



# IL MIO PERCORSO

PER L'AUTOSUFFICIENZA



## ISTRUZIONI PER IL FACILITATORE

Le **istruzioni per il facilitatore** appaiono sempre nei riquadri viola. Per ulteriori indicazioni su come condurre una riunione, vedere pagina 13.

### COME USARE QUESTO OPUSCOLO

Questo libretto è strutturato per essere usato nelle riunioni. Tuttavia, può anche essere impiegato in altre situazioni di gruppo o individuali, tra cui:

- Le lezioni della quinta domenica.
- Le riunioni del quorum e della Società di Soccorso.
- In famiglia.
- Altre situazioni consone.

QUANDO VEDI QUESTI SUGGERIMENTI, SEGUI LE INDICAZIONI				
LEGGI	GUARDA	DISCUSSIONE	RIFLETTI	ATTIVITÀ
Una persona legge ad alta voce per tutto il gruppo.	Tutto il gruppo guarda il video.	Un piccolo gruppo (2-8 persone) si scambia riflessioni per circa 2-4 minuti.	Medita per conto tuo e scrivi in silenzio per circa 2-3minuti.	Lavora da solo o in piccoli gruppi (2-8 persone) per un certo periodo di tempo.

Una riunione su "Il mio percorso" non dovrebbe durare più di 90 minuti.

Publicato dalla Chiesa di Gesù Cristo dei Santi degli Ultimi Giorni  
Salt Lake City, Utah

© 2017 Intellectual Reserve, Inc.

Tutti i diritti riservati.

Stampato negli Stati Uniti d'America

Testo inglese approvato: 8/16

Approvato per la traduzione: 8/16

Traduzione di *My Path for Self-Reliance*

Italian

14068 160

## MESSAGGIO DALLA PRIMA PRESIDENZA

Cari fratelli e care sorelle,

il Signore ha dichiarato: "È mio intento provvedere ai miei santi" (DeA 104:15). Questa rivelazione è una promessa del Signore che Egli fornirà benedizioni materiali e aprirà le porte dell'autosufficienza, che è la nostra capacità di provvedere alle nostre necessità e a quelle dei nostri familiari.

Questo libretto è stato preparato per aiutare i membri della Chiesa a imparare e a mettere in pratica i principi della fede, dell'istruzione, del duro lavoro e della fiducia nel Signore. Accettare e vivere questi principi vi metterà nelle condizioni di ricevere le benedizioni materiali promesse dal Signore.

Vi invitiamo a studiare e a mettere in pratica questi principi diligentemente e a insegnarli ai vostri familiari. Agendo così, la vostra vita sarà benedetta. Imparerete come agire lungo il percorso verso una maggiore autosufficienza. Sarete benedetti con maggior speranza, pace e progresso.

Sappiate che voi siete figli del nostro Padre nei cieli. Egli vi ama e non vi abbandonerà mai. Egli vi conosce ed è pronto ad estendervi la benedizione spirituale e materiale dell'autosufficienza.

Cordialmente,

la Prima Presidenza

# IL MIO PERCORSO PER L'AUTOSUFFICIENZA

## DA DOVE COMINCIARE

- Facilitatore:**
1. Iniziate con una preghiera di apertura (e, se volete, cantate un inno).
  2. Un membro della presidenza di palo potrebbe dedicare dai 3 ai 5 minuti all'introduzione e a portare una testimonianza.
  3. Un membro del comitato di palo per l'autosufficienza invita tutto il gruppo ad andare alla pagina 2 del libretto e a seguire mentre il membro del comitato legge i tre paragrafi sottostanti.

Benvenuti alla riunione su "Il mio percorso per l'autosufficienza". Lo scopo di questa riunione è quello di aiutarci a comprendere il motivo per cui diventare più autosufficienti e il modo in cui potete farlo. Invece di avere un solo oratore che vi parla, discuteremo i principi in piccoli gruppi, leggeremo insieme, mediteremo e metteremo per iscritto le nostre riflessioni.

