Sermone sul Monte, Gesù ci ha dato l'arduo comandamento di essere perfetti (vedere Matteo 5:48). Ma siccome tutti noi commetteremo degli errori, in che modo Dio si aspetta che obbediamo a questo comandamento? Ottenendo una corretta comprensione delle aspettative che Dio ha nei nostri confronti, possiamo comprendere quello che il profeta Moroni intendeva quando ha detto che possiamo diventare “perfetti in Cristo” (vedere Moroni 10:32–33).

Che cosa significa essere perfetti?

“Il termine greco per *perfetto* può essere tradotto in ‘completo, finito, pienamente sviluppato’ (vedere la nota a pie’ di pagina riferita a Matteo 5:48 nella versione di re Giacomo della Bibbia in inglese). Il nostro Salvatore ci chiede di diventare completi, finiti, pienamente sviluppati, per essere resi perfetti nelle virtù e negli attributi di cui Egli e il nostro Padre Celeste sono esempi”¹.

“La perfezione che il Salvatore ha in mente per noi è molto più di un'esecuzione senza errori. È l'aspettativa eterna espressa dal Signore nella Sua grande preghiera di intercessione al Padre: che possiamo essere resi perfetti e capaci di dimorare con Loro nelle eternità a venire”².

“Credo che Gesù non avesse in programma che il proprio sermone su questo argomento fosse recepito come un martello verbale con cui colpirci per i nostri limiti qui sulla terra. No, credo che Egli volesse che fosse un tributo a chi e a cosa Dio, il Padre Eterno, è e a ciò che possiamo ottenere nell'eternità con Lui”³. ■

NOTE

1. Gerrit W. Gong, “Diventare perfetti in Cristo”, *Liahona*, luglio 2014, 45.
2. Russell M. Nelson, “Perfezionamento in corso”, *La Stella*, gennaio 1996, 99.
3. Jeffrey R. Holland, “Voi dunque siate perfetti, alla fine”, *Liahona*, novembre 2017, 41.



“Comprendere l'amore espiatorio donato gratuita-

mente dal Salvatore può liberarci dalle aspettative auto-imposte, non corrette e non realistiche di ciò che è la perfezione”.

Anziano Gerrit W. Gong, membro del Quorum dei Dodici Apostoli, “Diventare perfetti in Cristo”, *Liahona*, luglio 2014, 42.

Che cosa si aspetta Dio

“Rifuggite da ogni empietà e amate Dio con tutta la vostra forza, mente e facoltà” (Moroni 10:32).

Con fede in Gesù Cristo, pentiamoci delle nostre mancanze.

Rispettiamo le alleanze, o promesse, che abbiamo stipulato con Dio.

Facciamo del nostro meglio per osservare i comandamenti per tutta la vita.

“Continuate con pazienza fino a che siate resi perfetti” (Dottrina e Alleanze 67:13).



Che cosa *non* si aspetta Dio

Essere perfetti *adesso*! Non commettere mai errori.

Essere gravati da un atteggiamento perfezionista.

Essere costantemente occupati — tutto lavoro e nessun passatempo.

Essere autocritici per la mancanza di progresso.

Cercare di “guadagnarsi” la via che porta al cielo.



Gechi, grilli e tempo con i figli

Nancy Thomas

Non avrei mai immaginato che i rettili avrebbero avuto un effetto duraturo sul mio rapporto con mio figlio.

Mio figlio Dallin ha sempre amato i rettili. A me, invece, non sono mai piaciuti. Gli abbiamo lasciato tenere un rettile a condizione che, qualsiasi cosa scegliesse, potesse passare attraverso il tubo dell'aspirapolvere, nell'eventualità che scappasse dalla gabbia mentre mio figlio era a scuola. Abbiamo valutato diverse opzioni, dalle rane alle iguane, prima di decidere per due gechi leopardo scuri che abbiamo chiamato Fuzz e Diane.

I nuovi amici di Dallin si sono uniti alla nostra famiglia quando lui aveva sette anni. Un aspetto dell'aver dei gechi che non avevo considerato era il bisogno di dar loro da mangiare dei grilli — grilli vivi — una volta alla settimana. Per anni io e Dallin siamo andati in cerca di grilli. Era raro che fosse comodo, di solito lo facevamo di sera tardi mentre cercavamo di arrivare al negozio di animali prima che chiudesse.

Diane è vissuta solo tre anni, ma Fuzz è vissuto molti anni, in salute e felice. Verso la fine dell'ultimo anno

delle superiori, a Dallin è stata assegnata una dimostrazione per il corso di oratoria. Ha chiesto idee a me e a mio marito. Gli abbiamo suggerito di parlare dei gechi leopardo perché sapeva già molte cose su di loro e poteva portare Fuzz a sostegno. Allora Dallin ci ha detto che Fuzz era morto.

“Stai scherzando? Quando è morto?”, ho chiesto incredula.

Dallin ci ha detto che Fuzz era morto una settimana prima.

“È in camera mia, ma non preoccupatevi. Non puzzerà. È chiuso in una doppia busta”.

Avendo visto il nostro stupore, Dallin ha spiegato: “Sto facendo un esperimento, voglio vederne la decomposizione”.

È venuto fuori che l'esperimento di Dallin andava oltre il vederlo decomporre. Rallentava il processo mettendo Fuzz nel freezer per un paio di settimane per poi tirarlo fuori a scongelarsi e decomporre ulteriormente.

Un anno dopo, quando Dallin era in missione, stavo pulendo il freezer e

ho trovato Fuzz, ancora in busta doppia, lì in fondo. Dato che stavo preparando un pacco da spedire a Dallin, ho pensato che sarebbe stato divertente inviargli il suo piccolo esperimento. Ho messo delicatamente Fuzz in una scatola, l'ho avvolto in una bellissima carta a pois bianca e nera e l'ho posizionato con cura nel pacco per Dallin con un biglietto con su scritto: “C'è una sorpresa nel tuo pacco”. Poi ho aspettato con ansia la sua risposta.

Ha scritto: “Ho pensato a quel gecko da quando l'ho ricevuto. Non tanto al gecko che è adesso, ma a tutto il tempo trascorso in macchina ogni settimana per cercare i grilli e fare altre commissioni, ascoltando nel frattempo le tue idee, le tue storie e la tua testimonianza. Era una buona scusa il dover andare e il poterti parlare (non che parlassi tanto, ma ascoltavo)”.

Comprando grilli. E chi lo sapeva? Come genitori non possiamo pianificare sempre quando la nostra influenza avrà effetto. A volte succede e basta. Può succedere quando rimbocchiamo



le coperte ai nostri figli la sera, quando siamo su una seggiovia o quando siamo in macchina sbrigando commissioni. Dobbiamo prenderci il tempo per stare con i nostri figli.

Il Salvatore ci ha mostrato l'esempio supremo del dedicare del tempo ai bambini. Dopo una lunga giornata trascorsa a istruire i Nefiti, Cristo ha comandato alle persone di portarGli i loro piccoli. Si è inginocchiato tra i bambini piccoli e ha pregato. Dopo la

preghiera, ha pianto. E poi, dicono le Scritture: "Egli prese i loro bambini, ad uno ad uno, e li benedisse, e pregò il Padre per loro" (3 Nefi 17:21).

Quei bambini sapevano che Gesù li amava. Egli ha deliberatamente dedicato loro del tempo. Li ha ascoltati, ha pregato per loro e li ha benedetti. Chi ha assistito all'evento è stato riempito da un potere tanto grande che il resoconto riporta: "L'occhio non ha mai visto prima, né l'orecchio udito prima,

cose così grandi e meravigliose come quelle che noi vedemmo e udimmo Gesù dire al Padre" (3 Nefi 17:16).

L'influenza che Gesù Cristo ha avuto su quei bambini è durata per generazioni. Si spera che, quando investiamo il nostro interesse e il nostro tempo nei nostri figli, anche se stiamo andando semplicemente a comprare grilli, anche la nostra influenza duri per generazioni. ■

L'autrice vive nel Maine, USA.

Quando uno o entrambi i genitori non vanno in chiesa

Karmel Newell

Il presidente Russell M. Nelson è cresciuto in una casa amorevole con genitori che adorava. Eppure, da piccolo andava in chiesa senza sua madre o senza suo padre, e desiderava essere suggellato alla sua famiglia nel tempio.¹ Tuttavia, nessun bambino deve percorrere da solo il sentiero delle alleanze. L'amore e le attenzioni dei familiari e dei membri del rione possono colmare i vuoti per i bambini che potrebbero non avere supporto evangelico a casa. In ultima analisi, i buoni insegnamenti del Vangelo e le belle esperienze a casa in chiesa possono aiutare ogni bambino a sentire l'amore del Padre Celeste.

Per i genitori che vanno in chiesa senza il coniuge

1. Parlate delle benedizioni del

Vangelo vivente. Aiutate i vostri figli a rendersi conto che vivere il Vangelo può portare pace — e alleggerire i fardelli. Spiegate perché scegliete di essere attivi nella Chiesa, senza parlare male del genitore che sceglie di non frequentare. Esprimete ciò che provate riguardo al modo in cui rispettare la vostra alleanza battesimale vi dà conforto e guida.

2. Sviluppate un atteggiamento

positivo. Aiutate i bambini a vedere il buono nella loro famiglia. Potete anche aiutarli a vedere il buono nei loro insegnanti e nei dirigenti della Chiesa e dei membri del rione. Parlate di quello che i vostri figli hanno



Parlare ai bambini di ciò che di buono vivono a casa e in chiesa può aiutarli a sentire l'amore del Padre Celeste.

imparato in chiesa. Non soffermatevi sulle debolezze e sui commenti insensibili degli altri. Al contrario, parlate positivamente e mostrate la disponibilità ad apprendere dagli altri.

3. Affrontate le emozioni negative.

Aiutate i bambini a riconoscere le emozioni negative come la paura, la solitudine, la delusione e la rabbia. Poi potete aiutarli a gestire le proprie emozioni attraverso il

disegno, il gioco o la conversazione. Se necessario, potete anche cercare l'aiuto di un professionista. Guarire i cuori feriti aiuterà tutti a essere più ricettivi alle sensazioni spirituali e ad avere esperienze migliori in chiesa.

4. **Chiedete aiuto quando serve.** Se avete bisogno di aiuto, non aspettate che qualcuno ve lo offra. A volte i dirigenti della Chiesa e i membri del rione potrebbero non notare un bisogno o potrebbero esitare a dare

aiuto senza essere invitati a farlo. Se a un bambino serve una benedizione, considerate con l'aiuto della preghiera chi potrebbe essere in grado di aiutare, e poi chiedete. Pensate anche a chi potreste offrire aiuto.

Per tutti gli adulti

- 1. Notate e amate i bambini che vengono in chiesa senza uno o entrambi i genitori.** Imparate il loro nome e salutateli con calore e gentilezza. Evitate di giudicare la loro situazione e non fate domande riguardo ai genitori assenti. Quando i bambini sentono amore sincero da parte dei membri della Chiesa, sono più inclini a rilassarsi, ad apprendere e a sentire lo Spirito.
- 2. Siate sensibili ai bisogni speciali.** Quando i bambini frequentano la chiesa senza uno dei genitori o senza entrambi, siate consci del modo in cui insegnamenti o attività specifici potrebbero influenzerli. In una lezione sulle benedizioni del sacerdozio, insegnate che tutti hanno accesso a tali benedizioni. Se un'attività coinvolge i genitori, includeteli entrambi. Fate attenzione ai bambini che potrebbero essere particolarmente sensibili in giorni speciali come la Festa del papà o della mamma.
- 3. Aiutateli ad amare e a rafforzare la loro famiglia.** Insegnate ai bambini che la famiglia è ordinata da Dio.² Incoraggiateli ad apprezzare il

buono che c'è nella loro famiglia. La storia familiare può aiutare i bambini a rendersi conto che la loro famiglia è iniziata prima della loro nascita. E svolgere il lavoro di storia familiare può benedirli con "maggiore unità e gioia in famiglia"³.

4. Insegnate loro la vera dottrina.

Quella dell'arbitrio è una dottrina chiave nel piano di salvezza e i bambini non sono responsabili delle scelte e dei peccati dei loro genitori (vedere Mosè 6:54). I problemi dei genitori non sono colpa dei loro figli e non è loro responsabilità risolverli. Saperlo può aiutare i bambini a preoccuparsi meno delle cose che non possono cambiare e ad apprezzare le molte benedizioni quotidiane della famiglia.

Il presidente Henry B. Eyring, secondo consigliere della Prima Presidenza, ha insegnato: "Il nostro Padre Celeste è ansioso di riunire e benedire tutta la Sua famiglia. [...] Il Suo piano dà ad ognuno dei Suoi figli la possibilità di accettare o rifiutare il Suo invito. E le famiglie sono al centro di questo piano"⁴. ■

L'autrice vive nello Utah, USA.

NOTE

1. Vedere Russell M. Nelson, "Rivelazione per la Chiesa, rivelazione per la nostra vita", *Liahona*, maggio 2018, 93-96.
2. Vedere "La famiglia — Un proclama al mondo", *Liahona*, maggio 2017, 145.
3. Quentin L. Cook, "La gioia del lavoro di storia familiare", *Liahona*, febbraio 2016, 22-27.
4. Henry B. Eyring, "Riunire la famiglia di Dio", *Liahona*, maggio 2017, 20.

