CHIESA DI GESÙ CRISTO DEI SANTI DEGLI ULTIMI GIORNI • GIUGNO 2020

Liahona

GLI eventi rivelatori DEL 1829

pagina 12

Mio figlio disabile è pronto per essere battezzato? pagina 18

Allergie alimentari: rendere la chiesa un luogo più sicuro, pagina 22

Caratterizzati in base alle abilità, non alle disabilità, pagina 28

LA CHIESA È QUI

Oakland Township **Pennsylvania,**

USA

FOTOGRAFIA DI LESLIE NILSSON

Questa casa, che si trova presso il sito in cui è stato restaurato il sacerdozio, è una replica della casa di Joseph ed Emma ad Harmony, oggi conosciuta come Oakland Township.

10 Rioni e rami, tra cui il Ramo di Susquehanna, nel Palo di Scranton, in Pennsylvania.

260 Chilometri dal sito della restaurazione del sacerdozio al Tempio di Palmyra, New York.

15 Rivelazioni ricevute ad Harmony, in Pennsylvania, e incluse in Dottrina e Alleanze.

70 La percentuale approssimativa del Libro di Mormon tradotto nella casa di Joseph ed Emma.

1804 Emma Hale (la futura sposa di Joseph Smith) nasce ad Harmony.

1829 Giovanni Battista conferisce il Sacerdozio di Aaronne a Joseph Smith e a Oliver Cowdery. Il Sacerdozio di Melchisedec viene in seguito conferito a Joseph e Oliver da Pietro, Giacomo e Giovanni.

1960 Il monumento per commemorare la restaurazione del sacerdozio viene eretto sul sito.

2015 Il presidente Russell M. Nelson dedica il sito della restaurazione del sacerdozio.

Scoprite di più sui siti storici della Chiesa su **history.ChurchofJesusChrist.org.**

Ministrare tramite la riunione sacramentale
8

Il ruolo vitale del sacerdozio nella Restaurazione
Anziano Gary E. Stevenson
12

Gestire le allergie alimentari in Chiesa
Lisa Ann Thomson
22

Necessità speciali, lezioni speciali
Anziano Paul B. Pieper e Melissa T. Pieper
29

Battesimo: che cosa fare?

Di recente, io e mio marito stavamo cercando di decidere se nostro figlio di sette anni fosse pronto per essere battezzato. È affetto da autismo, pertanto non eravamo sicuri che lui capisse abbastanza da essere considerato responsabile per questa decisione. A pagina 18 potete leggere i molti aspetti che abbiamo preso in considerazione mentre cercavamo di prendere la decisione giusta.

Come specialista per le disabilità della Chiesa, so che molte persone meravigliose con disabilità desiderano sentirsi incluse in chiesa. A tutti i nostri fratelli e a tutte le nostre sorelle affetti da qualsiasi tipo di disabilità e alle loro famiglie, diciamo: "Vi vogliamo bene, abbiamo bisogno di voi e vogliamo sapere come servirvi meglio".

In questo numero vi sono diversi articoli che ci possono aiutare a comprendere le disabilità e il modo in cui possiamo promuovere meglio l'integrazione nei nostri rioni e nelle nostre comunità:

- Pagina 28: l'anziano Paul B. Pieper dei Settanta e sua moglie, Melissa, che hanno una figlia disabile, offrono speranza e incoraggiamento ai genitori.
- Pagina 21: alla fine del mio articolo, potete trovare alcuni suggerimenti per coinvolgere meglio i membri con disabilità nelle lezioni e nelle chiamate della Chiesa.
- Pagina A16: i genitori possono usare questa storia dell'*Amico* per mostrare ai loro figli un esempio di come essere amici di qualcuno che ha una disabilità.

Mentre leggete questo numero, ricordate che "il valore delle anime è grande agli occhi di Dio" (Dottrina e Alleanze 18:10). Possiamo contribuire a promuovere un ambiente amorevole e inclusivo a casa e in chiesa, in modo che tutti coloro che desiderano venire ed essere come Gesù ne abbiano l'opportunità.

Con affetto,
Katie Edna Steed
Specialista per le disabilità, Dipartimento del sacerdozio e della famiglia

Sommario

5 **La restaurazione del Sacerdozio di Aaronne**

6 **Ritratti di fede**
Lini Uilaau
Lini era solita avere problemi a gestire la rabbia. Il vangelo di Gesù Cristo, però, l'ha aiutata a tramutare la sua rabbia in pace.

8 **Principi per il ministero**
Ministrare tramite la riunione sacramentale
La riunione sacramentale ci dà la possibilità di incontrare gli altri e ministrare loro.

12 **Il ruolo vitale del sacerdozio nella Restaurazione**
Anziano Gary E. Stevenson
Poiché il sacerdozio è stato riportato sulla terra, la Restaurazione è potuta andare avanti.

18 **Mio figlio disabile è pronto per essere battezzato?**
Katie Edna Steed
Nostro figlio stava per compiere otto anni. Ma come potevamo essere sicuri che fosse pronto per il battesimo?

22 **Gestire le allergie alimentari in Chiesa**
Lisa Ann Thomson
A volte usiamo il cibo per dimostrare il nostro affetto. Tuttavia, in presenza di gravi allergie alimentari, anche l'*assenza di* cibo può essere un'espressione d'amore.

28 **Necessità speciali, lezioni speciali**
Anziano Paul B. Pieper e Melissa T. Pieper
Nostra figlia ha necessità particolari. Da lei abbiamo imparato più di quanto avremmo mai immaginato.

32 **Voci dei Santi degli Ultimi Giorni**
Un'insegnante sente la voce del profeta in un luogo inaspettato; un uomo sceglie tra il suo lavoro e il Vangelo; una coppia prega per la salute della figlia non ancora nata; un uomo sente il proprio cuore aprirsi quando visita il tempio.

36 **La nostra casa, la nostra famiglia**
Un dono d'amore
Faith S. Watson
Nella dolce benedizione del sacerdozio che mio marito impartì alla nostra figlioletta, vidi l'amore del Padre Celeste come dono per noi.

38 **Vieni e seguitami: Il Libro di Mormon**
Questi articoli settimanali possono essere un sussidio per il vostro studio del Libro di Mormon di questo mese.

Articoli brevi

Vieni e seguitami – Sussidio

In copertina
Upon You My Fellow Servants [su di voi, miei compagni di servizio], di Linda Curley Christensen e Michael Malm

Sezioni

Giovani Adulti
42
Gestire la propria vita sentimentale può fare paura, ma non deve essere così. Leggete le storie di altri giovani adulti che sono riusciti a **eliminare lo stress dalla ricerca di un compagno eterno**.

Giovani
50
Scoprite di più sulla **storia dell'organizzazione delle Giovani Donne.**

Bambini
L'Amico
Scopri più cose su Abish e **incontra alcuni amici** della Germania.

ARTICOLI DI GIUGNO SOLO IN VERSIONE DIGITALE

Aveva bisogno di una benedizione del sacerdozio. Sarei riuscito a dargliela?
O'Dale Johnson

Un giovane adulto parla di come ha vinto la paura di dare le benedizioni del sacerdozio.