La parte più importante di questa esperienza sarà costituita dai suggerimenti che riceverete tramite lo Spirito quando il Signore vi mostrerà che cosa potete fare per diventare più simili a Lui. Vi incoraggiamo a scrivere queste impressioni man mano che le ricevete e ad agire poi di conseguenza.

Alla fine di questa riunione, sarete invitati a scegliere un gruppo dell'autosufficienza che potrà aiutarvi a raggiungere uno dei seguenti obiettivi:

- Trovare un lavoro o migliorare la vostra situazione lavorativa attuale
- Gestire meglio le vostre finanze personali e familiari
- Scegliere un piano di istruzione e riuscire a scuola
- Far crescere una piccola attività in proprio

Per ora, però, iniziamo col conoscerci un po' meglio.

**Facilitatore:** chiedi ai partecipanti di ogni tavolo di dedicare qualche secondo a presentarsi agli altri seduti allo stesso tavolo. Ogni presentazione non dovrebbe durare più di 30 o 40 secondi.

## CHE COS'È L'AUTOSUFFICIENZA?

**Leggi:** Lo scopo dell'iniziativa per l'autosufficienza è quello di assistere le persone nell'aiutare se stesse a diventare autosufficienti. L'autosufficienza è più che avere un buon lavoro, una scorta di cibo o del denaro in banca. L'autosufficienza è "la **capacità, l'impegno** e lo **sforzo** per provvedere alle necessità **spirituali e materiali** della vita propria e della propria famiglia. Quando diventano autosufficienti, i membri riescono meglio a **servire** e ad aiutare il prossimo" e il lavoro diventa un principio che governa la loro vita (*Manuale 2 - L'amministrazione della Chiesa* [2010], 6.1.1).

**Discussione:** Quali sono le caratteristiche di una persona autosufficiente? Una persona autosufficiente farebbe affidamento sull'assistenza dello Stato o della Chiesa se invece potesse lavorare per ottenere per conto proprio ciò di cui necessita?

## L'AUTOSUFFICIENZA È FONDAMENTALE PER LA SALVEZZA

**Leggi:** Il presidente Thomas S. Monson ha insegnato: "Siate autosufficienti e indipendenti. La salvezza non si può ottenere da nessun altro principio" ("Principi fondamentali del benessere personale e familiare", *La Stella*, febbraio 1987, 3; citando Marion G. Romney, Conference Report, ottobre 1976, 167).

**Discussione:** In che modo diventate simili al Padre Celeste man mano che divenite sempre più autosufficienti?

## LE COSE MATERIALI E QUELLE SPIRITUALI SONO UNA COSA SOLA

### ATTIVITÀ DI GRUPPO (3-4 minuti)

Discutete in gruppo alcune esigenze materiali e spirituali della vita. Elencatene qualcuna qui sotto.

ESIGENZE MATERIALI DELLA VITA	ESIGENZE SPIRITUALI DELLA VITA

**Leggi:** Il presidente Dieter F. Uchtdorf ha insegnato: “Come le due facce di una medaglia, l’aspetto temporale e quello spirituale sono inseparabili” (“Prowedere nella maniera del Signore”, *Liahona*, novembre 2011, 53). Nelle Scritture il Signore ha dichiarato: “Pertanto, in verità vi dico che tutte le cose per me sono spirituali, e in nessuna occasione vi ho dato una legge che fosse temporale” (DeA 29:34).

**Discussione:** In che modo trovare un lavoro e guadagnarsi da vivere possono essere entrambi una questione sia materiale che spirituale?

## QUANTO SIETE SPIRITUALMENTE E MATERIALMENTE AUTOSUFFICIENTI?

### ATTIVITÀ INDIVIDUALE (5 minuti)

L'autosufficienza richiede **capacità, impegno e sforzo**. Per conto tuo, spunta la casella che ti descrive meglio di ogni frase. Sii onesto con te stesso. Se sei a disagio a rendere pubbliche le risposte, copriole.

