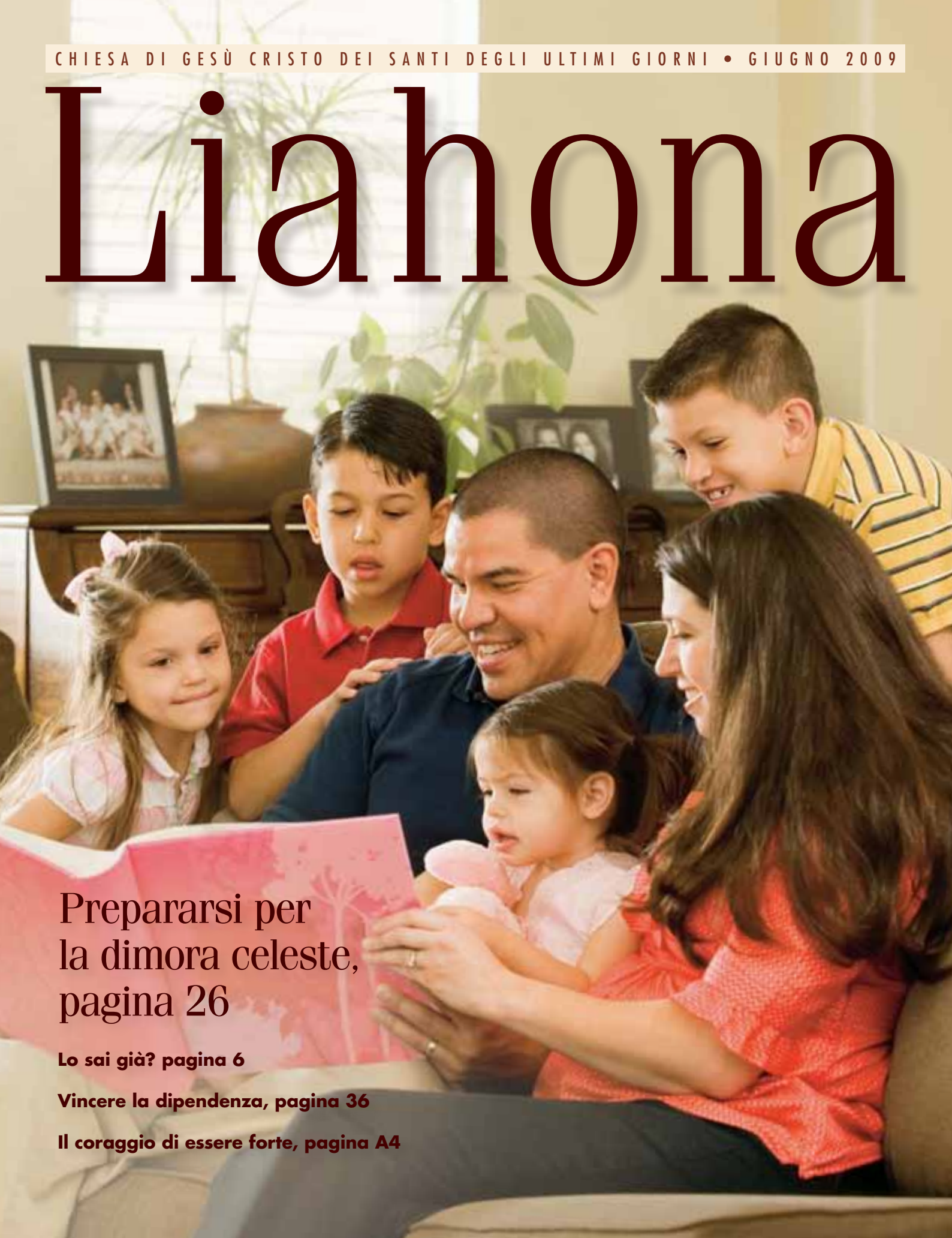
CHIESA DI GESÙ CRISTO DEI SANTI DEGLI ULTIMI GIORNI • GIUGNO 2009

Liahona



Prepararsi per la dimora celeste, pagina 26

Lo sai già? pagina 6

Vincere la dipendenza, pagina 36

Il coraggio di essere forte, pagina A4

Adulti

MESSAGGIO DELLA PRIMA PRESIDENZA

2 **La preghiera e l'orizzonte blu**
Presidente Dieter F. Uchtdorf

MESSAGGIO DELLE INSEGNANTI VISITATRICI

25 **Partecipare alla preghiera sincera**

SERVIZI SPECIALI

8 **Rompere la barriera della lingua** Melissa Merrill
La lingua non deve essere una barriera per l'unità.

14 **Condurre le discussioni di classe** Robb Jones
Fai una domanda. Tutta la classe rimane in silenzio. Cosa fai?

26 **La nostra purificata casa celeste**
Anziano Douglas L. Callister
Più ci avviciniamo a Dio e più il nostro spirito è colpito dalle cose belle e pure.

32 **Correranno e non si stancheranno**
Testimonianze sulle benedizioni della Parola di Saggezza.

36 **Il recupero dalla dipendenza: guarire un passo alla volta** Lia McClanahan
Se avete problemi di dipendenza, potete trovare speranza e guarigione grazie all'Espiazione e al programma di recupero dalle dipendenze della Chiesa.

SEZIONI

44 **Voci dei Santi degli Ultimi Giorni**
Un linguaggio pulito; il suggerimento dello Spirito a fermarsi; una profezia avveratasi dopo 20 anni; il Signore provvede.

48 **Utilizzo della rivista**
Idee e argomenti per la serata familiare.

IN COPERTINA
Prima pagina: illustrazione fotografica di Jerry Garns.
Ultima pagina: fotografia della farfalla © Photospin; sfondo © Nova Development.

Giovani

SERVIZI SPECIALI

6 **Lo sai già** Eddy Daniel Chávez Huanca
Cosa fai quando pensi che la Chiesa sia vera, ma non ne sei sicuro?

16 **Che cosa può fare una sola persona**
Richard M. Romney
Piccole cose fatte da un giovane nel Suriname per fare la differenza.

20 **La banconota da venti marchi**
Presidente Boyd K. Packer
Se viviamo come dovremmo, il Signore ci guiderà.

SEZIONI

31 **Poster: Fai il passo successivo**

42 **Domande e risposte**
«Alcuni amici della Chiesa litigano con gli amici che non appartengono alla Chiesa su quale sia la vera religione. So che è sbagliato contendere, ma come faccio a far sapere agli amici i sentimenti che provo per il Vangelo?»

Giugno 2009 Vol. 42 N. 6
LIAHONA 04286 160
Rivista internazionale ufficiale della Chiesa di Gesù Cristo dei Santi degli Ultimi Giorni

Prima Presidenza: Thomas S. Monson, Henry B. Eyring, Dieter F. Uchtdorf

Quorum dei Dodici Apostoli: Boyd K. Packer, L. Tom Perry, Russell M. Nelson, Dallin H. Oaks, M. Russell Ballard, Richard G. Scott, Robert D. Hales, Jeffrey R. Holland, David A. Bednar, Quentin L. Cook, D. Todd Christofferson

Direttore: Spencer J. Condie
Consulenti: Gary J. Coleman, Kenneth Johnson, Yoshihiko Kikuchi, W. Douglas Shumway
Direttore generale: David L. Frischknecht
Direttore responsabile della redazione: Victor D. Cave
Redattore senior: Larry Hiller
Direttore responsabile della grafica: Allan R. Loyborg

Direttore di redazione: R. Val Johnson
Assistenti al direttore di redazione: Jenifer L. Greenwood, Adam C. Olson
Editore associato: Ryan Carr
Assistente di redazione: Susan Barrett
Redazione: David A. Edwards, Matthew D. Flitton, LaRene Porter Gaunt, Carrie Kasten, Annie Jones, Jennifer Maddy, Melissa Merrill, Michael R. Morris, Sally J. Odekirk, Judith M. Paller, Joshua J. Perkey, Chad E. Phares, Jan Pinborough, Richard M. Romney, Don L. Searle, Janet Thomas, Paul VanDenBerghe, Julie Wardell
Caposervizio: Laurel Teuscher

Direttore artistico responsabile: M. M. Kawasaki
Direttore artistico: Scott Van Kampen
Direttore di produzione: Jane Ann Peters
Staff artistico e produzione: Cali R. Arroyo, Collette Nebeker Aune, Howard G. Brown, Julie Burdett, Thomas S. Child, Reginald J. Christensen, Kim Fenstermaker, Kathleen Howard, Eric P. Johnsen, Denise Kirby, Scott M. Mooy, Ginny J. Nilson
Prestampa: Jeff L. Martin

Direttore di stampa: Craig K. Sedgwick
Direttore della distribuzione: Randy J. Benson

Per gli abbonamenti e i costi al di fuori degli Stati Uniti e del Canada, mettetevi in contatto con il centro distribuzione locale o con il dirigente del rione o del ramo.

Inviate i manoscritti e le domande 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, coreano, croato, danese, estone, figiano, finlandese, francese, giapponese, greco, haitiano, hindi, indonesiano, inglese, islandese, italiano, kiribati, lettone, lituano, malgascio, marshallese, mongolo, norvegese, olandese, polacco, portoghese, rumeno, russo, samoano, sinhala, sloveno, spagnolo, svedese, tagalog, tahitiano, tamil, tedesco, telugu, thai, tongano, ucraino, ungherese, urdu e vietnamita. (La frequenza della pubblicazione varia a seconda della lingua).

© 2009 by Intellectual Reserve, Inc. Tutti i diritti riservati. Printed in the United States of America.

I testi e le immagini della *Liahona* possono essere riprodotti per uso occasionale, non a scopo di lucro, in chiesa o in famiglia. Le immagini non possono essere riprodotte se nella didascalia ne è indicato il divieto. Per maggiori informazioni contattare l'Ufficio copyright e permessi: 50 East North Temple Street, Salt Lake City, UT 84150, USA; indirizzo e-mail: cor-intellectualproperty@ldschurch.org .

La *Liahona* si può trovare on-line in molte lingue sul sito www.lds.org. Per la lingua inglese, cliccate «Gospel Library». Per le altre lingue, cliccate «Languages».

For Readers in the United States and Canada:
June 2009 Vol. 42 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 address changes to Salt Lake Distribution Center, Church Magazines, PO Box 26368, Salt Lake City, UT 84126-0368.

Bambini

ASCOLTA IL PROFETA

A2 **Quante persone possiamo aiutare?** Presidente Thomas S. Monson

SERVIZI SPECIALI

A8 **Sorrisi da donare** C. J. Gudmundson

SEZIONI

A4 **Da amico a amico: Forza per seguire il Signore** Anziano Claudio D. Zivic

A6 **Dalla vita del profeta Joseph Smith: Il comandamento di costruire dei templi**

A10 **Da amico a amico: Aiuta la famiglia** Lena Harper e Don L. Searle

A13 **Per i piccoli amici: Posso aiutare la mia famiglia a essere felice** Chad E. Phares

A14 **Attività di gruppo: Le fondamenta della felicità** Cheryl Esplin

A16 **Pagina da colorare**

COPERTINA DE L'AMICO
Illustrazione di Dilleen Marsh.

Trovate l'anello SIG norvegese nascosto nella rivista. Scegliete la pagina giusta!

Lettere al direttore

Risposte alle domande

Nella rivista trovo ogni mese una guida e un aiuto, e so che quanto contiene è vero. Nell'articolo «La mano divina che ci guida» (luglio 2008), dell'anziano Wolfgang H. Paul, ho trovato le risposte alle domande che mi ero posta solo pochi giorni prima di ricevere la rivista. Questo ha rafforzato la mia convinzione che la rivista è la parola del Signore, attraverso i messaggi dei Suoi fedeli servitori.
Sandra Sancristobal, Uruguay

Come superare le difficoltà

Sono riconoscente per gli articoli su presidente Henry B. Eyring e presidente Dieter F. Uchtdorf nella *Liahona* di luglio 2008. Dopo averli letti e aver pregato, ho ricevuto le risposte alle questioni che mi preoccupavano. Ho saputo che le difficoltà che affrontava la mia famiglia erano state affrontate anche dal presidente Eyring e dalla sua famiglia; vidi che stavamo prendendo le giuste decisioni, anche se non lo erano per la logica del mondo. Leggere delle difficoltà sopportate dal presidente Uchtdorf e dalla sua famiglia mi ha portato ad essere più umile e grata per le benedizioni che ricevo.
Luane Izabel Fernandes Dias, Brasile

Vi preghiamo di inviare i vostri commenti o suggerimenti a liahona@ldschurch.org. Le lettere potrebbero essere curate per adattarne la lunghezza o per renderle più chiare.

La preghiera e l'orizzonte blu

PRESIDENTE DIETER F. UCHTDORF
Secondo consigliere della Prima Presidenza

Una delle cose che più ho amato del volare è stato partire da un aeroporto con il buio e la pioggia, salire in mezzo alle nuvole invernali spesse e minacciose, e poi, ad un tratto, sbucare dalla nebbia scura e pian piano prendere quota raggiungendo il sole splendente nell'infinito cielo blu.

Mi sono spesso meravigliato di quanto questo atto fisico sia in parallelo con la nostra vita personale. Quante volte siamo circondati da nuvole minacciose e da burrasche e ci domandiamo se le tenebre passeranno mai. Se solo ci fosse un modo per elevarci dalle inquietudini della vita e spuntare in un luogo dove regnano la pace e la calma.

I membri della Chiesa di Gesù Cristo dei Santi degli Ultimi Giorni sanno che questo è possibile: c'è sempre una possibilità per superare il fermento della vita quotidiana. La conoscenza, la comprensione e la guida che riceviamo dalla parola di Dio e dai profeti moderni ci mostra esattamente come fare.

Una spinta verso l'alto

Per far alzare un aereo dal suolo bisogna creare una spinta. In aerodinamica si verifica una spinta quando l'aria che passa sopra le ali di un aeroplano crea sotto l'ala una pressione maggiore della pressione sopra l'ala. Quando la spinta ascensionale eccede la forza di gravità verso il basso, l'aeroplano si alza dal terreno e riesce a volare.

Allo stesso modo possiamo dare una spinta alla nostra vita spirituale. Quando la forza che ci spinge verso il cielo è superiore alle tentazioni e alle difficoltà che ci trascinano giù, possiamo salire e spiccare il volo verso il regno dello Spirito.

Il dizionario descrive la spinta come l'atto di portare o dirigere da una posizione più bassa a una più alta; il potere o la forza disponibile per raggiungere nuovi livelli o altitudine; una forza che agisce verso l'alto, in opposizione alla forza di gravità.[1]

Il Salmista pone la meta ancora più in alto: «A te, o Eterno, io levo l'anima mia» (Salmi 25:1) e «Io alzo gli occhi ai monti… Donde mi verrà l'aiuto? Il mio aiuto vien dall'Eterno» (Salmi 121:1–2).

Alziamo lo sguardo verso il Dio dei cieli coltivando la nostra spiritualità personale. Alziamo lo sguardo quando viviamo in armonia con il Padre, con il Figlio, il nostro Salvatore, e con lo Spirito Santo; quando facciamo ogni sforzo per essere sinceramente «sottomess[i], mit[i], umil[i], pazient[i], pien[i] d'amore, dispost[i] a sottometter[ci] a tutte le cose che il Signore ritiene conveniente infligger[ci]» (Mosia 3:19).

La preghiera ci aiuta a superare i periodi burrascosi, ci offre un'altra visione, un glorioso orizzonte spirituale pieno di speranza e l'assicurazione che riceveremo le sfolgoranti benedizioni che il Signore ha promesso per coloro che Lo amano e Lo seguono.

A SINISTRA: FOTOGRAFIA © DYNAMIC GRAPHICS, INC.

La preghiera è un dono del cielo che ha lo scopo di aiutarci a raggiungere altezze spirituali. Intensifica il nostro rapporto con Dio.

La preghiera sincera di un cuore retto

Sebbene siano molti i principi del Vangelo che ci spingono verso alto, vorrei concentrarmi su uno in particolare: la preghiera è uno dei principi del Vangelo che ci dà la spinta. Ha il potere di elevarci dai nostri affanni terreni, di portarci attraverso nuvole di disperazione e tenebre fino a un orizzonte luminoso e sereno.

Quali figli del nostro Padre celeste abbiamo grandi benedizioni, prerogative e possibilità; una fra le più grandi è che possiamo comunicare con Lui. Possiamo parlarGli delle esperienze, prove e benedizioni che viviamo. Possiamo ascoltare e ricevere la guida celeste dallo Spirito Santo. Possiamo indirizzare le nostre petizioni al cielo e ricevere l'assicurazione che le nostre preghiere sono state ascoltate e che Egli ci risponderà come un Padre amorevole e saggio.

Le preghiere che vanno oltre il soffitto della nostra stanza sono quelle che partono dal cuore e evitano ripetizioni banali o parole pronunciate senza riflettere. Le nostre preghiere devono scaturire dal nostro ardente desiderio di essere uno con il nostro Padre in cielo.

La preghiera, se detta con fede, è sempre accetta a Dio. Se a volte non vi sentite di pregare, quelli sono i momenti in cui avete maggior bisogno di pregare, mettendo in atto la fede. Nefi, molto semplicemente, insegnò: «Se voi deste ascolto allo Spirito [di Dio] che insegna all'uomo a pregare, voi sapreste che dovete pregare; poiché lo spirito maligno… gli insegna che non deve pregare» (2 Nefi 32:8).

Il presidente Harold B. Lee (1899--1973) ha detto: «La preghiera sincera del cuore giusto apre la porta a qualunque individuo alla saggezza e alla forza divina per le cose che egli giustamente ricerca».[2]

Riceviamo una risposta alle preghiere? Io attesto di sì.

Possiamo ricevere aiuto, saggezza e sostegno divini dai regni celesti? Ancora una volta, rendo testimonianza che possiamo.

L'obbedienza ci assicura la risposta alle nostre preghiere. Nel Nuovo Testamento leggiamo: «E qualunque cosa chiediamo la riceviamo da Lui, perché osserviamo i suoi comandamenti e facciam le cose che gli son grate» (1 Giovanni 3:22).

Le risposte arrivano nel momento stabilito dal Signore. Talvolta ci sentiamo delusi perché il Signore tarda a rispondere alle nostre preghiere. In questi momenti abbiamo bisogno di capire che Egli conosce quello che noi non sappiamo, vede quello che noi non vediamo. Abbiate fiducia in Lui. Egli sa cos'è meglio per Suo figlio e, poiché è un Dio perfetto, risponderà alle nostre preghiere in modo perfetto e nel momento perfetto.

Altre volte la risposta alla preghiera arriva subito. Il profeta Joseph Smith, in una rivelazione ricevuta quando era a Kirtland nel 1831, apprese: «Colui che chiede nello Spirito, chiede secondo la volontà di Dio; pertanto viene fatto così *come egli chiede*» (DeA 46:30; corsivo dell'autore). Che promessa straordinaria!

Una nuova visione

La preghiera è un dono del cielo che ha lo scopo di aiutarci a raggiungere altezze spirituali. Intensifica il nostro rapporto con Dio. Non è straordinario che possiamo

A SINISTRA: ILLUSTRAZIONE DI CRAIG DIMOND, © IRI; A DESTRA: FOTOGRAFIA © IRI

conversare con la Fonte suprema di saggezza e compassione dell'universo in qualsiasi momento e in qualsiasi luogo lo desideriamo?

Le preghiere giornaliere, potenti, semplici e sincere ci aiuteranno a sollevare la nostra vita fino a un'altitudine spirituale più elevata. Nelle nostre preghiere lodiamo Dio, Lo ringraziamo, confessiamo le nostre debolezze, Lo supplichiamo per i nostri bisogni ed esprimiamo una profonda devozione per il Padre celeste. Facendolo nel nome di Gesù Cristo, il Redentore, compiamo uno sforzo spirituale che ci investe di maggior ispirazione, rivelazione e rettitudine, che portano lo splendore del cielo nella nostra vita.

Ripenso a quando ero un pilota e a quelle volte in cui nuvole spesse e temporali minacciosi facevano sembrare tutto scuro e tetro. Ma a dispetto di quanto le cose potessero apparire esposte alle intemperie dal mio punto di vista terreno, sapevo che oltre le nuvole il sole splendeva come un gioiello abbagliante in un oceano blu. Non avevo fede che tutto questo potesse succedere, *sapevo* che sarebbe successo. Lo sapevo perché l'avevo provato. Non confidavo sulle storie o su ciò che credevano altre persone. Lo sapevo.

Nello stesso modo in cui la spinta aerodinamica ci trasporta oltre le tempeste esterne del mondo, so che i principi che ci elevano spiritualmente possono portarci oltre le tempeste interiori della vita.

E so qualcos'altro. Era un'esperienza mozzafiato attraversare le nuvole e volare verso l'orizzonte blu, ma è niente a confronto delle meraviglie che tutti noi possiamo provare quando eleviamo il nostro cuore con la preghiera umile e sincera.

La preghiera ci aiuta a superare i periodi burrascosi, ci da un'apparizione fugace di quel cielo blu che non possiamo vedere dal punto terreno in cui ci troviamo e ci offre un'altra visione, un glorioso orizzonte spirituale pieno di speranza e l'assicurazione che riceveremo le sfolgoranti benedizioni che il Signore ha promesso per coloro che Lo amano e Lo seguono. ■

NOTE

1. Vedere, ad esempio, *Merriam-Webster's Collegiate Dictionary,* 11a edizione (2003), «lift», 718–719.
2. Harold B. Lee, *Stand Ye in Holy Places* (1974), 318.

IDEE PER GLI INSEGNANTI FAMILIARI

Dopo aver pregato ed esservi preparati, condividete il messaggio impiegando un metodo che incoraggi la partecipazione di coloro cui insegnate.
Seguono alcuni esempi:

1. Mostrate la foto di un aereo e spiegate il concetto di spinta verso l'alto. Leggete i primi due paragrafi della sezione «Una nuova visione». Raccontate di quando, in momenti difficili, la preghiera vi ha elevati e invitate i componenti della famiglia a parlare delle loro esperienze.

2. Leggete il secondo paragrafo della sezione «Una nuova visione». Se la famiglia ha bambini piccoli, scrivete su un foglio di carta «Maggiore ispirazione», «Rivelazione» e «Rettitudine». Mettete il foglio su un ripiano fuori dalla vista dei bambini. Potete anche usare dei disegni per rappresentare questi concetti. Chiedi a un genitore o a uno dei fratelli più grandi di alzare i fratellini perché possano vedere il foglio. Spiegate ai bambini il significato di questi concetti. Spiegate come le preghiere «ci aiutano a sollevare la nostra vita fino a un'altitudine spirituale più elevata» affinché possiamo ricevere queste benedizioni.

3. Tenete in mano un foglio di carta e lasciatelo cadere per terra. Piegatelo e fatene un aeroplanino, quindi lanciatelo con gentilezza in modo che voli. Leggete le ultime tre sezioni di questo articolo. Spiegate come la preghiera ci elevi dalle nostre prove. Portate la vostra testimonianza del Salvatore.

ILLUSTRAZIONE DI DAN BURR

LO SAI GIÀ

EDDY DANIEL CHÁVEZ HUANCA

Non ho mai dubitato della verità del Vangelo, ma ora mi chiedo se quella certezza fosse sufficiente.

Come Nefi, sono nato da genitori che mi hanno insegnato il Vangelo. La mia famiglia teneva giornalmente lo studio delle Scritture e la preghiera familiare. Sentivo i miei genitori portare testimonianza di Joseph Smith, del Libro di Mormon e di ogni principio del Vangelo. Grazie a queste esperienze, non ho mai avuto alcun dubbio che la Chiesa fosse vera.

Ma a un certo momento, nonostante il Vangelo mi fosse stato insegnato e i miei genitori fossero stati un ottimo esempio, mi resi conto che, sebbene non dubitassi che la Chiesa è vera, non ne avevo una testimonianza ardente. E sebbene per tutta la vita avevo sognato di andare in missione, ero consapevole che avrei dovuto sapere con certezza che il Vangelo è vero.

Poco prima di compiere 18 anni iniziai a frequentare il corso di preparazione alla missione del rione. Cominciai anche a tenere un diario.

Un giorno al corso di preparazione alla missione fu tenuta una lezione che non dimenticherò mai. Il titolo era: «Il Libro di Mormon: il cuore del lavoro missionario». L'insegnante ci fece vedere un video dove giovani da una parte all'altra del mondo portavano la propria testimonianza del Libro di Mormon e raccontava l'esperienza di un giovane che era indeciso se andare in missione, fino a quando chiese a Dio.

Quindi l'insegnante ci chiese di rendere la nostra testimonianza. Non era possibile trattenere lo Spirito. Mi resi conto che il Libro di Mormon aveva benedetto la mia vita, ma realizzai anche di non aver mai pregato per chiedere a Dio della verità del Libro di Mormon o della prima visione di Joseph Smith.