PER I BAMBINI

Nel numero de *L'Amico*:

- L'esperienza da bambino del presidente Nelson: "Grato dei genitori" (giugno 2019, pagina A2)
- "Un nuovo capitolo" (giugno 2019, pagina A4)
- "La prima Festa del papà futuro di Steven" (*Liahona*, giugno 2015, pagina 72)

PER I GIOVANI

Nella *Liahona*:

- "La vita è una maratona" (aprile 2019, pagina 54)



Il piano perfetto

Quando è stata l'ultima volta che i vostri piani sono saltati? La scorsa settimana? I miei sì. A prescindere da quanto i nostri piani siano perfetti, **i colpi di scena imprevisi nel corso della vita**

sembrano essere un dato di fatto dell'esistenza terrena. Non ho mai progettato di avere quattro aborti spontanei tra i miei due figli, ma è successo. Quando progetti definiti con l'aiuto della preghiera ci sorprendono in modi inaspettati — o crollano tutti insieme — **che cosa si fa?** In questo numero, giovani adulti che vivono una vasta gamma di circostanze condividono le risposte che hanno trovato a questa domanda quando i loro progetti familiari non sono andati come da programma.

Per quanto riguarda me e mio marito, gli aborti ci hanno ostacolati e ci hanno spezzato il cuore (vedere pagina 44). Per Katherine e suo marito, orientarsi tra le opinioni della società per trovare la voce del Signore si è dimostrato un ostacolo sul loro percorso (vedere pagina 48).

Negli ulteriori articoli solo in formato digitale, Christina parla delle sue paure e delle esitazioni riguardo al diventare madre, e Brian descrive in

che modo il dispiegamento militare ha quasi fatto deragliare i piani che lui e la moglie avevano fatto per la famiglia. Katie, una giovane adulta non sposata, offre degli spunti di riflessione sulla natura eterna della nostra identità di genitori.

Sia che siate in attesa dell'arrivo di figli che benedicano la vostra famiglia, sia che abbiate più figli di quanto originariamente programmato o che stiate semplicemente aspettando di sposarvi, una cosa è certa: **il Padre Celeste ha il piano perfetto** e non smetterà mai di darci guida e sostegno personali e individuali se cercheremo di allineare la nostra volontà alla Sua.

A prescindere dal risultato, il semplice **aspirare a mettere al mondo dei figli** ci benedirà con una prospettiva più profonda del grande piano di felicità del Padre Celeste. Dovunque vi troviate lungo il tragitto che porta a formare una famiglia, spero sinceramente che, leggendo le nostre storie, lo Spirito Santo vi guidi verso intuizioni o risposte che possano aiutarvi lungo il percorso.

Buona lettura!

Matthias von Bracht

IL CONSIGLIO MIGLIORE...

I giovani adulti condividono qual è il consiglio migliore che hanno ricevuto sull'aver figli:

“Quando ci siamo sposati, un insegnante fantastico ha detto che è una decisione tra i coniugi e il Signore. Ci ha avvertiti del fatto che spesso le persone dicono che è una questione tra marito e moglie ed escludono il Signore. Includere il Signore nelle nostre decisioni ci ha benedetti più di quanto riesca a esprimere”.

— **Bonnie Cornick, Idaho, USA**

“Non aspettate il momento giusto per avere figli o non li avrete mai”.

— **Annie Hall, Queensland, Australia**

“Non preoccupatevi di quello che dicono gli altri! È una cosa tra i coniugi e il Padre Celeste”.

— **Kulani Walters, Auckland, Nuova Zelanda**

Qual è il consiglio migliore che abbiate mai ricevuto sul superare le avversità? Inviare le risposte a liahona.lds.org entro il 30 giugno 2019.

CONDIVIDETE LA VOSTRA STORIA

Avete una storia incredibile da raccontare? Oppure volete leggere articoli su determinati argomenti? Se la risposta è sì, allora scrivetece! Inviare i vostri articoli o i vostri commenti a liahona.lds.org.

INFORMAZIONI SUGLI AUTORI GIOVANI ADULTI

Marianne von Bracht adora passare del tempo con la famiglia, la musica e la luce del sole. Essendo nata nel Michigan (USA), dove il sole non splende sempre, sa che la Luce di Cristo può illuminare qualsiasi giornata, a prescindere da quanto le nubi siano spesse.



Katherine Ramirez de Pineda viene da Managua, in Nicaragua, e si è unita alla Chiesa quando aveva diciotto anni. Ha studiato come insegnante l'inglese come lingua straniera e lavora come insegnante di scuola elementare. Lei e il marito sono stati suggellati nel Tempio di Città del Guatemala e hanno tre bellissimoi figli.



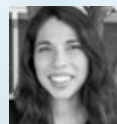
Katie Sue Embley pensa che il mondo sia pieno di persone meravigliose le cui storie dovrebbero essere raccontate. Studia giornalismo e spagnolo, con l'obiettivo di condividere la bontà (#sharegoodness).



Brian Morrill vive insieme a sua moglie e alle due figlie presso la stazione navale Norfolk, in Virginia (USA). Con il grado di tenente, lavora come ufficiale di volo della marina sull'E-2 Hawkeye.



Christina Crosland si è laureata da poco alla Brigham Young University. Trascorre il tempo libero leggendo e collezionando libri per la biblioteca dei suoi sogni. Insieme al marito e alla figlioletta, si sta godendo la nuova casa nel Texas (USA).



IN QUESTA SEZIONE

44 Aspettare ai semafori della vita
Marianne von Bracht

48 Benedetta dall'aver figli
Katherine Ramirez de Pineda



SOLO DIGITALE

La nostra identità eterna di genitori

Katie Sue Embley

I bisogni della Marina — e della nostra famiglia

Brian Morrill

Vincere la paura di avere figli

Christina Crosland

Trovate questi articoli e altro:

- Su liahona.lds.org
- In **Giovani Adulti - Settimanale** (nella sezione "Giovani Adulti" della Biblioteca evangelica)
- Su [facebook.com/liahona](https://www.facebook.com/liahona)

Aspettare ai semafori della vita

Subire un aborto spontaneo dopo l'altro è stato come trovarsi a una serie di semafori ma, quando mi sono rivolta al Signore, ho scoperto che ciascuna perdita era accompagnata da pace, prospettiva e crescita.





Marianne von Bracht

Le dita erano serrate sul volante mentre fissavo ansiosa il rosso al semaforo. Quando è finalmente diventato verde, sono partita a razzo solo per aspettare per un tempo apparentemente infinito a un altro semaforo. Ero ancora a dieci minuti dal luogo della lezione con le sorelle missionarie, che sarebbe dovuta iniziare da cinque minuti. Se fossi stata una madre più saggia, avrei potuto immaginare i quindici minuti di capricci a cui la mia figlioletta di quasi tre anni si è lasciata andare appena uscite da casa, ma non l'ho fatto. Sì, il mondo sarebbe andato avanti se io fossi stata in ritardo, ma, dato che stavo cercando di fare qualcosa di buono, non meritavo che almeno *qualche* semaforo mi desse una mano? Mentre aspettavo impaziente all'ennesimo semaforo, riuscivo a percepire che la mia frustrazione si stava trasformando in rabbia. "Sto cercando di fare qualcosa di buono; cerco di fare del mio meglio! Dov'è l'aiuto di cui ho bisogno?".

Venti mesi prima, mi sono ritrovata a farmi domande simili in una situazione simile, solo che mi trovavo in un posto in cui c'era tutta la pace e la serenità che mi mancavano in quel momento al semaforo.

Nel Bosco Sacro, a Palmyra, New York, le gemme coprivano appena il marrone dei rami intorno a me. Il verde dei nuovi arbusti che cospargevano il terreno sembrava un respiro di vita nell'aria. Alle orecchie mi giungeva solo il fruscio di una delicata brezza, del passeggiare e dei miei passi — niente auto, niente strade e nessuna conversazione a voce alta. Eppure, nonostante la serenità, la mia mente era scossa da domande e incertezza. Io e mio marito, Lance, aspettavamo da settantadue lunghe ore la telefonata del mio medico con i risultati di un'ecografia e di un esame del sangue dell'ultimo minuto. Avevo un disperato bisogno di risposte e di consolazione.

Ricevere conforto

"Il Signore li visitò con il suo Spirito, e disse loro: Consolatevi. Ed essi furono consolati" (Alma 17:10).

Mi sono ritrovata a fissare le aiuole del Tempio di Palmyra, a New York, sopravvissute all'inverno. La mia mente ha articolato appieno le domande a cui stavo pensando: "Se perdo questo bambino, quale sarà il motivo? E che cosa succederà dopo?". Con la stessa delicatezza della brezza primaverile che mi circondava, il Signore ha comunicato alla mia mente il conforto a cui anelavo da tempo. Non avevo più bisogno che me lo dicesse il medico; sapevo che avrei perso il bambino, ma in quel momento ho capito che questa piccola anima era nelle mani perfette e amorevoli del Padre Celeste. Tutto d'un tratto, la disperazione che mi aveva consumata è stata sostituita da una pace rassicurante che mi ha sostenuta durante le settimane e i mesi successivi.

Aspettare la luce verde

“Sono stato grato per i molti modi in cui il Signore mi ha fatto visita mediante il Consolatore quando ho avuto bisogno di pace. Tuttavia, il nostro Padre nei cieli non ha a cuore solo il nostro conforto, ma anche e soprattutto il nostro progresso verso l’alto”¹.

— *Presidente Henry B. Eyring*

Diversi giorni dopo la mia visita a Palmyra, ho subito un aborto traumatico. Anche se il senso di pace continuava a sostenermi, la perdita mi aveva indebolita fisicamente ed emotivamente e mi sentivo impreparata per l’attesa che è seguita. Prima ho aspettato i risultati del laboratorio, che indicavano una gravidanza molare rara e parziale. Poi ho aspettato di effettuare gli esami del sangue prima una volta a settimana, poi una volta ogni due settimane e poi finalmente una volta al mese per essere sicuri che non ci fossero tracce di un possibile cancro. Anche durante i lunghi mesi di attesa, Lance e io abbiamo potuto riconoscere facilmente la mano del Signore che ci ha confortati e rassicurati per tutto il tempo. La gravidanza molare parziale non ha avuto effetti duraturi e, dopo solo sei mesi, il mio medico ha detto che potevamo provare ad avere un altro bambino. Ero tornata sul mio cammino verso il progresso; la luce rossa si era finalmente spenta ed era scattato il verde.

Ma dopo solamente tre mesi e diversi esami del sangue, ho abortito di nuovo — questa volta è successo solo una settimana prima del Natale. Sono passati altri tre mesi e le mie speranze si sono accese dopo un altro test di gravidanza positivo, seguito da un aborto dopo una settimana — ancora un altro semaforo.

Mettere alla prova la fede

“Persino con una forte fede, molte montagne non verranno mosse. [...] Se tutte le avversità fossero ridotte, se tutte le malattie venissero rimosse, allora gli scopi principali del piano del Padre verrebbero frustrati”². — *Anziano David A. Bednar*

Sono rimasta di nuovo incinta, e la data del parto sarebbe caduta proprio nel periodo del successivo Natale. Avevo un buon presentimento riguardo a questa gravidanza. Avevamo

visto il battito cardiaco in una prima ecografia e sapevamo che i membri della famiglia stavano pregando per noi. Un giorno, mentre stavamo partecipando a una sessione di investitura nel tempio, ho avuto un flusso distinto di pensieri: “Se perdessi questo bambino, la mia fede rimarrebbe ferma? Certo che sì. Ma, ovviamente, non avrò un altro aborto perché questa volta sono pronta ad accettare la volontà del Signore a prescindere da ciò che che accadrà”.

Nonostante il mio atteggiamento positivo, diverse settimane dopo ho riconosciuto i segnali, sono andata a fare un’ecografia ed è iniziato il processo doloroso che conoscevo fin troppo bene. La mia fede non è rimasta proprio ferma come mi aspettavo. Le risposte che mi avevano sostenuta durante gli aborti precedenti non sembravano più adeguate. È arrivata un’ondata di depressione. Mi sentivo a pezzi, vuota e persino leggermente tradita. Io e mio marito non eravamo gli unici ad aspettare il Signore; nostra figlia ci diceva spesso quanto desiderasse un fratellino o una sorellina. Il nostro cuore soffriva anche per lei. Mentre affidavo le mie emozioni vulnerabili al Signore in fervente preghiera, ho ricevuto di nuovo una chiara testimonianza del fatto che il Padre Celeste fosse più che consapevole del mio dolore e della mia situazione, e del fatto che mi amava. Anche se le mie circostanze sono rimaste le stesse, quella dolce e semplice esperienza ha alleggerito miracolosamente il fardello che sentivo di avere e mi ha dato la capacità di resistere e di sentirmi persino felice mentre affrontavo la vita quotidiana. Qualsiasi cosa avrebbe riservato il futuro, sarebbe andata bene.

Quando i risultati dei test genetici ricevuti diversi mesi dopo ci hanno lasciato senza risposte, ci siamo di nuovo sentiti confusi sullo scopo di queste battute di arresto nella nostra vita. Ho provato a fare del mio meglio per mettere da parte i miei desideri e ad allineare la mia volontà con quella del Signore, ma, durante i momenti difficili, il mio cuore gridava: “Che cosa devo imparare? Sto cercando di fare qualcosa di buono! Dov’è l’aiuto di cui ho bisogno?”.