	Mai	Raramente	A volte	Spesso	Sempre
Ho le competenze per provvedere alle mie necessità.					
Ho un bilancio e lo seguo.					
Metto denaro da parte.					
Non ho debiti (eccetto per l'istruzione o per la casa).					
La mia vita è incentrata su ciò che conta di più.					
Prego e studio le Scritture ogni giorno.					
Ricevo quotidianamente suggerimenti dallo Spirito.					
Pago la decima e le offerte di digiuno.					
Prendo il sacramento ogni settimana.					
Sono degno di detenere una raccomandazione per il tempio.					
Ho un lavoro o un impiego che provvede alle mie necessità.					
Provvedo alle mie necessità senza dipendere da programmi governativi.					
Pago mensilmente l'affitto o il mutuo.					
Mi posso permettere cure mediche adeguate.					
I miei figli hanno accesso all'istruzione.					
Sono in grado di servire gli altri quando ne hanno bisogno.					

**Rifletti:** Ci sono altre cose che dovresti cambiare per diventare auto-sufficiente? Come sarà la tua vita man mano che migliorerai le voci elencate sopra?

---

---

---

## COME DIVENTO PIÙ AUTOSUFFICIENTE?

### 1. Il Signore ti può aiutare a diventare autosufficiente

**Guarda:** Guardate il video “Io provvederò ai miei santi” su [srs.lds.org/videos](https://srs.lds.org/videos).  
(Se il video non è disponibile, continua a leggere).

#### ATTIVITÀ DI GRUPPO (5 minuti)

---

Qui sotto è riportata la lettera letta dal presidente Dieter F. Uchtdorf nel video.

In gruppo:

1. Leggete a turno ciascun paragrafo.
  2. Per ogni paragrafo, fate quanto segue:
    - Sottolineate le benedizioni specifiche promesse dalla Prima Presidenza.
    - Cerchiate ciò che dovete fare per ricevere quelle benedizioni.
    - Parlate brevemente di ciò che state imparando.
- 

*Cari fratelli e care sorelle,*

*il Signore ha dichiarato: “È mio intento provvedere ai miei santi” (DeA 104:15). Questa rivelazione è una promessa del Signore che Egli fornirà benedizioni materiali e aprirà le porte dell'autosufficienza, che è la nostra capacità di provvedere alle nostre necessità e a quelle dei nostri familiari.*

*Questo libretto è stato preparato per aiutare i membri della Chiesa a imparare e a mettere in pratica i principi della fede, dell'istruzione, del duro lavoro e della fiducia nel Signore. Accettare e vivere questi principi vi metterà nelle condizioni di ricevere le benedizioni materiali promesse dal Signore.*

*Vi invitiamo a studiare e a mettere in pratica questi principi diligentemente, e a insegnarli ai vostri familiari. Agendo così, la vostra vita sarà benedetta. Imparerete come agire lungo il percorso verso una maggiore autosufficienza. Sarete benedetti con maggior speranza, pace e progresso.*

*Sappiate che voi siete figli del nostro Padre nei cieli. Egli vi ama e non vi abbandonerà mai. Egli vi conosce ed è pronto ad estendervi la benedizione spirituale e materiale dell'autosufficienza.*

*Cordialmente,*

*la Prima Presidenza*

---

**Rifletti:** Che cosa posso fare personalmente per ricevere “maggior speranza, pace e progresso” come promesso dalla Prima Presidenza?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## 2. Le Scritture vi possono aiutare a diventare autosufficienti

**Leggi:** Il Signore ci aiuta in molti modi quando esercitiamo fede in Lui. Tra gli strumenti che ci ha dato ci sono le Scritture. Il profeta Nefi insegnò: “Nutritevi abbondantemente delle parole di Cristo; poiché ecco, le parole di Cristo vi diranno ogni cosa, tutte le cose che dovrete fare” (2 Nefi 32:3).

**Discussione:** In quale occasione le Scritture vi hanno fornito istruzioni personali nella vita?

### ATTIVITÀ DI GRUPPO (5-7 minuti)

---

Il Libro di Mormon è stato dato come strumento per i nostri giorni. Se applicheremo i versetti del Libro di Mormon nella nostra vita, riceveremo tutta la guida necessaria. In gruppo, **leggete** ed **esaminate** ogni dichiarazione dei profeti e degli apostoli riportata qui sotto. Sottolineate le benedizioni promesse per aver studiato e messo in atto le Scritture.