Che cosa mi ha insegnato l'invalidità di mia figlia sulla grazia
Jeffrey S. McClellan

Un padre spiega in che modo la grazia di Gesù Cristo gli abbia dato speranza nella sua situazione.

Fidarsi delle seconde impressioni e della guida dello Spirito
Marie Netzler

Una giovane adulta australiana spiega come dare una seconda possibilità a qualcuno abbia fatto la differenza nella sua vita.

Essere single mi ricorda che devo avere fiducia nell'*intero* piano che Dio ha per me
Christina Cotterall

Una giovane adulta racconta come ha trovato nuove speranze quando le cose non andavano come da lei pianificato.

PER SAPERNE DI PIÙ

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

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

CONTATTATECI

Inviate le vostre domande e i vostri commenti a liahona@ChurchofJesusChrist.org.

Inviate le vostre storie all'indirizzo e-mail liahona@ChurchofJesusChrist.org o all'indirizzo postale:
Liahona, flr. 23
50 E. North Temple Street
Salt Lake City, UT 84150-0023, USA

GIUGNO 2020 VOL. 53 NUMERO 6 LIAHONA 16721 160

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

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

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

Editor: Randy D. Funk

Advisers: Becky Craven, Sharon Eubank, Cristina B. Franco, Walter F. González, Larry S. Kacher, Jan E. Newman, Adrián Ochoa, Michael T. Ringwood, Vern P. Stanfill

Managing Director: Richard I. Heaton

Director of Church Magazines: Allan R. Loyborg

Business Manager: Garff Cannon

Managing Editor: Adam C. Olson

Assistant Managing Editor: Ryan Carr

Publication Assistant: Camila Castrillón

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

Art Director: Tadd R. Peterson

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

Intellectual Property Coordinator: Collette Nebeker Aune

Production Manager: Jane Ann Peters

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

Prepress: Joshua Dennis, Ammon Harris

Printing Director: Steven T. Lewis

Distribution Director: Nelson Gonzalez

Distribuzione: Corporation of the Presiding Bishop of The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints

Steinmühlstrasse 16, 61352 Bad Homburg v.d.H., Germany

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

Numero verde: 00800 2950 2950

E-mail: orderseu@ChurchofJesus Christ.org

On-line: store.ChurchofJesusChrist.org

Costo annuale di un abbonamento: Euro 6,45 per l'italiano

Inviate i manoscritti e le domande on-line sul sito liahona@ChurchofJesusChrist.org; per posta a *Liahona*, Fl. 23, 50 E. North Temple St., Salt Lake City, UT 84150-0023, USA oppure via e-mail all'indirizzo liahona@ChurchofJesusChrist.org.

La *Liahona* (un termine proveniente dal Libro di Mormon che significa 'bussola' o 'indicatore') è pubblicata in albanese, armeno, bislama, bulgaro, cambogiano, cebuano, ceco, cinese (semplificato), coreano, croato, danese, estone, figiano, finlandese, francese, giapponese, greco, indonesiano, inglese, islandese, italiano, kiribati, lettone, lituano, malgascio, marshallese, mongolo, norvegese, olandese, polacco, portoghese, rumeno, russo, samoano, sloveno, spagnolo, svedese, swahili, tagalog, tahitiano, tedesco, thai, tongano, ucraino, ungherese, urdu e vietnamita (la frequenza della pubblicazione varia a seconda della lingua).

© 2020 by Intellectual Reserve, Inc. Tutti i diritti riservati. Printed in the United States of America.

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

For Readers in the United States and Canada: June 2020 Vol. 53 No. 6. LIAHONA (USPS 311-480) Italian (ISSN 1522-922X) is published monthly by The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints, 50 E. North Temple St., Salt Lake City, UT 84150. USA subscription price is $10.00 per year; Canada, $12.00 plus applicable taxes. Periodicals Postage Paid at Salt Lake City, Utah. Sixty days' notice required for change of address. Include address label from a recent issue; old and new address must be included. Send USA and Canadian subscriptions to Salt Lake Distribution Center at address below. Subscription help line: 1-800-537-5971. Credit card orders (Visa, MasterCard, American Express) may be taken by phone. (Canada Poste Information: Publication Agreement #40017431)

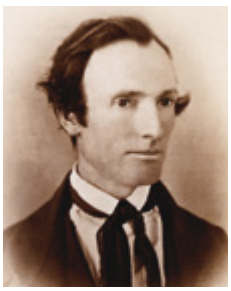
POSTMASTER: Send all UAA to CFS (see DMM 507.1.5.2). NONPOSTAL AND MILITARY FACILITIES: Send address changes to Distribution Services, Church Magazines, P.O. Box 26368, Salt Lake City, UT 84126-0368, USA.

La restaurazione del Sacerdozio di Aaronne

Il 15 maggio 1829, Giovanni Battista conferì il Sacerdozio di Aaronne a Joseph Smith e a Oliver Cowdery. Questi brani che descrivono i loro ricordi di quel giorno importante mostrano quanto sia stato incredibile l'evento.

"Il messaggero che ci visitò in quella occasione e che ci conferì questo sacerdozio, disse che **il suo nome era Giovanni, lo stesso che nel Nuovo Testamento è chiamato Giovanni Battista**, e che agiva sotto la direzione di Pietro, Giacomo e Giovanni, che detenevano le chiavi del Sacerdozio di Melchisedec".

Joseph Smith, in Joseph Smith – Storia 1:72; enfasi aggiunta



Oliver Cowdery era insieme a Joseph Smith anche nel 1836, quando le chiavi del sacerdozio furono restaurate nel Tempio di Kirtland.

"Come dal mezzo dell'eternità, **la voce del Redentore ci sussurrò pace, mentre il velo fu aperto e l'angelo di Dio discese rivestito di gloria** e porse il messaggio ansiosamente atteso e le chiavi del Vangelo di pentimento. Quale gioia! Quale meraviglia! Quale stupore!".

Oliver Cowdery, in Joseph Smith – Storia 1:71, nota; enfasi aggiunta

Giovanni Battista che battezza Gesù Cristo, scena tratta dai video sulla Bibbia.

Il fiume Susquehanna ad Harmony, in Pennsylvania, vicino al luogo in cui furono battezzati Joseph Smith e Oliver Cowdery il 15 maggio 1829.

Per saperne di più sulla restaurazione del sacerdozio e sul suo importante ruolo, vedere l'articolo dell'anziano Gary E. Stevenson "Il ruolo vitale del sacerdozio nella Restaurazione" a pagina 12.

UPON YOU MY FELLOW SERVANTS [SU DI VOI, MIEI COMPAGNI DI SERVIZIO], DI LINDA CURLEY CHRISTENSEN E MICHAEL MALM; FOTOGRAFIA DEL FIUME SUSQUEHANNA DI BRAD WALKER STEVENS

Lini Uilaau

Savai'i, Samoa

In passato Lini ha avuto problemi a gestire la rabbia e l'impazienza. Quando, però, insieme a suo marito si è unita alla Chiesa di Gesù Cristo dei Santi degli Ultimi Giorni, Lini ha sentito svanire quei sentimenti vivendo il Vangelo.