Alcuni giorni dopo stavo leggendo il Libro di Mormon e decisi di mettere alla prova la promessa di Moroni (vedere Moroni 10:3–5). Mi inginocchiai e aprii l'anima a Dio. Non sapevo in che modo mi sarebbe arrivata la risposta o quando l'avrei ricevuta, ma ero fiducioso che il Signore mi avrebbe fatto conoscere queste cose a tempo debito.

Quando mi rialzai sentii il desiderio di scrivere nel diario. Lo aprii e lessi l'ultima frase che avevo scritto la domenica precedente dopo il corso di preparazione alla missione. Leggendo quelle parole, che descrivevano i sentimenti che avevo provato, percepii una sensazione di pace che si estese a tutto il corpo. Con grande certezza sentii nel cuore le parole: «Lo sai già, lo sai già».

Mi inginocchiai di nuovo e ringraziai il Padre celeste per aver risposto alla mia preghiera. Avevo ricevuto una risposta che confermava quello in cui avevo creduto per tutta la vita.

Ora posso testimoniare con fermezza che Joseph Smith vide il Padre e il Figlio e che il Libro di Mormon è vero. Avendo ben chiaro quello che sapevo, sono stato in grado di servire una missione a tempo pieno nella Missione di Piura, Perù. Durante la missione ho visto come il Signore risponde alle preghiere di chi cerca umilmente la verità. Di questo Gliene sarò per sempre grato. ■

Rompere la **barriera della lingua**

I membri della Chiesa in tutto il mondo si rivolgono al Signore per trovare il modo di comunicare con i propri fratelli e sorelle nel Vangelo.

MELISSA MERRILL
Riviste della Chiesa

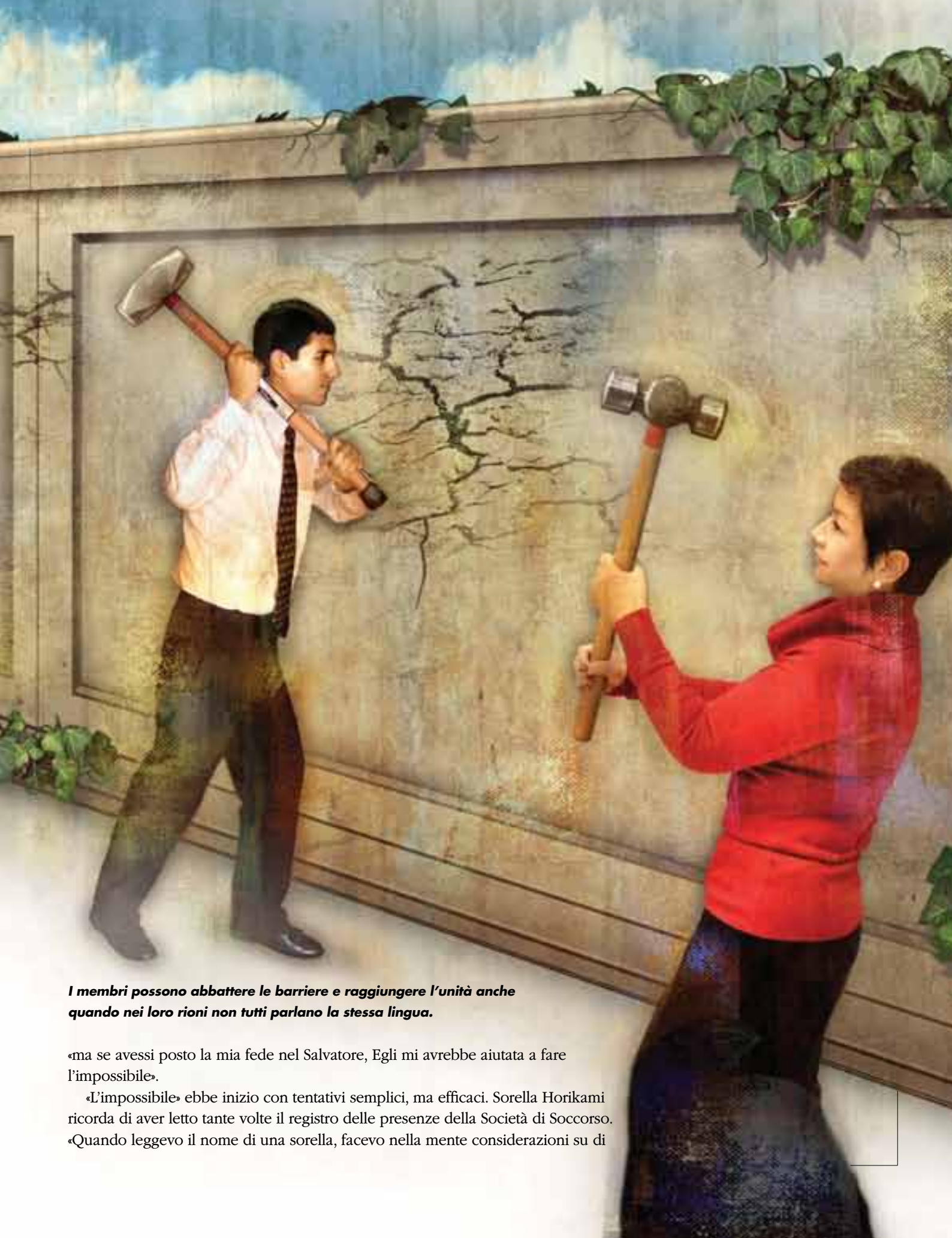
Quando la giovane Kazue Horikami si trasferì dal Giappone, dove era nata, alle Hawaii, non aveva molta necessità di imparare l'inglese. A casa parlava giapponese, faceva i suoi acquisti nelle zone dove c'era un'alta concentrazione di persone che parlavano giapponese e in seguito trovò lavoro come guida di turisti giapponesi. L'unico posto dove talvolta si scontrava con la barriera della lingua era in chiesa, uno scenario comune a molti santi degli ultimi giorni. Ma anche in chiesa se la cavava perché aveva fatto amicizia con tre o quattro sorelle che parlavano la sua lingua.

Poi, dopo più di venticinque anni che viveva alle Hawaii, sorella Horikami fu chiamata come presidentessa della Società di Soccorso del suo rione, una prospettiva che la spaventava. «La maggior parte delle sorelle parlavano solo inglese e altre solo samoano o tagalog», ricorda. «A quell'epoca potevo *capire* le altre lingue abbastanza bene, ma non le *parlavo* correntemente. Sebbene comprendessi la maggior parte di ciò che dicevano le sorelle, mi chiedevo come avrei potuto servirle se non riuscivo a parlare con loro».

Sorella Horikami sapeva che una possibilità sarebbe stata frequentare corsi di lingua, ma semplicemente non ne aveva il tempo. Durante l'intervista per la raccomandazione per il tempio parlò delle sue preoccupazioni con il presidente del palo. «Gli dissi che ero spaventata non solo dalla responsabilità ma anche della possibilità di creare dei malintesi». Il presidente di palo ponderò la situazione e quindi disse a sorella Horikami di non preoccuparsi della lingua, non subito almeno. «Faccia il suo lavoro meglio che può», le disse. Sorella Horikami promise che avrebbe fatto così.

Alcuni giorni dopo, mentre era nel tempio, le venne alla mente la storia di Pietro che cammina sull'acqua (vedere Matteo 14:22–33). «Mi resi conto che fino a quando sarei rimasta attaccata alla mia paura, avrei fallito», racconta,

ILLUSTRAZIONE DI CARY HENRIE



I membri possono abbattere le barriere e raggiungere l'unità anche quando nei loro rioni non tutti parlano la stessa lingua.

«ma se avessi posto la mia fede nel Salvatore, Egli mi avrebbe aiutata a fare l'impossibile».

«L'impossibile» ebbe inizio con tentativi semplici, ma efficaci. Sorella Horikami ricorda di aver letto tante volte il registro delle presenze della Società di Soccorso. «Quando leggevo il nome di una sorella, facevo nella mente considerazioni su di

ULTERIORI IDEE

Siete in cerca di altre idee per superare le barriere linguistiche? Provate queste:

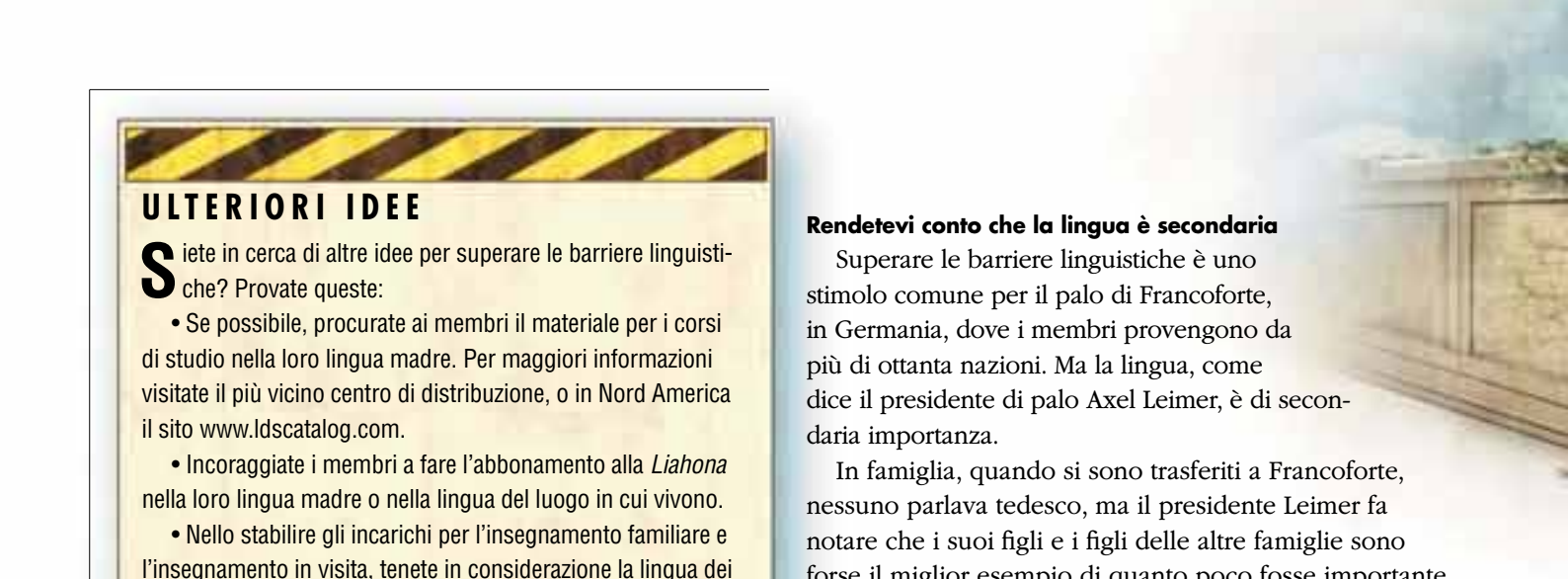
- Se possibile, procurate ai membri il materiale per i corsi di studio nella loro lingua madre. Per maggiori informazioni visitate il più vicino centro di distribuzione, o in Nord America il sito www.ldscatalog.com.
- Incoraggiate i membri a fare l'abbonamento alla *Liahona* nella loro lingua madre o nella lingua del luogo in cui vivono.
- Nello stabilire gli incarichi per l'insegnamento familiare e l'insegnamento in visita, tenete in considerazione la lingua dei membri e anche le lingue che hanno imparato in missione o a scuola.
- Insegnate ai membri i saluti e le frasi più semplici nella lingua dei membri che non parlano la lingua parlata da tutti.
- Siate pazienti e sostenete le rispettive chiamate.
- Prendete in considerazione la possibilità di invitare i membri a insegnare cose non incentrate sulla lingua: ad esempio cucina, giardinaggio, musica.
- Riflettete sulla possibilità di fornire servizi di interpretariato a chi ne ha bisogno. Per avere maggiori informazioni andate sul sito www.lds.org selezionate **Serving in the Church**, quindi **Interpreter's Resources**.

lei e percepivo suggerimenti su come avrei potuto servirla. Nel seguire quei suggerimenti ero stupefatta di scoprire quanto fossero specifici e personali.

Ecco come ho cominciato», continua. «Dopo alcuni mesi quei piccoli atti si trasformarono in rapporti di amicizia fatti di attenzioni e riguardi, non solo da parte mia ma anche attenzioni che le sorelle avevano per me».

Alla fine sorella Horikami imparò l'inglese, ma asserisce che è stato lo Spirito che l'ha aiutata a servire, e non la buona conoscenza di qualsiasi lingua. «Ho imparato che lo Spirito non è limitato dalla lingua», fa notare sorella Horikami. «Si rivolge a *tutti* noi in modi che possiamo comprendere».

Come sorella Horikami, altri membri della Chiesa in tutto il mondo hanno provato la frustrazione e la solitudine che accompagnano le barriere linguistiche. Ma come sorella Horikami questi membri e i loro dirigenti possono rivolgersi al Signore per ricevere aiuto. Seguono alcune idee, che provengono da membri e dirigenti sparsi in tutto il mondo, per superare queste barriere.



Rendetevi conto che la lingua è secondaria

Superare le barriere linguistiche è uno stimolo comune per il palo di Francoforte, in Germania, dove i membri provengono da più di ottanta nazioni. Ma la lingua, come dice il presidente di palo Axel Leimer, è di secondaria importanza.

In famiglia, quando si sono trasferiti a Francoforte, nessuno parlava tedesco, ma il presidente Leimer fa notare che i suoi figli e i figli delle altre famiglie sono forse il miglior esempio di quanto poco fosse importante. «I bambini non erano mai frenati dal fatto di non capirsi l'un l'altro. Giocavano lo stesso con gli altri bambini. La differenza di linguaggio non importava loro affatto. Non avevano ancora imparato ad essere prevenuti o intimoriti».

Il presidente Leimer fa notare che anche le molte coppie missionarie di lingua inglese del palo che servono nel rione non sono inibite dalle differenze linguistiche. «Molte di queste coppie non parlano tedesco ma portano nei loro incarichi tanta esperienza e danno contributi importanti. Le sorelle hanno servito nel nido, nelle classi della Primaria e come bibliotecarie, e hanno anche contribuito a creare una biblioteca laddove prima non esisteva. Alcuni fratelli hanno servito come capigruppo dei sommi sacerdoti, archivisti finanziari e insegnanti familiari. Partecipano alle classi (qualcuno traduce le loro osservazioni) e talvolta insegnano.

Il fondamento comune del Vangelo spesso è tutto quello di cui queste persone hanno bisogno», continua il presidente Leimer. «Ho osservato conversazioni nelle aule in cui nessuno parlava le rispettive lingue ma in qualche modo si capivano l'un l'altro. È possibile comunicare le cose importanti indipendentemente dalla lingua: "Amo il Signore. Mi curo dei miei fratelli e sorelle. Sono qua per aiutare"».

Aiutate le persone a sentirsi a casa

In molti casi i rioni e i rami riescono ad accogliere le persone in modo da farle sentire a casa. Nel Rione McCully del Palo di Honolulu, nelle Hawai, ad esempio, le classi della scuola domenicale sono tenute in otto lingue (chuukese, inglese, giapponese, coreano, marshallese, pohnpeiano, spagnolo e tagalog) perché la maggior parte dei membri possano ascoltare le lezioni sul Vangelo insegnate nella loro lingua. Inoltre i membri a cui viene chiesto di offrire la preghiera alla riunione sacramentale o nelle classi pregano nella loro lingua se non sono ancora

pronti a pregare nella lingua parlata dalla maggioranza dei membri.

Le classi separate della scuola domenicale hanno una funzione importante, ma il Rione McCully cerca anche di programmare attività per riunire tutti. Avvenimenti ricorrenti quali l'annuale festival gastronomico internazionale, spettacoli culturali della AMM, un coro di membri provenienti dalla Micronesia (in aggiunta al coro di rione) e una «ohana night» (serata familiare) ogni tre mesi con tutto il rione celebrano il patrimonio culturale unico dei membri ed esaltano il loro patrimonio spirituale comune.

«Siamo tutti figli del nostro Padre celeste», afferma Marlo Lopez, vescovo del rione McCully. «Ai Suoi occhi non c'è distinzione di razza o lingua. L'amore di Dio è per tutti e noi siamo solo strumenti per insegnare questa verità».

Adottate la cultura del luogo in cui vivete

Anche se molte persone desiderano continuare a parlare correntemente la propria lingua madre e sottolineano elementi della loro cultura, i membri possono anche trarre beneficio dall'apprendere la lingua e la cultura del luogo in cui si sono trasferiti. Il presidente Eric Malandain del Palo di Parigi Est, in Francia, che ospita membri provenienti da tutto il mondo, è un promotore di questo concetto: «In generale i dirigenti incoraggiano i membri che vivono qua a imparare il francese. Può aiutarli a migliorarsi professionalmente, personalmente e spiritualmente».

I membri del Palo di San Francisco Ovest, in California, vengono incoraggiati ad acquisire maggiore padronanza linguistica. Oltre ai rioni di lingua inglese, il palo comprende tre unità in cui si parla una lingua diversa (cinese, samoano e tagalog) perché i membri di questi rioni possano apprendere il Vangelo nella propria lingua. Ma i dirigenti di palo e rione incoraggiano i membri anche a partecipare a riunioni di gruppi di apprendimento. Questi

PRATICA, PREPARAZIONE E PREGHIERA

Fabiola Simona, nata in Indonesia, ora è membro del ramo di Hyde Park a Sidney, Australia. Racconta l'esperienza vissuta quando si è convertita alla Chiesa e dovette imparare non solo una nuova lingua ma anche il Vangelo:

«Quando mi sono unita alla Chiesa non parlavo né capivo bene l'inglese. Inoltre, essendo molto timida, mi era difficile anche dire una preghiera. Ricordo che una volta alla Scuola Domenicale mi fu chiesto di offrire la preghiera di apertura. Scrissi una bozza su un foglio e controllai bene la grammatica prima di sentirmi a mio agio a pregare di fronte ad altre persone.

Quando poi mi fu chiesto di insegnare, dovevo preparare la lezione con settimane di anticipo. Lavoravo sodo. Pensavo: "Se le persone devono sopportare il mio forte accento e gli errori di grammatica, devo almeno prepararmi meglio che posso".

Pregavo molto perché lo Spirito mi aiutasse mentre insegnavo quelle lezioni. Pregavo di non sentirmi troppo nervosa e che le persone potessero capire quello che dicevo.

Quella preparazione e quelle preghiere mi aiutarono a superare le barriere poste dalla lingua. Ora, dopo più di nove anni che sono membro della Chiesa, posso accettare la richiesta di dire una preghiera o preparare una lezione senza problemi. E ho anche imparato che più incarichi accetto più mi sento sicura di me».

«gruppetti» si incontrano due volte alla settimana per conversare in un inglese molto semplice. Le lezioni sono basate sull'imparare a dire frasi quali «Qual è la strada per l'ospedale?» oppure «Dov'è la fermata dell'autobus più vicina?» E dato che molti membri del palo sono anche la prima generazione di santi degli ultimi giorni alcune lezioni di inglese hanno come argomento i primi elementi del Vangelo, quali la preghiera o la serata familiare.

«Il problema della lingua è una grande sfida, ma ci stiamo lavorando e miglioriamo sempre di più», dice Ronald Dillender, presidente del palo. «Continueremo a lavorare, insegnare e rendere accessibile per i membri ogni conferenza di palo, festa dei talenti, riunione di addestramento, incarico. Vogliamo che *tutti* abbiano accesso a tutto ciò che la Chiesa e il Vangelo offrono. È estremamente importante».

Lavorate insieme

Secondo quanto afferma il presidente Brent Olson del Palo di Filadelfia, in Pennsylvania, le differenze linguistiche presentano molti ostacoli, dalle interviste per la raccomandazione per il tempio alla traduzione dei discorsi e delle preghiere alla riunione sacramentale. L'aver adottato un atteggiamento comprensivo e tollerante ha creato una differenza per tutti i membri del palo.

Il presidente Olson dice: «Nel nostro palo abbiamo coniato questo tema che ripetiamo spesso: chiunque oltrepassa le porte della cappella è inviato dal Signore. Quando mettiamo in pratica questo atteggiamento di accettazione ci rendiamo conto che il lavoro in più che facciamo per cercare di aiutare tutti a partecipare non è un peso, è semplicemente vivere il Vangelo».

Sebbene il Rione di Clendon, del Palo di Auckland Manurewa, in Nuova Zelanda, sia tecnicamente un'unità di lingua inglese, i membri parlano anche maori, niuean, samoano, tongano, dialetti locali e diverse lingue parlate nelle Isole Cook. I dirigenti del rione stanno cercando di diventare come il Buon Pastore, che conosce tutti quelli che fanno parte del Suo gregge, «non importa quale lingua parlano», sostiene il vescovo Hans Key.

Ad esempio gli incarichi di insegnante familiare e insegnante in visita sono frutto di riflessione e preghiera, le coppie possono essere formate da un fratello che parla soltanto la sua lingua madre e un fratello che parla sia quella lingua che l'inglese. Mentre svolgono insieme l'insegnamento familiare, il primo fratello acquista confidenza con l'inglese e in seguito potrà essere in grado di accettare il compito di parlare alla riunione sacramentale.

Riconoscete che il Signore ci qualifica per svolgere la Sua opera

Francisco Ayres Hermenegildo si è unito alla Chiesa all'età di 21 anni a Rio de Janeiro, in Brasile, sua città natale, e più tardi ha servito una missione a San Paolo. Dopo essersi sposato, nel 2002 si è trasferito, assieme alla moglie Kallya, a Sidney, in Australia. Nel 2006 Francisco è stato chiamato presidente del ramo di giovani adulti non sposati di Hyde Park. Il presidente Hermenegildo era molto preoccupato non solo perché stava ancora studiando l'inglese ma anche perché i membri del ramo provenivano da più di dieci nazioni diverse e anche molti di loro studiavano inglese.

«Confesso che mi sentivo inadatto quando ricevemmo la chiamata di occuparci del ramo di Hyde Park», racconta il presidente Hermenegildo. «La barriera della lingua sembrava insormontabile; pregammo per chiedere l'aiuto del Signore. Sto imparando che il Signore ispira, qualifica e fortifica chi è impegnato nell'edificazione del Suo regno».

Oltre a riconoscere nella propria vita la direzione indicata dal Signore, il presidente Hermegildo la vede nella vita dei membri del ramo, molti dei quali sono, come lui, la prima generazione di membri nella loro famiglia.

«Ciascuno di noi è stato portato qui a un dato momento della propria vita per una ragione», dice. E spiega che ogni membro ha la possibilità di far crescere la propria testimonianza, svolgere incarichi e condividere il messaggio del Vangelo con gli amici e le persone care.

«Crediamo che le profezie che dicono che il Vangelo si espanderà su tutta la terra si stiano avverando», afferma il presidente Hermenegildo. «I membri del ramo sono e saranno dirigenti in qualsiasi parte del mondo vadano. È un grande onore aiutare questi dirigenti a prepararsi, e noi lo facciamo ogni volta che insegniamo e nutriamo i membri del ramo».

Siate un solo cuore e una sola mente

«Ritengo sia più una benedizione che una sfida servire e lavorare in un ramo dove si mescolano così tante diverse culture e lingue», dice il vescovo Hans Key del Ramo di Clendon. «Dio confuse le lingue della gente durante la costruzione della Torre di Babele, ma noi possiamo sforzarci di raggiungere ciò che gli abitanti della città di Enoc avevano realizzato: essere di un sol cuore e una sola mente e dimorare in rettitudine» (vedere Genesi 11:1–9; Mosè 7:18).

Il presidente Gordon B. Hinckley (1910–2008) mise in risalto questo tipo di unità: «Siamo diventati una grande Chiesa mondiale ed ora è possibile, per la stragrande maggioranza dei nostri fedeli, partecipare… come una grande famiglia, che parla molteplici lingue, che si trova in molte terre, ma di una sola fede, una sola dottrina e un solo battesimo»[1]. ■

NOTA

1. Gordon B. Hinckley, «Vivere nella pienezza dei tempi», *Liahona,* gennaio 2002, 4.

DARE IL BENVENUTO IN TUTTE LE LINGUE

Marianne Hansen Rencher

I membri del tuo ramo o rione non parlano tutti la stessa lingua? Poiché la Chiesa continua ad espandersi, questo caso si verifica sempre più spesso. Per due anni, io e mio marito abbiamo frequentato un ramo di questo tipo a New York. In passato avevo insegnato la lingua inglese a madrelingua stranieri e questo mi fu di aiuto; tuttavia, anche se non avete alle spalle questo tipo di esperienza, potete fare molto per superare le difficoltà di comunicazione con chi non parla la vostra lingua natia.