Cambiare modo di reagire

“Le difficoltà sono la costante! Tutti abbiamo delle sfide. La nostra reazione di fronte alle difficoltà è la variabile”.³ —Elder Stanley G. Ellis

Otto mesi dopo il mio quarto aborto e diverse settimane dopo il mio stressante viaggio in macchina per incontrare le sorelle missionarie, attendo con pazienza a un altro semaforo sulla strada verso casa quando è arrivata la mia risposta. Mentre guardavo le auto ferme accanto alla mia e quelle che procedevano verso di me nel senso opposto, ho acquisito una prospettiva eterna della mia vita. All'improvviso mi sono resa conto che tutto quello che contava nel mio percorso era che io rimanessi sul sentiero che mi avrebbe ricondotta alla mia dimora celeste. Tutti i “semafori” a cui mi sarei fermata non avrebbero avuto effetto sulla mia destinazione. Lo avrebbe avuto il modo in cui avrei reagito.

Ho iniziato ad apprezzare ogni semaforo della mia vita, sia metaforico che letterale. Invece di essere una perdita di tempo, ciascuno di essi è diventato un'opportunità per acquisire pazienza e ottenere la prospettiva che deriva solo dall'attesa. Proprio come a ogni luce rossa del semaforo ne corrisponde una verde in una direzione diversa, ho scoperto che ogni semaforo della mia vita ha aperto una via di progresso, solo non necessariamente nel modo in cui avevo programmato di crescere in quel preciso momento. Invece di pensare alle delusioni, ho iniziato ad amare l'opportunità di progredire che ogni svolta imprevista degli eventi mi forniva.

Concentrarsi sul Salvatore

“Una domanda importante su cui meditare è: ‘In che cosa riponiamo la nostra fede?’. La nostra fede è focalizzata semplicemente sul voler essere sollevati dal dolore e dalla sofferenza oppure è fermamente incentrata su Dio Padre e sul Suo piano sacro, su Gesù il Cristo e sulla Sua Espiazione?”⁴. — Anziano Donald L. Hallstrom

Due lunghi anni dopo il mio primo aborto spontaneo, ho avuto un maschietto bellissimo e sano. Nel periodo che ci ha portato a quel giorno gioioso per la nostra famiglia, mi sono resa conto che Gesù Cristo non ha sofferto per me per rimuovere tutta la sofferenza dalla mia vita. Al contrario, Egli ha sofferto perché io possa ottenere forza e crescere grazie alle difficoltà che affronto. Nonostante siano tuttora dolorosi da ricordare, i momenti strazianti di perdita e i lunghi mesi di attesa sono diventati un tesoro nella mia vita. In quei momenti sacri ho compreso quanto individualmente il Salvatore conosca la mia sofferenza. Egli mi ha soccorso in un modo in cui poteva soccorrermi solo chi conosce i miei dispiaceri personali. Anche se sembra che l'opposizione nella nostra vita contrasti i nostri piani riguardo al progresso, il Signore utilizza tale opposizione per spingerci innanzi verso un fine più elevato — conoscere il Suo amore e dimorare in esso. ■

L'autrice vive in Texas, USA.

NOTE

1. Henry B. Eyring, “Vi do la mia pace”, *Liahona*, maggio 2017, 17.
2. David A. Bednar, “Accettare la volontà e i tempi del Signore”, *Liahona*, agosto 2016, 22.
3. Stanley G. Ellis, “Noi ci fidiamo di Lui? Le difficoltà sono un bene”, *Liahona*, novembre 2017, 113.
4. Donald L. Hallstrom, “È cessato il tempo dei miracoli?”, *Liahona*, novembre 2017, 89–90.

Le persone mettevano in dubbio la nostra decisione di avere più figli, ma è grazie alla nostra posterità che possiamo comprendere meglio l'amore del Padre Celeste e possiamo sviluppare il nostro potenziale divino.



Benedetta dall'aver figli

Katherine Ramirez de Pineda

Questo è il vostro ultimo figlio?". Quando ero incinta del mio terzo figlio, avendone già altri due sotto i cinque anni, la gente sembrava avere sempre qualcosa da dire riguardo ai miei bambini. "Questo è il vostro ultimo figlio?". "Non pensi che state andando troppo in fretta?". "Che cosa farete con tre figli?". Queste erano le domande che sentivo di solito. Anche se era comprensibile, dato che nel mio paese le persone hanno di solito solo uno o due figli a causa di problemi economici, quello che le persone non sapevano era che, quando io e mio marito ci stavamo frequentando, avevamo parlato del numero dei figli che volevamo e di quando li avremmo avuti. Quella di pianificare una famiglia era una decisione importante e seria per noi, quindi doveva essere presa

tra noi due, cercando sempre la guida di Dio. Ascoltavamo lo Spirito invece di ascoltare le voci di chi avevamo intorno, e siamo stati benedetti dall'aver figli.

Quando ha stretto alleanza con Abrahamo, il Signore gli ha promesso una posterità numerosa (vedere Genesi 17:5-6; 22:17). Da quel passo delle Scritture abbiamo capito che, per il nostro Padre Celeste, quella di avere figli è una delle più grandi benedizioni che possiamo ricevere. Grazie alla nostra posterità possiamo comprendere meglio l'amore del nostro Padre Celeste e sviluppiamo il nostro potenziale divino ed eterno. Quando si hanno figli, non solo si aiutano quegli spiriti che sono nella vita preterrena a venire sulla terra e a ottenere un corpo, ma si ha anche il privilegio di insegnare loro il Vangelo. Credo che poche cose nella vita ci



preparano meglio per la vita eterna dell'aver figli. È nella nostra famiglia che impariamo meglio a mettere in pratica le caratteristiche del Signore. Ora che sono madre, mi viene ricordato ogni giorno quanto sia importante rimanere vicina al mio Padre Celeste. Prego sempre, chiedendo guida, forza e pazienza e ringraziandoLo delle molte benedizioni che derivano dall'aver figli.

Diventare genitori è un'esperienza che cambia la vita ed è caratterizzata da qualche difficoltà, ma tantissima gioia. Ogni volta che ascolto la mia figlia maggiore cantare un inno della Primaria o guardo mio figlio di due anni cercare di tenere gli occhi chiusi durante la preghiera familiare o, ancora, quando tengo in braccio il mio piccolino che dorme, sento il mio cuore pieno di una gioia indescrivibile. I nostri figli sono

il carburante che ci fa perseverare fino alla fine, a prescindere dal numero di difficoltà che affrontiamo nella vita. Sono davvero grata al mio Padre Celeste di avermi dato la possibilità di essere la madre dei miei figli.

So che il nostro Padre Celeste ci ama. Ho sentito il Suo amore durante quei dolci momenti pieni di vera felicità eterna così come durante le prove. Egli ha mandato Suo Figlio, Gesù Cristo, per mostrarci la via che riconduce alla nostra dimora celeste. Amo la mia famiglia e so che le famiglie possono stare insieme per sempre. ■

L'autrice vive a Managua, in Nicaragua.

Nella scuola che frequento adesso

ci sono pochissimi membri. Quindi è importante rispettare le norme in cui credo perché è l'unico modo in cui la luce del Vangelo può splendere attraverso me e far sì che i ragazzi non appartenenti alla Chiesa possano, prima o poi, interessarsene. Magari non adesso, ma un giorno si ricorderanno di quello strano ragazzo che non beveva tè freddo e caffè, che non diceva parolacce e che faceva parte di una chiesa. Forse un giorno il mio esempio li porterà dove dovranno essere.

Essere diversi, distinguersi, può essere difficile. È veramente facile abbassare il livello delle proprie norme. L'esempio della mia famiglia e la preghiera mi aiutano veramente ad affrontare la giornata. La preghiera mi ricorda di rispettare le norme in cui credo.

Non dubitate neanche per un momento che quello che fate non sia giusto. La gente cerca sempre di farvi sentire male per le cose che non fate. Forse non sarete quelli "in gamba". Va assolutamente bene così. Il vostro Padre Celeste e Gesù Cristo vi considerano in gamba perché rispettate le norme. Alla fine vi renderete conto che quello che state facendo adesso vi rende felici. È davvero quella gioia duratura che deriva dal rispettare le norme in cui credete. Quindi, andate avanti, continuate a vivere secondo i vostri standard!

Nathan O., Manila, Filippine



IN QUESTA SEZIONE



52 Prepararsi alla vita: Come fissare obiettivi realistici da poter raggiungere
Chakell Wardleigh

54 Comprendere il piano di salvezza mi ha dato pace
Nance Regold J. Micabani

56 Persone della Galilea
Breanna Call Herbert

60 Domande e risposte: Come posso evitare che i miei dispositivi elettronici mi distraggano in chiesa e al Seminario?

62 Il nostro spazio

64 La parola ai dirigenti: "Non temere, poiché io sono teco"
Anziano David A. Bednar

COME FISSARE OBIETTIVI REALISTICI

da poter raggiungere

Volete migliorare? Volete progredire in una competenza specifica? Volete imparare qualcosa di completamente nuovo? Per farlo, dovrete quasi sicuramente fissare degli obiettivi.

Chakell Wardleigh

Riviste della Chiesa

A volte scriviamo lunghi elenchi di obiettivi e proviamo veramente a raggiungerli, ma poi ce ne dimentichiamo o lasciamo perdere. Vi suona familiare? Perché a volte, quando vogliamo cambiare e diventare persone migliori, non riusciamo affatto ad attenerci alle mete che stabiliamo? Beh, tutto è determinato da quanto queste mete sono realistiche e da quanto siamo disposti a impegnarci!

Ecco alcuni suggerimenti su come fissare obiettivi realistici:

- **Fissate obiettivi a tutto tondo.** Concentratevi sul rafforzare molti aspetti della vostra vita, non uno soltanto. Il Salvatore ha stabilito l'esempio perfetto: "Gesù cresceva in sapienza e in statura, e in grazia dinanzi a Dio e agli uomini" (Luca 2:52). Vale a dire che cresceva mentalmente, fisicamente, socialmente e spiritualmente. Voi potete fissare degli obiettivi per fare altrettanto. Sapere che i vostri obiettivi vi aiutano a diventare persone migliori può motivarvi a continuare a lavorarci su.
- **Scrivete i vostri obiettivi.** Tenete i vostri obiettivi dove potete vederli ogni giorno! Che siano su una bacheca nella vostra camera, nell'armadietto della scuola o addirittura nel vostro cellulare, guardateli spesso. Più vi ricordate delle mete che avete stabilito, più è probabile che continuerete a impegnarvi per raggiungerle.



GLI OBIETTIVI PIÙ IMPORTANTI

“Tornare alla [...] presenza [di Dio] e ricevere le benedizioni eterne che derivano dallo stipulare e dall’osservare le alleanze sono gli obiettivi più importanti che possiamo fissare”.

Presidente M. Russell Ballard, presidente facente funzione del Quorum dei Dodici Apostoli, “Tornare e ricevere”, conferenza generale di aprile 2017.

- **Siate specifici.** Se avete scritto “imparare qualcosa di nuovo” sulla vostra lista di obiettivi, si tratta sicuramente di un obiettivo realistico, ma non è specifico. Che genere di cosa volete imparare? Suonare un nuovo strumento? Preparare una nuova ricetta? Forse un hobby completamente nuovo? Siate specifici riguardo a quello che volete realizzare!
- **Riservate del tempo ai vostri obiettivi.** Dato che la vita è tanto frenetica, può essere facile che i vostri obiettivi si perdano tra gli impegni di scuola, lavoro, amici e famiglia. Ma se riservate un momento specifico per lavorare ai vostri obiettivi ogni giorno, ogni settimana oppure tutte le volte che vorrete, è molto più probabile che vi atteniate al piano.
- **Stabilite obiettivi a breve termine.** Potete stabilire un obiettivo personale importante, ma, per poterlo raggiungere, dovete fissare piccoli traguardi lungo la via. Fondamentalmente, vi serve un piano. Per esempio, dite che quest’anno volete partecipare a una maratona. Per potervi allenare ed essere in grado di correre per quarantadue chilometri dovete iniziare poco per volta. Stabilite l’obiettivo di correre per pochi chilometri ogni settimana e aumentate lentamente la distanza che percorrete ogni volta. Quando facciamo piani per raggiungere i nostri obiettivi, Dio ci aiuta a raggiungerli (vedere Proverbi 16:9).
- **Non fate troppo.** Non fissate così tanti obiettivi da faticare a ricordare tutto quello che avevate pianificato di fare. Se inizierete solo con un paio di obiettivi importanti invece di gettarvi a capofitto in quaranta mete alla volta, vi sentirete meno sopraffatti e più fiduciosi nel vostro impegno di raggiungerli. Dobbiamo fare le cose “con saggezza e ordine; poiché non è necessario che uno corra più veloce di quanto ne abbia la forza” (Mosia 4:27). E quando raggiungete un obiettivo, è più probabile che ne raggiungete poi un altro! Le piccole cose portano a grandi cose. ■

Comprendere IL PIANO DI SALVEZZA

mi ha dato pace

Quando a mia madre è stato diagnosticato un cancro allo stadio terminale, nel mio futuro riuscivo a vedere solo tristezza. E poi ha portato la sua testimonianza del piano di salvezza.