LESLIE NILSSON, FOTOGRAFO

Ho iniziato a studiare il Vangelo e, tramite gli insegnamenti della Chiesa, ho imparato quanto Gesù amasse i bambini. Era sempre gentile con loro.

Ho cominciato a cercare di essere più simile a Gesù. Adesso cerco di amare meglio tutti i miei familiari. Passo più tempo con loro e cerco di capire le loro necessità. Ogni sera leggiamo le Scritture in famiglia e preghiamo insieme.

Il mio cuore si è intenerito parecchio. Provo più amore, pace e felicità nella nostra casa quando seguiamo gli insegnamenti di Gesù Cristo. Sono grata per come il Vangelo mi aiuta a imparare a essere una moglie, una madre e una nonna migliore.

PER SAPERNE DI PIÙ

Scoprite di più sul percorso di fede di Lini e trovate altre fotografie nella versione online di questo articolo su **ChurchofJesusChrist.org/go/6206** oppure nella Biblioteca evangelica.

Leggete ciò che l'anziano Neil L. Andersen insegna sul modo in cui il nostro amore per il Signore ci ispira a diventare migliori: **ChurchofJesusChrist.org/go/6207.**

Principi per il ministero

MINISTRARE TRAMITE LA RIUNIONE SACRAMENTALE

La riunione sacramentale offre la possibilità di incontrare gli altri e ministrare loro.

È un momento di nutrimento spirituale e di riflessione personale sul Salvatore e sulla Sua Espiazione. Prendendo il sacramento tutte le settimane, veniamo edificati assieme (vedere Dottrina e Alleanze 84:110). Tuttavia, nei nostri rioni e rami vi sono alcune persone che portano con sé pesanti fardelli o che non vengono affatto.

Di seguito riportiamo alcuni modi in cui possiamo usare quest'ora sacra per ministrare agli altri e fare la differenza nella loro vita.

CONTRIBUIRE A RENDERE LA RIUNIONE SACRAMENTALE MIGLIORE PER COLORO A CUI MINISTRIAMO

Il primo passo per imparare come ministrare è conoscere le persone o le famiglie e scoprire ciò di cui hanno bisogno. Potreste trovare modi in cui contribuire a rendere migliore la loro esperienza spirituale durante il sacramento semplicemente conoscendoli meglio.

ILLUSTRAZIONI DI EDWARD MCGOWAN

Per Mindy, una giovane madre di due gemelle, la semplice dedizione della sua sorella ministrante ha avuto un grande impatto sulla sua esperienza alla riunione sacramentale ogni settimana.

Mindy spiega: "A causa degli impegni professionali di mio marito, tutte le settimane porto le mie figlie gemelle in chiesa da sola. È veramente difficile cercare di arrivare alla fine della riunione sacramentale con due bambine vivaci, ma la mia sorella ministrante si è presa l'impegno di aiutarmi.

Ogni settimana, si siede con noi e mi aiuta a badare alle mie figlie. Il solo fatto di averla al mio fianco vuol dire molto per me e calma la mia ansia quando fanno i capricci o sono irrequiete. Non credo che capirà mai l'impatto positivo che le sue azioni hanno su di me in questo periodo della mia vita. Ha notato la mia necessità di giovane madre piena di ansie e contribuisce a rendere la chiesa un luogo di pace e di felicità per tutte noi".

Idee per aiutare coloro che hanno necessità specifiche

- Parlate con i dirigenti del quorum degli anziani e della Società di Soccorso a proposito delle necessità dei membri.
- I dirigenti scelgono i discorsi per la riunione sacramentale che rispondano alle difficoltà dei membri. Se coloro ai quali state ministrando potrebbero trarre dei benefici ascoltando un messaggio particolare, parlatene con i vostri dirigenti.
- Se sapete che qualcuno ha delle disabilità o allergie alimentari che non gli permettono di godere delle benedizioni del sacramento, chiedete loro i dettagli e cosa si può fare per migliorare la loro esperienza di culto. Parlatene con i vostri dirigenti.[1]
- Se conoscete un membro (a prescindere che sia o meno qualcuno a cui voi ministrate) permanentemente o temporaneamente costretto in casa, chiedete al vescovo se è possibile portargli il sacramento. Potreste anche prendere degli appunti durante la riunione sacramentale e riferirglieli al telefono, per e-mail o di persona.
- Se qualcuno a cui ministrate ha bambini piccoli, potreste offrirvi di aiutarlo durante la riunione sacramentale.
- Se coloro a cui ministrate non vengono spesso alla riunione sacramentale, cercate di capire il perché e pensate a che cosa potete fare per aiutarli. Se non hanno un mezzo di trasporto, potreste offrirvi di dar loro un passaggio. Se non si sentono sostenuti dalla famiglia, potreste invitarli a sedersi con voi. Potreste fare degli inviti speciali per farli sentire benvenuti e desiderati alla riunione sacramentale.

RICORDATE: I PICCOLI GESTI POSSONO FARE MOLTO

Parlando del ministero, la sorella Jane B. Bingham, presidentessa generale della Società di Soccorso, ha detto: "A volte pensiamo di dover fare qualcosa di grande ed eroico perché 'conti' come atto di servizio. Eppure, i piccoli atti di servizio possono avere un effetto profondo sugli altri, oltre che su noi stessi"[2].

In un piccolo rione in Belgio, Evita spesso si offre di tradurre per i visitatori e i membri di lingua spagnola presenti alle riunioni della Chiesa. Una volta, le è stata presentata una persona che veniva dalla Repubblica Dominicana e che era interessata alla Chiesa. Lui conosceva un po' d'inglese, ma lo spagnolo era la sua lingua natìa. Così Evita si è offerta di tradurre per lui alla riunione sacramentale, in modo che si sentisse più a suo agio.

"A volte tradurre rende le mie domeniche un po' più frenetiche", dice Evita. "Ma dare seguito al suggerimento dello Spirito di chiedere agli altri se hanno bisogno di un interprete mi dà decisamente un sentimento di gioia e di calore sapendo che posso aiutarli a sentire lo Spirito e a godersi le riunioni".

Idee per aiutare con piccoli gesti

- Parlate ai vostri dirigenti per sapere chi potrebbe aver bisogno di un po' di aiuto in più durante la riunione sacramentale. Oppure, se siete voi a conoscere qualcuno che ne ha bisogno, assicuratevi che i vostri dirigenti lo sappiano.
- Sedetevi in silenzio mentre aspettate che la riunione inizi. Questo sarà d'aiuto agli "altri cuori spezzati e spiriti afflitti che si trovano attorno a noi"[3] che hanno bisogno della pace che giunge grazie alla riverenza in un luogo santo.
- In una domenica di digiuno, potreste dedicare il vostro digiuno e le vostre preghiere a qualcuno a cui ministrate che potrebbe avere bisogno di maggior conforto.
- Pregate per sapere se c'è qualcuno che potrebbe trarre beneficio dal fatto che gli sediate accanto durante la riunione sacramentale, oppure se c'è qualche altro modo per aiutarlo.