Sorridete e salutate gli altri. Sforzatevi di imparare come si salutano le persone nella loro lingua di origine. E anche se non vi riesce di pronunciare nemmeno una parola nella loro lingua, potete ugualmente farli sentire benvenuti. Ogni domenica, Marta mi accoglieva con un abbraccio affettuoso e un saluto in spagnolo. Sebbene non capissi che cosa mi stava dicendo, potevo sentire il suo affetto grazie al suo abbraccio e al tono della voce.

Rispondete in modo corretto. Le persone imparano una lingua in parte tramite l'ascolto. È preferibile che uno impari a dire: «Non ho il manuale» piuttosto che: «No manuale». Anche se qualcuno vi parla in modo stentato, voi rispondete parlando correttamente. È una forma di rispetto verso gli altri e li aiuta a imparare correttamente la lingua.

Parlate lentamente, non ad alta voce. Spesso i suoni delle parole si fondono tra loro, specialmente all'orecchio di chi sta imparando una nuova lingua. Parlate adagio, così che vi possano capire facilmente. Non importa che alziate il tono della voce, a meno che l'altra persona non abbia problemi di udito. Se siete un insegnante, fate intervenire le persone non madrelingua quando ritenete che siano in grado di comprendere la domanda e di formulare una semplice risposta. Incoraggiate gli altri ad aiutarle, creando così nella classe un clima amichevole e rassicurante.

Utilizzate dei sussidi didattici. Chi è straniero potrebbe non capire tutte le parole di una lezione, ad esempio sulla Prima Visione, ma comprenderà un'immagine di Joseph Smith inginocchiato davanti a Dio e a Gesù Cristo. Inoltre, potrà arricchire il proprio vocabolario mettendo in relazione le parole che avete usato con la storia della Restaurazione che conosce già.

Scrivete i versetti delle Scritture e i titoli delle lezioni alla lavagna. Questo agevolerà i non madrelingua a trovare i riferimenti. Fortunatamente, i nostri manuali e le opere canoniche sono disponibili in molte lingue. Mentre uno legge ad alta voce, gli altri membri della classe possono seguire la lettura ciascuno sul testo nella sua lingua. Questo non solo permette a tutti di partecipare alla lezione, ma incoraggia anche i membri della classe a portare con sé le Scritture e i manuali.

Diventate insegnanti visitatrici e insegnanti familiari migliori. Offritevi di aiutare coloro che vengono da altri paesi. Per cominciare, potreste aiutarli a fare la spesa, a servirsi dell'ufficio postale o a iscriversi a scuola.

Alcune delle amicizie più care di New York le ho strette con persone con le quali sapevo dire a malapena cinque parole nella loro lingua. Sapevo che avevano bisogno del mio aiuto e questo era sufficiente per iniziare un'amicizia. ■

Condurre le disc

Quando insegnate provate a seguire questi suggerimenti per aumentare la partecipazione della classe.

ROBB JONES
Dipartimento di sviluppo dei corsi di studio

Il fratello Johnson pose una domanda alla classe di dottrina evangelica. Ci fu un lungo silenzio che sembrò mettere a disagio lui stesso e gli studenti. In qualità di presidente della Scuola Domenicale del palo, notai che proprio mentre alcuni membri della classe stavano per intervenire, il fratello Johnson dette la risposta e passò a un nuovo argomento della lezione.

Questo può succedere sia nelle classi della Chiesa, sia nelle lezioni a casa. Ho imparato che sono indispensabili due cose per incoraggiare una discussione di classe: (1) porre domande che prevedano più di una possibile risposta e (2) dare ai partecipanti il tempo sufficiente per cercare o pensare a una risposta.

Ponete domande aperte

Fare domande del tipo giusto può condurre a buone discussioni di classe. I manuali della Chiesa sono pieni di domande accuratamente formulate; alcune sono state pensate per incoraggiare gli studenti a trovare le risposte esaminando gli insegnamenti o a riflettere su come possono mettere in pratica le cose che hanno imparato. Potete porre delle domande che richiedano agli studenti di cercare le informazioni nelle Scritture o nelle parole dei profeti e degli apostoli moderni. Ecco due esempi di questo tipo di domande, sul modello dei suggerimenti per l'insegnamento che si trovano in *Insegnamenti dei presidenti della Chiesa: Joseph Smith:* «Studiate la sezione che inizia a pagina 52. Che cosa ha fatto il Salvatore per renderci eredi insieme a Lui?» e «Esaminate la sezione che comincia a pagina 217. Che cosa insegnò Joseph Smith riguardo all'importanza di avere ricevuto un corpo fisico?»

Altre domande richiedono ai membri della classe di pensare al significato di quello che hanno letto o di applicare alla loro vita quello che hanno imparato. In genere, queste domande vanno fatte dopo che gli studenti hanno familiarizzato con il contenuto della lezione. Ad esempio, dopo avere fatto le domande che invitano gli studenti a cercare le risposte sui testi, potreste porne altre, che aiutino la classe a riflettere e a mettere in pratica ciò che hanno letto, come ad esempio: «In quali modi possiamo mostrare al Signore la nostra gratitudine per il Suo sacrificio espiatorio?» oppure «Comprendere le ragioni per cui abbiamo un corpo fisico come può influenzare il modo in cui ce ne prendiamo cura?»

Aspettate le risposte degli studenti

Indipendentemente dalla domanda che fate, lasciate ai membri della classe il tempo sufficiente per cercare o per pensare a una risposta. Gli studenti impareranno

FOTOGRAFIE DI WELDEN C. ANDERSEN

ussioni di classe

a rispondere alle domande se sanno che non risponderete voi per loro.

Dopo la mia esperienza alla classe del fratello Johnson, decisi di contare quanto tempo gli insegnanti aspettavano per la risposta dopo avere fatto una domanda. Scoprii che alcuni insegnanti aspettavano solo due o tre secondi, benché quando glielo chiedessi, pensavano di avere aspettato molto più a lungo. D'altro canto, gli studenti mi dicevano di avere bisogno di più tempo per pensare alle risposte.

Cercando di aiutare gli insegnanti a ottenere una maggiore partecipazione della classe, li incoraggiai a contare mentalmente fino a venti dopo avere fatto la domanda, lasciando agli studenti il tempo per pensare. Impararono a dire cose come: «Vi darò il tempo per pensarci» oppure «Riflettete su questa domanda, per favore, poi vi chiederò una risposta». Quando gli insegnanti del mio palo incominciarono a fare questo, la partecipazione in classe aumentò e gli studenti sentivano lo Spirito poiché iniziavano a «insegnar[s]i l'un l'altro» (DeA 88:77).

Partecipai ad una lezione in cui l'insegnante lasciò alla classe più di due minuti per riflettere su una domanda legata all'applicazione di un principio del Vangelo. Per me fu un momento di quieta riflessione. Sentii lo Spirito e compresi alcune cose riguardo a quella dottrina che probabilmente non avrei imparato senza quei minuti di silenzio. Questa particolare esperienza mi ha aiutato a capire che lasciare ai membri della classe il tempo di riflettere sulle domande significa dare loro la possibilità di pensare più profondamente e ascoltare lo Spirito (vedere 3 Nefi 17:1–3).

Anche la vostra classe o la vostra famiglia godrà di esperienze spirituali simili se porrete domande aperte e poi lascerete ad ognuno il tempo di pensare prima di rispondere. ■

LE RISPOSTE DEGLI STUDENTI INVITANO LO SPIRITO

«Quando create un'atmosfera di partecipazione offrite allo Spirito una maggiore possibilità di impartire lezioni più importanti di quelle che potete insegnare.

Questa partecipazione porterà nella loro vita la guida dello Spirito. Quando incoraggiate gli studenti ad alzare la mano per rispondere a una domanda, anche se non se ne rendono conto, essi dimostrano allo Spirito Santo che hanno il desiderio di apprendere. Usare il loro libero arbitrio morale permetterà allo Spirito di motivarli e guidarli con maggior potere durante il tempo che trascorrerete insieme. La partecipazione permette ai singoli di fare l'esperienza di essere guidati dallo Spirito. Essi imparano a riconoscere e a sperimentare la guida spirituale».

Anziano Richard G. Scott del Quorum dei Dodici Apostoli, «To Learn and to Teach More Effectively», *The Religious Educator*, volume 9, numero 1, 2008, 6.

CHE COSA PUÒ FARE UNA SOLA PERSONA

Questo giovane del Suriname non fa cose straordinarie. Ma le cose semplici che fa, portano risultati straordinari.

RICHARD M. ROMNEY
Riviste della Chiesa

Yves Verwey è un tipo tranquillo, forse anche un po' timido. Questo, però, non gli impedisce di vedere le cose da fare e di farle.

Musicisti

Per esempio, Yves, che ha diciotto anni e appartiene al Ramo di Tamenga, Distretto di Paramaribo, nel Suriname, si era accorto che quando suonava le tastiere alle riunioni e alle attività della Chiesa, molta gente era interessata a imparare a suonare. Così ha cominciato a dare lezioni gratuite a bambini, giovani e adulti.

Le classi vengono tenute in diversi rami e sono aperte a chiunque desideri partecipare. Quasi ogni sera in cui Yves insegna, c'è almeno una mezza dozzina di studenti che seguono la lezione; sono santi degli ultimi giorni e altre persone che ne hanno sentito parlare da membri della Chiesa. Se a qualcuno interessa, Yves insegna anche il flauto. Egli dirige il coro del ramo e ha diretto un numero speciale del coro del distretto. Lui sostiene che il suo impegno con la musica è un modo di

FOTOGRAFIE DI RICHARD M. ROMNEY

esprimere la sua gratitudine per la coppia missionaria che gli insegnò a leggere la musica e a suonare.

Yves fa risplendere la sua luce davanti agli altri, proprio come la stella sulla bandiera del Suriname. Insegna a suonare le tastiere ai fedeli e ai membri della comunità che desiderano imparare. Egli, inoltre, si incontra regolarmente con gli amici per studiare il Libro di Mormon.

Lettori delle Scritture

Yves ha anche trovato un modo per aiutare diversi suoi amici che volevano parlare tra loro di quello che imparavano dalle Scritture. Questi amici frequentavano la Chiesa, il Seminario o l'Istituto, offrivano discorsi quando veniva loro chiesto e partecipavano alle lezioni, ma desideravano parlarne tra di loro, tra giovani. Così, una volta alla settimana, hanno iniziato a leggere il Libro di Mormon insieme per una mezz'oretta; poi hanno cominciato ad invitare altri giovani a unirsi a loro, specialmente quelli meno attivi. Ormai sono mesi che leggono insieme, talvolta a casa dell'uno, talvolta dell'altro. «Hanno incominciato i miei amici Larry Roseval, del Ramo di Wanica, e Saffira Zeegelaar, del mio ramo. Adesso però siamo diventati otto», racconta Yves. «Leggiamo un capitolo, ne parliamo, rendiamo le nostre testimonianze e raccontiamo qualcosa che abbiamo imparato durante la settimana».

Questi lettori delle Scritture si sostengono a vicenda anche in altri modi. Ad esempio, si sono impegnati a rendere più significative le prime domeniche del mese digiunando per uno scopo. «La scorsa domenica di digiuno abbiamo pensato ad alcuni nomi di persone che sono

appuntamenti. «Mi piace molto stare con i missionari», afferma. «Mi dà gioia e mi infonde ottimismo».

Anche ai missionari pare che faccia lo stesso effetto stare in sua compagnia. Yves suscita un'energia positiva che edifica tutti, e tutti conoscono anche il suo desiderio di portare agli altri la sua testimonianza della verità. Yves compirà presto 19 anni e

meno attive e abbiamo pregato e digiunato affinché possano ritornare alla piena attività in Chiesa», spiega Yves.

Amici missionari

I missionari a tempo pieno hanno bisogno del sostegno dei fedeli e Yves ha fatto qualcosa anche per questo. Ogni volta che può li accompagna ai loro

L'AIUTO DEL LIBRO DI MORMON

Yves racconta che il Libro di Mormon lo aiuta in molti modi. «Migliora la mia conoscenza delle cose che *accadranno*», egli dice. «Inoltre, leggendo quello che accadde ad altri popoli tanto tempo fa trovo le risposte alle mie domande sul Vangelo».

Yves sostiene che il Libro di Mormon, in qualità di ulteriore testimone di Gesù Cristo, ci aiuta a comprendere meglio l'importanza e lo scopo della Bibbia. Egli cita l'ottavo articolo di fede: «Noi crediamo che la Bibbia è la Parola di Dio, per quanto è tradotta correttamente; crediamo anche che il Libro di Mormon è la parola di Dio».

«Alla Bibbia sono state tolte alcune cose semplici e preziose», dice Yves, «ma il Libro di Mormon colma quelle mancanze. Dobbiamo studiarli entrambi, insieme alle altre opere canoniche».

non vede l'ora di partire lui stesso per la missione.

«Fin da quando ero alla Primaria», racconta Yves, «ho recitato 1 Nefi 3:7 e ho cantato l'inno che parla di questo: "Io andrò e farò la volontà di Dio", perciò non vi sono dubbi che accetterò la chiamata».[1]

Persone che contano le loro benedizioni

Yves conobbe la Chiesa quando sua madre si battezzò. A quel tempo aveva sette anni; un anno dopo si battezzò e fu confermato. Egli è rimasto attivo, nonostante i momenti difficili, come quando i suoi genitori divorziarono o quando la casa di famiglia fu venduta per pagare i debiti. Ha sopportato che le persone ridessero di lui quando passava vestito in giacca e cravatta per andare in chiesa, la domenica. «Io so perché mi vesto così per andare in chiesa, perciò i commenti non mi toccano», egli dice. Ha rifiutato quando gli altri cercavano di farlo fumare o bere. «Non ho mai avuto problemi a dire di no. Obbedire alla Parola di Saggezza mi porta salute fisica e forza spirituale. Possono offrirmi cose migliori di queste?»

Per tutto il tempo, Yves ha contato le sue benedizioni. Egli incoraggia gli altri a fare altrettanto.

«Quanto più impari del Vangelo e di come obbedire ai comandamenti», sostiene, «tanto più comprendi che il Padre celeste desidera benedirci. La felicità non viene dall'essere popolari, ma dall'avere delle norme morali e seguirle. Essere felici significa essere grati a Dio e agli altri per tutte le cose belle della vita».

Ecco un'altra cosa da fare per Yves: avere un atteggiamento positivo. Yves la fa e incoraggia gli altri a fare altrettanto. ■

NOTA

1. Vedi «Il coraggio di Nefi», *Innario dei bambini,* 64.

Entusiasta del lavoro missionario, Yves ricorda il suo battesimo insieme alla madre e si prepara a diventare un missionario a tempo pieno. Gli piace stare in compagnia alle riunioni della Chiesa e andare a visitare il centro storico di Paramaribo, la capitale del Suriname.

IMPARARE AD ANDARE D'ACCORDO

Il Suriname, che si trova nella parte settentrionale del Sudamerica, è un paese abitato da una grande varietà di etnie.

Tra i gruppi maggiori vi sono gli indiani (delle Indie orientali), i creoli (originari dell'Africa), i giavanesi (dell'Indonesia), i discendenti degli schiavi neri fuggiti dalle Indie occidentali, gli indiani d'America (di cui molti della tribù Caribo) e i cinesi. La popolazione parla l'olandese (che è la lingua ufficiale), l'inglese, il tongano Sranan (un' idioma creolo), l'hindustani, il giavanese e alcuni altri dialetti. Il Suriname ha ottenuto l'indipendenza nel 1975. Prima era olandese e prima ancora britannico.

MOUNTAIN HIGH MAPS © 1993 DIGITAL WISDOM, INC.

«Nel Suriname, tutti imparano ad andare d'accordo con tutti», spiega Yves. «Questo è un vantaggio quando condividi il Vangelo, perché gli abitanti del Suriname sono abituati ad ascoltare le credenze religiose altrui».

Il battesimo del primo convertito del Suriname ebbe luogo nel 1989. Attualmente vi sono circa 700 membri e sono stati aperti sei rami: Blauwgrond, Nickerie, Paramaribo, Tamenga, Uitkijk e Wanica.

La banconota da venti marchi

Perché questo giovane missionario mi allungò una banconota da venti marchi? Se comprenderete la risposta, capirete che le nostre vite in verità non ci appartengono. Esse sono governate.

PRESIDENTE BOYD K. PACKER
Presidente del Quorum dei Dodici Apostoli

Più di trenta anni fa fui incaricato di organizzare insieme all'allora anziano Thomas S. Monson un palo militare in Europa. Ci riunimmo a Berchtesgaden, in Germania, sulle Alpi Bavaresi. In origine, questo quartier generale, situato in una posizione magnifica, era stato fatto costruire da Adolf Hitler. Raramente qualcuno sulla terra ha incarnato quanto Adolf Hitler la personalità e gli intenti dell'Avversario. Dopo le cose terribili accadute in quel luogo, pensai che il cerchio si chiudeva ora che ci trovavamo lì per organizzare un palo di Sion.

Dopo avere concluso le messe a parte e completato la fase organizzativa, fummo incaricati di recarci ad una conferenza di palo a Berlino. Dovevamo scendere dalle Alpi di Berchtesgaden fino all'aeroporto di Monaco.

Arrivammo all'aeroporto con largo anticipo sul volo che era previsto verso le dieci del mattino, ma si alzò la nebbia. Rimanemmo seduti là, per le successive dodici ore, prestando ascolto agli annunci. Continuavano a comunicare che la nebbia si sarebbe diradata. Non avvenne.

Verso le dieci di sera, due missionari giunsero all'aeroporto. A quel punto ci era chiaro che gli aerei non avrebbero volato. Ci dissero che c'era un treno per Berlino che partiva da Monaco a mezzanotte. Gli anziani ci accompagnarono alla stazione, ci aiutarono ad acquistare i biglietti e aspettarono di vederci salire sul treno; il viaggio per Berlino sarebbe durato da mezzanotte fino quasi alle dieci del mattino seguente.

Mentre il treno cominciava a muoversi, uno dei due giovani missionari mi chiese: «Ha del denaro tedesco con sé?»

Feci cenno di no col capo.

Mi disse: «Sarebbe meglio che ne avesse un po'», e, correndo lungo il fianco del treno in movimento, tirò fuori dalla tasca una banconota da venti marchi. Me la allungò.

A quel tempo la cortina di ferro era davvero «di ferro». Il treno si fermò a Hof, sul confine tra la Germania dell'Ovest e quella dell'Est, e ci fu un cambio di personale. Scesero gli addetti della Germania dell'Ovest e salirono quelli della Germania dell'Est. Quindi il treno ripartì, attraversando la Germania orientale, alla volta di Berlino.

Il governo degli Stati Uniti aveva iniziato da poco tempo a emettere passaporti quinquennali. Io avevo già uno di questi nuovi passaporti. Prima di partire per la Germania, avevamo chiesto il rinnovo del passaporto di mia moglie, ma ce lo avevano restituito spiegandoci che i passaporti triennali erano riconosciuti come quelli quinquennali. Mancavano ancora due anni alla scadenza del passaporto di mia moglie.

Verso le due del mattino, un controllore con la divisa da militare, venne a chiederci i biglietti; quando vide che non eravamo tedeschi ci chiese di consegnargli i passaporti.

ILLUSTRAZIONI DI GREGG THORKELSON

L'anziano che mi allungò la banconota da venti marchi era David A. Bednar, un giovane missionario che serviva nella missione della Germania Sud e che ora è membro del Quorum dei Dodici Apostoli.

Non mi piace separarmi dal passaporto, specialmente in circostanze ostili. Tuttavia, ce li ritirò. Difficilmente qualcuno mi sta antipatico, ma per lui feci un'eccezione! Aveva un modo di fare brusco e scontroso.

Non parlavamo tedesco. Eravamo in sei nello scompartimento: io, mia moglie, un tedesco seduto di fianco a lei e altri tre tedeschi sul sedile di fronte a noi, che quasi ci toccavamo con le ginocchia. Quando il controllore aveva fatto il suo ingresso, avevamo smesso di parlare ed era sceso il silenzio.

Ebbe luogo una conversazione in cui compresi di cosa stava parlando. Contestava il passaporto di mia moglie. Si allontanò e fece ritorno per due o tre volte.

Non sapevo cosa fare; alla fine, mi venne una piccola ispirazione e tirai fuori la banconota da venti marchi. L'uomo la guardò, la prese e ci restituì i passaporti.

Quando giungemmo a Berlino, la mattina seguente, un membro della Chiesa ci venne a prendere alla stazione. Gli accennai solamente alla nostra avventura. Tutt'a un tratto egli si fece molto serio. «Qual è il problema?», gli chiesi.

«Non riesco a spiegarmi come siate riusciti ad arrivare qui», rispose. «La Germania dell'Est al momento è uno dei paesi al mondo che rifiuta di riconoscere la validità dei passaporti triennali. Per loro il passaporto di sua moglie non è valido».

«Be'», dissi io. «Che cosa avrebbero potuto farci?»

«Farvi scendere dal treno» fu la risposta.

«Davvero ci avrebbero fatto scendere dal treno?» replicai.

«Non entrambi», rispose. «Sua moglie!»

Immaginai me stesso mentre qualcuno cercava di far scendere mia moglie dal treno, alle due di notte, in qualche luogo imprecisato della Germania dell'Est. Non sono certo che avrei saputo cosa fare. Fino a quel momento non mi ero reso conto della reale situazione e del pericolo corso, soprattutto da mia moglie. Mi preoccupo molto più di lei che di me stesso. Ci eravamo trovati in una situazione di grave pericolo. Coloro i cui passaporti non erano riconosciuti come validi venivano arrestati e imprigionati.

Voi possedete un corpo di spirito; la vostra intelligenza esiste da sempre. Noi vivremo per sempre.

Le nostre vite sono guidate

Tutta questa storia ci riconduce a un punto: l'anziano che mi allungò la banconota da venti marchi era David A. Bednar, un giovane missionario che serviva nella missione della Germania Sud e che ora è membro del Quorum dei Dodici Apostoli.

La domanda è: perché quel giovane missionario di San Leandro in California, mi allungò la banconota da venti marchi? Se comprenderete la risposta e comprenderete la natura di questa vita, allora capirete veramente tutto quello che serve per vivere come membri della Chiesa. Capirete che le nostre vite in verità non ci appartengono. Esse sono governate—e se viviamo come dovremmo vivere riceveremo cura e protezione. Non credo che egli sapesse quali sarebbero state le conseguenze del suo gesto. Quel biglietto da venti marchi valeva sei dollari e sei dollari per un missionario sono tanti!

Nel corso della vostra vita, scoprirete che queste cose succedono quando state vivendo nel modo in cui dovreste vivere.

Se riuscirete a imparare che cosa è lo Spirito, non vi troverete mai più soli. In Dottrina e Alleanze 46:2 è scritto: «Nonostante ciò che è stato scritto, è sempre stato accordato agli anziani della mia chiesa, fin dal principio, e sarà sempre così, di condurre tutte le riunioni come sono diretti e guidati dallo Spirito Santo».

Il vostro corpo di spirito

La dottrina spiegata dalle rivelazioni contenute nelle Scritture ci dice che siamo creature duplici. Noi sappiamo che vi sono uno spirito e un corpo. «E lo spirito e il corpo [quando sono uniti per l'eternità, diventano] l'anima dell'uomo» (DeA 88:15). Dunque, vi sono due parti in voi. Vi è uno spirito dentro ad un corpo.

Voi possedete un corpo di spirito; la vostra intelligenza esiste da sempre (vedere DeA 93:29). È un concetto difficile per la comprensione umana. Noi vivremo per sempre. Voi credete a questo, non è vero? Con la Resurrezione, noi vivremo per l'eternità. Non potrebbe essere così se

non fosse vero anche per il passato, cioè che esistiamo da sempre. Ci troviamo nel mezzo di qualcosa di eterno.

Ho meditato sul momento in cui il mio spirito lascerà il mio corpo. Quando avverrà questa «separazione» e il corpo giacerà da una parte e guarderete allo spirito, quale sarà il vostro aspetto? Quale sarà l'aspetto del vostro spirito?

Alcuni di voi si potrebbero descrivere come atleti ideali—perfettamente coordinati, capaci di compiere qualunque cosa! I vostri corpi fisici sono meravigliosi. Se separassimo il corpo dallo spirito, quale aspetto avrebbe il vostro spirito? Se vorrete studiare, pregare e prestare attenzione alle vostre sensazioni, imparerete che potreste avere un corpo magnifico e uno spirito debole e avvizzito. Al contrario, potreste avere un fisico per molti aspetti limitato; tuttavia, nel disegno eterno delle cose, potete riuscire a educare e a esercitare il vostro spirito tanto da renderlo di immortale valore.