Nance Regold J. Micabani

Alcuni anni fa, il giorno dell'anniversario dei miei genitori, a mia madre è stato diagnosticato un cancro di quarto stadio al pancreas. I risultati della TAC hanno mostrato che il cancro era un pericolo per la sua vita e che il suo corpo si stava deteriorando. È stato in quel momento che ho saputo che mia madre non sarebbe vissuta a lungo.

Non ero pronta per affrontarlo. Ho immaginato come sarebbe stata la mia vita senza mia madre. Tutto era buio, cupo e triste. Non c'erano più né gioia né risate — e nessun caldo abbraccio della mia mamma a confortarmi. Sembrava che non ci fosse più vita.

I mesi passavano e il corpo di mia madre continuava a indebolirsi. Ma quello che mi sbalordiva di più era il suo desiderio di andare in chiesa, di partecipare al nostro studio familiare delle Scritture, di tenere le lezioni alla nostra serata familiare e persino di ridere con noi.

Un giorno le ho domandato: "Hai chiesto al Padre Celeste? Ti sei

domandata perché proprio *tu* devi avere il cancro?”. Mia madre ha sorriso e ha reso la propria testimonianza del piano di salvezza. Mi ha detto che dovevo capire il piano di salvezza per provare la felicità genuina che esso dà. Ha detto che se avessi capito da dove veniamo, qual è il nostro scopo in questa vita e dove andremo, avrei capito che staremo sempre insieme, che non l'avrei mai persa davvero. Mi ha incoraggiata a continuare a prepararmi per la missione e a condividere il vangelo di Gesù Cristo e il piano di salvezza con gli altri, in modo che anch'essi potessero ricevere le benedizioni di conforto e di felicità.

Mi sono resa conto che la mamma aveva ragione. Perché avevo paura di perderla qui sulla terra se sapevo che, fin quando avrei rispettato le mie alleanze e compiuto la volontà del Padre, l'avrei rivista nella vita a venire? Ho provato pace.

Poco tempo dopo, mia madre è morta. Sebbene fosse difficile e io fossi triste, durante la veglia per mia madre — una celebrazione della sua vita che abbiamo tenuto prima della sepoltura — tutto appariva pacifico e io potevo ancora

sentire la sua presenza. Anche le persone che avevo intorno sembravano edificate. Sapevo che stavo provando la vera benedizione di comprendere il piano divino di Dio.

Dopo, quando è arrivato il momento di portare mia madre al cimitero, un ragazzino è venuto da me e mi ha chiesto perché non stessi piangendo. Mi sono ricordata di come avevo pensato alla morte di mia madre prima e del fatto di aver visto solo molta tristezza e molto dolore. Ho sorriso e mi sono abbassata per arrivare alla sua altezza. Gli ho detto: “So che rivedrò la mia mamma se continuerò a seguire i comandamenti di Dio”. Anche il ragazzo ha sorriso e io sapevo che aveva provato la stessa pace che stavo provando io.

Mia madre non c'era più, ma non c'era traccia dell'oscurità, della cupezza e della tristezza che pensavo avrebbero riempito la mia vita. Le ho detto addio e le ho detto che ci saremmo riviste nella vita a venire. Mi sono sentita confortata nonostante la perdita. È stata una benedizione frutto della comprensione del piano di salvezza. ■

L'autrice vive nelle Filippine.

Per saperne di più sulla vita dopo la morte, leggete la sezione 76 di Dottrina e Alleanze, in cui il Signore descrive coloro che ereditano il regno celeste, quello terrestre e quello teleste e in cui paragona la gloria di questi tre regni al sole, alla luna e alle stelle.



Personne della GALILEA



Breanna Call Herbert
Riviste della Chiesa

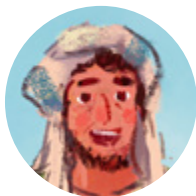
Mentre il Salvatore era sulla terra, insegnò e ministrò a molte persone. Queste sono alcune delle persone a cui Gesù Cristo ministrò in Galilea. Che cosa avrebbero detto queste persone se avessero potuto raccontare la loro storia riportata nelle Scritture? Ecco alcune idee.



BAMBINO: Ero in piedi vicino a Gesù Cristo e ai Suoi Apostoli. Gli Apostoli stavano discutendo per qualcosa e Gesù Cristo ha chiesto loro di cosa parlassero. Gli Apostoli sono stati zitti e nessuno ha parlato perché stavano litigando di chi tra loro sarebbe stato il più grande nel regno dei cieli. Allora il Salvatore si è mosso verso di me. Io ero in mezzo a loro e Lui mi ha preso in braccio. Ha detto loro che chiunque è umile come un bambino piccolo è il più grande nel regno dei cieli (vedere Marco 9:33-37; Matteo 18:1-5).



RAGAZZINO: Avevo sentito parlare di Gesù Cristo e dei miracoli che aveva fatto per i malati. Quindi, quando è venuto a Tiberiade, mi sono unito alla folla e L'ho seguito. Eravamo in tanti, circa cinquemila persone. Io avevo cinque pani d'orzo e due pesci. Gesù li ha presi e li ha benedetti. Miracolosamente, tutti hanno mangiato il cibo che avevo con me. Ma non è finita qui. Quando tutti si erano saziati, i discepoli hanno raccolto quello che è rimasto. Hanno riempito dodici ceste (vedere Giovanni 6:5-14).



UOMO: Ero un paralitico, quindi non riuscivo a muovermi. E, come se non bastasse, avevo tremori

involontari. Era una situazione orribile. I miei amici avevano sentito che Gesù Cristo stava insegnando in una casa. Sapevano che poteva aiutarci, quindi hanno provato a portarmi da Lui. La casa era piena, quindi hanno deciso di calarmi attraverso il soffitto. Lo hanno scopercchiato e poi mi hanno calato di fronte a Gesù Cristo. Quando mi ha visto, mi ha detto che i miei peccati erano perdonati. Mi ha detto di alzarmi e di prendere il mio lettino e camminare. Così l'ho fatto — e tutti erano meravigliati! (Vedere Marco 2:1-12).



UFFICIALE REALE: A quel tempo mi trovavo a Cana. Mio figlio, che era a Capernaum, stava morendo. Ho

saputo che Gesù era nei paraggi, così sono andato da Lui. Quando l'ho visto, Gli ho chiesto di andare a Capernaum per guarire mio figlio. Mi ha risposto di andare a casa perché mio figlio era vivo. Gli ho creduto. Quando sono arrivato a casa, i miei servi mi sono venuti incontro. Mi hanno detto che mio figlio era vivo. Ho chiesto loro quando aveva cominciato a stare meglio. Mi hanno risposto: "Ieri, all'ora settima". Era la stessa ora in cui Gesù mi aveva detto che mio figlio era vivo! (Vedere Giovanni 4:46-53).



MARIA MADDALENA: Gesù Cristo ha cacciato sette demoni dal mio corpo. L'ho

seguito mentre si recava in molti villaggi predicando il Vangelo (vedere Luca 8:1-3). Quando Cristo è stato crocifisso, ero ai piedi della croce (vedere Giovanni 19:25). Ho visitato la tomba dove il Suo corpo era stato sepolto. Sono stata la prima persona a vederLo dopo la Sua risurrezione. All'inizio ho pensato che fosse un giardiniere, ma quando mi ha chiamata per nome, ho saputo che era il mio Salvatore (vedere Giovanni 20:11-16).



SALOME: Sono la moglie di Zebedeo e la madre di Giacomo e Giovanni, che erano due degli apostoli di

Gesù Cristo. L'ho seguito e L'ho servito mentre era in Galilea. Ero al Golgota quando è stato crocifisso (vedere Marco 15:37-41). Ho portato aromi alla Sua tomba per imbalsamare il Suo corpo, ma quando sono arrivata, Egli non c'era. Ho visto, invece, un uomo con una lunga veste bianca. All'inizio ho avuto paura, ma mi ha detto di non temere. Ha detto che Gesù Cristo era risorto e che dovevo dirlo agli Apostoli (vedere Marco 16:1-8).



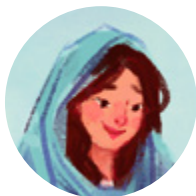
SUOCERA DI PIETRO: Ero molto malata a causa di una terribile febbre. Quando Gesù l'ha

saputo, è venuto a trovarmi. Mi ha preso per mano e mi ha sollevata. La febbre mi è passata immediatamente. Mi sentivo talmente bene che ho anche ministrato ai presenti (vedere Marco 1:29-31).



VEDOVA DI NAIN: Mio figlio era appena morto. Avevo già perso mio marito. Ero profon-

damente addolorata. Anche se c'erano tante persone con me, non riuscivo a smettere di piangere. Mentre portavamo il corpo di mio figlio fuori dalle porte della città, un uomo mi si è avvicinato. Era Gesù Cristo. Ha avuto compassione di me e mi ha detto di non piangere. Poi si è avvicinato a mio figlio. Le persone che lo stavano trasportando si sono fermate. Gesù Cristo ha detto a mio figlio di alzarsi. E lo ha fatto! Si è seduto e ha iniziato a parlare ed è venuto da me. Era vivo! Tutti abbiamo glorificato Dio e sapevamo che c'era un grande profeta tra di noi (vedere Luca 7:11-17).



MARIA: Avevo sentito parlare del Messia che sarebbe venuto. Non mi aspettavo proprio di

prendere parte all'evento. Ero fidanzata con Giuseppe quando un angelo mi ha detto che avrei dato alla luce un bambino che sarebbe stato il Figlio di Dio e che avrei dovuto chiamarlo Gesù (vedere Luca 1:26-38). E il Messia è arrivato. L'ho partorito in una stalla. I pastori e i re magi sono venuti a trovarLo e a portarGli doni (vedere Matteo 2:1-12; Luca 2:1-20). Io e Giuseppe Lo abbiamo cresciuto, ma ci ha sempre stupiti. Una volta si è perso per tre giorni. Alla fine Lo abbiamo trovato nel tempio. Uomini istruiti Lo ascoltavano e Gli facevano domande (vedere Luca 2:40-52).



FILIPPO: Sono uno degli apostoli di Cristo. Egli ci ha mandati a predicare il Suo vangelo. Ci ha

detto di concentrarci sulle pecore smarrite di Israele. Ci ha anche dato il potere di sanare gli infermi, mondare i lebbrosi, risuscitare i morti e cacciare i demoni. Ci ha detto di non portare denaro o vestiti, ma ci ha avvertito che saremmo stati perseguitati. Ma noi confidavamo in Lui perché sapevamo che se avessimo perseverato sino alla fine, saremmo stati salvati (vedere Matteo 10:1-10, 17-18, 22-23).



GIUDA TADDEO: Sono un apostolo di Cristo. Un giorno, mentre ci stava istruendo — lo faceva

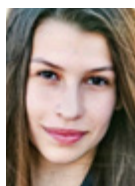
spesso — ci ha detto che non sarebbe rimasto ancora a lungo sulla terra. Ci ha detto che se avremmo obbedito ai Suoi comandamenti e Lo avremmo amato, Egli sarebbe venuto e si sarebbe manifestato a noi. Ha detto che avrebbe mandato lo Spirito Santo ad aiutarci a ricordare quello che ci aveva insegnato (vedere Giovanni 14:19-27). ■

“Come posso evitare che i miei dispositivi elettronici mi distraggano in chiesa e al Seminario?”

“I dispositivi portatili, come per esempio gli smartphone, sono una benedizione, ma possono anche distrarci dall’ascoltare la ‘voce calma e sommessa’. Devono essere i nostri servitori, non i nostri padroni. [...]”

Quando gli smartphone iniziano a interferire con i rapporti con gli amici, con i familiari e, ancora più importante, con Dio, occorre cambiare”.

Presidente M. Russell Ballard, presidente facente funzione del Quorum dei Dodici Apostoli, “State tranquilli e sappiate che io sono Dio” (riunione del Sistema Educativo della Chiesa per i Giovani Adulti, 4 maggio 2014), broadcasts.lds.org.



Lontano dagli occhi, lontano dal cuore

Di recente ho notato la mia tendenza a utilizzare i dispositivi elettronici in chiesa e alle attività dei

giovani. Era diventata un’abitudine. Ogni volta che vedevo il mio telefono, dovevo prenderlo subito e controllare se c’erano nuove notifiche o nuovi messaggi. La soluzione? Nascondere il telefono da me stessa. Sia che si trovasse in una borsa, sotto una sedia o persino con un’amica — se non riuscivo a vedere il mio telefono, non sarei stata tentata di usarlo.

Taryn M., 15 anni, Florida, USA



Prepara i tuoi dispositivi per ridurre al minimo la distrazione

Prepara i tuoi dispositivi nello stesso modo in cui prepari la tua mente e il tuo

corpo per il giorno del Signore. Silenzia le notifiche del cellulare durante le lezioni. Puoi mettere l’applicazione della Biblioteca evangelica a parte dalle altre applicazioni così se devi usare le Scritture o il blocco per gli appunti non vieni distratto da tali applicazioni.

Delguimar S., 21 anni, San Paolo, Brasile

Prega per ottenere aiuto

Io cerco lo Spirito attraverso la preghiera. Questo mi aiuta a mettere da parte i miei dispositivi elettronici nel giorno del Signore e durante il Seminario. Ogni volta che prego il mio Padre Celeste e leggo il Libro di Mormon, trovo un modo per lasciar perdere i miei dispositivi.