È importante assicurarsi che tutti coloro che partecipano alla riunione sacramentale si sentano benvenuti e nutriti spiritualmente.

LA RIUNIONE SACRAMENTALE PUÒ ESSERE UN LUOGO ACCOGLIENTE PER TUTTI

Il presidente Joseph Fielding Smith (1876–1972) ha insegnato: "La riunione sacramentale è la riunione più sacra e più santa fra tutte le riunioni della Chiesa"[4]. Per questo è importante assicurarsi che coloro che partecipano alla riunione sacramentale si sentano benvenuti e nutriti spiritualmente, soprattutto i nuovi membri o i membri che non hanno frequentato per un certo periodo di tempo.

Merania, dal Nuovo Galles del Sud, in Australia, ha fatto amicizia con una donna nel suo rione che stava conoscendo la Chiesa. "Adesso è diventata una delle mie care amiche", dice Merania. "Ogni settimana mi piace sedermi con lei alla riunione sacramentale; le chiedo come sta e se c'è qualcosa che posso fare per aiutarla". Qualche tempo dopo, l'amica di Merania è stata battezzata. L'impegno dei membri del rione e l'atmosfera accogliente della riunione sacramentale hanno avuto un ruolo importantissimo nella sua decisione.

Idee per ministrare ai membri nuovi o che stanno ritornando

- Se fate un discorso alla riunione sacramentale, potreste invitare amici, parenti e altre persone a venire ad ascoltare il vostro messaggio.
- Potreste cercare coloro che sono soli o che potrebbero avere bisogno di aiuto e dar loro il benvenuto. Chiedete se potete sedervi vicino a loro oppure invitali a sedersi vicino a voi.
- Al termine della riunione, potreste invitare coloro a cui ministrate, e non solo loro, alle future attività della Chiesa, al tempio o a un evento sociale.
- Se qualcuno a cui ministrate partecipa alla riunione sacramentale dopo tanto tempo, potreste chiedergli se ha domande su ciò che è stato insegnato. Informatelo che sarà sempre un piacere per voi rispondere se hanno dubbi su un termine, una storia o una dottrina. Se necessario, potreste cercare insieme le risposte. ■

NOTE

1. Potreste leggere "4 modi per servire le famiglie con persone disabili" (articolo soltanto in digitale), *Liahona*, giugno 2018; oppure "Gestire le allergie alimentari in Chiesa" in questo numero, a pagina 22.
2. Jean B. Bingham, "Ministrare come fa il Salvatore", *Liahona*, maggio 2018, 104.
3. Jeffrey R. Holland, "Ecco l'Agnello di Dio", *Liahona*, maggio 2019, 46.
4. Joseph Fielding Smith, Conference Report, ottobre 1929, 60–61.

Anziano Gary E. Stevenson
Membro del Quorum dei Dodici Apostoli

IL *ruolo vitale del sacerdozio* NELLA RESTAURAZIONE

Se il sacerdozio non fosse stato riportato sulla terra, la Restaurazione non sarebbe stata possibile.

Nell'aprile del 1829, Joseph Smith riceveva visite divine da quasi un decennio. Nel 1820, quando aveva 14 anni, il Padre e il Figlio gli erano apparsi in un bosco vicino a casa sua (vedere Joseph Smith – Storia 1:5–17).[1] La prima visita dell'angelo Moroni avvenne nel 1823, seguita da visite annuali durante le quali Joseph fu istruito e preparato fino al 1827, quando ricevette gli antichi annali scritti su tavole che sarebbero diventati il Libro di Mormon (vedere Joseph Smith – Storia 1:30–54).

Tuttavia, dopo aver ottenuto le tavole, per ben diciotto mesi Joseph affrontò un'infinità di difficoltà nel tradurre gli annali, per via di intimidazioni da parte degli abitanti del luogo, della rotazione degli scrivani e della perdita di una parte del manoscritto. Fu un periodo doloroso e frustrante per Joseph (vedere Joseph Smith – Storia 1:58–62; Dottrina e Alleanze 3).

Tutto, però, cambiò ad aprile del 1829 quando arrivò un insegnante di nome Oliver Cowdery, che divenne lo scrivano a tempo pieno di Joseph. Allora la traduzione del Libro di Mormon proseguì velocemente.

Dopo aver dedicato gran parte dell'autunno del 1828 a lavorare nella sua fattoria ad Harmony, in Pennsylvania, per provvedere alla sua famiglia; nel 1829 Joseph rivolse la sua completa attenzione alla traduzione del Libro di Mormon. Per un breve periodo, Emma e Samuel, moglie e fratello di Joseph, fecero da scrivani. Contemporaneamente, Oliver Cowdery viveva in una stanza in affitto a casa dei genitori di Joseph a New York.

Avendo sentito parlare delle tavole e della loro traduzione, Oliver cominciò a incuriosirsi ed ebbe il desiderio di sapere se queste cose provenivano da Dio. Joseph scrisse: "Una sera, dopo essere andato a letto, aveva invocato il Signore per sapere se le cose stessero proprio così e il Signore gli manifestò che esse erano vere"[2].

Oliver percorse duecentoventicinque chilometri per recarsi immediatamente ad

SFONDI DI GETTY IMAGES

Harmony per incontrare Joseph. Egli fu una risposta alle preghiere di Joseph. Due giorni dopo il loro incontro ad aprile, la traduzione del Libro di Mormon riprese a un ritmo rapido, giungendo sorprendentemente al completamento in circa 60–65 giorni di lavoro. L'intera traduzione fu completata entro il 30 giugno.

Forse il profeta Joseph pensò che la sua opera fosse prossima al temine, avendo completato il mandato divino assegnatogli dal messaggero angelico di tradurre e pubblicare gli antichi annali. Il profeta non aveva idea allora che il suo ruolo fondamentale nella restaurazione del vangelo di Gesù Cristo non si stava concludendo, bensì era appena iniziato.

Al di là del miracolo della traduzione del Libro di Mormon, apparvero presto degli angeli che conferirono l'autorità del sacerdozio a Joseph e a Oliver.

Pochi eventi della storia sono paragonabili a ciò che accadde nella primavera del 1829. Oliver descrisse questo capitolo straordinario della Restaurazione come "giorni che non si possono dimenticare" (Joseph Smith – Storia 1:71, nota). Oltre al miracolo della traduzione del Libro di Mormon, apparvero presto degli angeli che conferirono l'autorità del sacerdozio a Joseph e a Oliver. Questo periodo rivelatorio di traduzione e restaurazione reindirizzò e ampliò la visione di Joseph e spianò la via per l'organizzazione formale della Chiesa, che avvenne un anno dopo.