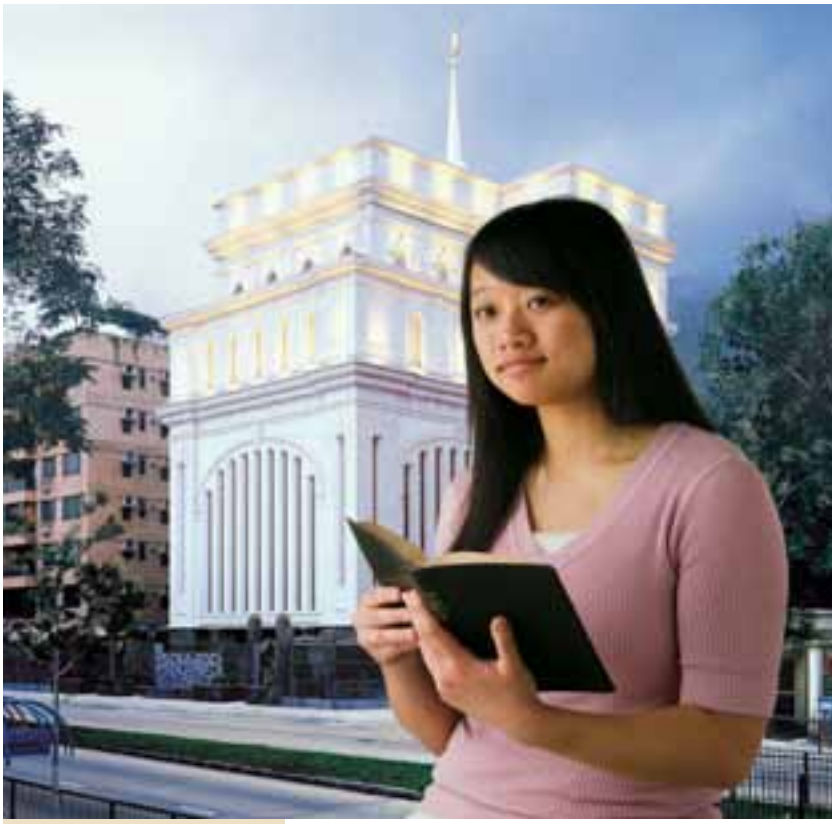
Potete aspettare con gioia il giorno in cui vi «separerete» e il vostro spirito si distaccherà dal corpo. Il vostro spirito è giovane, bello, pieno di vitalità. Anche se il corpo è vecchio, malato, invalido o menomato in qualche modo, quando lo spirito e il corpo si riuniranno nella Resurrezione, in quel giorno sarete splendidi; in quel giorno sarete glorificati.

Conoscevo un uomo—uno dei grandi uomini che ho conosciuto—che frequentava una compagnia poco raccomandabile. Erano sempre dove non avrebbero dovuto essere e mai dove avrebbero dovuto essere. Alla fine, un dirigente saggio e pieno di iniziativa li condusse a una lezione della scuola domenicale. L'insegnante era un uomo anziano, dall'aspetto modesto e poco appariscente. Per giunta, era un convertito che veniva dall'Europa e non parlava l'inglese molto bene. «Il nostro insegnante? Quello?» ridacchiarono. Suppongo che questi ragazzi avessero la fama di stremare qualunque insegnante.

Il mio amico raccontò che a quel punto accadde qualcosa. L'insegnante iniziò a parlare e tutti i ragazzi cominciarono ad ascoltarlo. «Con il calore della sua fede ci si poteva

Fate in modo di imparare le cose che non vi vengono insegnate apertamente. Se tutto quello che sapete è ciò che leggete o che potete ascoltare, allora non sapete un gran che.

ILLUSTRAZIONE FOTOGRAFICA DI MATTHEW REIER



I momenti di riverenza sono assai preziosi per pensare e per riconoscere le nostre sensazioni. Questa è la ragione per cui i templi sono così importanti. Andando al tempio, voi potete uscire dal mondo.

quasi scaldare le mani», affermò il mio amico. Questo significa che in quel vecchio fisico indebolito, che sembrava non avere neppure la forza di eliminare un accento straniero, vi era uno spirito possente.

Con la Resurrezione, il corpo—la polvere della terra, la nostra parte carnale—potrà rinnovarsi ed essere dotato del potere necessario ad eguagliare l'altezza dello spirito.

Lo Spirito Santo vi guiderà

Se comprendete il modo in cui opera lo Spirito, tutto andrà bene. Tutta la malvagità, quand'anche fosse concentrata in una sorta di raggio laser oscuro e sinistro puntato contro di voi, non potrebbe distruggervi, a meno che in qualche modo non glielo permettiate.

Durante il corso del vostro apprendimento «Il principio della sapienza è: acquista la sapienza. Sì, a costo di quanto possiedi, acquista l'intelligenza» (Proverbi 4:7).

Fate in modo di imparare le cose che non vi vengono insegnate apertamente. Se tutto quello che sapete è ciò che leggete o che potete ascoltare, allora non sapete un gran che. I momenti di riverenza sono assai preziosi per *pensare* e per *riconoscere le vostre sensazioni*. Questa è la ragione per cui i templi sono così importanti. Andando al tempio, voi potete uscire dal mondo.

Il Signore vi promette che quando riceverete lo Spirito Santo «egli v'insegnerà ogni cosa e vi rammenterà tutto quello che v'ho detto» (Giovanni 14:26).

Farete alcune cose automaticamente, quasi per caso. Senza pensarci, vi troverete ad essere stati sospinti e guidati dallo Spirito Santo. Questa è la ragione per cui quel giovane missionario, senza sapere il perché, prese una banconota da venti marchi fuori dal suo portafoglio e me la allungò correndo al fianco del treno in partenza. Ci salvò da un grande pericolo.

Questo è il modo in cui farete le cose e poi, voltandovi indietro, saprete di essere stati guidati. Ed è anche il modo in cui sarete avvertiti. Sentirete l'ammonimento: «Non andare là!» «Non farlo!» O ancora: «Non andare con lui! Non andare con lei! Non stare in quella compagnia!» E poi: «Sì, resta con queste persone!» Sarete guidati e il Signore veglierà su di voi.

So che il Vangelo è vero, che Gesù è il Cristo, che Egli vive, che questa è la Sua chiesa. Trovate un luogo nel mondo dove, senza imbarazzo, senza alcuna esitazione, potete proclamare a voi stessi: primo, che accettate il vangelo di Gesù Cristo e, secondo, che ciò che *siete* è più importante di ciò che *fate*. Quello che fate, se siete guidati, vi renderà quello che *siete* e quello che potete *diventare*. ■

Adattato da un discorso tenuto alla riunione di devozione presso la Brigham Young University–Idaho, il 12 marzo 2002. Per il testo inglese integrale, visitate il sito www.byui.edu/Presentations/Transcripts/Devotionals/2002_03_12_Packer.htm.

FOTOGRAFIA DEL TEMPIO DI HONG KONG, IN CINA, DI CRAIG DIMOND; ILLUSTRAZIONE FOTOGRAFICA DI JOHN LUKE

Partecipare alla preghiera sincera

Insegnate i passi scritturali e le citazioni o, se necessario, un altro principio, che rispondono alle esigenze delle sorelle che visitate. Rendete testimonianza della dottrina. Invitate coloro cui insegnate a esternare i sentimenti provati e ciò che hanno appreso.

SFONDO © CORBIS ILLUSTRAZIONE DI CRAIG DIMOND

La preghiera sincera ha un potere che fortifica

Julie B. Beck, presidentessa generale della Società di Soccorso: «Pensate alla nostra forza unita se ogni sorella dicesse delle preghiere sincere ogni mattina e sera, o ancora meglio, se pregasse incessantemente come ha comandato il Signore. Se in ogni famiglia si dicesse quotidianamente la preghiera familiare…, noi saremmo più forti» («Quello che le donne Sante degli Ultimi Giorni fanno meglio: essere forti e inamovibili», *Liahona* novembre 2007, 109).

Anziano Bruce R. McConkie (1915–1985), membro del Quorum dei Dodici Apostoli: «La preghiera cambia la nostra vita. Grazie ad essa ci avviciniamo al Signore ed Egli allunga il dito e ci tocca, sicché non saremo mai più gli stessi.

La preghiera è una grande torre di forza, una colonna di infinita rettitudine, una possente forza che muove le montagne e salva le anime» («Modelli di preghiera», *La Stella,* ottobre 1984, 67).

Anziano M. Russell Ballard del Quorum dei Dodici Apostoli: «Ogni preghiera onesta e sincera aggiunge un altro anello alla cotta di maglia dell'armatura… Un modo fondamentale per vestire l'armatura di Dio è di essere certi che la preghiera—onesta, sincera, costante—faccia parte ogni giorno della nostra vita» («Be Strong in the Lord», *Ensign,* luglio 2004, 10)

DeA 112:10: «Sii umile, e il Signore Iddio ti condurrà per mano e darà risposta alle tue preghiere».

La preghiera sincera è una comunicazione santa

Presidente James E. Faust (1920–2007), secondo consigliere della Prima Presidenza: «Primo, la preghiera è un umile riconoscimento che Dio è nostro Padre e che il Signore Gesù Cristo è il nostro Salvatore e Redentore. Secondo, è una sincera confessione del peccato e della trasgressione e una richiesta di perdono. Terzo, è il riconoscimento di aver bisogno di un aiuto che va al di là delle nostra capacità. Quarto, è un'opportunità di rendere grazie ed esprimere la nostra gratitudine al nostro Creatore. È importante che diciamo spesso: "Ti ringraziamo … ", "Ti siamo riconoscenti … ", "Ti siamo grati …". Quinto, è il privilegio di chiedere alla Divinità benedizioni specifiche…

Le preghiere sincere vengono dal cuore. Certamente la sincerità richiede che parliamo dal più intimo del nostro cuore» («La fune di sicurezza della preghiera», *Liahona,* luglio 2002, 62).

Anziano David A. Bednar, membro del Quorum dei Dodici Apostoli: «Una preghiera significativa richiede una comunicazione santa e un lavoro consacrato. Le benedizioni richiedono un certo sforzo da parte nostra prima che possiamo ottenerle e la preghiera, come una forma di lavoro, è un mezzo stabilito per ottenere le più elevate di tutte le benedizioni (vedere Bible Dictionary, «Prayer», 753). È agendo in base a quanto abbiamo espresso al Padre celeste che ci spingiamo innanzi e perseveriamo nell'opera consacrata della preghiera dopo che diciamo "amen"» («Chiedete con fede», *Liahona,* maggio 2008, 94).

Presidente Thomas S. Monson: «Nell'offrire al Signore le nostre preghiere personali e familiari, facciamolo con fede e fiducia in Lui. Ricordiamo l'ingiunzione dell'apostolo Paolo agli Ebrei: "Poiché chi s'accosta a Dio deve credere ch'Egli è, e che è il rimuneratore di quelli che lo cercano". Se alcuni di noi hanno avuto qualche difficoltà a pregare regolarmente, non vi è tempo migliore per iniziare» («Un real sacerdozio», *Liahona,* novembre 2007, 59). ■

La nostra purificata casa celeste

ANZIANO DOUGLAS L. CALLISTER
Membro dei Settanta

Se potessimo togliere il velo e vedere la nostra casa celeste, saremmo impressionati dalle menti educate e dai cuori di coloro che vi dimorano in allegria. Immagino che i nostri genitori celesti siano puri e perfetti. In questo glorioso Vangelo che ci induce a emulare, uno degli scopi della nostra prova terrena è diventare simili a loro in ogni modo immaginabile perché possiamo sentirci a nostro agio alla presenza di genitori celesti e, per usare le parole di Enos, vedere i loro volti «con piacere» (Enos 1:27).

Il presidente Brigham Young (1801–1877) ha affermato: «Noi cerchiamo di essere l'immagine di coloro che vivono in cielo; cerchiamo di modellarci sul loro stile, di sembrare come loro, camminare e parlare come loro».[1] Mi piacerebbe gettare uno sguardo al di là del velo che momentaneamente ci separa dalla nostra casa celeste e illustrare con le parole le condizioni morali, amorevoli e pure che esistono là. Parlerei del linguaggio, letteratura, musica e arte del cielo e anche dell'aspetto immacolato degli esseri celesti, perché credo che in cielo possiamo trovare tutto nella forma pura e perfetta.

Più ci avviciniamo a Dio e più il nostro spirito è colpito dalle cose belle e pure.

Linguaggio

Dio parla tutte le lingue, le parla correttamente. Il suo modo di parlare è misurato e riservato. Nel descrivere il superbo processo della creazione della terra, Dio afferma in tono moderato che «tutto era buono» (Genesi 1:4). Saremmo rimasti delusi se avesse usato il termine «grandioso» o qualche altra espressione eccessiva.

Il poeta inglese Ben Jonson ha detto: «Il linguaggio rivela gran parte dell'uomo. Parla perché possa giudicare chi sei».[2] Il nostro linguaggio manifesta i nostri pensieri, valori, insicurezze, dubbi, persino il paese da dove proveniamo. Ci sentiremo più a nostro agio alla presenza del Padre celeste se avremo sviluppato un buon uso del parlare.

Suppongo che la lingua del cielo, parlata correttamente, si avvicini a una forma di musica. Forse C. S. Lewis aveva questo in mente quando scrisse: «Non è buffo come alcune combinazioni di parole possano darvi, al di là del loro significato, un fremito come la musica?».[3] Alla nascita di Gesù, gli angeli apparvero e dissero, non cantarono: «Gloria a Dio ne' luoghi altissimi, pace in terra fra gli uomini ch'Egli gradisce!» (Luca 2:14). Ai giorni nostri cerchiamo di ricreare quella bellezza con il canto, ma gli angeli si espressero con le parole.

Nella biografia di Ralph Waldo Emerson, Van Wyck Brooks racconta che Emerson era stato invitato a parlare alla commemorazione del 300° anniversario della nascita del grande poeta Shakespeare. Dopo essere stato presentato al pubblico, Emerson andò al pulpito e quindi si sedette. Aveva dimenticato

Uno degli scopi della nostra prova terrena è diventare simili ai nostri genitori celesti in ogni modo immaginabile perché possiamo sentirci a nostro agio alla loro presenza.

FOTOGRAFIA DI ROBERT CASEY; IN BASSO BORDO DI SHAMBALA PUBLICATIONS; A DESTRA: BORDO DI NOVA DEVELOPMENT

i suoi appunti e preferì non dire niente piuttosto che usare parole che non erano state ben ponderate. Secondo alcuni, Emerson è stato uno dei migliori oratori dei suoi tempi.[4]

La ricercatezza della parola è più di una elocuzione raffinata. È il risultato della purezza di pensiero e della sincerità di espressione. La preghiera di un bambino talvolta si avvicina di più al linguaggio del cielo di un monologo tratto dalle commedie di Shakespeare.

La ricercatezza della parola si rispecchia non solo nella scelta dei termini che usiamo ma anche negli argomenti di cui parliamo. Alcuni parlano sempre di se stessi: sono persone insicure o orgogliose. Alcuni parlano sempre degli altri: di solito sono persone noiose. Alcuni parlano di idee emozionanti, libri avvincenti e dottrina che illumina: sono persone, poche, che lasciano il segno in questo mondo. Gli argomenti discussi in cielo non sono frivoli o mondani; sono sublimi più di quanto possa arrivare la nostra immaginazione. Quando saremo là ci sentiremo a casa se qua sulla terra avremo provato a conversare di cose nobili e raffinate, rivestendo le nostre espressioni di parole ben controllate.

Letteratura

Il venerdì sera è un affanno frenetico sapere dove ci sarà divertimento e azione? La società di oggi potrebbe produrre un Isaac Newton o un Wolfgang Amadeus Mozart? Ottantacinque canali e un numero incalcolabile di DVD possono saziare il nostro desiderio incontentabile di divertimento? È possibile diventare avventatamente fanatici dei giochi al computer o della navigazione in internet, e di conseguenza perdere le esperienze più ricche che danno la lettura di grandi libri, la conversazione e il piacere di ascoltare la musica?

Non so se la nostra casa celeste ha un televisore o un lettore DVD, ma nel mio immaginario ha sicuramente un grande pianoforte e una magnifica libreria. Nella casa dove abitava il presidente Gordon B. Hinckley (1910–2008) in gioventù c'era una bella libreria. La casa non era fastosa, ma la libreria conteneva circa mille libri della grande letteratura mondiale e il presidente Hinckley ha passato i primi anni della sua vita immerso in questi libri. Per essere colti non è necessario, ad ogni modo, possedere una collezione dispendiosa di opere letterarie, che sono disponibili sia per il ricco che per il povero nelle biblioteche di tutto il mondo.

Il presidente David O. McKay (1873–1970) era solito svegliarsi ogni giorno alle quattro di mattina, scorreva velocemente uno o due libri e alle sei iniziava a lavorare. Sapeva mille poesie a memoria e si riferiva ai grandi maestri della letteratura come i «profeti minori». Era l'esempio vivente dell'ammonizione contenuta nelle Scritture di cercare «nei libri migliori parole di saggezza» (DeA 88:118).

Un incarico della Chiesa ha portato me e mia moglie a trascorrere recentemente quattro anni nell'Europa dell'Est. Abbiamo viaggiato spesso sulla metropolitana di Mosca, chiamata la Metro, dove vedevamo i passeggeri russi con le teste chine perché stavano leggendo Tolstoy, Chekhov, Dostoyevsky, or Pushkin—e, qualche volta, Mark Twain. Le persone erano povere, ma non erano ossessionate dalla loro povertà. Possedevano la ricca tradizione della letteratura, arte e musica russe.

Il presidente McKay fece notare: «Con le compagnie così come con i libri possiamo scegliere quelli che ci renderanno migliori, più intelligenti, più attenti alle cose belle e buone del mondo; oppure possiamo scegliere lo scadente, il volgare, l'osceno, che ci faranno sentire come se ci fossimo "rotolati nel fango"»[5]

Naturalmente le Scritture dominano la buona letteratura, perché non sono fondate sulle opinioni degli uomini.

Musica

Se potessimo dare un'occhiata oltre il velo celeste, quasi certamente saremmo ispirati dalla musica del cielo che è verosimilmente più gloriosa di qualsiasi altra musica che abbiamo mai sentito sulla terra.

Quando alcuni brani musicali hanno superato la prova del tempo e sono stati amati dal nobile e raffinato, la

FOTOGRAFIA © GETTY IMAGES.

nostra mancanza di apprezzamento non è una condanna della grande musica. L'omissione è in noi. Se un giovane cresce mangiando soltanto hamburger e patatine fritte, con tutta probabilità non diventerà un buongustaio. La colpa non è del buon cibo, solo che quel giovane è cresciuto con qualcosa di minor qualità. Alcuni sono cresciuti mangiando solo patatine fritte musicali.

Questo potrebbe essere il momento giusto per passare al setaccio la vostra collezione musicale e scegliere essenzialmente musica che eleva e ispira. Fa parte del processo di maturità del vostro viaggio eterno. Questo potrebbe anche essere un buon momento per imparare a suonare uno strumento o migliorare quelle capacità musicali che abbiamo solo in parte.

L'anziano Neal A. Maxwell (1926–2004) del Quorum dei Dodici Apostoli ha detto: «Viviamo in un mondo che è troppo incline a scegliere cose che non hanno un valore duraturo e abbiamo bisogno di occasioni per coltivare il gusto per la buona musica. Allo stesso modo siamo in un mondo che si è così adattato a quanto è in voga. Abbiamo bisogno di permettere alle persone di essere più sintonizzate con la migliore musica di tutti i tempi».[6]

Riconoscendo l'influenza penetrante della grande musica, Oscar Wilde fa dire a uno dei suoi personaggi: «Dopo aver suonato Chopin mi sento come se avessi pianto per peccati che non ho mai commesso e versato lacrime per tragedie che non erano le mie».[7] Dopo la prima rappresentazione del *Messia,* Handel, in risposta a un complimento, disse: «Signore, dovrei essere dispiaciuto di aver solo intrattenuto gli spettatori, desideravo renderli migliori».[8] Haydn «quando componeva indossava i suoi vestiti migliori perché, diceva, stava per presentarsi davanti al suo creatore».[9]

Alcuni avvenimenti della vita sono così sublimi da non poterli immaginare senza l'accompagnamento di musica meravigliosa. Non potrebbe esserci un Natale senza musica natalizia o una conferenza generale senza i sacri inni. E non potrebbe esserci un cielo senza musica che sorpassa ogni bellezza. Il presidente Brigham Young disse: «Non c'è musica all'inferno perché tutta la buona musica appartiene al cielo».[10] Sarebbe già una punizione sufficiente andare all'inferno e non ascoltare una nota di musica per tutta l'eternità.

Più ci avviciniamo a Dio e più il nostro spirito è colpito dalle cose belle e pure.

Arte, aspetto e atteggiamento

Quello che ho già detto a proposito di portare nella casa linguaggio, letteratura e musica eccellenti si può dire anche della grande arte—magari esposta con gusto nella nostra casa celeste. Si può applicare anche al nostro aspetto fisico e alle nostre abitudini, all'ordine della nostra casa, a come diciamo le preghiere e a come leggiamo la parola di Dio.

Una volta ho incontrato brevemente la grande attrice Audrey Hepburn mentre girava il film *My Fair Lady.* Mi parlò della scena iniziale del film dove rappresentava una modesta ragazza, un fiore non sbocciato. Le avevano sporcato il viso con il carbone per farla sembrare parte dell'ambiente. «Ma», disse con un luccichio negli occhi, «avevo addosso il mio profumo. Dentro sapevo di essere una signora». Non ci vuole del profumo costoso per fare una signora, ci vogliono pulizia, modestia, amor proprio e fierezza nell'aspetto.

Molti anni fa un mio collega decise che ogni sera appena arrivava a casa avrebbe fatto alla moglie un complimento ben specifico per dimostrarle il suo apprezzamento. Una sera la lodò per la sua cucina. La seconda sera la ringraziò per il modo eccellente in cui teneva la casa. La terza sera riconobbe la bella influenza che aveva sui figli. La quarta sera, prima che iniziasse a parlare, la moglie gli disse: «So cosa stai facendo.

Ancora di più, possiamo noi diventare degni di deliziarci della raffinata compagnia della famiglia celeste, perché noi apparteniamo alla razza degli Dei, essendo «figli dell'Altissimo».

Ti ringrazio, ma non dire nessuna di queste cose, dimmi solo che pensi che sono bella».

Quella moglie aveva un proprio importante bisogno. Le donne devono essere lodate per tutti i doni che possiedono, inclusa l'attenzione che danno al proprio aspetto personale, che in modo altruista aggiungono alla ricchezza della vita delle altre persone. Non dobbiamo lasciarci andare e diventare così tanto noncuranti, persino trascurati, del nostro aspetto da distanziarci dalle bellezze che il cielo ci ha dato.

Alcuni possono dire in modo un po' irriverente: «Il mio aspetto non ha niente a che fare con quello che Dio prova per me». Ma è possibile, sia per i genitori terreni che per i genitori celesti, rimanere delusi dai propri figli, anche se la delusione non è espressa a parole, senza che l'amore si affievoli.

Il presidente Joseph F. Smith (1838–1918), sesto presidente della Chiesa, possedeva poche cose, ma ne aveva molta cura. Era esigente sul suo aspetto. Stirava i dollari per togliere le pieghe. Non permetteva a nessuno di piegargli il pigiama, lo faceva lui. Sapeva dove era ogni articolo, dado e bullone della casa e ogni cosa aveva il suo posto.

Si può dire lo stesso dell'ambiente in cui vivete? È una casa di ordine? Dovete spolverare, pulire e mettere in ordine prima di invitare lo Spirito del Signore nella vostra casa? Il presidente Lorenzo Snow (1814–1901) disse: «Il Signore non vuole che i santi vivano sempre nei rifugi e nelle caverne della terra, ma desidera che costruiscano belle case. Quando il Signore verrà non vorrà trovare un popolo sporco, ma gente raffinata».[11]

David Starr Jordan, ex presidente della Università di Stanford, scrisse: «Essere volgare significa non fare il meglio. Significa fare cose mediocri in modo ordinario e esserne soddisfatti… È volgare indossare indumenti sporchi se non si è occupati in un lavoro sporco. È volgare apprezzare musica scadente, leggere libri inconsistenti, nutrirsi di giornali sensazionali,… svagarsi con romanzi di scarso valore, divertirsi con spettacoli volgari, ridere ascoltando barzellette di cattivo gusto».[12]

Il vostro Padre in cielo vi ha allontanati dalla Sua presenza per vivere esperienze che non avreste avuto nella vostra casa celeste, tutto in preparazione del conferimento di un regno. Dio non vuole che perdiate di vista la vostra meta. Siete figli di un essere esaltato. Siete stati preordinati a presiedere come re e regine. Vivrete in una casa e in un ambiente di infinita raffinatezza e bellezza, riflesse nel linguaggio, letteratura, musica, arte e l'ordine del cielo.