**Henry B. Eyring:** "Tutta la differenza sta nel riferirsi alle Scritture per imparare come comportarci. [...] Troveremo le risposte nelle Scritture. Il Signore sembrò anticipare tutti i nostri problemi e tutte le nostre necessità, e ha fornito un aiuto per noi nelle Scritture, se soltanto sapremo cercarlo" ("Discussione sullo studio delle Scritture", *Liahona*, luglio 2005, 10).

**Boyd K. Packer:** "Se conosciamo le rivelazioni, non c'è nessun grande problema, tra quelli che ci troviamo ad affrontare, contro il quale non siamo immunizzati" ("Teach the Scriptures", *Teaching Seminary Preservice Readings Religion 370, 471 and 475* [2004], 75).

**Richard G. Scott:** "Il Libro di Mormon contiene le soluzioni ai problemi che affrontiamo nella vita di tutti i giorni" ("The Power of the Book of Mormon in My Life", *Ensign*, ottobre 1984, 10).

**M. Russell Ballard:** "Il Libro di Mormon, più di ogni altro libro che conosco, è la nostra più grande fonte di risposte ai problemi della vita quotidiana" (in "Aggiungiamo la nostra testimonianza", *La Stella*, dicembre 1989, 13).

**Russell M. Nelson:** "Volete liberarvi di una cattiva abitudine? Volete migliorare i rapporti con i vostri familiari? Volete accrescere la vostra capacità spirituale? Leggete il Libro di Mormon! Vi porterà più vicini al Signore Gesù Cristo e al Suo affettuoso potere" ("Una testimonianza del Libro di Mormon", *Liahona*, gennaio 2000, 85).

---

**Rifletti:** Mentre cerco di diventare più autosufficiente, che cosa posso fare per ricevere maggior guida personale dalle Scritture?

---

---

### 3. Unirsi a un gruppo dell'autosufficienza può aiutarvi a iniziare

**Leggi:** Per aiutarvi a diventare più autosufficienti, avete l'opportunità di unirvi a un gruppo dell'autosufficienza nel vostro rione o palo. Un gruppo dell'autosufficienza è un gruppo di persone che si riunisce per imparare e mettere in pratica competenze relative all'impiego, all'istruzione e alle finanze.

I gruppi dell'autosufficienza solitamente si riuniscono una volta alla settimana per due ore per un ciclo di tre mesi. Gli incontri seguono lo stesso procedimento di questa riunione. I membri del gruppo leggono e discutono insieme, completano delle attività e meditano, ognuno per conto proprio, in modo che lo Spirito Santo possa ispirarli su come agire.

Un gruppo dell'autosufficienza è qualcosa di diverso dalla maggior parte dei corsi della Chiesa. Non c'è un insegnante! Il gruppo, piuttosto, opera come un consiglio avente lo Spirito Santo come insegnante. I membri del gruppo si consigliano a vicenda mentre acquisiscono nuove competenze, risolvono problemi, s'impegnano a fare cose durante la settimana e fanno rapporto sul proprio progresso.

Inoltre, mentre collaborano, i membri del gruppo instaurano forti rapporti di amicizia e sentono l'amore di Dio. Unendovi al gruppo, non solo ne trarrete beneficio, ma potrete essere di grande aiuto nell'assistere gli altri lungo il loro percorso verso l'autosufficienza!

**Guarda:** "Il potere del gruppo", disponibile su [srs.lds.org/videos](https://srs.lds.org/videos). (Se il video non è disponibile, continua a leggere).

**Facilitatore:** se possibile, invita qualcuno che ha già partecipato a un gruppo dell'autosufficienza a raccontare brevemente (per non più di tre minuti) la sua esperienza.

#### ***A quale gruppo dell'autosufficienza dovrete unirvi?***

**Guarda:** "Scegliere un gruppo dell'autosufficienza", disponibile su [srs.lds.org/videos](https://srs.lds.org/videos). (Se il video non è disponibile, leggi il riepilogo dei gruppi a pagina 11).

**ATTIVITÀ INDIVIDUALE (3-4 minuti)**

Leggi, per conto tuo, le dichiarazioni sottostanti e **cerchia** quelle che si applicano a te. A pagina 11 c'è il riepilogo di ogni gruppo.