Restaurazione del Sacerdozio di Aaronne

Mentre traducevano il Libro di Mormon, Joseph e Oliver s'imbatterono in numerosi passi che trattavano il battesimo e l'autorità. In precedenza a Joseph era stato detto che "il Signore [avrebbe] dato il santo sacerdozio ad alcuni"[3]. Il 15 maggio 1829, Joseph e Oliver si ritirarono in un luogo appartato in un bosco di aceri là vicino, "per chiedere al Signore, per mezzo della preghiera, quale fosse la Sua volontà nei miei confronti"[4].

Mentre pregavano, la voce del Redentore sussurrò loro pace "mentre il velo fu aperto e l'angelo di Dio discese rivestito di gloria e porse il messaggio ansiosamente atteso e le chiavi del Vangelo di pentimento" (Joseph Smith – Storia 1:71, nota). L'angelo si presentò come Giovanni, "lo stesso che nel Nuovo Testamento è chiamato Giovanni Battista, e che agiva sotto la direzione di Pietro, Giacomo e Giovanni" (Joseph Smith – Storia 1:72).

Joseph e Oliver si inginocchiarono mentre Giovanni pose le mani sul loro capo e conferì loro il Sacerdozio di Aaronne, "che detiene le chiavi del ministero degli angeli, e del vangelo di pentimento e del battesimo per immersione per la remissione dei peccati" (Joseph Smith – Storia 1:69; vedere anche Dottrina e Alleanze 13:1). Fu promesso che "a tempo debito" sarebbe stata conferita loro maggiore autorità del sacerdozio. Joseph fu chiamato "il primo Anziano della Chiesa, ed egli (Oliver Cowdery) il secondo" (Joseph Smith – Storia 1:72). Fu anche detto loro di battezzarsi a vicenda: prima Joseph avrebbe dovuto battezzare Oliver e poi Oliver avrebbe battezzato Joseph.

A un certo punto durante quella giornata, i due "entrarono nell'acqua" del fiume Susquehanna per essere battezzati. Furono "costretti a tenere segreto il fatto di aver ricevuto il Sacerdozio e di essere stati battezzati, a causa di uno spirito di persecuzione che si era già manifestato nei dintorni" (Joseph Smith – Storia 1:74). Durante le piene primaverili, il fiume fungeva da arteria principale del commercio e del trasporto, con un passaggio costante di imbarcazioni. È

possibile che Joseph e Oliver abbiano aspettato fino a dopo il crepuscolo o che si siano spinti fino all'acqua più alta per trovare un luogo più appartato della golena.[5]

Dopo essersi battezzati a vicenda, Joseph ordinò Oliver al Sacerdozio di Aaronne. Oliver, quindi, ordinò Joseph come l'angelo aveva comandato. Il presidente Joseph Fielding Smith insegnò che era necessario riconfermare l'ordinazione iniziale ricevuta per mano di Giovanni Battista dopo il loro battesimo al fine di "*risuggellare* quelle benedizioni nell'ordine giusto"[6].

Restaurazione del Sacerdozio di Melchisedec

Abbiamo meno dettagli della visita che Pietro, Giacomo e Giovanni fecero a Joseph e Oliver per restaurare il Sacerdozio di Melchisedec. Varie interpretazioni basate su resoconti rievocativi pongono l'evento tra la primavera del 1829, forse verso la fine di maggio o giugno, e alcuni mesi dopo.[7] Joseph e Oliver non diedero mai la data precisa dell'apparizione di Pietro, Giacomo e Giovanni, come fecero invece per quella di Giovanni Battista e per la restaurazione del Sacerdozio di Aaronne. Forse all'inizio non avevano compreso appieno la natura del sacerdozio o la sua divisione. La comprensione del sacerdozio da parte di Joseph arrivò gradualmente.

Tra il 1830 il 1835, furono spiegati gli uffici del sacerdozio e furono formati i quorum, i consigli, le presidenze e i vescovati. Persino l'espressione *Sacerdozio di Melchisedec* non fu usata come nome per il "Sommo Sacerdozio" o "sacerdozio maggiore" (Dottrina e Alleanze 107:9; 84:19) fino al 1835 (vedere Dottrina e Alleanze 107:2–4).

Joseph fornì, però, indicazioni approssimative sul luogo. Nel 1842, ricordò di aver udito "la voce di Pietro, Giacomo e Giovanni nella regione deserta fra Harmony […] e Colesville […] sul Fiume Susquehanna, che si proclamarono in possesso delle chiavi del regno (Dottrina e Alleanze 128:20).

Questo implica che la restaurazione del Sacerdozio di Melchisedec sia avvenuta da qualche parte lungo il tratto di strada di quarantacinque chilometri tra la casa degli Smith a Harmony, in Pennsylvania, e la città di Colesville, nello Stato di New York, dove viveva la famiglia di Joseph Knight. La famiglia Knight fu tra i primi membri della Chiesa. Amici devoti di Joseph Smith, fornirono carta e provviste durante la traduzione del Libro di Mormon e, in seguito, furono lo zoccolo duro del Ramo di Colesville della Chiesa.

Oltre a ricevere il Sacerdozio di Melchisedec da Pietro, Giacomo e Giovanni, Joseph e Oliver furono ordinati "per essere apostoli e testimoni speciali" del Signore (Dottrina e Alleanze 27:12) e ricevettero le chiavi necessarie per dare inizio alla dispensazione della pienezza dei tempi. A quel punto avevano l'autorità di amministrare tutte le ordinanze del sacerdozio, compreso il conferimento del dono dello Spirito Santo.

THE RESTORATION OF MELCHIZEDEK PRIESTHOOD [LA RESTAURAZIONE DEL SACERDOZIO DI MELCHISEDEC], WALTER RANE

La restaurazione del sacerdozio fu fondamentale per la chiamata divina di Joseph Smith quale primo profeta di questa dispensazione.

Ricevettero anche "le chiavi di tutte le benedizioni spirituali della chiesa" (Dottrina e Alleanze 107:18), essenziali per organizzare la Chiesa nell'aprile del 1830, e ricevettero rivelazioni per restaurare tutte le cose nel loro giusto ordine. Le benedizioni spirituali si manifestarono tramite miracoli, guarigioni e ordinanze celebrate mediante l'autorità del sacerdozio. Nel 1836, altri messaggeri angelici consegnarono le chiavi del sacerdozio relative al raduno di Israele e al lavoro di tempio (vedere Dottrina e Alleanze 110).

Conseguenze della restaurazione del sacerdozio

Il presidente David O. McKay (1873–1970) insegnò che la caratteristica più distintiva della Chiesa restaurata del Salvatore è "l'autorità divina mediante rivelazione diretta"[8]. Se il sacerdozio non fosse stato riportato sulla terra, la Restaurazione non sarebbe stata possibile. Il

JOSEPH SMITH BAPTIZES OLIVER COWDERY [JOSEPH SMITH BATTEZZA OLIVER COWDERY], DEL PARSON

sacerdozio autorizza la celebrazione delle ordinanze e fornisce l'ossatura per governare la Chiesa del Signore sulla terra.