Chiudo con le parole del presidente Brigham Young: «Facciamo vedere al mondo che abbiamo talento e gusto, e proviamo ai cieli che la nostra mente è regolata sulla bellezza e la vera perfezione perché possiamo diventare degni di godere della società degli angeli».[13]

Ancora di più, possiamo noi diventare degni di deliziarci della raffinata compagnia della famiglia celeste, perché noi apparteniamo alla razza degli Dei, essendo «figli dell'Altissimo» (Salmi 82:6). ■

Tratto da un discorso tenuto il 19 settembre 2006 presso la Brigham Young University; per il testo integrale in inglese andate all'indirizzo Internet http://speeches.byu.edu.

NOTE

1. Brigham Young, «Remarks», *Deseret News,* 5 marzo 1862, 1.
2. Algernon Swinburne, *A Study of Ben Jonson,* ed. Sir Edmund Gosse e altri (1926), 120.
3. C. S. Lewis, *They Stand Together: The Letters of C. S. Lewis to Arthur Greeves (1914–1963)* (1979), 96.
4. Vedere Wendell J. Ashton, *In Your Own Image* (1959), 113.
5. David O. McKay, *Pathways to Happiness,* comp. Llewelyn R. McKay (1957), 15.
6. Neal A. Maxwell, in LaMar Barrus, «The Joy of Music», *New Perspectives,* aprile 1997, 10.
7. *The Works of Oscar Wilde* (1909), 112.
8. In «Un tributo a Handel», *Improvement Era,* maggio 1929, 574.
9. In Hal Williams, «Dr. Reid Nibley on Acquiring a Taste for Classical Music», *BYU Today,* aprile 1980, 14.
10. *Discorsi di Brigham Young,* compilati da John A. Widtsoe (1954), 242.
11. Lorenzo Snow, in *Wilford Woodruff: History of His Life and Labors,* ed. Matthias F. Cowley (1964), 468.
12. David Starr Jordan, «The Strength of Being Clean», in *Inspirational Classics for Latter-day Saints,* compilato da Jack M. Lyon (2000), 191.
13. *Discorsi di Brigham Young,* 424.

FAI IL PASSO SUCCESSIVO

Non permettere alle preoccupazioni o ai dubbi di impedirti di servire una missione a tempo pieno. Preparati, organizzati e parti! (Vedere DeA 15:6).

FOTOGRAFIA DI ROBERT CASEY.

Correranno e non si stancheranno

Una delle benedizioni più grandi che abbiamo ricevuto quando siamo venuti sulla terra è un corpo fisico. La Parola di Saggezza, che si trova nella sezione 89 di Dottrina e Alleanze, insegna «l'ordine e la volontà di Dio in merito alla salvezza materiale di tutti i santi negli ultimi giorni» (v. 2). Seguono alcune testimonianze sulla Parola di Saggezza di santi degli ultimi giorni da tutto il mondo.

Mai troppo giovane

Ho 13 anni e so che se abbiamo cura del nostro corpo, riceveremo la benedizione promessa nella Parola di Saggezza che possiamo correre e non ci stancheremo (vedere DeA 89:20). Se pratico sport, mangio cibi sani e dormo quanto è necessario, diventerò più forte. Quando osservo questo comandamento sono libero da sostanze che danno assuefazione e non sono sotto il loro controllo.

So che il Padre celeste ci ha dato la Parola di Saggezza non per mettere dei limiti alla nostra vita ma per aiutarci a vivere in modo sano e felice. Satana cerca di tentarci facendoci credere che il fumo e il bere ci rendono popolari, liberi e felici. Ma non è vero. Alcune volte è difficile mantenere gli standard alti, specialmente a scuola, ma se mi sforzo di essere un buon esempio, aiuto i miei amici a comprendere l'importanza di scegliere il giusto.

La benedizione più grande che ho ricevuto grazie all'osservanza della Parola di Saggezza è la possibilità di avere lo Spirito come guida costante. Il mio obiettivo è di vivere in modo degno di andare un giorno al tempio.

Sevil V., Plovdiv, Bulgaria

Aiuta il diabete

Sono una nonna di 57 anni. Nel giugno 2006 mi è stato diagnosticato il diabete. Oltre a prendere le medicine, mi sono rivolta per aiuto alla Parola di Saggezza. Ho imparato il valore dell'attività fisica regolare e di una dieta sana. Ho perso 40 chili e ho mantenuto il peso raggiunto. Il giorno in cui il mio dottore mi ha tolto le medicine per il diabete e per la pressione alta, mi sono sentita molto benedetta per aver obbedito alla Parola di Saggezza. Ho una testimonianza della Parola di Saggezza perché continuo a beneficiare delle benedizioni spirituali e fisiche che ho ricevuto grazie alla mia obbedienza.

Beverly Rutherford, Washington, USA

Correre la maratona a 73 anni

Sono nato in Brasile e sono affetto da rachitismo, una malattia caratterizzata dalle ossa distorte. A 19 anni pesavo cinquanta chili e ero alto 1.64 m. Poiché, a causa della mia malattia, non ero stato accettato nell'esercito, iniziai a cercare come migliorare la mia condizione fisica. Cominciai a praticare una serie di esercizi e adottai una dieta bilanciata.

In quel periodo incontrai i missionari. Imparai a conoscere la Chiesa e i comandamenti, compresa la Parola di Saggezza. Era proprio quello di cui avevo bisogno. Mi diede istruzioni sugli alimenti da

mangiare e un elenco degli articoli impuri da evitare, cioè tabacco e bevande forti. Leggendo Dottrina e Alleanze appresi della necessità di riposarsi e dormire (vedere DeA 88:124).

Riacquistai le forze e arrivai a pesare 78 chili. Divenni campione di sollevamento pesi. Facevo anche judo e nuoto. Oggi a 73 anni sono un maratoneta, ho corso trenta maratone. Nel 2005 e nel 2006 sono arrivato secondo nella mia classe di età in Brasile. Godo di eccellente salute e sono molto felice.

Sono grato al Padre celeste per averci dato leggi che, se osservate, ci porteranno benedizioni di salute.

Antonio Olívio de Oliveira, San Paolo, Brasile

Una bottiglia di vino

Mentre, dopo la scuola, pulivo il salone di bellezza trovai una bottiglia di vino mezza piena che era rimasta dopo una festa. Chiesi al mio principale cosa ne dovevo fare. «Svuotala e butta via la bottiglia», mi disse mentre se ne andava. Chiuse la porta e io rimasi sola. Continuai il solito giro di pulizie ma quella bottiglia di vino mi era rimasta in mente. Avevo 14 anni e non avevo mai assaggiato il vino. Ero tentata.

Pulii la toilette, strofinai le spazzole e lavai il pavimento, e per tutto il tempo pensai a quella bottiglia di vino nella stanza da lavoro. Sapevo che un assaggio non mi avrebbe ubriacata e sapevo che nessun altro lo avrebbe mai saputo. Ma a quel pensiero mi resi conto che io lo avrei saputo e anche il Padre celeste. La lotta era finita. Sapevo che sarei stata addolorata se avessi ceduto a quella tentazione e volevo essere forte abbastanza da resistere a tutte le tentazioni. Versai il vino nel lavandino, sciacquai la bottiglia e la buttai nella spazzatura.

Può sembrare un'esperienza poco importante ad eccezione della differenza che fece per me. Avevo preso la decisione che avrei osservato i comandamenti anche quando non c'era nessuno che guardava. Volevo fare la cosa giusta per la ragione giusta. Ora so che ho la forza di resistere alla tentazione e sono più fiduciosa che potrò percorrere il sentiero che mi riporterà al mio Padre celeste.

Beth M. Stephenson, Oklahoma, USA

La forza di perseverare

L'anno dopo il mio battesimo diventai un volontario dei vigili del fuoco. Osservavo la Parola di Saggezza anche se i miei amici mi offrivano sigarette, alcol, te e caffè. Quando mi chiedevano perché rifiutavo, dicevo che ero mormone. La maggior parte di loro mi prendeva in giro e rideva.

Un giorno fummo sottoposti a un test di esercizio fisico della durata di tre ore per determinare chi poteva continuare a essere un vigile del fuoco. Indossavamo tutti un'uniforme pesante e stivali e trasportavamo l'attrezzatura per la respirazione. Prima del test vedevo gli altri che fumavano e ridevano di me perché ero solo un ragazzo e pensavano che non sarei stato in grado di passare quel rigido test.

Per prima cosa dovevamo fare dei giri di corsa intorno a un campo con addosso delle manichette molto pesanti. Dopo il primo giro le gambe e il corpo mi facevano male e i miei colleghi ridevano. Fu allora che mi ricordai quello che dice Dottrina e Alleanze 89: «Tutti i santi che si ricordano di rispettare e di mettere in pratica queste parole, camminando in obbedienza ai comandamenti, riceveranno salute nell'ombelico e midollo nelle ossa… E correranno e non si stancheranno» (vv. 18, 20).

Mi inginocchiai e chiesi in preghiera al Signore la fede di veder adempiersi quella

ILLUSTRAZIONI FOTOGRAFICHE DI JOHN LUKE.

promessa. Parecchi uomini vennero a vedere se stavo bene e risposi di sì. Cominciammo a correre di nuovo. Subito non sentii più il dolore alle gambe. Correvo e correvo e mi resi conto che gli altri erano caduti dalla fatica ma io non sentivo nemmeno il desiderio di fermarmi. Passai il test mentre i miei colleghi dovettero ripeterlo.

So che fui in grado di passare il test grazie alla mia obbedienza alla Parola di Saggezza. So che Dio era con me quel giorno e che se osserviamo i Suoi comandamenti Egli ci benedice con la Sua misericordia infinita.

Cristian Castro Marin, Santiago, Cile

Un impegno quotidiano

Due giorni dopo il funerale di mia madre mi guardai allo specchio. Non mi piacque quello che vidi: occhiaie scure sotto gli occhi, pallida, un brutto atteggiamento del corpo e circa otto chili in sovrappeso. Negli ultimi tre anni mi ero presa cura dei miei genitori e l'effetto sul mio corpo era stato disastroso. Con lo stress che mi aveva portato la malattia di entrambi i miei genitori e la loro morte a distanza di due anni l'uno dall'altra, non c'è da meravigliarsi se sembrava che non avessi dormito bene o mangiato un pasto equilibrato da settimane.

A ventisei anni ero a un bivio. Potevo andare avanti così e rischiare di morire di diabete, di cuore o di cancro, che erano presenti nella mia famiglia, oppure potevo riprendere il controllo e dare priorità alla mia salute. Era un impegno che dovevo prendere per tutta la vita, non solo per poche settimane. Mentre osservavo il mio viso non in buona salute riflesso alla specchio, feci a me stessa una promessa. Avrei iniziato a osservare la Parola di Saggezza come non avevo mai fatto.

Io e mio marito cominciammo a fare ginnastica due o tre volte alla settimana. Diventai più consapevole di quante calorie ingerivo. Aggiunsi ai miei pasti più frutta e verdura. Fu faticoso, ma imparai a leggere le etichette sugli aspetti nutritivi e a scegliere cibi più sani.

La vera chiave del mio successo era stabilire mete realistiche. Volevo perdere peso, aumentare la mia energia e apparire più sana. Riuscii a raggiungere tutte le mete con l'aiuto del Padre celeste e di un meraviglioso marito che mi sosteneva.

Dopo sei anni faccio ancora ginnastica e controllo cosa mangio. Continuo a fissare mete per la forma fisica e la dieta e lavoro giorno dopo giorno per raggiungerle. Se qualcuno allora mi avesse detto che mi sarei appassionata di allenamenti, onestamente non ci avrei creduto. Io sono la prova vivente che possiamo cambiare il nostro stile di vita se lo vogliamo veramente. Se riponiamo la nostra fede nel Padre celeste, Egli ci sosterrà nei nostri tentativi.

Mi sento bene con me stessa mentre mi sforzo per raggiungere la condizione migliore della mia salute. Da quando ho preso questo impegno, la mente è più chiara e rapida e il corpo più forte ed energico. Grazie a questo, posso gioire delle stupende benedizioni che il Padre celeste ha promesso a coloro che seguono la Parola di Saggezza. Egli dice che tutti i santi obbedienti «riceveranno salute nell'ombelico e midollo nelle ossa. E troveranno saggezza e grandi tesori di conoscenza, sì, dei tesori nascosti» (DeA 89:18–19).

Meagan Sandor, Ontario, Canada

Delineare un piano

Mia mamma iniziò a lavorare come infermiera poco dopo che io e lei eravamo state battezzate. Come madre single non aveva

molto tempo per cucinare, pertanto iniziammo a consumare cibi pronti. Anche se avevo solo dodici anni, la mia salute cominciò a peggiorare. Non avevo l'energia di prima, ero stanco e inquieto, misi su peso.

Chiesi alla mamma come avrei potuto essere più in forma. Mi aspettavo una risposta medica ma lei, a sorpresa, mi disse semplicemente: «Vivi i principi della Parola di Saggezza». Pensavo che avrebbe dovuto darmi dei consigli su calorie, carboidrati e grassi, ma la sua risposta fu esattamente quella di cui avevo bisogno.

Alla serata familiare il lunedì successivo ripassammo Dottrina e Alleanza 89 e delineammo un piano per l'alimentazione e l'attività fisica. Il cambiamento del nostro stile di vita fu drammatico. Iniziammo entrambi a sentirci più in forma e più felici. Sentivo più pace nella mia vita e i suggerimenti dello Spirito Santo erano più dolci.

Sono grato per l'amorevole Padre celeste che vuole comunicare con noi. Ora so che per ricevere rivelazioni sacre e personali dobbiamo essere più preparati fisicamente e spiritualmente.

Eric D. Richards, Utah, USA

Alzarsi presto

Il consiglio di alzarsi preso non si trova in Dottrina e Alleanze 89, ma nella sezione 88: «Andate a letto presto, per non essere affaticati; alzatevi presto, affinché il vostro corpo e la vostra mente possano essere rinvigoriti» (v. 124).

Mio marito si alza alle 5 del mattino. In passato non mi alzavo con lui. Continuavo a dormire e non mi alzavo nemmeno con i miei figli adolescenti. Di sera io andavo a letto presto, mio marito stava alzato fino alle 11 o anche dopo. Ero preoccupata per lui perché avrebbe potuto addormentarsi alla guida. Era necessario un cambiamento.

Decisi che mi sarei alzata con mio marito e avremmo fatto colazione assieme. Ora passiamo il tempo della colazione chiacchierando. Il risultato è che ora sono alzata prima che i ragazzi vanno a scuola e escono con preghiere e abbracci.

Mio marito va a dormire prima. Il mio sonno, che è sempre stato leggero, è diventato più profondo, quindi non ne ho bisogno tanto quanto prima. Sembra che nella mia vita molte cose stiano andando meglio perché ho cercato di seguire il consiglio di alzarmi «presto». ■

Linda Davis, Utah, USA

L'ASCENSIONE, DI DAVID EDWARD LINN, PER GENTILE CONCESSIONE DEL MUSEO DI STORIA DELLA CHIESA

Il recupero dalla dipendenza
guarire un passo alla volta

Nel programma di recupero dalle dipendenze della Chiesa le persone afflitte da una dipendenza imparano tramite l'Espiazione di Gesù Cristo a far avverare il miracolo della riabilitazione nella loro vita.

LIA McCLANAHAN
Riviste della Chiesa

Circa tre anni fa, mi svegliai dentro a una roulotte da qualche parte nell'Illinois, pieno di droga e alcol e senza ricordare nulla di quello che avevo fatto. Ricordavo soltanto che ero partito per un viaggio di lavoro e che, non appena l'aereo era atterrato, mi ci erano voluti 10 minuti in tutto per piantare in asso i miei colleghi, dirigermi verso il bar e sparire per tre giorni. Il secondo giorno—quello in cui avrei dovuto fare ritorno a casa—era il compleanno di mia figlia. Questo accadeva solo un anno fa.

Un anno fa, Mark (i nomi sono stati cambiati) non sapeva che avrebbe vinto la sua dipendenza da droghe e alcol. Egli aveva già provato a smettere. Aveva parlato con il suo vescovo, era stato da consulenti professionisti, era passato dai centri di riabilitazione e aveva esercitato tutta la forza di volontà di cui era capace, ma niente aveva prodotto un cambiamento definitivo. Poco tempo dopo quell'episodio critico nell'Illinois, Mark scoprì il programma di recupero dalle dipendenze della Chiesa, basato sui 12 Passi e organizzato dagli LDS Family Services. In questo programma, egli trovò i principi e la guida che avrebbero cambiato la sua vita.

I cambiamenti avvennero a mano a mano che egli studiava e metteva in pratica i principi insegnati sul manuale e durante gli incontri settimanali per il recupero dalla dipendenza. Il manuale del programma guida i lettori verso la riabilitazione attraverso 12 passi; ogni passo sviluppa un principio fondamentale della riabilitazione, come l'onestà, la speranza, o la fiducia in Dio. Agli incontri settimanali, i partecipanti hanno modo di ricevere forza dagli altri e di parlare delle proprie esperienze nel mettere in pratica questi principi.

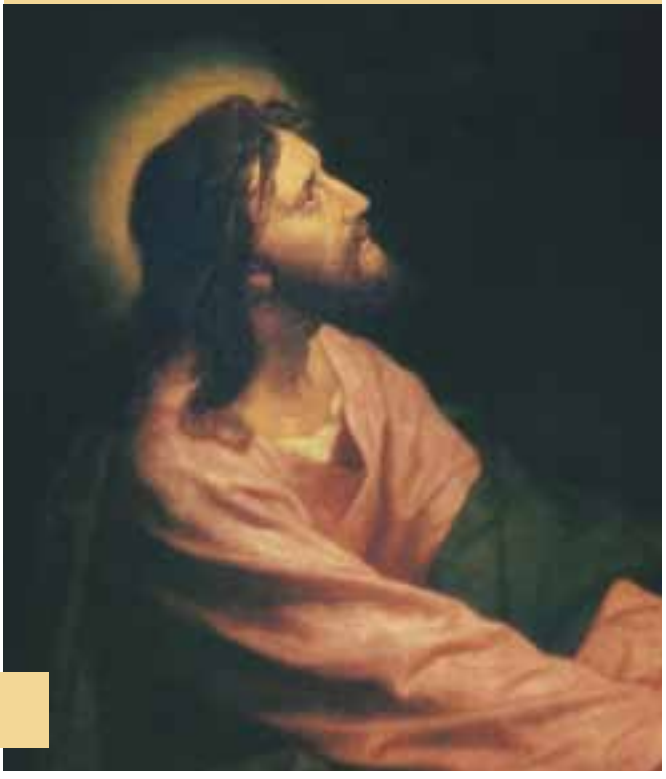
Mark imparò che il cammino dalla dipendenza alla riabilitazione è difficile, ma che conoscere persone che hanno già compiuto questo cammino può dare speranza a chi lotta. Ad ogni incontro un coadiutore—una persona che ha già portato a termine il programma di riabilitazione—incoraggia gli altri parlando delle cose che ha imparato in questa esperienza. Adesso Mark è un coadiutore. Ogni settimana egli parla delle sue esperienze (che appaiono in questo articolo a caratteri corsivi) per aiutare gli altri a comprendere che non sono soli e che la dipendenza si può sconfiggere.

La trappola della dipendenza

Dopo ogni volta che rinunciavo, mi dicevo: «Questa volta sarà diverso. Signore, ti prego, aiutami. Non voglio che questo faccia parte della mia vita». Ciononostante, continuava a essere così.

Mark era attivo nella Chiesa. Egli non avrebbe mai pensato di cadere nella trappola della dipendenza. Osservare le

La grazia, un potere che ci perviene tramite l'Espiazione di Gesù Cristo, rende possibile la riabilitazione. È per mezzo della grazia che i partecipanti al programma di recupero ritrovano la speranza che hanno perduto.



norme della Chiesa, come la Parola di Saggezza, consente ai fedeli di evitare molti comportamenti dettati dalla dipendenza; tuttavia, in un mondo nel quale si diffondono sempre di più influenze rovinose, la dipendenza sta diventando un problema crescente, anche tra i santi degli ultimi giorni. Mark lottava con alcol e droghe, ma le dipendenze non si limitano all'abuso di certe sostanze. Sono forme di dipendenza anche le scommesse e il gioco d'azzardo, la pornografia, i disordini alimentari, il comportamento sessuale inappropriato e l'eccessiva dipendenza da un'altra persona.

Ad ogni incontro per il recupero, possono essere rappresentati molti tipi diversi di dipendenza. Steve, ad esempio, era dipendente dai farmaci. Egli aveva cominciato a prendere dei medicinali per il mal di schiena; il male passò, ma lui mentì e arrivò perfino a rubare pur di ottenere ancora degli antidolorifici. Una domenica, Steve, che era consigliere del vescovato, nel suo bel completo domenicale anziché dirigere la riunione sacramentale finì in prigione. Fu a quel punto che comprese di avere bisogno di aiuto.

In alcune località sono disponibili gruppi creati specificamente per i problemi legati alla pornografia. Garrett, che frequenta regolarmente uno di questi gruppi, dice che all'inizio non si rendeva conto che la sua abitudine era una dipendenza. «Per nessuna ragione sarei andato a comprare una rivista pornografica, ma era così facile trovarla in Internet» racconta. Si convinse che doveva cambiare quando il suo matrimonio fu sul punto di andare in pezzi.

Partecipare al programma

Non ero capace di riconciliare il mio comportamento con la mia testimonianza, né di perdonarmi per essere caduto nella dipendenza; così arrivai al punto in cui la vergogna era insopportabile. Alla fine fui disposto a provare qualcosa di diverso.

Una frase che viene spesso ripetuta tra coloro che partecipano al programma dice che un individuo cerca di guarire «quando il male del problema supera il male della soluzione». Quando Mark arrivò a quello stadio, accettò il consiglio di un amico e si recò a un incontro per il recupero dalle dipendenze della Chiesa. Alcune persone decidono da sole di venire. Altre vengono incoraggiate a frequentare dagli amici o dai dirigenti del sacerdozio. Per alcuni è il tribunale a imporre loro di partecipare agli incontri per intraprendere il programma dei 12 Passi.

Molti sono riluttanti a partecipare a queste riunioni perché si vergognano delle loro difficoltà. Nel suo lavoro di missionaria di servizio della Chiesa, Suzanne si meraviglia del cambiamento che avviene nei partecipanti. «Le prime volte che vengono agli incontri», racconta, «spesso tengono il capo chino. Sono imbarazzati e pieni di sensi di colpa e di paura. Dopo poche settimane si risollevano, perché ritrovano la speranza. Essi scoprono di non essere soli nella loro battaglia».

I missionari di servizio della Chiesa sono pronti ad accogliere i partecipanti e infondere loro speranza e incoraggiamento. Gli incontri vertono su un Passo diverso del manuale ogni settimana e il coadiutore parla dell'esperienza fatta con quel passo. Coloro che desiderano esprimere i loro pensieri su quell'aspetto della riabilitazione si presentano dicendo soltanto il loro nome. Ad ogni incontro vengono ribaditi i principi dell'anonimato e della riservatezza, che sono indispensabili per alimentare un clima di fiducia.

CRISTO NEL GETSEMANI, DI HEINRICH HOFMANN, PUBBLICATO PER GENTILE CONCESSIONE DI C. HARRISON CONROY CO.; FOTOGRAFIA DELLA BUSATH PHOTOGRAPHY

Un aspetto importante di queste riunioni è che i partecipanti si trovano nella condizione di poter sentire nuovamente lo Spirito. Hanno la possibilità di offrire la preghiera e di dare la loro testimonianza, anche quando, a causa delle loro scelte, sono stati sospesi o scomunicati. L'atmosfera spirituale è fonte di grande forza per i partecipanti che si concentrano sui 12 Passi.

I passi della riabilitazione

Mettere in atto i passi del programma rese il Vangelo più semplice per me e mi mise in grado di conformare la mia vita alla testimonianza che avevo sempre avuto.

Come scoprì Mark, i passi del programma di recupero dalle dipendenze sono un modo sistematico di tradurre i principi del Vangelo in azioni. I 12 Passi sono stati adattati dagli originali Dodici Passi dell'Associazione Alcolisti Anonimi; tuttavia il programma della Chiesa si distingue perché inserisce i passi nel «quadro delle dottrine e delle credenze della Chiesa».[1] Nel programma di recupero dalle dipendenze i 12 Passi sono in realtà i passi per accedere al potere dell'Espiazione.