Desire M., 18 anni, Distretto di Comoé, Costa d'Avorio

Non dimenticare le copie cartacee!

Utilizzare i dispositivi elettronici per studiare il Vangelo va bene, ma a volte la cosa può sfuggirci di mano. Per evitare di farti distrarre, prova a utilizzare le copie cartacee delle Scritture. Il Signore ti guiderà. Imparerai molte più cose e sentirai lo Spirito.

Aiyana A., 13 anni, Laguna, Filippine

Posa tutto

In chiesa, metto il cellulare in modalità silenziosa e lo tengo in tasca, a meno che non mi serva per le Scritture. Durante il sacramento, non lo uso affatto. Non lo tengo in mano per evitare la tentazione di usarlo.

William W., 17 anni, Virginia, USA

Le risposte sono volte a porgere aiuto e a offrire vari punti di vista, non sono dichiarazioni ufficiali sulla dottrina della Chiesa.



Che cosa dovrei dire quando i miei amici mettono in discussione quello che crediamo sul matrimonio e sulla famiglia?

Ne “La famiglia – Un proclama al mondo”, la Prima Presidenza e il Quorum dei Dodici Apostoli dichiarano “che il matrimonio tra l'uomo e la donna è ordinato da Dio e che la famiglia è il cardine del piano del Creatore per il destino eterno dei Suoi figli” (familyproclamation.lds.org).

Questo proclama “è una dichiarazione di verità eterna” derivante da un “processo di rivelazione” e non è “semplicemente [...] una dichiarazione programmatica” (Dallin H. Oaks, “Il piano e il proclama”, *Liahona*, novembre 2017, 30, 29). Potete affermare di credere personalmente che è così e potete condividere le benedizioni che queste verità vi portano.

Nel rispondere agli altri dobbiamo evitare di essere presuntuosi o litigiosi. Dobbiamo cercare di amarli. Chi è aperto e sincero merita una risposta sincera. Ma se è ovvio che qualcuno non è serio e vuole solo deridere o sminuire il vostro punto di vista o se vuole semplicemente iniziare a litigare, è meglio evitare la discussione (vedere Matteo 7:6).

Che cosa ne pensate?

“Come posso essere positivo quando sono con amici che sembrano depressi?”

Inviare le vostre risposte e, se desiderate, una fotografia ad alta risoluzione sul sito Internet liahona.lds.org (cliccate “Invia qualcosa di tuo”) entro il 15 luglio 2019.

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



CORRI!

UNA SERA stavo camminando verso casa. Ero solo a pochi isolati da dove, poco prima, avevo incontrato alcuni amici, ma ora c'era buio completo. Riuscivo appena a vedere dove stavo camminando.

Ho notato tre ragazzi che mi seguivano. Ho cominciato a velocizzare il passo per allontanarmi da loro, ma hanno continuato a seguirmi. Provavo una forte sensazione di ansia. Poi mi è venuto un pensiero chiaro: corri! Ho cominciato a correre su per la collina. Era molto ripida, eppure sentivo una forza che non era la mia, ma andava oltre le mie energie.

Anche i ragazzi stavano correndo e mi stavano raggiungendo. Non ero sicuro di quello che avrei fatto dopo. Di nuovo, mi è venuto un pensiero

chiaro in mente che mi diceva di andare giù per uno stretto vicolo. Quando l'ho fatto, con mia grande sorpresa ho visto un poliziotto. Esausto per aver corso per tutti quegli isolati e quasi senza fiato, gli ho chiesto aiuto. Quando mi hanno visto parlare con il poliziotto, i ragazzi hanno smesso di inseguirmi e, alla fine, se ne sono andati. Per essere certo che fossi al sicuro, il poliziotto mi ha accompagnato a casa.

Quella sera ho continuato a pensare ai suggerimenti che avevo ricevuto. Ho provato pace nel sapere che il Padre Celeste mi aveva aiutato. Ho detto una preghiera per ringraziarlo della Sua guida. So che se obbediamo alla voce dello Spirito saremo al sicuro.

Martin S., Puerto Madryn, Argentina

“Imparerete presto a seguire la guida migliore di tutte: i suggerimenti dello Spirito Santo, cioè la rivelazione personale. C'è un processo grazie al quale noi possiamo renderci coscienti dei pericoli spirituali”.

Presidente Boyd K. Packer (1924-2015), presidente del Quorum dei Dodici Apostoli, “Coccodrilli spirituali”, *Liahona*, ottobre 2002, 11.

Come posso essere pronto ad ascoltare e a seguire i suggerimenti spirituali?

1. Resta in silenzio.

Dedicare del tempo in silenzio alla meditazione e alla riflessione ti aiuterà a sentire lo Spirito (vedere Salmi 46:10).

2. Pentiti.

Il pentimento ti rende puro, in modo che lo Spirito possa essere tuo compagno (vedere Alma 34:36).

3. Studia.

Quando conosci le parole del Signore, può essere più facile riconoscere la Sua voce (vedere Dottrina e Alleanze 1:38).

ALZARMI DIPENDE DA ME

DI SOLITO LA DOMENICA mi svegliava mia madre così potevo prepararmi per andare in chiesa e arrivare prima dell'inizio delle riunioni. Una domenica, però, mia madre non mi ha svegliata. Mi sono svegliata da sola e ho notato che non sentivo i soliti rumori della mia famiglia che si preparava per la chiesa. Ho guardato nervosamente la sveglia e mi sono resa conto che ero in ritardo di mezzora per le riunioni. Mi ero persa il sacramento. Probabilmente mi sarei persa anche la Scuola Domenicale.

Mi sentivo confusa e abbandonata. Perché mia madre non mi aveva svegliata quella mattina? Mi svegliava sempre. Poi però l'ho capito: svegliarmi per poter andare in chiesa in orario non era responsabilità di mia madre, era mia. Io avevo stipulato le mie alleanze personali con il Padre Celeste ed era mia responsabilità osservarle.

Nel corso della giornata, mia madre ha commentato il fatto di non avermi svegliata per andare in chiesa. Ha detto che non mi avrebbe più svegliata. Ha detto che dovevo impegnarmi personalmente e ottenere la mia testimonianza personale.

Durante quella settimana, mi sono ritrovata a pensare al fatto che non potevo appoggiarmi per sempre alla testimonianza dei miei genitori e che dovevo impegnarmi di più a rafforzare la mia testimonianza personale. Da allora, mi sono data molto da fare per svegliarmi presto ogni domenica in modo da poter arrivare in chiesa in tempo e prendere il sacramento. Sto imparando a essere autosufficiente spiritualmente.

Lia Alves, Ceará, Brasile



DAI CALCI FINO ALLA GENTILEZZA

ERO IN FILA con mia madre per pagare la spesa. La fila era lunga, quindi mia madre ha dovuto piegarsi sul ragazzino davanti a noi per poter pagare le cose che avevamo comprato. Il bambino ha cominciato a darle calci. Quando lo ha fatto per la seconda volta, la mamma si è allontanata e ha detto: "Potresti smetterla di darmi calci?".

La mamma del bambino si è girata e ha detto a mia madre che era colpa sua se aveva ricevuto un calcio. Ci ha detto ogni sorta di insulti. Ho iniziato a lanciarle occhiate quando si è girata ed è stata scortese anche con il cassiere! Ho agito con calma, ma dentro ero arrabbiata. Mi dava fastidio. Sapevo che quello che era successo non era colpa di mia madre o mia, ma mi sentivo comunque ferita.

Arrivate a casa, sono andata nella mia stanza e ho preso le Scritture. Dopo aver letto per un minuto, ho sentito che dovevo pregare. Non mi sentivo per niente dell'umore adatto, ma mi sono inginocchiata e ho iniziato a pregare. Alla fine, mi sono ritrovata a pregare per quella donna che ci aveva trattate tanto male. La sensazione più calma che io abbia mai provato mi ha pervasa. Nel mio cuore non c'era più posto per sentimenti di rabbia nei suoi confronti. Ho provato amore.

Teresa G., Idaho, USA



“Non temere, poiché io sono teco”

Anziano David A. Bednar

Membro del Quorum dei Dodici Apostoli

Un famoso capo militare una volta ha dichiarato con enfasi: “Non prendere mai consiglio [dalle] tue paure”¹.

Se consideriamo le cose che avvengono attorno a noi oggi, forse possiamo trovare ampie ragioni per avere paura, esitare e chiederci se le cose nella nostra vita possono davvero andare nel modo in cui speriamo da tempo.

Alcuni di voi potrebbero mettere in dubbio le proprie capacità di avere successo materialmente e spiritualmente o non avere fiducia in tali capacità. Forse vi domandate se le promesse di sostegno e guida del Signore — che prontamente riconoscete nella vita di moltissime altre persone — si manifesteranno anche nella vostra. Magari siete incerti sul perseguire un’opportunità perché non riuscite a prevedere tutti i dettagli di come andranno le cose, e pertanto esitate a iniziare e a fare i primi passi in quella direzione. O magari siete talmente preoccupati di commettere uno sbaglio da mancare di agire con fede e spingervi innanzi, incrementando così le probabilità proprio dell’insuccesso che temete.

Non prendere consiglio dalle nostre paure significa semplicemente che non permettiamo alla paura e all’incertezza di determinare il corso della vita, di influire negativamente sul nostro atteggiamento e sul nostro comportamento, di influenzare inopportuno le nostre decisioni importanti oppure di distoglierci o distrarci da tutto ciò che in questo mondo è virtuoso, amabile o di buona reputazione. Non prendere consiglio dalle nostre paure significa che la fede nel Signore Gesù Cristo

prevale sui nostri timori e che siamo in grado di spingerci innanzi con costanza in Lui. Non prendere consiglio dalle nostre paure significa che confidiamo nella guida, nelle assicurazioni e nelle tempistiche di Dio nella nostra vita. Vi prometto che ciascuno di noi può ricevere, e riceverà, le benedizioni della guida, della protezione e della gioia duratura se imparerà a non prendere consiglio dalle proprie paure.

Quando esercitiamo fede in Cristo e fiducia nelle Sue promesse, possiamo camminare nel buio con l’assoluta certezza che il nostro percorso verrà illuminato, almeno abbastanza per fare il prossimo passo, e poi il successivo e quello dopo ancora.

Joseph Smith ha dichiarato: “Non abbiamo nulla da temere se siamo fedeli”².

Il presidente Thomas S. Monson (1927–2018) ha consigliato: “Non temete. Siate di buon animo. Il futuro è tanto luminoso quanto lo è la vostra fede”³.

Se affronterete il vostro futuro con fede, il Salvatore andrà davanti al vostro volto, sarà alla vostra destra e alla vostra sinistra, e il Suo Spirito sarà nel vostro cuore (vedere Dottrina e Alleanze 84:88) in tutte le vostre imprese rette e in tutti i giorni della vostra vita. ■

Tratto da una riunione tenuta il 15 dicembre 2012 alla Brigham Young University-Hawaii.

NOTE

1. In Mary Anna Jackson, *Memoirs of Stonewall Jackson* (1895), 264.
2. *The Personal Writings of Joseph Smith*, a cura di Dean C. Jessee, ed. riv. (2002), 338.
3. Thomas S. Monson, “Siate di buon animo”, conferenza generale di aprile 2009.

È nato a
San Leandro,
in California,
il 15 giugno 1952



Ha svolto una
missione
nel sud della
Germania

Ha servito come
presidente della
BYU-Idaho
dal 1997 al 2004



Anziano

DAVID A. BEDNAR



Nel 1975 ha sposato
Susan Robinson nel
Tempio di
Salt Lake



Da ragazzo, ha
aiutato
la sua
famiglia a
in scatolare
frutta.

Dice scherzando di
aver mangiato più
frutta di quanta ne
finisse nei barattoli.



Era il
quarterback nella
squadra di
football
della sua
scuola
superiore

Ha conosciuto sua moglie a una
partita di flag football.
Lo ha impressionato
quando ha preso un suo passaggio lungo.



È stato
professore
presso la Texas Tech
University e la
University of
Arkansas

Si è laureato presso la
**Brigham Young
University**

Ha
ricevuto un dottorato
in Comportamento organizzativo presso
la Purdue University



È stato sostenuto
come membro del
**Quorum
dei Dodici
Apostoli**
il 7 ottobre 2004



Ha
tre figli maschi

Il suo inno preferito è
**"O Re
d'Israele"**
(Inni, 6)



GIOVANI ADULTI

**PIANIFICARE
UNA FAMIGLIA?**

Questo mese i giovani adulti raccontano le esperienze vissute affrontando e sconfiggendo l'opposizione nell'averne dei figli.