Joseph organizzò formalmente la Chiesa il 6 aprile 1830. Negli anni successivi, furono organizzati la Prima Presidenza e il Quorum dei Dodici Apostoli. Sotto la direzione del Presidente della Chiesa, le chiavi del sacerdozio sono delegate ai dirigenti locali in tutto il mondo, consentendo al Vangelo di "[avanzare] fino alle estremità della terra" (Dottrina e Alleanze 65:2).

La restaurazione del sacerdozio fu fondamentale per la chiamata divina di Joseph Smith quale primo profeta di questa dispensazione. Nella prefazione di Dottrina e Alleanze il Signore ha spiegato: "Pertanto io, il Signore, conoscendo la calamità che sarebbe venuta sugli abitanti della terra, chiamai il mio servitore Joseph Smith jr e gli parlai dal cielo e gli diedi dei comandamenti" (Dottrina e Alleanze 1:17).

Prima della visita di Giovanni Battista a maggio 1829, Joseph Smith era concentrato sulla traduzione del Libro di Mormon. Con la restaurazione del Sacerdozio di Aaronne e di quello di Melchisedec, egli si rese conto che la sua chiamata comprendeva molto di più. Ricevere autorità dal cielo preparò ulteriormente Joseph ad assumersi le sue responsabilità di "veggente, traduttore, profeta [e] apostolo di Gesù Cristo" (Dottrina e alleanze 21:1).

L'anziano Robert D. Hales (1932–2017) del Quorum dei dodici Apostoli ha descritto come sarebbe la nostra vita senza il sacerdozio: "Se il potere del sacerdozio non [fosse] sulla terra, l'avversario sarebbe libero di fare e disfare e [di] regnare senza ritegno. Non vi sarebbe il dono dello Spirito Santo che ci guida e ci illumina; non vi sarebbero profeti che parlano nel nome del Signore; non vi sarebbero templi in cui possiamo stringere sacre ed eterne alleanze; non vi sarebbe l'autorità di benedire o di battezzare, di guarire o confortare. Senza il potere del sacerdozio 'la terra intera sarebbe completamente devastata' (vedere DeA 2:1–3). Non vi sarebbe luce [né] speranza, ma soltanto tenebra"[9].

Ricevere le ordinanze del sacerdozio è fondamentale per l'opera del Signore di "fare avverare l'immortalità e la vita eterna dell'uomo" (Mosè 1:39). Il battesimo e la confermazione, l'investitura del tempio e il suggellamento per il tempo e l'eternità sono essenziali per la nostra salvezza. La capacità di legare e suggellare le famiglie nei templi per coloro che sono da ambo le parti del velo è possibile solo tramite l'autorità e le chiavi del sacerdozio secondo le direttive del presidente della Chiesa.

Possa ognuno di noi essere disposto a partecipare attivamente alla restaurazione continua del Vangelo, accettando e mettendo in pratica con entusiasmo ciò che è stato rivelato ai profeti moderni.

La Restaurazione continua

In che modo l'autorità del sacerdozio potrebbe ispirare la vostra partecipazione alla Restaurazione continua della Chiesa? Potremmo non sapere cosa ha in serbo il futuro, ma è chiaro che la Restaurazione è ancora in corso. Il Signore non ha rivelato tutte le dottrine o tutte le ordinanze, né ha impartito tutte le istruzioni a Joseph nel Bosco Sacro, tramite Moroni sulla Collina di Cumora o durante la riunione organizzativa della Chiesa. La Restaurazione non si è adempiuta in un evento singolo. Al contrario, il Signore rivelò le cose a Joseph "linea su linea" (2 Nefi 28:30), proprio come continua a rivelare le cose ai suoi profeti oggi secondo i Suoi propositi e i Suoi tempi.

Una linea ininterrotta di profeti a partire dai tempi di Joseph Smith ha parlato per conto del Signore e continua a far conoscere la Sua volontà. I profeti hanno una visione più ampia e ricevono istruzioni specifiche per le sfide della loro epoca. Il presidente Russell M. Nelson proclama che siamo tutti "testimoni di un processo di restaurazione. Se pensate che la Chiesa sia stata completamente restaurata, state vedendo solo l'inizio. Accadrà molto altro ancora"[10].

Voi e la Restaurazione

Possa ognuno di noi essere disposto a partecipare attivamente alla restaurazione continua del Vangelo, accettando e mettendo in pratica con entusiasmo ciò che è stato rivelato ai profeti moderni. Ne è un esempio il vivere la legge superiore e più santa del ministrare ai nostri fratelli e alle nostre sorelle.[11] E possa ognuno di noi trovare la gioia del Vangelo mediante il piano, incentrato sulla casa e sostenuto dalla Chiesa, per apprendere la dottrina, rafforzare la fede, osservare i comandamenti e favorire una migliore adorazione personale, cosa che avviene anche tramite serate familiari che soddisfino le esigenze individuali e familiari.[12]

Possiamo prepararci per la seconda venuta del Salvatore accelerando il raduno di Israele da ambi i lati del velo.[13]

Possiamo essere più bravi a rendere il giorno del Signore una delizia sia durante le nostre funzioni religiose domenicali sia a casa.[14] Possiamo essere in maggiore sintonia con lo Spirito Santo svolgendo il lavoro spirituale necessario per ricevere rivelazione personale quotidianamente.[15]

Attesto che i cieli sono ancora aperti e che ci sono ancora molte altre cose che devono accadere mentre il Signore ci prepara per i giorni entusiasmanti che ci attendono. La restaurazione del sacerdozio consente ai figli di Dio di amministrare e ricevere le ordinanze di salvezza, e autorizza i profeti, veggenti e rivelatori moderni a dirigere il regno del Signore.

Benedizioni innumerevoli giungono quotidianamente alla Chiesa e ai suoi membri grazie all'accessibilità al sacerdozio del Signore. Mi auguro che ogni giorno esprimiamo la nostra gratitudine per le apparizioni di Giovanni Battista e di Pietro, Giacomo e Giovanni, e per la restaurazione del Sacerdozio di Aaronne e di quello di Melchisedec in quest'ultima e finale dispensazione, preparatoria per il ritorno del nostro Signore e Salvatore, Gesù Cristo. ■