Il manuale, *Addiction Recovery Program: A Guide to Addiction Recovery and Healing* (numero di catalogo 36764), descrive i 12 Passi e i principi ad essi collegati. Per ogni passo si trova una sezione di studio delle Scritture corredata di domande su cui riflettere e di spazio in cui scrivere. Un partecipante afferma che l'approccio diretto dei 12 Passi gli dette speranza. Quando Clifford si risvegliò dal coma in cui era caduto in seguito a un'overdose, il suo matrimonio e la sua carriera erano finiti. Si domandava come avrebbe mai potuto rimettere in sesto la sua vita. «Con il Vangelo suddiviso in piccoli passi, 12 passi—potevo farcela», racconta.

Molti sostengono che i Passi 4 e 5, che comportano lo scrivere un inventario della propria vita e la confessione, siano i più difficili. Tuttavia, è un fatto soggettivo. Paula lottava con la bulimia e la dipendenza affettiva; per lei il più difficile fu il Passo 8, che riguarda il perdono e il ristabilire i rapporti, quando provò a perdonare il padre che aveva abusato di lei. Ora ella afferma: «Non so dire quanto sono grata per il miracolo che è avvenuto nella mia vita: quello di essere riuscita ad amare e a perdonare».

Speranza nell'Espiazione

Il cambiamento che è avvenuto in me è che non mi sento più continuamente infelice. A volte non è facile. Forse il Signore non ritiene opportuno togliermi tutto il peso in questo momento, ma mi rende più forte e capace di sopportarlo con pazienza e buon umore; così posso progredire. Egli alleggerisce il mio fardello quel tanto che basta perché io impari il più possibile.

Il Vangelo insegna che la grazia giunge tramite l'Espiazione di Gesù Cristo (vedere Ether 12:27). La grazia è il potere che ci viene conferito che rende possibile la riabilitazione. Essa è «aiuto, o forza divina» che ci aiuta a compiere buone azioni che non saremmo capaci di compiere o di continuare da soli.[2]

Suzanne, che ha completato il programma a sua volta prima di diventare missionaria di servizio della Chiesa, dice: «Sapevo che il Signore mi poteva dire cosa dovevo fare, ma non avevo mai saputo che Egli ha il potere di aiutarmi a farlo. Adesso comprendo la grazia che ci perviene tramite l'Espiazione di Gesù Cristo».

È per mezzo della grazia che i partecipanti ritrovano la speranza che hanno perduto. Edward, uno di loro, è cresciuto nella Chiesa, ma le insicurezze della sua infanzia lo portarono a non considerarsi all'altezza delle altre persone. Egli racconta: «Non capivo l'Espiazione e non amavo me stesso, perciò non mi importava veramente di niente». A vent'anni cominciò a bere e ad assumere stupefacenti nel tentativo di attenuare i sentimenti negativi—un copione che si ripeté per venti anni.

Quando fu arrestato una seconda volta per guida in stato di ebbrezza, gli venne imposto di entrare in

RICEVERE IL POTERE DI CAMBIARE

«Possiamo cambiare se ci rivolgeremo al Signore e crederemo nel Suo nome. Egli ci darà il potere di cambiare, la forza di eliminare dal cuore i cattivi pensieri e sentimenti. Possiamo essere elevati dall'"abisso più oscuro" a "ved[ere] la luce meravigliosa di Dio" (Mosia 27:29). Possiamo essere perdonati. Possiamo trovare pace».

Presidente James E. Faust (1920–2007), secondo consigliere della Prima Presidenza, «Il potere di cambiare», *Liahona*, novembre 2007, 123.

COME TROVARE UN GRUPPO PER IL RECUPERO DALLE DIPENDENZE

Visitate il sito www.ldsfamilyservices.org, e cliccate su **Addiction Recovery Support Groups.** Il manuale è disponibile in cinese, danese, finlandese, giapponese, inglese, mongolo, norvegese, portoghese, russo, spagnolo, svedese, tedesco, ucraino. Sebbene l'ideale sia utilizzare il manuale mentre si frequentano gli incontri di gruppo, i membri della Chiesa che si trovano in zone in cui questi gruppi non sono stati istituiti trarranno beneficio dall'uso del manuale allorché affronteranno il problema con l'aiuto dei dirigenti del sacerdozio o di un terapeuta professionista, che sostenga i principi del Vangelo e il programma dei 12 Passi.

Se siete un dirigente del sacerdozio e siete interessato ad attuare il programma di recupero dalle dipendenze nella vostra zona, contattate la vostra presidenza di area seguendo le linee ecclesiastiche.

trattamento. Nel programma della Chiesa, egli imparò che era possibile ottenere il perdono e riconquistare l'autostima. Andò in chiesa ogni domenica, studiò i 12 Passi e mise in pratica le cose che aveva imparato. Divenne disposto a mettere la sua vita nelle mani del Padre celeste e così facendo imparò ad amare sé stesso e a permettere che l'Espiazione agisse su di lui. «Non potevo superare tutte queste cose da solo», egli dice. «Il Salvatore può fare per me quello che io non riesco a fare con le mie forze».

Le persone che lottano con la dipendenza non sono le sole a sperimentare un possente cambiamento: anche i familiari scoprono che applicando i 12 Passi alla loro vita e partecipando agli incontri per il recupero possono ricevere le benedizioni dell'Espiazione, relativamente alla loro sofferenza. In alcune zone il programma organizza gruppi di sostegno per familiari e amici; essi scoprono che il Salvatore può guarire il dolore, la rabbia e il senso di colpa che spesso si provano nella loro situazione.

Quando Deborah venne a sapere che il figlio si drogava, fu tormentata dai sensi di colpa, pensando che avrebbe potuto essere una madre migliore. Poi scoprì che i passi si potevano applicare anche a lei. Ella racconta: «Quello che ho imparato dal programma è che, a prescindere da ciò che fa mio figlio, io posso ancora essere felice e sentire vicino il Padre celeste». Aggiunge poi: «Vista da fuori sembro la stessa persona, ma dentro sono completamente cambiata».

Shannon frequentò un gruppo di sostegno per i coniugi di persone con problemi di dipendenza dalla pornografia. Partecipando a queste riunioni, notò che stava cambiando anche lei. All'inizio era concentrata sul dolore che le causava la dipendenza del marito. Quando, però, cominciò a imparare e a mettere in atto i passi, avvenne un cambiamento miracoloso. «Incominciai a parlare sempre meno di mio marito e sempre di più di quello che avevo imparato da ogni singolo passo», racconta. «Cominciai a vedere come il Signore operava in *me*».

L'obiettivo finale

In passato ero stato capace di astenermi per alcuni periodi di tempo. Ritornavo a essere degno della fiducia della Chiesa e servivo nelle chiamate; tutti mi dicevano quanto fossi forte. Dentro di me, però, non mi sentivo affatto forte. Questo è il motivo per cui l'astinenza è solo una parte. Siamo veramente guariti quando non facciamo

ILLUSTRAZIONI FOTOGRAFICHE DI CRAIG DIMOND E DAVID STOKER, CON MODELLI PROFESSIONISTI; *L'ASCENSIONE*, DI DAVID EDWARD LINN, PER GENTILE CONCESSIONE DELL'AVA MUSEUM OF ART

più quella cosa e non desideriamo più farla perché siamo cambiati dentro.

Mark imparò che grazie all'Espiazione gli individui possono non solo porre fine alle azioni dettate dalla dipendenza, ma rimuovere anche le cause che ne sono alla radice. Inoltre, con l'aiuto dei dirigenti del sacerdozio, essi possono pentirsi e ricevere di nuovo le benedizioni del Vangelo nella loro vita. Doug LeCheminant degli LDS Family Services chiarisce qual è l'obiettivo del programma: «Il nostro obiettivo finale è che coloro che partecipano al programma possano stringere e mantenere le ordinanze del tempio, non semplicemente rimanere sobri». I risultati più preziosi sono il ritorno all'attività, il battesimo o l'essere battezzati di nuovo, l'avanzamento nel sacerdozio, le ordinanze del tempio e il ripristino delle benedizioni.

Steve, che si ritrovò in prigione con il suo completo della domenica, dice: «Oggi sono pulito e sobrio grazie al mio Padre celeste e ai 12 Passi». La sua attività nella chiesa ha un significato particolare per lui. «Sono un padre. Sono un consulente del quorum dei sacerdoti. Sono anche un coadiutore, perché desidero dare a mia volta qualcosa a un programma che mi ha dato tanto generosamente».

Mantenere il recupero giorno per giorno

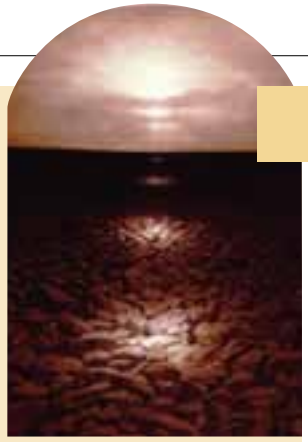
Ogni giorno cerco il mio Padre celeste con la preghiera e nelle Scritture. La mattina leggo libri sulla riabilitazione e scrivo come mi sento e quello che penso. Chiamo una persona, la mia figura di sostegno del programma, che mi aiuta a chiarire le idee. Partecipo agli incontri. Cerco di servire. E non ho mai avuto ricadute nei giorni in cui ho fatto queste cose.

Questi compiti quotidiani alimentano la salute spirituale di Mark. Altri che hanno intrapreso il programma hanno scoperto la stessa verità: mantenere la forza spirituale richiede uno sforzo continuo. Nessuno si può dire completamente al riparo da una ricaduta, ma vivendo il Vangelo giorno per giorno, coloro che lottano con la dipendenza vengono a Cristo e ricevono forza e speranza.

«Sto imparando un poco alla volta, precetto su precetto», dice Mark. «La mia disposizione sta cambiando ed è la prima volta, da quando tutto questo è cominciato, che posso dire di avere speranza. Credo veramente che riuscirò a non ricaderci mai più». ■

NOTE

1. James E. Faust, «Il potere di cambiare», *Liahona,* novembre 2007, 124.
2. Vedere Guida alle Scritture, «Grazia», 93.



I 12 PASSI DEL PROGRAMMA DI RECUPERO DALLE DIPENDENZE

1. Riconosci di non avere il potere di superare da solo la tua dipendenza e di avere perduto il controllo della tua vita.
2. Credi che il potere di Dio possa ricondurti alla completa guarigione spirituale.
3. Decidi di sottomettere la tua volontà e affidare la tua vita a Dio il Padre eterno e a Suo Figlio, Gesù Cristo.
4. Scrivi un inventario morale profondo e coraggioso della tua vita.
5. Riconosci con te stesso, con il Padre celeste nel nome di Gesù Cristo, con l'autorità del sacerdozio appropriata e con un'altra persona l'esatta natura dei tuoi errori.
6. Accetta senza riserve che Dio rimuova tutte le debolezze del tuo carattere.
7. Chiedi umilmente al Padre celeste di porre rimedio alle tue insufficienze.
8. Scrivi un elenco di tutte le persone a cui hai fatto del male e decidi di fare ammenda verso queste persone.
9. Quando possibile, fai ammenda direttamente a tutte le persone a cui hai fatto del male.
10. Continua a tenere il tuo inventario personale e, quando ti trovi nel torto, ammettilo senza esitare.
11. Cerca, tramite la preghiera e la meditazione, di conoscere la volontà del Signore e di ricevere la forza per compierla.
12. Avendo ottenuto un risveglio spirituale in virtù dell'Espiazione di Gesù Cristo, trasmetti questo messaggio ad altri e metti in pratica questi principi in tutti i campi della tua vita.

«Alcuni amici della Chiesa litigano con gli amici che non appartengono alla Chiesa su quale sia la vera religione. So che è sbagliato contendere, ma come faccio a far sapere agli amici i sentimenti che provo per il Vangelo?»

Invece di provare a parlare dei tuoi sentimenti quando gli animi sono accesi e manca lo Spirito, cerca delle occasioni per avvicinare i tuoi amici singolarmente, in un momento e in un luogo in cui lo Spirito ti possa aiutare.

Prega per avere delle occasioni di parlare del Vangelo con i tuoi amici. Quando l'occasione ti viene data, spiega le cose in cui credi e rendi la tua testimonianza. Fai in modo che sentano che ti interessi sinceramente di loro. Se i tuoi amici sono interessati a conoscere di più, potresti dare loro un opuscolo, invitarli in chiesa, indirizzarli sul sito Mormon.org, oppure contattare i missionari.

Prega affinché lo Spirito ti faccia sentire che cosa dire ai tuoi amici e come dirlo. Prega che il Signore ti aiuti a evitare le contese. Se i tuoi amici iniziano a litigare con te, spesso la cosa migliore da fare è cambiare argomento o abbandonare la conversazione.

Prega per ricevere la guida.

La contesa non viene da Dio (vedi 3 Nefi 11:29), perciò non è il modo giusto per parlare di questo meraviglioso Vangelo. Un buon modo per far conoscere il Vangelo è quello di invitare i tuoi amici a venire in chiesa o alle attività. La preghiera mi ha aiutato a sapere come presentare il Vangelo ai miei amici. So che il Signore risponde alle preghiere. Egli ti mostrerà sempre il modo giusto di fare le cose.

Celeste R., 22 anni, California, USA

Insegna loro come possono sapere

Se litighi o disputi riguardo alle tue convinzioni religiose, lo Spirito se ne va. Esso non può restare per testimoniare che stai dicendo il vero. La cosa migliore da fare è rendere la propria testimonianza. Dichiara semplicemente in che cosa credi e spiega come fai a sapere che ciò è vero. Quando parlo della nostra Chiesa ad altre persone dico loro che, se pregheranno, leggeranno il Libro di Mormon e ascolteranno i sentimenti del loro cuore, potranno sapere da sé stesse che essa è vera. I tuoi amici potranno continuare a non essere d'accordo con te, ma non potranno negare il potere della tua testimonianza.

Sorella Clement, 22 anni, Missione di Knoxville, Tennessee, USA

Evita le contese

Ho un amico che appartiene a un'altra chiesa. Un giorno dello scorso anno venne da me, a scuola, e incominciò a provare a dimostrarmi che il Libro di Mormon non è vero e che la Chiesa di Gesù Cristo dei Santi degli Ultimi Giorni non è una chiesa cristiana. Dopo avere risposto a tutte le sue obiezioni, cominciai a rendermi conto che non mi stava nemmeno a sentire, perché continuava a sfidarmi con la stessa domanda. In base a ciò che

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

ho imparato in quell'occasione, il mio consiglio è che tutto quello che puoi fare è spiegare che non vuoi avere dispute e rendere la tua testimonianza che la Chiesa del Signore è vera.

Jayden C., 13 anni, Washington, USA

Le contese creano risentimento

Contendere non è mai stata la cosa giusta. Allontana lo Spirito del Signore e lascia dietro di sé sentimenti di rancore e odio. Contendere cambia anche il tuo modo di vedere le altre persone. Generalmente sono le questioni dottrinali che finiscono per far discutere le persone; perciò è molto importante fare da paciere e non dimenticare mai di rendere la tua testimonianza delle verità del Vangelo e delle benedizioni che ti ha portato.

Carlos F., 19 anni, Guárico, Venezuela

Rispetta le convinzioni religiose degli altri

Invece di dire ai tuoi amici: «La mia religione è vera e la tua no», condividi con loro la tua testimonianza. Trova un momento in cui tu e il tuo amico siate soli e chiedi se puoi esprimere la tua testimonianza. Una volta ho fatto così con una cara amica cristiana che è molto devota alla sua chiesa. Lei pensò che fosse una cosa fantastica che io avessi una testimonianza. Dopo che lo ebbi fatto, parlammo delle nostre convinzioni religiose, ma senza litigare. Comunque, quando usi espressioni come «La tua chiesa non è quella vera» mostri una mancanza di rispetto verso qualcosa che potrebbe essere molto importante per loro. Gli amici non si comportano così. Potrai trovarti in disaccordo con i tuoi amici su questioni dottrinali, ma un vero amico ascolterà la tua testimonianza e comprenderà quanto il Vangelo sia importante per te.

Amber P., 17 anni, Utah, USA

Vivi il Vangelo

Vivi in modo tale che chi ti conosce e non conosce il vero Vangelo vorrà conoscerlo perché conosce te. Fai trasparire la gioia che dà il Vangelo. Sii una luce, una guida e l'esempio migliore che puoi essere per i tuoi amici e per gli altri.

Anziano Kamah, 20 anni, Missione di Cape Coast, Ghana

Rendi testimonianza

Il modo migliore di far conoscere il Vangelo è farlo con sincerità e amore. Litigare non ti porterà da nessuna parte. Gesù Cristo non disputò con i farisei; al contrario, Egli insegnò loro con l'amore, le parole e l'esempio. In *Predicare il mio Vangelo* è scritto: «Le persone possono a volte mettere in questione dal punto di vista razionale ciò che insegni, ma è difficile mettere in dubbio una testimonianza sincera e toccante» (2005, 211). Rendi la tua testimonianza di ciò che sai essere vero e di come sai che è vero. L'occasione migliore che hanno i tuoi amici per comprendere è quando lo Spirito testimonia che le cose che dici sono vere.

Ephraim S., 20 anni, New South Wales, Australia

LA PROSSIMA DOMANDA

«Ho pregato e studiato le Scritture per lungo tempo, ma non mi sembra di avere ricevuto una risposta alle mie domande. Come posso ottenere una testimonianza?

Inviate la risposta entro il 15 luglio 2009 a:

Liahona, Questions & Answers 7/09
50 E. North Temple St., Rm. 2420
Salt Lake City, UT 84150-0024, USA
Oppure via e-mail a:
liahona@ldschurch.org

Nell'e-mail o nella lettera vanno incluse le informazioni e il permesso seguenti:

NOME E COGNOME

DATA DI NASCITA

RIONE (O RAMO)

PALO (O DISTRETTO)

Concedo il permesso di stampare la risposta e la fotografia:

FIRMA

FIRMA DI UN GENITORE (PER I MINORENNI)

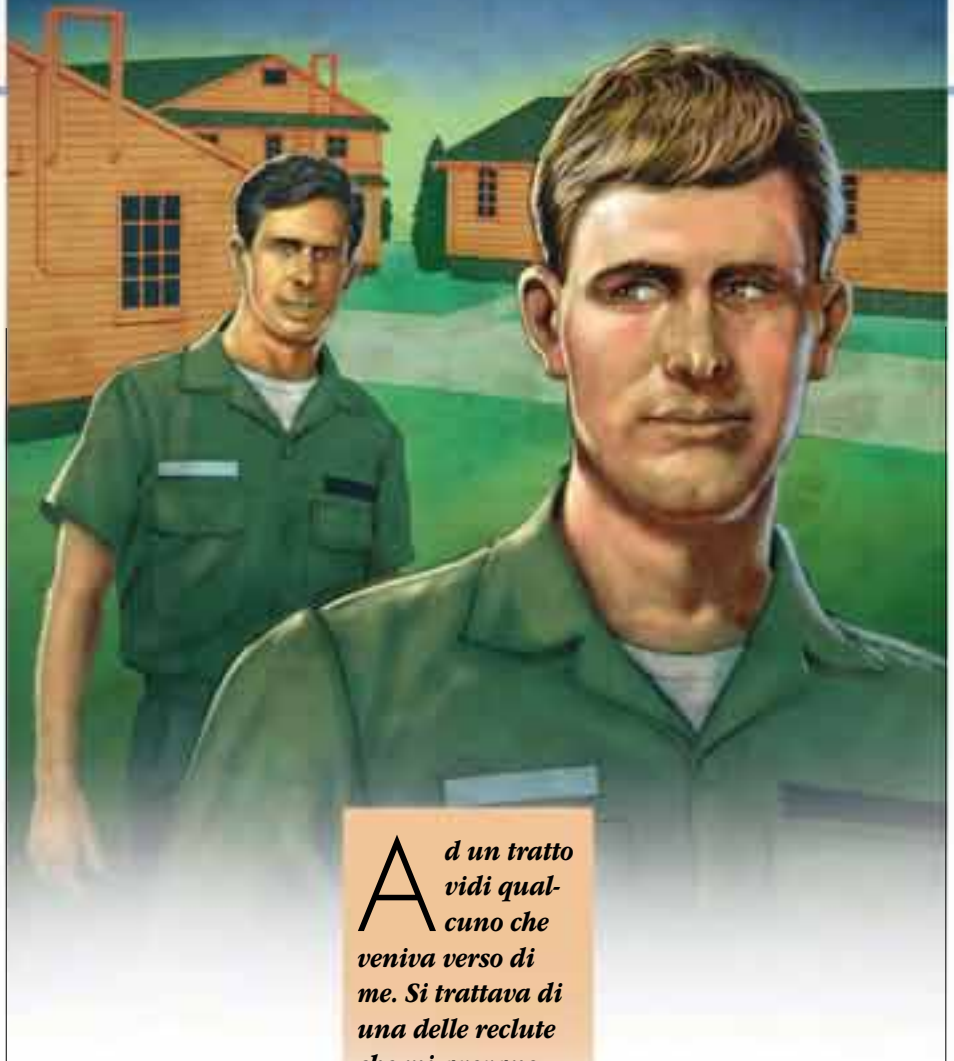
NON DISPUTARE CON NESSUNO

«Abbiamo la responsabilità di esporre la nostra posizione con una ragionevole e cordiale persuasione servendoci di fatti accurati. Abbiamo la responsabilità di rimanere fermi e inflessibili in difesa della moralità e dei principi eterni del Vangelo, senza tuttavia mai contendere con alcun uomo o organizzazione. Le contese non fanno che erigere muri ed alzare barriere. L'amore apre ogni porta».

Anziano Marvin J. Ashton (1915–1994), membro del Quorum dei Dodici Apostoli, «Non è il momento delle contese», *La Stella*, ottobre 1978, 12.

Vietato imprecare

Keith Porter



Nel 1962 assieme a undici compagni delle superiori di Preston, in Idaho, mi sono arruolato nella Guardia Nazionale. L'addestramento sembrava una vacanza fino a quando arrivammo a Fort Ord, in California.

Avevamo bisogno di uno dell'altro per sopravvivere al nuovo ambiente militare che ci circondava e agli attacchi delle altre reclute. Molte usavano un linguaggio biasimevole e sembravano non avere alcuna morale. Cercavo ogni occasione per stare con gli altri commilitoni membri della Chiesa per riuscire a tollerare le vessazioni dei nostri camerati.

Dopo l'addestramento base rimasi a Fort Ord assieme a due compagni del liceo per continuare l'addestramento nelle comunicazioni. Presto due reclute, ragazzi grossi e violenti, del corso di addestramento iniziarono una gara fra di loro per vedere chi riusciva a dire le cose più detestabili e volgari. Ogni mattina quando si alzavano gridavano volgarità così chiunque in caserma poteva sentire quel linguaggio ripugnante.

Una mattina ero proprio davanti a loro e, desiderando tranquillità, chiesi loro di smettere. Sconcertati, indirizzarono la loro grettezza verso di me e mi rivolsero diversi epiteti, quindi mi misero in guardia che sarebbe stato meglio non farmi trovare da solo.

In seguito quella mattina, mentre raccoglievo la spazzatura, ero solo in mezzo alle baracche quando ad un tratto vidi qualcuno che veniva verso di me. Si trattava di una delle reclute che mi avevano minacciato.

Ad un tratto vidi qualcuno che veniva verso di me. Si trattava di una delle reclute che mi avevano minacciato.

Mentre si avvicinava mi preparavo al peggio, invece si limitò a dirmi quanto mi rispettava e che avrebbe desiderato avere il coraggio di vivere come facevo io. Ammise che i suoi genitori sarebbero stati delusi di sapere come viveva. Aggiunse che non avrebbe più usato un linguaggio volgare in mia presenza. Poi si voltò e se ne andò.

Mentre passavo accanto all'altra baracca vidi venirmi incontro la seconda recluta. Mi si avvicinò e mi chiese scusa per il modo in cui si era comportato. Mi disse anche quanto mi rispettava e aggiunse che sperava di poter vivere un giorno come gli era stato insegnato.

Un fine settimana, quando i miei amici membri della Chiesa erano in licenza, quei due ragazzi mi invitarono ad andare al cinema con loro e il loro gruppo di amici. Stavamo camminando quando qualcuno imprecò. Le due reclute dissero al gruppo che nessuno avrebbe dovuto imprecare quando io ero con loro.

Alla fine del film il gruppo decise di andare in un club per bere qualcosa ma i miei amici si scusarono e spiegarono che avrebbero passato la sera con me. Una volta soli mi fecero domande sulla mia famiglia e sulla chiesa a cui appartenevo, che aiutava i giovani a sviluppare quelle norme che osservava il nostro gruppo di santi degli ultimi giorni. Risposi alle loro domande e parlai della Chiesa.

Ho imparato che il cielo sostiene il coraggio e benedice chi difende ciò che è giusto. ■

ILLUSTRAZIONI DI JERRY HARSTON

Fermati qui!