42



GIOVANI
**UNA GUIDA PER
STABILIRE DEGLI
OBIETTIVI**

52

MORTE E CORDOGLIO
**CAPIRE IL PIANO
DI DIO**

54

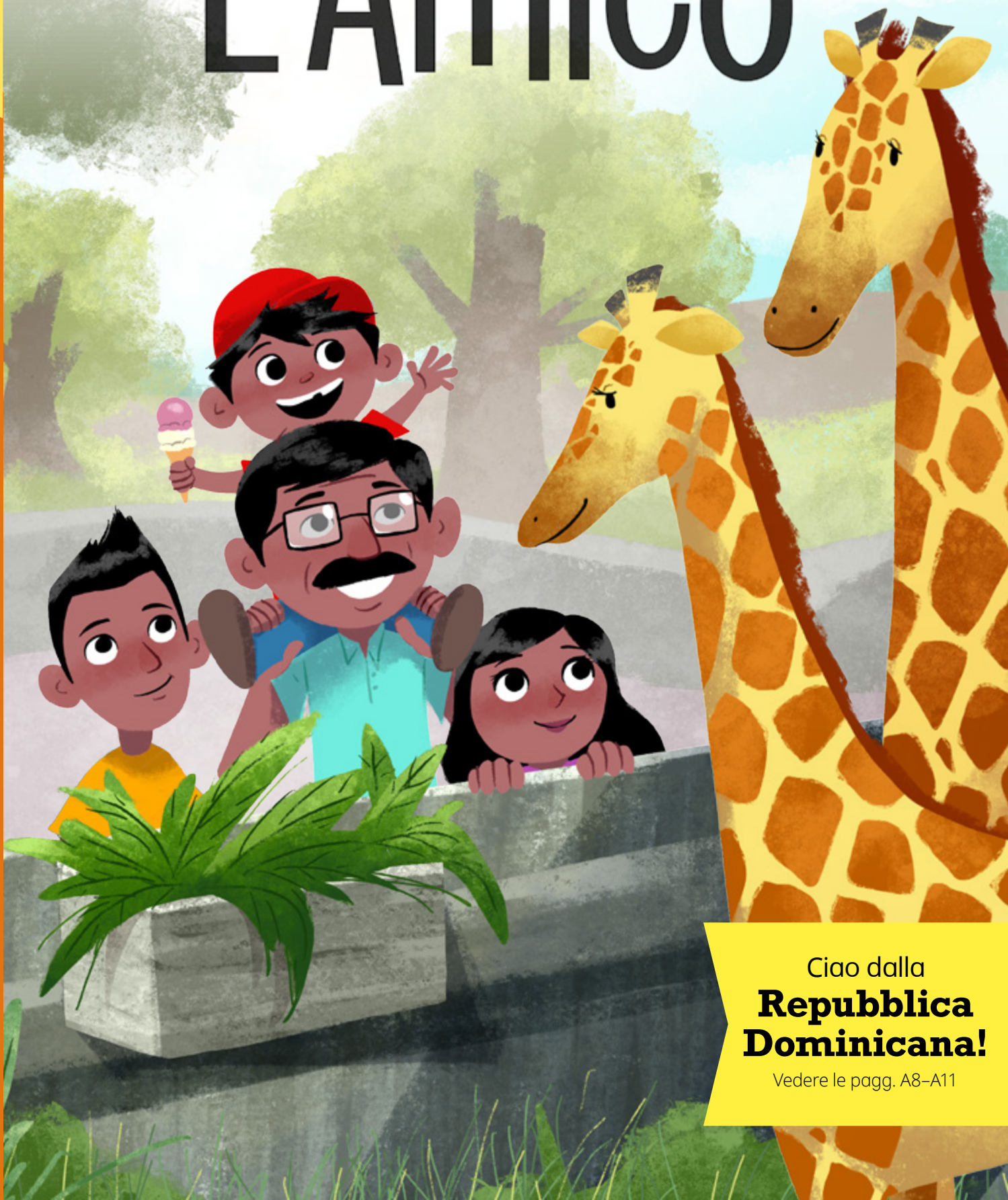
NUOVO TESTAMENTO
**INCONTRARE LE
PERSONE DELLA
GALILEA**

26, 56

CHIESA DI
GESÙ CRISTO
DEI SANTI
DEGLI ULTIMI GIORNI



L'Amico



Ciao dalla
**Repubblica
Dominicana!**

Vedere le pagg. A8-A11



Presidente
Russell M. Nelson

Grato per i genitori

Avete mai dovuto aspettare che succedesse qualcosa di bello? Che cosa può aiutarvi mentre aspettate?



Tutti e otto i miei bisnonni si sono uniti alla Chiesa in Europa. Erano molto fedeli nella Chiesa. Dopodiché, alcuni dei miei antenati non hanno continuato a vivere il Vangelo. Per questo motivo i miei genitori non andavano spesso in chiesa quando ero piccolo.

Amo i miei genitori. Mi hanno insegnato lezioni importantissime. Non potrò mai ringraziarli abbastanza per la nostra casa felice. Anche se ero piccolo, sapevo che mi mancava qualcosa perché la nostra famiglia non andava molto in chiesa. Un giorno sono salito sul tram e sono andato in una libreria per trovare un libro sulla Chiesa. Mi piaceva apprendere il Vangelo.

Quando ho imparato che cos'è la Parola di Sapienza, ho capito che i miei genitori non stavano vivendo nel modo in cui ci insegna a vivere. Ma volevo che lo facessero! Così un giorno ho rotto sul pavimento di cemento

tutte le bottiglie di alcolici che c'erano in casa. Ho pensato che mio padre mi avrebbe punito, ma non mi ha mai detto niente al riguardo.

Quando sono diventato più grande, ho continuato a studiare il Vangelo. Ho cominciato a capire il piano meraviglioso del Padre Celeste. Sono stato battezzato a sedici anni. A Natale mi dicevo spesso: "Non voglio un altro regalo di Natale! Voglio soltanto essere suggellato ai miei genitori nel tempio". Ho aspettato tanti anni prima che quel sogno si avverasse. Quando i miei genitori avevano più di ottant'anni, siamo stati finalmente suggellati come famiglia! Quel giorno ho provato una gran gioia. Mi sento ancora felicissimo ogni giorno per il fatto che sono stati suggellati e che io sono stato suggellato a loro. ●

Adattamento di "Rivelazione per la Chiesa, rivelazione per la nostra vita", conferenza generale di aprile 2018.

Pagina da colorare



“Aprite il vostro cuore al vostro Padre Celeste. Rivolgetevi a Lui per ottenere risposte e conforto”.

— **Presidente
Russell M. Nelson**

Un nuovo capitolo

Jane McBride

Racconto basato su una storia vera

“Tutte queste benedizioni mi rendono davvero grato di essere me” (Children’s Songbook, 11).

Sarah stava svuotando una scatola nella sua stanza quando la mamma entrò.

“Possiamo pitturare queste pareti di giallo?”, chiese alla mamma.

Avevano appena traslocato in una nuova casa. Sarah era riuscita a tirare fuori una trapunta e le tende per la sua nuova stanza!

“Penso di sì”, rispose la mamma. “Il giallo è un colore felice”.

Sarah sistemò alcuni libri su una mensolina accanto al suo letto. *Ultimamente* la mamma non si sentiva sempre felice, non da quando il papà era morto in un incidente.

Sarah posò delicatamente la sua foto preferita del papà accanto ai libri, dove poteva vederla ogni mattina quando si svegliava.

Sentì tirar su con il naso e vide le lacrime agli angoli degli occhi della mamma.

“Ti voglio bene, mamma”, disse Sarah, abbracciando la mamma all’altezza della vita e stringendo forte.

“Io te ne voglio di più”.

Il sabato prima dell’inizio della scuola, Sarah e la mamma indossarono vestiti vecchi, spostarono i mobili al centro della stanza di Sarah e immersero delicatamente i rulli per tinteggiare nei vassoi di pittura gialla. Dopo un po’, i muri erano coperti di giallo — e lo erano anche la loro faccia e i vestiti!



“Sembra che il sole ti abbia schizzata dappertutto”, disse la mamma con una risata.

Sarah ridacchiava. “E a te sembra che ti sia esplosa accanto una banana!”.

Stavano ancora ridendo mentre pulivano. Ma il sorriso di Sarah scomparve quando pensò che l'indomani avrebbe dovuto andare alla Primaria e il giorno dopo a scuola.

“Sono preoccupata per la chiesa e per la mia nuova scuola”, disse alla mamma mentre risciacquavano i pennelli nel lavandino. “Non conosco nessun insegnante, nessun bambino, nessuno”.

La mamma chiuse il rubinetto e attirò Sarah a sé per abbracciarla.

“Farai nuove amicizie. Hai un cuore gentile che attirerà gli altri verso di te. Sii la bambina meravigliosa che sei e gli amici arriveranno”.

Sarah si sentì un po' meglio, ma era ancora nervosa.

“Vorrei che papà fosse qui per darmi una benedizione”, disse. “Come faceva sempre prima che tornassi a scuola”.

La mamma rimase in silenzio per un momento: “E se lo chiedessimo allo zio Wyatt?”, disse, “sono certa che sarebbe felice di darti una benedizione”.

Sarah annuì. Forse una benedizione poteva essere d'aiuto.

Quella sera, lo zio di Sarah pose le mani sul suo capo per darle una benedizione.



“Ti benedico affinché tu possa sapere che il Salvatore sa che stai cominciando questo nuovo capitolo della vita”, disse.

“Egli non ti lascerà sola”.

Sarah prestò particolare attenzione alle parole *nuovo capitolo*. Amava leggere ed era sempre emozionata di iniziare un nuovo capitolo di un libro.

Il mattino seguente Sarah e la mamma andarono in chiesa.

Dopo la riunione sacramentale la mamma aiutò Sarah a trovare la classe della Primaria. Una bambina della classe le sorrise e la salutò.

“Puoi sederti qui se vuoi”, disse, indicando una sedia vuota accanto a lei.

“Grazie”, disse Sarah. “Mi chiamo Sarah. Sono nuova qui”.

“Sono Melody. E anch'io sono nuova! Questa è solo la mia seconda settimana”.

Poco dopo Melody e Sarah parlavano con gli altri bambini della Primaria. La loro insegnante era davvero simpatica.

“Spero che la scuola vada altrettanto bene!”, pensò Sarah andando a letto quella sera.

Il giorno dopo, Sarah prese l'autobus per andare nella nuova scuola. Era emozionata di vedere alcuni bambini della Primaria nella classe di terza elementare.

“Grazie, Padre Celeste”, pregò Sarah in silenzio mentre pranzava con i suoi nuovi amici. “Forse questo sarà un bel capitolo, dopotutto”. ●

L'autrice vive in Colorado, USA.


L'anziano Cook visita il Brasile



L'anziano Quentin L. Cook e la sorella Mary Cook sono andati in Brasile per far visita ai membri della Chiesa. Sono andati a insegnare e a condividere l'amore di Gesù Cristo.



Hanno visitato la grande città di Belo Horizonte. Il nome di quella città significa "bell'orizzonte". L'anziano Cook ha detto che ci sono i tramonti più belli che abbia mai visto!

A photograph of the same man from the first image, now speaking at a podium. He is wearing the same dark suit, white shirt, and red tie. He is smiling and looking towards the camera. A microphone is in front of him. The background is a solid yellow color.

Quando siamo una luce, influenziamo positivamente il mondo.



L'anziano e la sorella Cook hanno visitato un centro di addestramento per i missionari. I missionari condividono la luce di Gesù Cristo ogni giorno!



I bambini sono stati molto contenti di conoscere un apostolo di Dio!

GUARDA IL TRAMONTO

Prenditi del tempo per guardare e goderti il tramonto come ha fatto l'anziano Cook. Disegna il tramonto che hai visto. Poi pensa a un compagno di classe, a un vicino o a un parente che potrebbe aver bisogno di un amico. Illumina la giornata di questa persona mostrandole il tuo disegno.

Crea una lanterna



Occorrente:

Bicchiere di carta

Perforatrice o matita appuntita

Torcia o bastoncino fluorescente

1. Usa la perforatrice o la matita per fare dei buchi tutto intorno al bicchiere. Fai dei buchi anche sul fondo o taglialo del tutto (chiedi aiuto a un adulto).
2. Decora il bicchiere come più ti piace. Poi metti la torcia o il bastoncino fluorescente sotto il bicchiere.
3. Spegni le luci e guarda splendere la tua lanterna!

Suggerimento: se non hai bicchieri di carta, puoi arrotolare un cartoncino e unire i bordi con il nastro adesivo.

In che modo puoi essere una luce a casa, nel vicinato e a scuola?

Aspettando Ian

Joshua J. Perkey

Riviste della Chiesa

Racconto basato su una storia vera



“Amiamo stare alla Primaria; siamo felici che anche tu sia qui” (Children’s Songbook, 256).

Quando Ian si svegliò, sentì sua madre cantare. Cantava “Io sento attorno a me”. Era l’inno della Primaria preferito da Ian! Iniziò a cantare insieme a lei.

“Sei sveglio!”, disse. Sorrideva e aveva le lacrime agli occhi. Ian vide suo padre seduto accanto a lei. Anche lui sembrava felice.

“Ti ho cantato il tuo inno preferito ogni giorno”, disse la mamma.

Ian ripose al sorriso — ma la testa gli faceva male. A dire il vero, gli faceva male ovunque, soprattutto alla gamba.

Ian si guardò attentamente intorno. Non era a casa. Era steso su un letto di metallo in una strana stanza. Poi vide un’infermiera e molti altri letti lì vicino. “Questo dev’essere un ospedale”, pensò.

“Che cosa mi è successo?”, chiese.

La mamma si fece seria. “Hai avuto un brutto incidente. Un cancello di metallo ti è caduto addosso. Sei in ospedale da due settimane, ma ti rimetterai”.

Due settimane! “Caspita, ho dormito tantissimo”, pensò Ian. L’ultima cosa che riusciva a ricordare era di essere in chiesa per le prove della riunione sacramentale dei bambini...