	Trovare un lavoro migliore	Le finanze personali	L'istruzione per un lavoro migliore	Avviare e far crescere un'attività
1. Ho bisogno di denaro immediatamente.	✓			
2. Sono disoccupato.	✓			
3. Ho bisogno di un lavoro migliore.	✓			
4. Voglio mettere da parte dei risparmi.		✓		
5. Voglio liberarmi dai debiti.		✓		
6. Voglio essere preparato economicamente per il futuro.		✓		
7. Ho bisogno di istruzione o di formazione per trovare un lavoro migliore o per iniziare una nuova carriera.			✓	
8. Ho bisogno di aiuto per scegliere il mio percorso educativo.			✓	
9. Voglio ottenere ottimi risultati scolastici.			✓	
10. Voglio saperne di più sulle offerte di formazione della Chiesa, come Pathway (vedere pagina 12).			✓	
11. Ho un'attività già in essere.				✓
12. Ho le risorse per avviare un'attività.				✓
13. Posso mantenermi mentre avvio un'attività.				✓
14. Voglio accrescere la mia fede in Gesù Cristo.	✓	✓	✓	✓

- Leggi:** Apportare dei cambiamenti alla nostra vita richiede fede e impegno. Per fare progressi, dovete impegnarvi a fare quanto segue:
- Frequentare settimanalmente (solitamente 2 ore a settimana, per tre mesi).
  - Durante la settimana agire in base agli impegni presi.
  - Incoraggiare gli altri partecipanti del gruppo affinché abbiano successo.
  - Oltre alle riunioni di gruppo, dedicare dalle 4 alle 10 ore a settimana ai compiti.

**Rifletti:** Quale gruppo soddisfa al meglio la mia situazione? Sono disposto a prendermi questo impegno al fine di diventare più autosufficiente?

---

## RIEPILOGO DEI GRUPPI

In ciascuno dei quattro gruppi dell'autosufficienza, i membri studiano e mettono in atto i principi illustrati nel libretto *I miei fondamentali per l'autosufficienza*. Questo viene fatto all'inizio di ogni riunione di gruppo, poiché imparare questi principi e queste competenze fondamentali aiuta i membri del gruppo a progredire materialmente e spiritualmente, a prescindere dal percorso scelto. I membri del gruppo acquisiranno una maggiore fede nel potere che Gesù Cristo ha di provvedere a loro. Inoltre, metteranno in pratica competenze per la vita, tra cui la gestione del tempo, la comunicazione e il processo di risoluzione dei problemi.

### Trovare un lavoro migliore

Per coloro che stanno cercando un lavoro o un impiego migliore. I membri del gruppo impareranno a individuare opportunità, a crearsi dei contatti, a presentarsi in modo professionale e a prepararsi per un colloquio di lavoro. Fisseranno, inoltre, degli obiettivi per trovare contatti e colloqui.

### Le finanze personali

Per coloro che vogliono gestire meglio le proprie finanze. I membri del gruppo impareranno come liberarsi dai debiti, proteggersi da difficoltà economiche e investire per il futuro. Creeranno un piano finanziario e seguiranno un bilancio. I coniugi sono incoraggiati a frequentare insieme.

### L'istruzione per un lavoro migliore

Per coloro che hanno bisogno di ricevere maggiore istruzione o formazione per trovare un lavoro. I membri del gruppo cercheranno, creeranno e presenteranno piani educativi e lavorativi. Inoltre, ogni settimana dedicheranno del tempo ad allenare quelle competenze che li aiuteranno a essere studenti più efficaci.

### Avviare e far crescere un'attività

Per coloro che hanno già un'attività oppure hanno le risorse per avviarne una. I membri del gruppo impareranno quali sono le caratteristiche e le competenze che distinguono i piccoli imprenditori di successo. I membri del gruppo si eserciteranno con la tenuta dei registri, il marketing e la gestione del denaro contante. Parleranno con imprenditori, clienti e fornitori, e svilupperanno un piano di crescita per la propria attività.