Dennis Salazar, raccontato a Sedley Parkinson

Quelli passati con la mia famiglia sono sempre stati per me bei momenti. Lavoro come ingegnere ferroviario e i miei orari sono imprevedibili. Ogni tanto vengo trasferito lontano da casa e rimango separato per un po' da mia moglie e dai miei figli. In questi periodi riesco a vederli solo alcuni giorni alla settimana e dopo aver guidato a lungo.

Una volta, quando ero a riposo, Scarlett, mia moglie, e i bambini vennero a trovarmi. I nostri figli adoravano dormire in una stanza d'albergo e mangiare al ristorante. Quel viaggio era una vacanza per loro. Il tempo di quella riunione così rinfrancante passò velocemente e ben presto eravamo già lì ad abbracciarci e a dirci addio. Diedi un'occhiata allo specchietto retrovisore e vidi la macchina di Scalett scomparire dalla mia vista sulla rampa opposta dell'autostrada. Io facevo ritorno alla ferrovia e Scarlett portava i bambini a casa.

Sorridevo pensando alla mia famiglia e decisi di chiamare Scarlett per ringraziarla ancora una volta per essere venuti a trovarmi. Cercai il cellulare nella tasca del cappotto, ma non c'era. Dopo averlo cercato senza successo, mi resi conto che il telefono doveva essere rimasto per sbaglio nella macchina di Scarlett.

Lo usavo per telefonare alla mia famiglia, ma mi era necessario anche per il mio lavoro. Io e mia moglie stavamo guidando in due direzioni opposte da circa dieci minuti, ma dovevo recuperare il cellulare. Decisi che avrei imboccato l'uscita successiva e sarei tornato indietro per cercare di raggiungerla. Mentre stavo per svoltare mi sembrò di sentire una voce che diceva: «Fermati!»

Iniziai a rallentare, anche se ogni minuto che passava rendeva sempre più difficile recuperare il mio telefono.

Un secondo pensiero mi attraversò la mente: «Fermati qui!»

Fui sopraffatto da questa forte sensazione. Contro ogni logica, accostai e spensi il motore. Non sapevo perché, ma sentivo che dovevo rimanere fermo. Mentre mi arrendevo a quello che sentivo essere stato un suggerimento dello Spirito Santo, un sentimento di pace si sostituì al panico che avevo provato. Offrii un'umile preghiera al Padre celeste, grato per le Sue istruzioni e la Sua guida.

Poco dopo scorsi la macchina di Scarlett che veniva verso di me. Quando mi vide, fermò l'auto e mi venne incontro con il mio cellulare in mano.

«Come sapevi che ti dovevi fermare e aspettare?», mi chiese.

I nostri occhi si riempirono di lacrime di gioia mentre gli raccontavo l'esperienza che avevo avuto nel ricevere i suggerimenti dello Spirito Santo.

Ricorderò sempre quell'episodio e non potrò mai negare l'aiuto divino ricevuto quel giorno, che ha rafforzato la nostra testimonianza che il Padre celeste è a conoscenza dei più piccoli dettagli della nostra vita. Mi sforzo di rimanere degno di quella stessa guida che ho ricevuto molti anni fa. ■

Non sapevo perché, ma sentivo che dovevo rimanere fermo.

Il Salvatore non mi aveva dimenticato

Roland Livings

Quando ero un bambino, mia mamma mi aveva insegnato a pregare e ogni domenica andavo in chiesa con lei. Mia sorella e mio fratello erano membri del coro della chiesa parrocchiale di Hertfordshire, in Inghilterra, e sembrava una cosa naturale seguire il loro esempio e partecipare.

Poiché avevo solo otto anni, non dovevo frequentare la riunione di comunione della domenica mattina presto. Dormivo fino a tardi poi mi alzavo e andavo in bicicletta fino alla chiesa per prendere parte alla riunione mattutina principale.

Eravamo a metà dell'inverno del 1952, fuori c'erano trenta centimetri di neve, all'interno i vetri della finestra della mia camera erano gelati. Mi rannicchiai sotto le coperte, deciso a non andare in chiesa quella domenica.

Mia madre mi chiamò per farmi alzare ma io feci finta di dormire. Quando sentii i suoi passi che cominciavano a salire le scale gridai: «Va bene. Mi alzo».

Poi bisbigliai: «Ma a che scopo? In ogni caso non esiste questa persona chiamata Gesù Cristo». Immediatamente sentii nella mente una voce che mi diceva: «C'è, e un giorno mi servirai». La voce sembrava molto naturale, come se mi parlasse un amico. Passarono gli anni e dimenticai quell'episodio.

Cresciuto mi arruolai nella marina militare inglese e dopo nove anni trovai lavoro in una compagnia per la sicurezza contro gli incendi. Una sera dopo il lavoro bussarono alla porta: c'erano due sorelle missionarie che si presentarono. Ero stanco, sporco e affamato. Suggerii loro di ripassare più tardi o un'altra volta.

Con mia sorpresa, un'ora dopo ritornarono. Le feci entrare e quando iniziarono a parlare capii che nel loro messaggio c'era qualcosa di speciale. La mia casa era diversa e sapevo che era per ciò che quelle due sorelle trasmettevano.

Quella sera mi insegnarono la prima lezione e la seconda la sera successiva. Due anziani iniziarono a venire ogni sera, fino a quando ebbi ricevuto tutte le lezioni. Iniziai a leggere il Libro di Mormon e a pregare. Trovarmi in ginocchio a pregare per la prima volta in venti anni fu l'esperienza più spirituale che avessi mai avuto in vita mia.

Presi l'impegno di battezzarmi una settimana dopo aver terminato le lezioni. Dopo il battesimo, gli anziani Ross e Fullerger posero le loro mani sulla mia testa per darmi il dono dello Spirito Santo. Non appena mi toccarono la testa con le mani, ricordai quell'esperienza con lo Spirito vissuta venti anni prima. Qualcosa di prezioso, che era stato nascosto da tutti gli errori che avevo commesso, si era preservato in me e fu riunito spiritualmente alla mia memoria. Ero annichilito al pensiero di significare così tanto per il Salvatore, che non si era dimenticato di me.

Sono grato per i missionari che mi hanno insegnato il Vangelo e i membri del mio primo rione che mi hanno nutrito. Ma più di tutto, sono grato per il mio Salvatore, della cui esistenza avevo dubitato ma che ora sono felice di servire. ■

Sentii una voce nella mente che diceva: «C'è una persona che si chiama Gesù Cristo».

Il Signore si è preso cura di me

Piera Zuppardo

Un membro della chiesa mi diede una busta e mi disse: «Questa è per lei».

Dopo il mio matrimonio, uno dei miei desideri più grandi era avere una famiglia numerosa. Una sera vidi in sogno quattro ragazze e tre ragazzi che sarebbero venuti a far parte della nostra famiglia. Mano a mano che questi bambini nascevano, il Signore aiutava me e mio marito a prendersi cura di loro. Ogni volta che sorgeva un problema o una malattia, benedizioni del sacerdozio e miracoli portavano a un lieto fine.

Poi mio marito morì. Oltre ad affrontare il dolore, aspettavo un bambino ed ero preoccupata di come avrei potuto provvedere ai miei figli. Eppure sapevo che il Signore avrebbe continuato ad aiutarmi.

Uno dei modi in cui mi aiutava era dandomi conforto. Quando ero al tempio, compresi che mio marito stava bene, che c'era una ragione per cui aveva dovuto lasciare la terra e che ci avrebbe aiutato dall'altra parte del velo. Sentii anche fortemente il bisogno di ritornare al tempio entro breve tempo. Desideravo farvi ritorno dopo tre mesi, ma sapevo che trovare sia il tempo che il denaro sarebbe stato difficile. Frequento il Tempio di Berna, in Svizzera, che è abbastanza lontano dalla mia casa in Italia.

Mentre passeggiavo fuori dell'ostello vicino al tempio, un membro della Chiesa mi fermò. Mi diede una busta e mi disse: «Questa è per lei».

Aprii la busta e vidi che conteneva dei soldi. «Non posso prenderli», dissi.

«Per favore li prenda», insistette. «Mentre ero nel tempio ho sentito lo Spirito suggerirmi di darle questi».

Quando contai quei soldi mi resi conto che era proprio quanto mi serviva per coprire la spesa dell'auto dall'Italia al tempio e ritorno. Tre mesi più tardi ero di nuovo al tempio.

Il Signore si è preso cura di me anche aiutandomi a ottenere un lavoro nello studio di un medico. Quindi ho avuto la possibilità di specializzarmi per lavorare in terapia di emergenza. Frequentavo il corso di specializzazione ma l'esame era fissato proprio due settimane dopo la nascita della mia bambina. Avevo studiato e frequentato le lezioni per tutta la durata del corso, ma in quelle due settimane in cui dovevo studiare di più, dovevo anche occuparmi della mia nuova figlia. Ero stressata. Senza tempo per studiare, non ero sicura di riuscire a passare l'esame.

Stavo per rinunciare a dare l'esame, ma mi resi conto che il Signore mi aveva benedetta con questa opportunità. Quando pregavo, lo Spirito mi assicurava che avevo fatto la mia parte e che avrei ricevuto l'aiuto del Signore.

Confidando nel Suo aiuto, decisi di dare l'esame. Mi sentii sollevata nello scoprire che si basava sulla materia che conoscevo meglio. Passai l'esame e le possibilità maggiori che mi dava quella qualifica erano esattamente ciò di cui la mia famiglia aveva bisogno. Potevo passare più tempo con i miei figli e guadagnare di più per provvedere alla mia famiglia.

So che il Padre celeste ascolta le mie preghiere e mi aiuta quando chiedo obbedientemente con fede. So che mi ha aiutata a provvedere ai miei figli e che sarò con loro e con mio marito per l'eternità. ■

IDEE PER LA SERATA FAMILIARE

Questi spunti didattici possono essere utilizzati in classe o a casa, adattandoli se necessario.

«Lo sai già», pagina 6: Raccontate la storia di Eddy Huanca. Invitate i membri della famiglia a leggere Moroni 10:3–5. Parlate della promessa fatta da Moroni. Chiedete loro di scrivere la loro testimonianza del Libro di Mormon e di Joseph Smith (i bambini più piccoli possono disegnare il Libro di Mormon e il Profeta).

«Che cosa può fare una sola persona», pagina 16: Iniziate l'attività cantando «Il coraggio di Nefi» (*Innario dei bambini,* 64). Raccontate la storia di Yves Verwey e fate un elenco dei modi in cui cercava la possibilità per fare il bene, proprio come Nefi. Invitate i membri della famiglia a raccontare esperienze positive di quando hanno reso servizio al prossimo. Pregate e pensate, come famiglia, a modi in cui rendere servizio al prossimo durante la settimana, oppure scegliete un'idea dall'articolo. Concludete leggendo e discutendo di 1 Nefi 3:7.

«La banconota da venti marchi», pagina 20: Prima della lezione, incartate alcuni utensili da cucina. Raccontate la storia della banconota da venti marchi. Mostrate gli utensili incartati e chiedete ai membri della famiglia di indovinare cosa sono, prima di scartarli. Spiegate che voi sapevate cos'erano perché li avevate incartati voi. Paragonate questo alla conoscenza del Padre celeste della nostra vita, e il motivo per cui dobbiamo rivolgerci a Lui per avere una guida. Leggete gli ultimi quattro paragrafi dell'articolo e parlate di cosa dobbiamo fare per essere degni di ricevere la guida del Signore.

«La nostra purificata casa celeste», pagina 26: Leggete i primi due paragrafi dell'articolo; poi chiedete ai membri della famiglia di presentare le loro idee su ognuna delle quattro aree: linguaggio; letteratura; musica; e arte, aspetto e atteggiamento. Parlate di come poter rendere la vostra casa più «celeste» in ognuna di queste aree. Prendete l'obiettivo, come famiglia, di allontanare ciò che trattiene la vostra casa dall'essere una «casa celeste». Pensate anche a stabilire la meta di portare nella vostra casa buoni libri, arte e musica. In una successiva serata familiare, parlate di quanto queste azioni hanno cambiato lo spirito nella vostra casa.

«Correranno e non si stancheranno», pagina 32: Leggete alcune testimonianze di questo articolo. Decidete se far scrivere ai membri della famiglia le loro testimonianze riguardo alle benedizioni dell'osservanza della Parola di Saggezza. I bambini più piccoli possono disegnare alcuni degli alimenti descritti in Dottrina e Alleanze 89:10–17. Invitateli a cercare sempre di osservare la Parola di Saggezza. Dopo la lezione potreste offrire un rinfresco nutriente.

«Forza per seguire il Signore», pagina A4: Invitate i membri della famiglia a raccontare un'esperienza in cui hanno dovuto rinunciare a qualcosa per seguire il Salvatore. Chiedete cosa fu difficile e cosa fu facile. Raccontate la storia dell'anziano Claudio D. Zivic, che ha rinunciato a correre di domenica, e parlate delle difficoltà e delle benedizioni provate a causa della sua decisione. Concludete leggendo l'ultimo paragrafo dell'articolo.

ARGOMENTI TRATTATI

I numeri indicano la prima pagina dell'articolo.

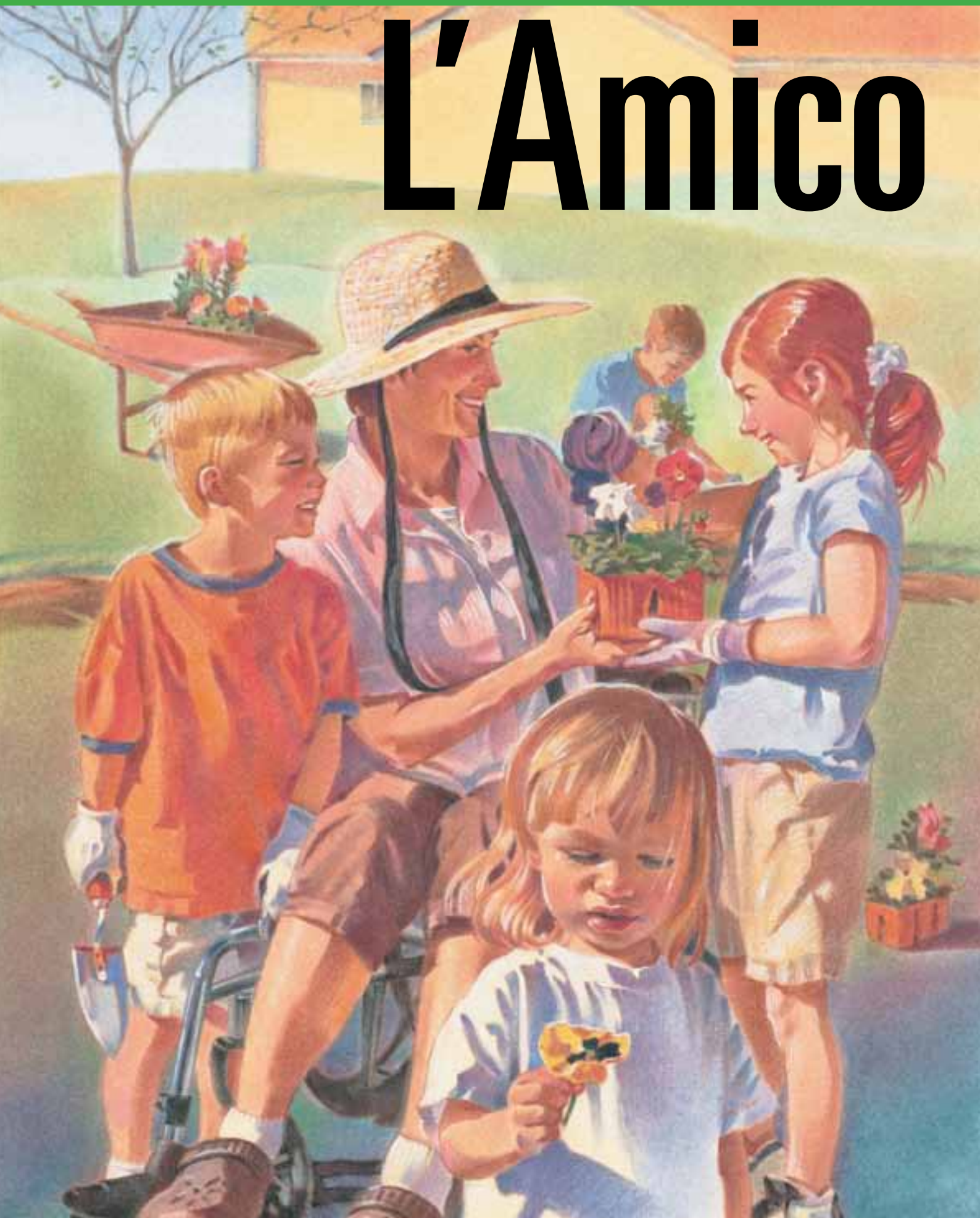
A = *L'Amico*
Amici, 42
Arte, 26
Casa, 26
Chiamate, 8
Contese, 42
Conversione, 46
Diario, 6
Dipendenza, 36
Espiazione, 36
Famiglia, A10, A13, A16
Fede, 2, 8, 25, A14
Insegnamento, 14
Insegnamento in visita, 25
Ispirazione, 20, 45, 46, 47
Lingua, 8, 26
Letteratura, 26
Lavoro missionario, 42, 46
Musica, 16, 26
Norme, 32, 44, A4
Oratoria, 26, 44
Parola di Saggezza, 32
Pentimento, A14
Perdono, A16
Preghiera, 2, 6, 25, A14
Preparazione per la missione, 6, 16, 31
Primaria, A14
Resurrezione, 20
Salute fisica, 32
Scuola Domenicale, 14
Servizio, A2
Spirito Santo, 8, 20, 45
Spiritualità, 2, 20
Studio delle Scritture, 16
Talenti, 16, A8
Templi, 47, A6
Testimonianza, 6
Unità, 8

LA VOSTRA SERATA FAMILIARE PREFERITA

Inviate una descrizione della *vostra* serata familiare preferita a liahona@ldschurch.org.

PER I BAMBINI • CHIESA DI GESÙ CRISTO DEI SANTI DEGLI ULTIMI GIORNI • GIUGNO 2009

L'Amico



Quante persone possiamo aiutare?

PRESIDENTE THOMAS S. MONSON

Quando avremo occhi che vedono e orecchie che ascoltano e cuori che sanno e percepiscono, riconosceremo le necessità del nostro prossimo che invoca aiuto.

Come mangiano—senza cibo? Come si tengono al caldo—senza vestiario? Senza un riparo? Come vivono—senza mezzi? Come guariscono—senza dottori, medicine e ospedali?

Credo che quando incontreremo il nostro Creatore, ci verrà chiesto: «Quante persone hai aiutato?» ●

Tratto da un discorso tenuto alla Coalition for Utah's Future, Common Good Awards Luncheon, 25 ottobre 2000.

Il presidente Monson afferma che molte persone al mondo hanno bisogno di aiuto. Dice che il Padre celeste vuole che le notiamo e vediamo quante ne possiamo aiutare.

Abbina ogni persona che ha bisogno di aiuto con alcune cose di cui potrebbe aver bisogno.

Persone che hanno bisogno di aiuto

Cose di cui le persone hanno bisogno

AIUTARE VICINO A CASA

Quale che sia la vostra età, potete fare molto per aiutare le persone che conoscete. Potete confortare vostra sorella o vostro fratello quando è arrabbiato. Potete invitare qualcuno che si sente trascurato a giocare, o potete aiutare i vostri genitori senza che vi venga richiesto. I piccoli gesti per aiutare qualcuno sono significativi!

IL PRESIDENTE MONSON E LA GRANDE DEPRESSIONE

Il presidente Thomas S. Monson nacque nel 1927. Quando aveva due anni, ebbe inizio la Grande Depressione. Molte persone faticavano a trovare un lavoro. Per loro era difficile guadagnare abbastanza per comprarsi da mangiare. Alcuni amici del presidente Monson non avevano abiti caldi in inverno o cibo a sufficienza.

Durante quella grave crisi economica, molti uomini viaggiavano per gli Stati Uniti in treno per cercare lavoro. La casa del presidente Monson era vicino ai binari della ferrovia. Ogni tanto qualche uomo scendeva dal treno e bussava alla porta dei Monson per chiedere del cibo. La madre del presidente Monson dava sempre loro qualcosa da mangiare. Mandava anche il figlio a portare un piatto caldo a un vicino povero.

La Grande Depressione terminò nel 1939, quando il presidente Monson aveva dodici anni.

LO SAPEVI CHE...?

Proprio come la madre del presidente Monson tanti anni fa aiutò molte persone bisognose, oggi i bambini e gli adulti possono aiutare molta gente tramite le donazioni che fanno ai servizi umanitari della Chiesa. Puoi mettere la tua donazione nella stessa busta della decima che consegni al vescovo o al presidente di ramo. Questo denaro aiuta le persone in tutto il mondo. Nel 2007 la Chiesa ha aiutato circa quattro milioni di persone in 85 paesi. Ecco alcuni modi in cui la Chiesa ha dato il suo aiuto:

Rifornimenti d'emergenza—45 paesi
Aiuto a seguito di terremoti—5 paesi
Aiuto a seguito di inondazioni e tempeste—34 paesi
Aiuto a seguito di incendio—6 paesi
Acqua potabile—25 paesi
Sedie a rotelle—60 paesi
Occhiali da vista—11 paesi
Vaccinazione dei bambini contro il morbillo—10 paesi
Addestramento di medici e infermieri per la cura dei neonati malati—23 paesi

ILLUSTRAZIONI DI ADAM KOFORD; FOTOGRAFIA DEL PRESIDENTE MONSON DI CRAIG DIMOND

FORZA PER SEGUIRE IL SIGNORE

Tratto da un'intervista con l'anziano Claudio D. Zivic dei Settanta, attualmente nella presidenza dell'Area Sud America Sud; di Sarah Cutler

A nove anni.

«Io, il Signore... mi diletto ad onorare coloro che mi servono in rettitudine ed in verità fino alla fine» (DeA 76:5).

Correre era una delle mie attività preferite da giovane. Ero nella squadra di atletica leggera e la mia specialità erano gli 800 metri. Significa che dovevo fare due giri di pista.

Il mio sogno era di andare alle Olimpiadi. Il mio allenatore era stato un atleta olimpico. Pensavo, se mi fossi allenato tanto, di avere abbastanza talento per andare alle Olimpiadi.

Mi allenai tanto e partecipai a molte gare. Quando avevo quindici anni arrivai al secondo posto nella mia categoria in tutta l'Argentina. Speravo che, continuando a lavorare, forse avrei potuto andare alle Olimpiadi.

Ma c'era un problema. Spesso le gare si tenevano di domenica. Ben presto mi resi conto che non potevo continuare a gareggiare; così decisi di smettere.

La scelta fu difficile. Dovetti rinunciare al mio sogno di andare alle Olimpiadi. Il mio allenatore non capì perché avevo smesso; ma io sapevo di aver fatto la scelta giusta. Sebbene gli sport siano una cosa bella da fare, scegliere di seguire il Signore e la Sua chiesa è meglio.

In seguito, mentre svolgevo il servizio militare, fui mandato in un reggimento vicino alle Ande. Quando ricevetti il mio incarico, sentii che il Signore aveva qualcosa di speciale per me in quel luogo. Pregai molto e chiesi: «Qual è il mio scopo qui?»

Dopo essere stato là per tre mesi, il nostro ufficiale disse: «Voglio organizzare un club per i soldati». Voleva che avessimo un posto in cui leggere, ascoltare musica, giocare, scrivere lettere e riposare. Lo Spirito Santo mi aiutò a sapere che questo era ciò che il Signore voleva da me. Mi fu chiesto di essere il presidente del club. Preparare tutto per il club richiese tanto lavoro. Pitturammo e arredammo un edificio in cui incontrarci.

Alla cerimonia di apertura del club, mi fu chiesto di parlare davanti a ufficiali e soldati. Ebbi la possibilità di rendere la mia testimonianza del Vangelo e i miei sentimenti sulla Chiesa con molti soldati che non osservavano le norme del Vangelo. Tutti sapevano che ero un «ragazzo mormone» che osservava norme morali. Io non facevo le cose che facevano loro, ma mi rispettavano. Anche gli ufficiali mi rispettavano. Uno di loro mi disse: «Ti ammiro per i tuoi principi».

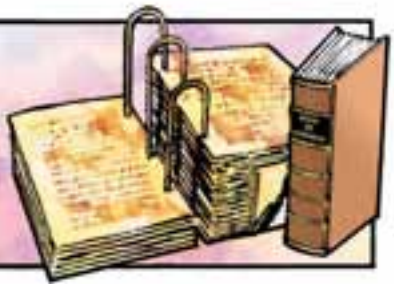
Non abbiate mai paura di dire alle persone ciò in cui credete e quali sono i vostri principi. Non dovete nascondere chi siete. So che il Signore vi benedirà se sarete abbastanza coraggiosi da seguirLo. ●

IN ALTO A SINISTRA: FOTOGRAFIA DI CRAIG DIMOND; ALTRE FOTOGRAFIE PUBBLICATE PER GENTILE CONCESSIONE DELL'ANZIANO ZIVIC

A destra: L'anziano Zivic con la famiglia nel 2007. Sotto: A 15 anni mentre taglia il traguardo degli 800 metri a Buenos Aires, in Argentina.