Oh, no! La riunione sacramentale!

“Mi sono perso la sacramentale dei bambini?”, chiese Ian. L’aveva aspettata tanto! Amava cantare con i suoi amici.

La mamma sorrise e scosse la testa. “No, non te la sei persa. Il rione ha deciso di posticiparla fino a quando non ti fossi svegliato, così potrai partecipare”.

“Davvero?”.

“Davvero”, disse il papà. “Tutti i bambini della Primaria hanno chiesto al vescovo di aspettare. Volevano che ci fossi anche tu. Sapevano quanto fossi emozionato per la riunione di quest’anno”.

Ian era felice di poter ancora partecipare alla riunione sacramentale dei bambini. Ma prima doveva rimettersi. E ci voleva molto tempo. Doveva stare in ospedale per un altro po'. Quando finalmente giunse

“Proviamoci!”, disse Chaís. Lo aiutò ad alzarsi. Facendo attenzione, Ian mise giù il piede. Spostò il corpo in avanti. Era ancora in piedi! Era il suo primo passo da più di un mese! Tutti applaudirono.



il momento di tornare a casa, non riusciva ancora a camminare o a giocare.

Ma i suoi amici andavano a trovarlo. Ian chiedeva loro della scuola e della chiesa. E loro gli chiedevano quando sarebbe tornato.

“Non prima che la mia gamba migliori”, diceva loro. “Non riesco ancora a camminare”.

Ottobre finì e iniziò novembre, e Ian migliorava lentamente. Un giorno i suoi amici lo invitarono a guardare un film con loro. La mamma e il papà di Ian lo aiutarono a raggiungerli.

“La gamba ti fa ancora male?”, gli chiese la sua amica Chaís.

“Sì”, rispose Ian. “Ma migliora ogni giorno di più”.

“Ora puoi camminare?”, chiese Chaís.

“Non lo so”, disse Ian.

“Questo significa che puoi tornare in chiesa!”, disse Chaís.

E aveva ragione. Poche settimane dopo la gamba di Ian smise finalmente di fargli male. I medici gli tolsero il gesso e lo sostituirono con un tutore. Quando giunse la domenica, era il momento della sacramentale dei bambini.

Durante la riunione sacramentale, Ian camminò fino alla parte anteriore della cappella con i suoi amici. Rimase ritto in piedi e sorrise alla mamma e al papà. Durante gli inni, cantò più forte che poté. Quando fu il suo turno, si mise al microfono e condivise la propria testimonianza. Era grato per i suoi amici della Primaria. Ed era felice di aver potuto partecipare alla sacramentale dei bambini, dopotutto. ●

Il ragazzo protagonista di questa storia vive nella Repubblica Dominicana. Leggete il prossimo articolo per saperne di più su questo paese!

Ciao
dalla
Repubblica
Dominicana!



Ciao!
Io sono Margo.
Questo è mio
fratello Paolo.



Stiamo visitando
la Repubblica
Dominicana. Vieni,
unisciti a noi!

Repubblica Dominicana

La Repubblica Dominicana si trova ai Caraibi. È su un'isola insieme alla nazione di Haiti. Circa dieci milioni di persone vivono nella Repubblica Dominicana, di cui circa 130.000 sono membri della Chiesa.

Santo Domingo 

Nella Repubblica Dominicana si parla spagnolo. Ecco un bambino con El Libro de Mormón, cioè Il Libro di Mormon.



A molti bambini della Repubblica Dominicana piace giocare a baseball. È lo sport più popolare del paese.



L'anno scorso il profeta ha visitato la Repubblica Dominicana e ha parlato alle persone in spagnolo.



La Repubblica Dominicana ha un tempio, a Santo Domingo. La scritta dice: "Santidad al Señor — La Casa del Señor". Che significa: "Santità all'Eterno — La casa del Signore".



Gli abitanti della Repubblica Dominicana mangiano molte verdure e molti frutti tropicali. Questi ragazzi stanno bevendo dalle noci di cocco!

Vieni dalla Repubblica Dominicana? Scrivici! Ci piacerebbe che tu lo facessi!

Grazie di aver esplorato la Repubblica Dominicana con noi. Ora stiamo per partire per la prossima avventura!



Conosci alcuni amici della Repubblica Dominicana!



"Mi piace aiutare i bambini più piccoli nella Primaria quando cominciano a scatenarsi. Scrivo gli inni su pezzi di carta e li aiuto a cantare. Li aiuto a capire quando leggiamo le Scritture".

Ambar O., 11 anni, Repubblica Dominicana




"Amo Gesù e mi sento molto vicino a Lui. Amo anche gli inni dell'innario e quelli della Primaria".


Ian R., 8 anni, Repubblica Dominicana

Lo Spirito

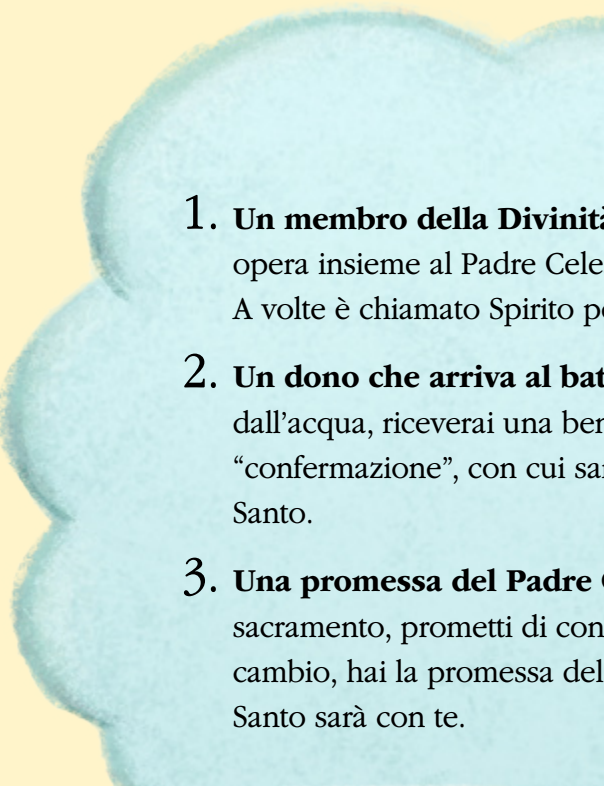
Marissa
Riviste de




Come una **coperta** calda attorno al cuore. Egli può confortarti quando ti senti triste o spaventato.



Come un **allarme** che ti avverte del pericolo. Egli può allontanarti da ciò che può danneggiarti.

- 
1. **Un membro della Divinità** opera insieme al Padre Celeste. A volte è chiamato Spirito Santo.
 2. **Un dono che arriva al battesimo** dall'acqua, riceverai una benedizione "confermazione", con cui sarai più forte. Lo Spirito Santo.
 3. **Una promessa del Padre Celeste** al sacramento, prometti di cambiare. In cambio, hai la promessa dello Spirito Santo sarà con te.



Come un gentile **insegnante**. Può dirti ciò che è vero e può aiutarti a ricordare le cose che hai imparato.


Santo è...

Widdison
lla Chiesa


à. Questo significa che
ste e a Gesù Cristo per aiutarci.
erché non ha un corpo.

tesimo. Dopo essere uscito
medizione speciale chiamata
rai invitato a ricevere lo Spirito

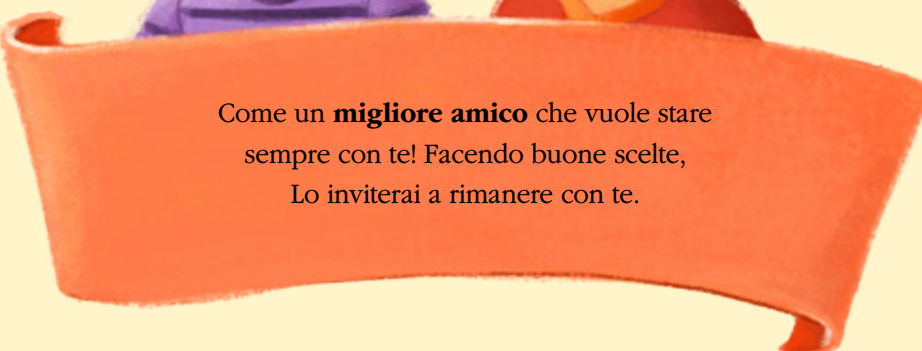

Celeste. Quando prendi il
tinuare a seguire Gesù. In
Padre Celeste che lo Spirito



Come un **messaggero** del Padre Celeste.
Lo Spirito Santo può aiutarti a sentire l'amore
di Dio e a comprendere quello che
Egli vuole che tu sappia.



Come un **cartello** che
ti aiuta a sapere dove
andare. Quando prendi
delle decisioni, Egli può
aiutarti a rimanere sul
sentiero della
vita eterna.



Come un **migliore amico** che vuole stare
sempre con te! Facendo buone scelte,
Lo inviterai a rimanere con te.

NELLE SCRITTURE:

Giovanni 14:26
Galati 5:22
2 Nefi 31:17-18
Dottrina e Alleanze 130:22



Becky Craven

Seconda consigliera
della presidenza
generale delle
Giovani Donne

Vivere secondo le mie norme

*“Stare come testimoni di Dio in ogni momento”
(Mosia 18:9).*

Mio padre era nell'esercito, quindi, quando ero piccola, traslocavamo spesso. Una delle cose più difficili dei trasferimenti era lasciare i miei amici. Avevo difficoltà a farmi nuovi amici perché ero timida. Fortunatamente, le persone erano sempre cordiali a scuola e in Primaria. In

chiesa non importava quanto fossimo diversi. Eravamo semplicemente tutti amici.

Uno dei modi in cui superavo la mia timidezza era quello di aiutare in chiesa. Iniziamo con la Primaria. Leggevo un versetto durante l'attività di gruppo. Leggevo ad alta voce in classe. Poco alla volta, mi sentivo più a mio agio. Questo mi ha aiutato a difendere quello in cui credo.

Quando ero in quarta o in quinta elementare, abitavamo nel Maryland (USA). Nella mia scuola non c'erano molti membri della Chiesa. Avevo amici che erano membri della Chiesa e amici che non lo erano.

Quando ero adolescente, alcuni dei miei amici facevano cose che andavano contro le norme che avevo io. Ma non cercavano di coinvolgermi. Sono grata del fatto che i miei amici rispettassero quello in cui credo. A volte mi sentivo esclusa perché non potevo fare tutto quello che i miei amici facevano. Ma sono stata sempre felice di seguire le mie norme. Ho deciso che avrei vissuto il Vangelo a prescindere da tutto il resto. La mia testimonianza è diventata più forte in Primaria e durante la serata familiare. Ho imparato che sono una figlia di Dio.

Anni dopo, ho scoperto che due dei miei amici di scuola si erano uniti alla Chiesa. Ero talmente felice! Mi hanno detto che guardarmi vivere il Vangelo quando eravamo piccoli li ha aiutati a decidere di ascoltare i missionari.

Miei cari giovani amici, voi siete figli del nostro Padre Celeste. Quando ricorderete questa importante verità *ogni giorno*, vi verrà più facile vivere il Vangelo. ●



Posso essere **GENTILE**.

Posso **ascoltare**
lo
Spirito Santo.

Posso fare cose,
nel giorno del
Signore, che
mi aiutano a
ricordare
Gesù Cristo.

Posso mostrare
rispetto
per Dio, per gli
altri e per me
stesso.

Posso
vestirmi e
agire con
modestia.

Posso **PENTIRMI** e ritentare
quando faccio qualcosa
di sbagliato.



Posso essere
onesto.

Posso scegliere il giusto

Posso
parlare di
Dio con
riverenza.

Posso utilizzare
buone parole.

Posso prepararmi ora ad
andare al tempio.

Posso
cercare
**BUONI
AMICI**.

Posso
mantenere
la mia mente e
il mio corpo
in salute.

Posso
OBBEDIRE
ai miei genitori e
AIUTARE
la mia famiglia.

Posso leggere, guardare
e ascoltare buone cose.

Gesù mi ama. Poco per volta,
posso imparare a seguirLo.



Mostra e racconta



Ho giocato con la mia amica che era sola.

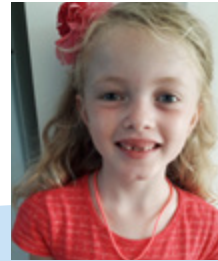
Alexis H., 7 anni, Nuova Scozia, Canada



Non vedo l'ora di ricevere il sacerdozio e di andare al tempio per fare i battesimi per i nomi di famiglia

che io e la mia mamma abbiamo trovato!

Brigham W., 11 anni, Victoria, Australia

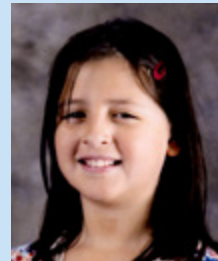


Amo imparare cose su Gesù. Sono grata del sacrificio che ha fatto per noi.

Sara D., 6 anni, Rio Grande do Sul, Brasile



Philip W., 8 anni, Lancashire, Inghilterra



A scuola ho notato che c'era immondizia nel parco giochi. Quindi ho chiesto al preside se potevo raccogliere con un'amica.

Sono felice di comportarmi da buona cittadina.