NOTE

1. Joseph Smith, History, 1838–1856, vol. A-1, data di creazione 11 giugno 1839–24 agosto 1843, 15, Biblioteca di storia della Chiesa.
2. Joseph Smith, *History of the Church*, 1:35.
3. Oliver Cowdery, lettera a W. W. Phelps, in *Latter Day Saints' Messenger and Advocate*, ottobre 1835, 199.
4. *Insegnamenti dei presidenti della Chiesa – Joseph Smith* (2007), 88. Mentre le tradizioni di lunga data li ponevano lungo le rive del fiume Susquehanna, alcuni documenti moderni indicano che si ritirarono in un bosco di aceri all'estremità settentrionale della proprietà (vedere Mark Lyman Staker, "Where Was the Aaronic Priesthood Restored? Identifying the Location of John the Baptist's Appearance, May 15, 1829", *Mormon Historical Studies* 12, no. 2 [Fall 2011]: 142–59).
5. Vedere Mark L. Staker, "Where Was the Aaronic Priesthood Restored?" 153.
6. Joseph Fielding Smith, *Dottrine di Salvezza*, a cura di Bruce R. McConkie (1977), 1:179–180.
7. Vedere Larry C. Porter, "La datazione della restaurazione del Sacerdozio di Mechisedec", *La Stella*, giugno 1984, 46–50; Larry C. Porter, "The Restoration of the Aaronic and Melchizedek Priesthoods", *Ensign*, dicembre 1996, 42–44.
8. David O. McKay, "The Mission of the Church and Its Members", *Improvement Era*, novembre 1956, 781.
9. Robert D. Hales, "Le benedizioni del sacerdozio", *La Stella*, gennaio 1996, 35.
10. "Latter-day Saint Prophet, Wife and Apostle Share Insights of Global Ministry", newsroom.ChurchofJesusChrist.org.
11. Vedere Russell M. Nelson, "Ministrare con il potere e l'autorità di Dio", *Liahona*, maggio 2018, 68–70; Russell M. Nelson, "Il ministero", *Liahona*, maggio 2018, 100; Henry B. Eyring, "Ministrare in modo ispirato", *Liahona*, maggio 2018, 61–64; Jean B. Bingham, "Ministrare come fa il Salvatore", *Liahona*, maggio 2018, 104–106.
12. Vedere Russell M. Nelson, "Discorso d'apertura", *Liahona*, novembre 2018, 6–8; Quentin L. Cook, "La conversione profonda e duratura al Padre Celeste e al Signore Gesù Cristo", *Liahona*, novembre 2018, 8–12.
13. Vedere Russell M. Nelson, "O speranza d'Israele" (riunione mondiale per i giovani, 3 giugno 2018), HopeofIsrael.ChurchofJesusChrist.org; Russell M. Nelson, "La partecipazione delle sorelle al raduno di Israele", *Liahona*, novembre 2018, 68–70.
14. Vedere Russell M. Nelson, "Il giorno del Signore è una delizia", *Liahona*, maggio 2015, 129–132.
15. Vedere Russell M. Nelson, "Rivelazione per la Chiesa, rivelazione per la nostra vita", *Liahona*, maggio 2018, 93–96.

Mio figlio disabile è pronto per essere battezzato?

Nostro figlio stava per compiere otto anni. Ma come potevamo essere sicuri che fosse pronto per il battesimo?

Katie Edna Steed

Tra meno di un anno, nostro figlio David avrebbe compiuto otto anni. Io e mio marito volevamo che fosse pronto per stringere le sacre alleanze del battesimo. Questo voleva dire fare cose come leggere il Libro di Mormon, studiare le alleanze battesimali e ripassare le domande per l'intervista battesimale. Tutto questo l'avevamo già fatto con la sorella maggiore di David, ma David era autistico e decidere se dovesse essere battezzato non era così semplice per noi.

Sì, sapevamo cosa fare per aiutarlo a prepararsi, ma su tutta questa preparazione gravavano le domande: David *avrebbe dovuto* essere battezzato? Era pronto? Aveva bisogno di essere battezzato? Capiva gli impegni che avrebbe preso? Come potevamo essere sicuri che stavamo facendo la cosa giusta?

Come per molti genitori che hanno figli disabili, queste domande ci hanno spinto a intraprendere un percorso di approfondimento dottrinale e di rivelazione personale.

L'età della responsabilità e la responsabilità stessa

In Dottrina e Alleanze 68:27 leggiamo: "E che i loro figli siano battezzati per la remissione dei peccati all'età di otto anni, e ricevano l'imposizione delle mani".

Se ci fossimo affidati soltanto a questo versetto, avremmo potuto concludere che tutti i bambini di otto anni sono pronti per essere battezzati. Ma le Scritture insegnano anche:

"I bambini sono redenti […] tramite il mio Unigenito;

Pertanto non possono peccare, […] fino a che non comincino ad essere responsabili dinanzi a me" (Dottrina e Alleanze 29:46–47; vedere anche Moroni 8:7–22).

Come potevamo, io e mio marito, capire se David poteva essere considerato responsabile? Abbiamo continuato a cercare.

Dalle direttive della Chiesa abbiamo imparato che la responsabilità di una persona dipende sia dai suoi desideri sia dal suo livello di comprensione: se David era degno e desiderava essere battezzato, e dimostrava di poter essere ritenuto responsabile, non dovevamo negargli il battesimo.

Abbiamo anche imparato che se la disabilità di David relegava le sue capacità intellettuali a quelle di un bambino piccolo, lui non poteva essere considerato responsabile e non avrebbe avuto bisogno delle ordinanze di salvezza (vedere *Manuale 1 – Presidenti di palo e vescovi* [2010], 16.1.8; i membri che hanno domande sulle direttive della Chiesa possono consultare il proprio vescovo).

Le capacità intellettuali di David erano in realtà piuttosto tipiche. Tuttavia, avevo ancora dei dubbi sul fatto che David avesse raggiunto il giusto livello di responsabilità. Ho continuato cercare una risposta con l'aiuto della preghiera e speravo di ricevere una guida che mi portasse pace.

Disabilità e innocenza

So che alcuni genitori con figli disabili trovano grande conforto nel leggere che coloro che passano attraverso la mortalità senza essere responsabili mantengono lo stato di innocenza: "Tutti i bambini sono vivi in Cristo […]. Poiché il potere della redenzione viene su tutti coloro che non hanno legge; […] e a costui il battesimo non serve" (Moroni 8:22).

FOTOGRAFIA DI RANDY COLLIER

Anche il profeta Joseph Smith descrive la condizione dei bambini che muoiono senza essere responsabili: "E vidi anche che tutti i bambini che muoiono prima di arrivare all'età della responsabilità sono salvati nel regno celeste del cielo" (Dottrina e Alleanze 137:10).

So che per loro il battesimo non è necessario in questa vita. Sapevo anche Dio ci avrebbe aiutato a sapere cosa sarebbe stato meglio per David.

Cercare la guida divina

Per coloro che hanno delle disabilità, c'è un'ampia fascia di abilità. Molte persone che soffrono di disabilità di tipo intellettivo sono, a livello cognitivo, superiori a un bambino di otto anni e possono essere battezzate e confermate, se possono essere considerate responsabili (vedere *Manuale 1*, 16.3.5). Altre non potranno essere ritenute responsabili. Sapevo che io e mio marito avremmo potuto parlarne con nostro figlio, con Dio e con il nostro vescovo, nel suo ruolo di "giudice in Israele", in modo da prendere una decisione ispirata sul fatto che David fosse o meno pronto per essere battezzato (vedere Dottrina e Alleanze 107:76).

Anche queste parole di Alma mi hanno portato grande pace: "Ed ora, se siete desiderosi di entrare nel gregge di Dio e di essere chiamati il suo popolo [...], cosa avete in contrario a essere battezzati nel nome del Signore, a testimonianza dinanzi a lui che siete entrati in alleanza con lui, che lo servirete e obbedirete ai suoi comandamenti, affinché egli possa riversare su di voi il suo Spirito più abbondantemente?" (Mosia 18:8, 10).