DALLA VITA DEL PROFETA JOSEPH SMITH

Il comandamento di costruire dei templi



In molti luoghi in cui hanno vissuto i membri della Chiesa, il Signore ha comandato di costruire un tempio.

Kirtland

So che non abbiamo tanto, molti di voi non hanno nemmeno una casa, ma il Signore ci ha comandato di costruire un tempio.

Anche se non furono sempre nelle condizioni di costruire un tempio per via delle persecuzioni, i santi ci provarono.

Far West

Fratelli e sorelle, costruiamo un tempio.

Nauvoo

Il nostro lavoro più importante è di costruire un tempio.

ILLUSTRAZIONI DI SAL VELLUTO ED EUGENIO MATTOZZI

Joseph lavorò sodo insieme ai Santi degli Ultimi Giorni per costruire il Tempio di Nauvoo.

Una volta terminato sarà un bellissimo edificio.

Non un edificio qualunque, ma la casa del Signore.

Joseph fu ucciso prima che il tempio fosse terminato; ma i santi lavorarono notte e giorno per finirlo. Volevano ricevere nel tempio i doni spirituali che il Signore aveva promesso.

Dobbiamo dare tutto ciò che possiamo per finire questo tempio.

I santi poterono usufruire del Tempio di Nauvoo solo per un breve periodo. Il tempio fu distrutto, ma non prima che molti santi ricevessero le ordinanze del tempio.

Dopo che i Santi degli Ultimi Giorni arrivarono nello Utah, Brigham Young ricevette delle rivelazioni che indicavano di costruire altri templi.

St. George (dedicato il 6 aprile 1877)

Logan (dedicato il 17 maggio 1884)

Manti (dedicato il 2 maggio 1888)

Salt Lake (dedicato il 6 aprile 1893)

Adattato dal manuale Insegnamenti dei presidenti della Chiesa: Joseph Smith *(corso di studio per il Sacerdozio di Melchisedec e la Società di Soccorso, 2007), 14, 423.*

Sorrisi da donare

C. J. GUDMUNDSON

Racconto basato su una storia vera

«Siate di buon animo e non temete, poiché io, il Signore, sono con voi e vi starò vicino» (DeA 68:6).

«Che cosa hai imparato alla Primaria oggi, Sasha?» Chiese la mamma mentre tornavano dalla Chiesa.

«La sorella Duffy ci ha parlato di doni speciali chiamati talenti», rispose Sasha. «Ha detto che il Padre celeste dà a tutti noi dei talenti in modo che possiamo aiutare gli altri. Ha spiegato che quando condividiamo i nostri talenti, gli altri sono felici».

«È vero», aggiunse la mamma. «Gesù ci ha insegnato che dovremmo usare i nostri talenti per servire il prossimo».

Sasha sedette tranquillamente per un

«Siamo qui per compiere qualcosa, per portare beneficio alla nostra società con i nostri talenti e conoscenze».

Gordon B. Hinckley, (1910–2008), «Come potete diventare la donna che sognate di essere?» *Liahona*, luglio 2001, 114.

attimo, guardando fuori dalla finestra. «Ma mamma, e Lauren?» fu la sua domanda.

«Cosa intendi?» chiese la madre.

«Sai, lei non può parlare ed è su una sedia a rotelle. Che tipo di talenti possiede per aiutare gli altri?»

«Qual è la prima cosa che noti quando guardi Lauren?» chiese la madre.

Sasha pensò per un attimo poi disse: «Il suo sorriso. Lauren sorride sempre».

«Infatti», aggiunse la mamma. «Cos'altro?»

«Ride sempre; soprattutto quando cantiamo o quando sente il pianoforte. Si emoziona sempre. E ama mandare i baci alle persone».

«Come ti senti quando sei con Lauren?» domandò la madre.

«Felice. Mi sento sempre felice quando sono vicino a lei», ammise Sasha.

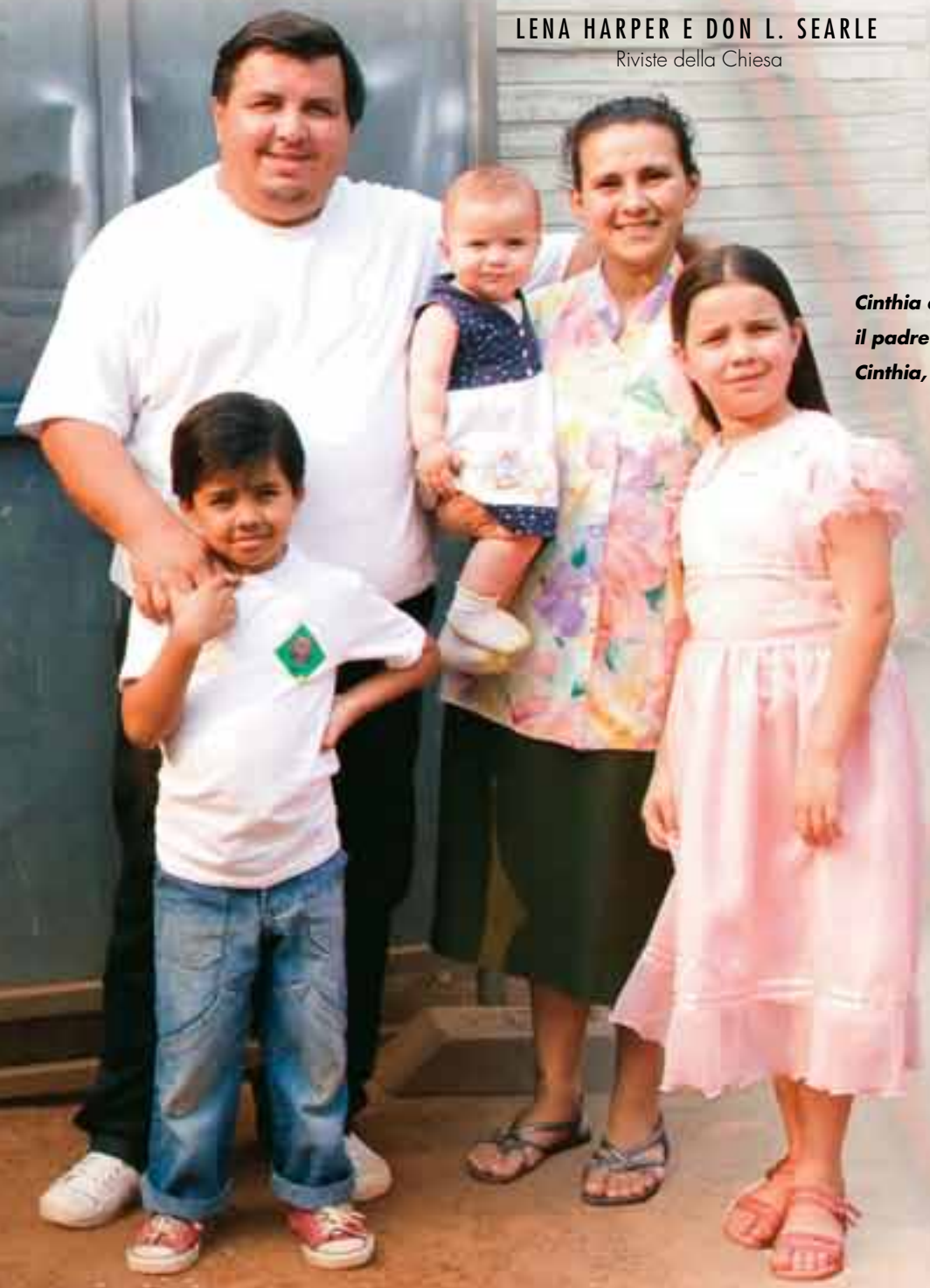
«Anch'io», dissi la mamma. «Questo è uno dei talenti di Lauren. Condivide il suo amore e la sua felicità con tutti quelli che la circondano. Questo è uno dei talenti più speciali di tutti». ●

ILLUSTRAZIONI DI NATALIE MALAN

Aiuta la famiglia

I bambini di tutto il mondo amano aiutare in famiglia: proprio come te!
Questo mese incontriamo Cinthia Noemí Jara Humada da Asunción, in Paraguay.

LENA HARPER E DON L. SEARLE
Riviste della Chiesa



Cinthia e la sua famiglia: il padre (Miguel), la madre (Liz), Cinthia, Gustavo e Débora.

Conosciamo Cinthia

Proprio fuori della città di Asunción, in Paraguay, si trova la bottega di un maniscalco. Il negozio è pieno di strumenti di metallo e da riparare. Dietro al negozio c'è una casetta. Sul retro sono appesi dei panni lavati di fresco. Questa è la casa di Cinthia Noemí Jara Humada, di nove anni, e della sua famiglia.

Serate familiari

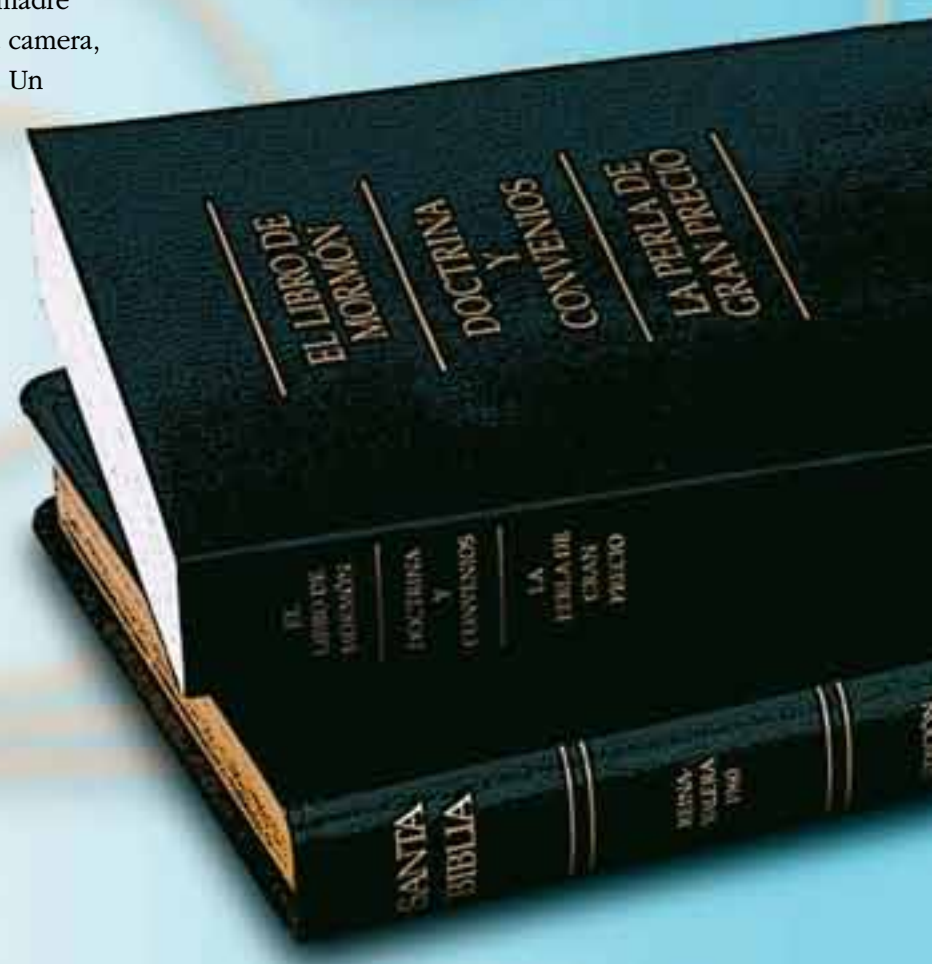
Cinthia è sempre pronta a contribuire alla serata familiare. A volte, quando suo padre è occupato alla bottega, Cinthia si rende volontaria per aiutarlo preparando la lezione della serata familiare. Cinthia da grande vuole fare l'insegnante. Le piace insegnare agli altri.

Apprendimento delle Scritture

Cinthia ama leggere, soprattutto le Scritture. La sua storia preferita delle Scritture è quella di Ammon che predica ai Lamaniti (vedere Alma 18). A lei piace perché mostra che tutti dovremmo fare il lavoro missionario.

L'aiuto in famiglia

Cinthia ha un fratello minore, Gustavo, (7 anni) e una sorellina, Débora. Spesso si prende cura di Gustavo, ma le piace anche rendersi utile con Débora. Sua madre spiega che Cinthia l'aiuta tenendo pulita la sua camera, facendo le pulizie in casa e spazzando il patio. Un giorno Cinthia vuole diventare mamma e avere sei figli.



FOTOGRAFIE DELLA FAMIGLIA DI DON L. SEARLE

Ferma nelle proprie convinzioni a scuola

La scuola di Cinthia funziona a turni. Alcuni studenti frequentano al mattino, altri al pomeriggio e altri ancora alla sera. Cinthia va a scuola tutte le mattine. È al terzo anno ed è una studentessa molto brava. La sua materia preferita è scienze sociali.

Nella sua scuola ci sono più di mille studenti, ma solo dodici sono membri della Chiesa. I suoi compagni spesso le fanno domande sulla religione. Lei risponde al meglio che può e dà l'esempio vivendo secondo i principi del Vangelo. ●

IN QUALE PARTE DEL MONDO SI TROVA ASUNCIÓN, PARAGUAY?

CHE COSA PIACE A CINTHIA

- Studiare a scuola
- Guardare i cartoni animati in TV
- Giocare con la sua sorellina (a destra)
- Leggere tutti i tipi di libri

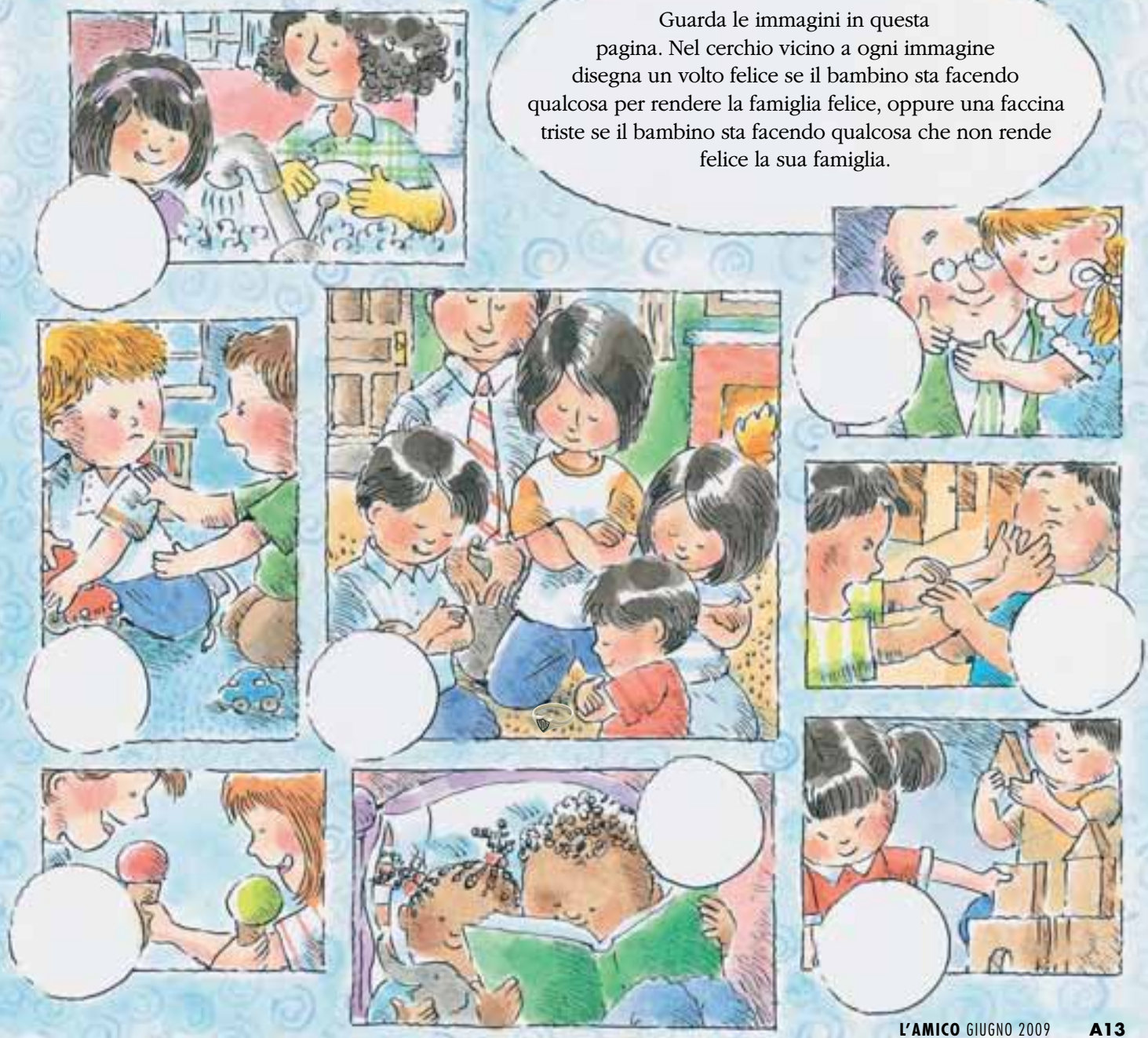
ILLUSTRAZIONE DEI LIBRI DI SCOTT GREER; CARTINA DI THOMAS S. CHILD

Posso aiutare la mia famiglia a essere felice

CHAD E. PHARES

Quando condividiamo ciò che abbiamo coi nostri familiari e li serviamo, la nostra famiglia può essere felice. Quando litighiamo o urliamo, la nostra famiglia non è felice.

Guarda le immagini in questa pagina. Nel cerchio vicino a ogni immagine disegna un volto felice se il bambino sta facendo qualcosa per rendere la famiglia felice, oppure una faccina triste se il bambino sta facendo qualcosa che non rende felice la sua famiglia.



ILLUSTRAZIONI DI ELISE BLACK

Andare in chiesa

Giocare

Serata familiare

Lavorare

Ora dei pasti

Pregare

Servire

Leggere le Scritture

Nota: l'attività può essere copiata o stampata da Internet all'indirizzo www.liahona.lds.org.

Le fondamenta della felicità

«Il successo... della famiglia è fondato e mantenuto sui principi della fede, della preghiera, del pentimento [e] del perdono» («La famiglia: un proclama al mondo»).

CHERYL ESPLIN

Le fondamenta danno una base sicura e ferma su cui costruire qualcosa. La maggior parte degli edifici e delle case sono costruiti su delle fondamenta.

Quando i Santi degli Ultimi Giorni gettarono le fondamenta del Tempio di Salt Lake, posero uno strato di arenaria. Ci vollero cinque anni per porre le fondamenta della profondità di 2,4 metri. Quando sentirono dell'arrivo dei soldati, i santi coprirono le fondamenta con della terra per nasconderle. Quando la terra fu poi rimossa, le fondamenta risultarono spaccate e spostate. I santi sapevano che le fondamenta crepate non potevano sostenere il tempio; quindi rimossero l'arenaria e la sostituirono con grossi blocchi di granito. Quando furono posate queste solide fondamenta, gli addetti cominciarono a costruire i muri del tempio.

Proprio come il tempio necessitava di solide fondamenta di granito, voi e le vostre famiglie avete bisogno di forti fondamenta su cui costruire. Il Signore ha detto: «Edifica sulla mia roccia, che è il mio Vangelo» (DeA 11:24). Il vangelo di Gesù Cristo include fede, preghiera, pentimento e perdono. Edificare su questi principi vi darà solide fondamenta su cui voi e le vostre famiglie starete ben saldi.

Attività

Staccate la pagina A14 della rivista. Ritagliate i cartoncini. Fate una pila coi cartoncini delle figure e un'altra coi cartoncini delle parole. Pescate un cartoncino da ciascun mazzo. Se i cartoncini combaciano, spiegate in che modo potete aiutare la vostra famiglia in quel campo specifico, e tenete i cartoncini. Se le carte non combaciano formate altre due pile per le carte non abbinate. Continuate a giocare facendo pescare i cartoncini a ogni persona. Quando le prime due pile sono esaurite, mescolate le altre due pile e continuate a giocare finché non saranno stati fatti tutti gli abbinamenti.

Idee per le attività di gruppo

1. La fede nel Signore Gesù Cristo rafforza me e la mia famiglia. *Aiutate i bambini a memorizzare «Se avete fede, sperate in cose che non si vedono, ma che sono vere» (Alma 32:21). Mostrate il Corredo di illustrazioni per lo studio del Vangelo 240 (Gesù il Cristo) e spiegate che avere fede in Gesù Cristo significa che anche se non Lo vediamo, crediamo che Egli vive. Confidiamo il Lui e cerchiamo di seguire i Suoi comandamenti. Prima dell'attività, cercate delle storie e delle illustrazioni sulle Scritture che mostrino in che modo la fede in Gesù Cristo aiutò altri a osservare i comandamenti in situazioni difficili. Ad esempio: Corredo di illustrazioni per lo studio del Vangelo 102 (La costruzione dell'arca), 112 (Davide uccide Golia), 114 (Daniele rifiuta la carne e il vino del re), 125 (Ester), 210 (Gesù e i pescatori), 301 (La famiglia di Lehi lascia Gerusalemme), 313 (I duemila giovani guerrieri). Date a ogni classe un'illustrazione e invitate gli insegnanti a raccontare le storie, enfatizzando in che modo le persone mostrarono la loro fede. Ogni classe pensi a una situazione che potrebbero dover affrontare e che richiede di avere fede. Chiedete loro di parlare del modo in cui la fede in Gesù Cristo potrebbe aiutarli in quella situazione. Invitate ogni classe a raccontare la storia delle Scritture e la loro situazione moderna. Cantate «Fede io avrò»* (Liahona, *febbraio 2003, A16).*

2. La preghiera rafforza me e la mia famiglia. *Mostrate ai bambini un piccolo apparecchio elettrico o una sua illustrazione. Spiegate che può ricevere elettricità solo se è collegato a una fonte di energia. Dite ai bambini che abbiamo bisogno di essere collegati a una «fonte di energia» per ricevere potere spirituale. Il Padre celeste è la nostra fonte di energia spirituale, e noi possiamo essere a Lui collegati per mezzo della preghiera. Dai corredi della Primaria mostrate le illustrazioni 7-13 (bambino che prega) o 1-9 (bambina che prega) e spiegate che possiamo pregare il Padre celeste affinché ci aiuti nei nostri problemi e nelle nostre decisioni. Raccontate la storia di Mosia che pregò per sapere se doveva lasciar andare i suoi figli a predicare ai Lamaniti (vedere Mosia 28:1–6). Chiedete ai bambini di lavorare insieme per trovare la risposta del Signore nel versetto 7. Raccontate la storia di Joseph Smith che pregò per sapere a quale chiesa unirsi (vedere Joseph Smith—Storia 1:7–18). Chiedete ai bambini di lavorare insieme per trovare la risposta del Signore nel versetto 19. Raccontate un'esperienza personale e rendete testimonianza di come le vostre preghiere hanno ricevuto risposta. Invitate i bambini, questa settimana, a dire le loro preghiere personali ogni giorno.* ●

ILLUSTRAZIONI DI BETH M. WHITTAKER

LA FEDE, LA PREGHIERA, IL PENTIMENTO E IL PERDONO POSSONO RAFFORZARE ME E LA MIA FAMIGLIA

«Il successo… della famiglia è fondato e mantenuto sui principi della fede, della preghiera, del pentimento [e] del perdono» («La famiglia: un proclama al mondo»).

ILLUSTRAZIONE DI APRYL STOTT

© 2008 WALTER RANE, PUBBLICATO PER GENTILE CONCESSIONE DELLA WILLIAMS FINE ART

Il Salvatore camminò sulle acque, **di Walter Rane**

«E Pietro, smontato dalla barca, camminò sulle acque e andò verso Gesù.
Ma vedendo il vento, ebbe paura; e cominciando a sommergersi, gridò: Signore, salvami!
E Gesù, stesa subito la mano, lo afferrò» (Matteo 14:29–31).

Il presidente Brigham Young ci ha esortati: «Facciamo vedere al mondo che abbiamo talento e gusto, e proviamo ai cieli che la nostra mente è regolata sulla bellezza e la vera perfezione». Vedere anziano Douglas L. Callister, «La nostra purificata casa celeste», pagina 26.

ITALIA
02042 86130