### SCEGLIETE UN GRUPPO

Un membro del comitato per l'autosufficienza vi aiuterà ora a organizzarvi in gruppi dell'autosufficienza. Una volta scelto il vostro gruppo, inserite le seguenti informazioni:

#### GLI INCONTRI DEL MIO GRUPPO DELL'AUTOSUFFICIENZA

Giorno: \_\_\_\_\_

Ora: \_\_\_\_\_

Luogo: \_\_\_\_\_

Nome del facilitatore: \_\_\_\_\_

Numero di telefono: \_\_\_\_\_

**Facilitatore:** l'autorità presiedente potrebbe voler portare una breve testimonianza.

Chiudete con una preghiera.

### OPPORTUNITÀ FORMATIVE DEL SISTEMA EDUCATIVO DELLA CHIESA

Il Sistema Educativo della Chiesa offre opportunità formative a basso costo che possono portare a un impiego migliore, tra cui:

- Brevi corsi e addestramenti online offerti da LDS Business College che vi aiutano a ottenere la qualificazione per un lavoro specifico, ad avanzare nella carriera attuale oppure a conseguire una certificazione. I corsi vanno dai 15 minuti alle 12 settimane e possono garantirvi un colloquio di lavoro.
- Pathway è un programma di un anno che vi aiuta a prepararvi per iniziare l'università o per farvi ritorno. Gli studenti partecipano a corsi online e frequentano incontri organizzati localmente. Una volta completati i corsi, gli studenti possono decidere di conseguire un certificato o una laurea presso un istituto locale, la BYU-Idaho o l'LDS Business College. Pathway richiede una conoscenza intermedia dell'inglese.

Per scoprire che cosa è disponibile nella vostra area, visitate [churcheducation.lds.org](http://churcheducation.lds.org).

## COME ORGANIZZARE UNA RIUNIONE SU “IL MIO PERCORSO”

### Istruzioni per i comitati di palo per l'autosufficienza

- Prima della riunione:**
- Ripassare e completare questo libretto.
  - Ordinare i libretti *Il mio percorso per l'autosufficienza* affinché ve ne siano abbastanza per tutti i partecipanti ([store.lds.org](http://store.lds.org)).
  - Avere a disposizione penne o matite a sufficienza.
  - Preparare abbastanza tavoli rotondi nella sala culturale.
  - Posizionare un membro del comitato per l'autosufficienza a ogni porta affinché accolga i partecipanti e li accompagni al tavolo.
  - Se possibile, invitare qualcuno che ha già partecipato a un gruppo perché racconti la sua esperienza durante la riunione (vedere a pagina 9).
  - Visitare il sito [srs.lds.org/report](http://srs.lds.org/report) per scaricare il Modulo di rapporto sulla riunione affinché venga compilato durante la riunione.
- Durante la riunione:**
- Fare in modo che a ogni tavolo ci sia un membro del comitato che promuova la partecipazione del gruppo e si assicuri che tutto prosegua secondo i piani.
  - Ricordare ai partecipanti di mettere il cellulare in modalità silenziosa.
  - Iniziare la riunione con un inno, una preghiera e un breve messaggio di benvenuto (3–5 minuti) da parte di un dirigente del sacerdozio o di un membro del comitato di palo per l'autosufficienza.
  - Seguire il materiale come illustrato nel libretto.
  - Chiedere a ogni facilitatore di gruppo di scrivere il nome e il numero di telefono di tutti coloro che si sono uniti al suo gruppo. In occasione del primo incontro di gruppo, ogni facilitatore compilerà in modo più dettagliato un modulo d'iscrizione.
  - Se il palo copre una vasta area geografica, il comitato di palo potrebbe valutare se dividere i gruppi in base al luogo in cui risiedono i membri del gruppo.
- Dopo la riunione:**
- Visitare il sito [srs.lds.org/report](http://srs.lds.org/report) per inserire le informazioni contenute nel Modulo di rapporto sulla riunione.

CHIESA DI  
GESÙ CRISTO  
DEI SANTI  
DEGLI ULTIMI GIORNI

Servizi per l'autosufficienza  
FONDO PERPETUO PER L'ISTRUZIONE