Ellea D., 10 anni, Baden-Württemberg, Germania



Io aiuto la mia mamma con i miei fratellini.

Samantha S., 8 anni, Berlino, Germania



Feranmi F., 8 anni, Lagos, Nigeria



Salutate
Halim!

POSSIAMO ESSERE GENTILI



“Ognuno di noi può sviluppare la gentilezza fraterna a casa, a scuola, sul lavoro e nel gioco”.

Presidente Russell M. Nelson, “Esempi da imitare”, *La Stella*, gennaio 1992, 75.

By Katie Richey

Racconto basato su una storia vera

*“Gratuitamente avete ricevuto, gratuitamente date”
(Matteo 10:8).*

A scuola quella mattina, Marcus ha notato un nuovo bambino che entrava in classe.

“Buon giorno a tutti”, disse la signora Becker mentre tutti si sedevano in silenzio. “Questo è Halim. È nuovo nella nostra scuola. In realtà, è nuovo nel nostro paese”.

Halim continuava a fissare il pavimento mentre salutava. Marcus pensò che la sua voce avesse un suono un po' diverso. La signora Becker continuò a parlare.

“Siamo molto felici che sia qui e che farà parte della nostra classe. Spero che tutti noi potremo aiutarlo a sentirsi il benvenuto”.

Quando la maestra mostrò a Halim dove sedersi, Marcus pensò a quanto sarebbe stato nervoso se avesse dovuto trasferirsi in un nuovo paese e in una nuova scuola.

Dopo l'intervallo del mattino, la signora Becker disse a tutti che aveva una sorpresa per loro. Marcus si sedette con la schiena ben dritta così poteva vedere che cosa stava tirando fuori dalla borsa. Erano piccoli secchielli.

Iniziò a distribuirli a tutti i bambini della classe.

“Ciascuno di noi ha un secchiello immaginario dentro di sé”, disse mentre porgeva a Marcus un secchiello giallo. “Le persone riempiono il nostro secchiello quando fanno delle cose gentili per noi. E noi possiamo riempire i secchielli degli altri essendo gentili con loro. Per esempio, quando vostra madre vi abbraccia, sta riempiendo il vostro secchiello. Quando dite qualcosa di carino a qualcuno, state riempiendo il suo secchiello”.

Marcus guardò Caleb, il suo miglior amico. Anche lui aveva un secchiello giallo!

“Questa settimana terremo i secchielli sui nostri banchi così potremo scrivervi a vicenda messaggi gentili” disse la signora Becker. Ripiegò un foglietto di carta e lo mise dentro un secchiello.

“E questo ci aiuterà a ricordare i secchielli immaginari che tutti abbiamo dentro. Vogliamo essere gentili per poter essere riempitori di secchielli”.

Marcus prese un foglietto e pensò alle cose che poteva scrivere a Caleb, come il fatto che fosse bravo negli sport. Ma poi guardò Halim. Aveva le spalle curve, come se fosse triste.

Marcus si chiese se Halim avesse un migliore amico dove abitava prima. Doveva essere stato difficile salutare tutti e doveva essere stato spaventoso trasferirsi tanto lontano.

Marcus fissò il foglietto di carta vuoto sul suo banco. Gli venne un'idea, poi scrisse:

“Caro Halim,

Benvenuto nella nostra scuola. Se vuoi, durante la ricreazione possiamo giocare. Sarò tuo amico. E scommetto che lo sarà anche Caleb.

Marcus”.

Poi piegò con cura il foglietto e lo lasciò cadere nel secchiello di Halim. Halim sorrise. Marcus sentì dentro di sé calore e felicità. Gli piaceva essere un riempitore di secchielli! ●

L'autrice vive nell'Idaho, USA.

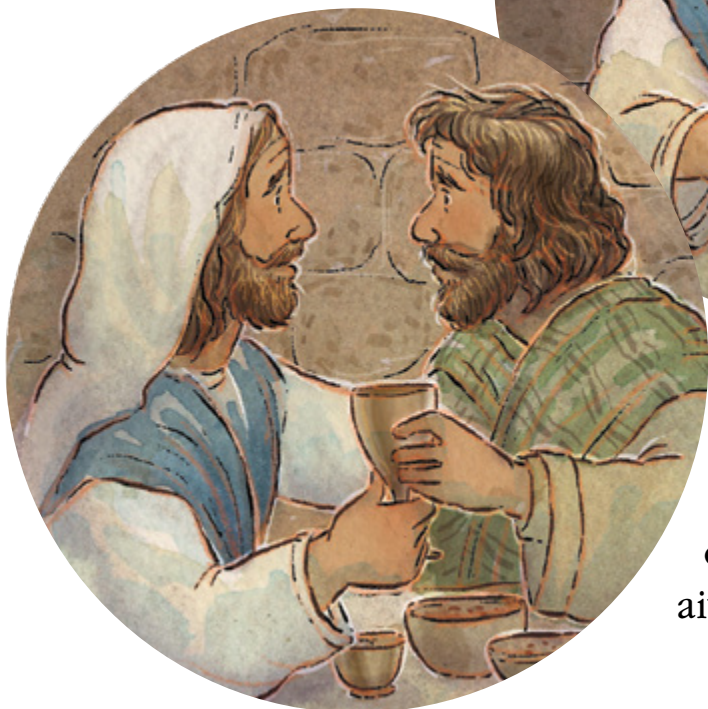
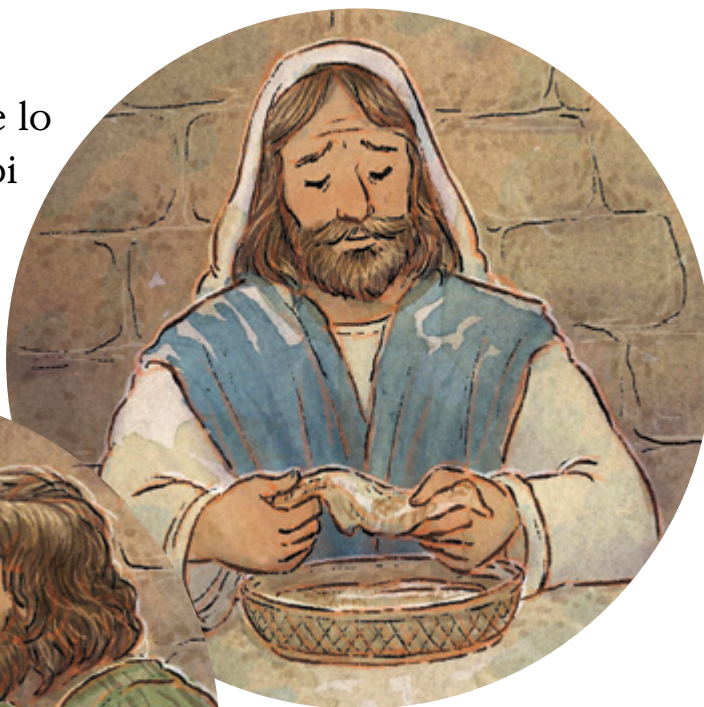


Gesù spiegò cos'è il sacramento



Prima di morire, Gesù fece una cena speciale con i Suoi discepoli.
La chiamarono l'Ultima cena.

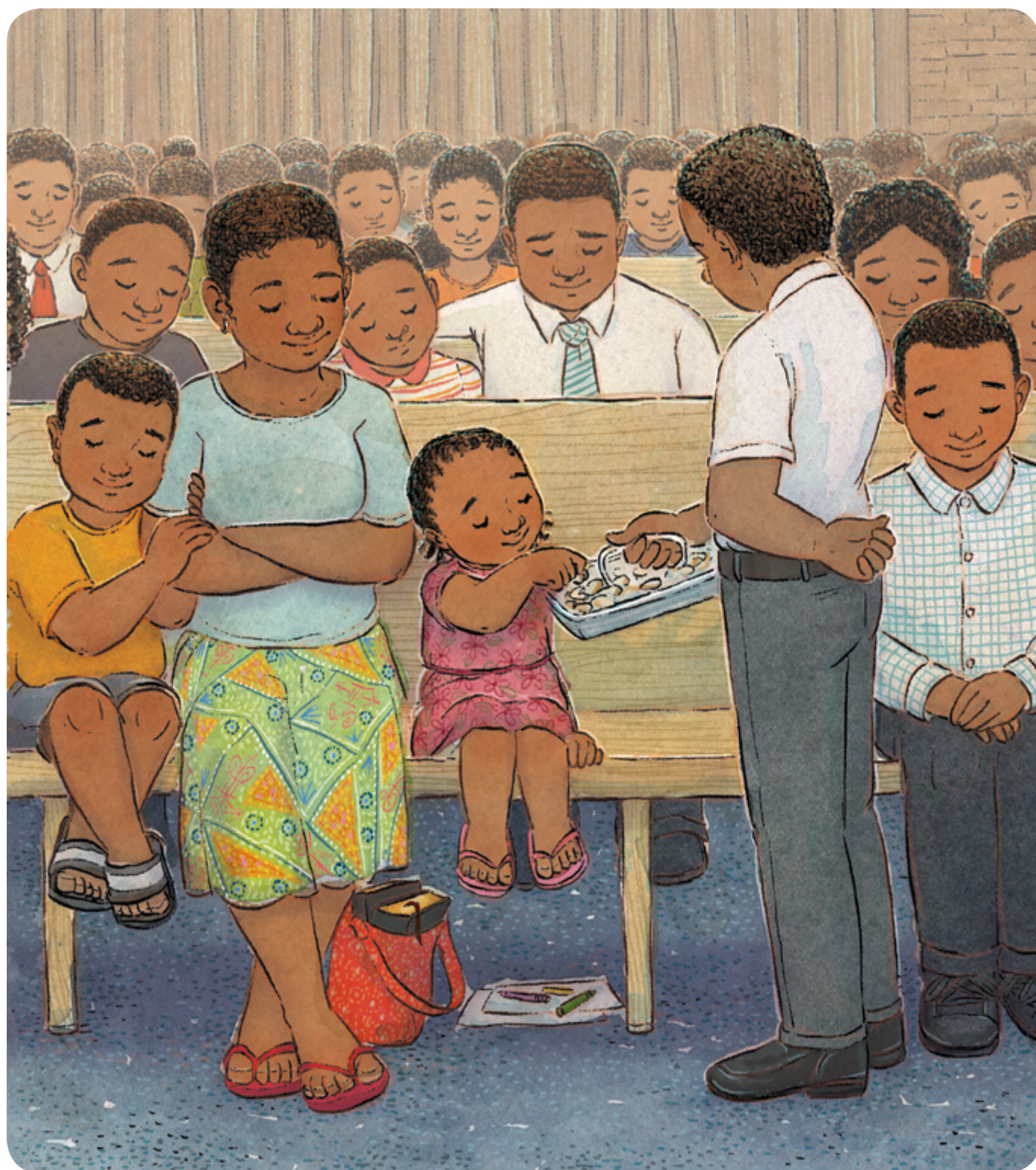
Gesù prese il pane e lo benedisse. Lo diede ai Suoi discepoli. Chiese loro di mangiarlo perché li aiutasse a ricordarsi di Lui.



Gesù prese una coppa e la diede ai Suoi discepoli. Disse loro di berne il contenuto perché li aiutasse a ricordarsi di Lui.

Gesù e i Suoi discepoli cantarono anche un inno insieme.





Posso ricordare Gesù prendendo il sacramento ogni settimana, come Egli ci ha chiesto di fare. ●

*Leggi quello che Gesù insegnò in
Matteo 26:26-28; 1 Corinzi 11:24-25.*

Gesù ci ha dato il sacramento



Cari genitori,

in molte famiglie il padre e la madre non sono suggellati nel tempio. Il presidente Russell M. Nelson è cresciuto in una famiglia di questo tipo. Qualunque sia la nostra situazione familiare, possiamo insegnare ai nostri figli ad aspirare alle grandi benedizioni del tempio. E possiamo aiutarli a svolgere le ricerche di storia familiare così anche i nostri antenati potranno avere le stesse benedizioni. Potete leggere a pagina A2 di quanto il presidente Nelson abbia aspettato che la sua famiglia fosse suggellata nel tempio.

Scrivete per farci sapere in che modo la vostra famiglia ha utilizzato le storie e le attività contenute nel numero de *L'Amico* di questo mese.

Con affetto,
L'Amico

P.S. Se in casa vostra non ci sono bambini, potreste regalare *L'Amico* a qualcuno che ne ha.

New Friend
50 E. North Temple St.,
Room 2393
Salt Lake City, UT 84150 USA
liahona@ldschurch.org



**Trova la Liahona nascosta
all'interno!**

SOMMARIO

- A2** Dalla Prima Presidenza: Grato per i genitori
- A4** Un nuovo capitolo
- A6** Gli apostoli nel mondo: L'anziano Cook visita il Brasile
- A8** Aspettando Ian
- A10** Ciao dalla Repubblica Dominicana!
- A12** Lo Spirito Santo è...
- A14** Vivere secondo le mie norme
- A15** Posso scegliere il giusto
- A16** Poster — Un'idea brillante: Gesù mi ama
- A17** Mostra e racconta
- A18** Salutate Halim!
- A20** Storie delle Scritture: Gesù spiegò cos'è il sacramento
- A23** Pagina da colorare: Gesù ci ha dato il sacramento

SULLA COPERTINA DE *L'AMICO*
Illustrazione di Shane Clester