Dopo tutta la nostra preparazione, tutte le nostre lezioni a casa e alla Primaria, ho iniziato a porre a David le domande che sapevo gli sarebbero state poste durante l'intervista battesimale.

A volte le sue risposte dimostravano che aveva capito, ma a volte non sapeva come rispondere. Mi chiedevo se stavamo facendo la cosa giusta.

Alla fine, lo Spirito ha sussurrato al mio cuore: "Perché non chiedi a David cosa ne pensa?".

Mi sono rivolta a David e gli ho chiesto: "David, vuoi essere battezzato?".

Mi ha guardata dritta negli occhi e ha risposto: "Sì!".

Quando gli chiesto perché volesse essere battezzato, mi ha detto: "Per essere come Gesù".

Mi sono sentita sopraffatta da un senso di pace e guida divina. In quel momento ho capito che, anche se non comprendeva perfettamente tutte le domande, David era pronto per essere battezzato e confermato. Sapeva ciò che aveva bisogno di sapere e, cosa ancora più importante, aveva il desiderio cosciente di entrare nel regno di Dio tramite il battesimo.

Il giorno in cui David è stato battezzato e confermato membro della Chiesa di Gesù Cristo dei Santi degli Ultimi Giorni è stato un giorno colmo di sentimenti di amore, di amicizia e di pace. La sala era piena di parenti, membri del rione, amici di scuola e perfino di insegnanti della scuola di David. L'esempio dato quel giorno da David di voler seguire Gesù e di decidere di essere battezzato ha influenzato molte persone per sempre. La nostra famiglia è più forte perché abbiamo avuto la possibilità di imparare come le opere di Dio siano state rese manifeste tramite nostro figlio David (vedere Giovanni 9:3). ■

L'autrice vive nello Utah, USA.

COME POSSIAMO AIUTARE I MEMBRI DISABILI?

Quando i dirigenti seguono amorevolmente l'esempio del Salvatore di aiutare il prossimo a sentirsi incluso, i membri disabili e le loro famiglie sentono il Suo amore e comprendono l'importante ruolo che hanno nel corpo di Cristo (vedere 1 Corinzi 12:12, 18). Nel dirigere e servire, considerate quanto segue:

1. **Non abbiate paura di fare domande.** A volte abbiamo paura di parlare delle differenze, ma ponendo domande in modo rispettoso, le persone apprezzeranno il vostro desiderio sincero di comprendere la loro situazione. Ponete le domande in modo affettuoso, come: "In che modo possiamo rendere la tua esperienza in Chiesa più proficua?". I membri disabili e i loro familiari sono spesso la migliore risorsa in merito alla loro disabilità e possono dirvi quale aiuto sia necessario.

2. **Favorire la comprensione.** Dopo aver parlato con i membri delle loro disabilità, chiedete loro che cosa vorrebbero che condivideste con gli altri. Poi, se appropriato, aiutate i dirigenti del rione e gli altri membri a capire le disabilità della persona e le sue necessità. Questo può favorire una maggiore compassione, una migliore comprensione e anche ispirazione su come fornire sostegno.

3. **Prendere degli accorgimenti.** Ci sono dei piccoli accorgimenti che potete prendere per promuovere l'apprendimento e la partecipazione di tutti, tra cui: lasciare più tempo per rispondere alle domande, usare i sottotitoli dei video, lasciare che chi ha problemi di udito o di vista sieda dove può sentire o vedere meglio e usare diversi sussidi per presentare le lezioni. Potete anche consultare lo specialista per le disabilità di rione o palo per sapere quali accorgimenti specifici potete prendere.

4. **Creare opportunità di servizio.** Organizzate un incontro con le persone e con chi si cura di loro per individuare quali siano le loro abilità e i loro talenti. Poi, con l'aiuto della preghiera, cercate dei modi significativi in cui possano servire. Tutti hanno qualcosa con cui poter contribuire all'opera.

5. **Interessarsi agli altri con amore.** Cercate di emulare l'accettazione aperta espressa dalle parole dell'anziano Jeffrey R. Holland: "Quali membri della Chiesa, tutti noi stiamo affrontando questo viaggio. [...] Qualunque siano le circostanze, vi diamo il benvenuto" ("Ciò che vorrei che ogni nuovo convertito sapesse, e ogni membro di vecchia data ricordasse", *Liahona*, ottobre 2006, 10). Di tutte le risorse della Chiesa, una delle più grandi sarà sempre rappresentata dalle persone che ministrano le une alle altre con affetto e amicizia.

Gestire le **ALLERGIE ALIMENTARI** in Chiesa

FOTOGRAFIA DEL TESCHIO DI RYAN HENDER

Lisa Ann Thomson

Un'attività per i giovani in una fredda serata di gennaio 2017 ha cambiato per sempre la vita della famiglia Sorenson. Tanner, il figlio di Terry e Jenilyn, aveva 14 anni. L'attività congiunta stava volgendo al termine. Un dirigente stava offrendo quanto rimasto del rinfresco. Tanner, che era allergico alle arachidi, ha preso un biscotto e vi ha dato un morso. Non avrebbe dovuto farlo: era un biscotto al burro di arachidi!

"Di solito stava molto attento", dice Terry.

Tanner è riuscito ad arrivare a casa: abitava in fondo alla strada in cui si trovava la casa di riunione. Ma subito dopo ha perso i sensi. Non riusciva a respirare. I paramedici e il personale di pronto intervento hanno fatto tutto il possibile per salvarlo, ma il loro impegno è stato vano, purtroppo.

Tanner è deceduto quella notte a causa della sua allergia alimentare.

Un problema universale

Nel mondo, il cinque percento circa dei bambini soffre di un'allergia alimentare.[1] Negli Stati Uniti, circa il quattro percento degli adulti e fino all'otto percento dei bambini ha un'allergia,[2] e percentuali simili si registrano in Europa e in alcuni paesi asiatici.[3] In un rione di duecento adulti, questa percentuale rappresenterebbe circa otto persone e in una Primaria di cinquanta bambini circa quattro.

Si conoscono oltre 170 alimenti che sono potenzialmente allergenici ma, negli Stati Uniti, sono otto a causare la grande maggioranza dei casi allergici: latte, uova, arachidi, frutta a guscio, grano, soia, pesce e crostacei.[4] A livello regionale, in cima alla lista degli alimenti allergenici ci sono altri prodotti, come i ceci in India, il grano saraceno in Corea del Sud e Giappone, e le uova di formica nel nord della Thailandia. A livello mondiale, il latte vaccino e le uova

si trovano costantemente tra gli alimenti allergenici prevalenti.[5]

Una reazione allergica avviene quando il sistema immunitario reagisce in modo eccessivo a una sostanza che percepisce come una minaccia. La più grave di queste reazioni è l'anafilassi, una rapida risposta sistemica che può causare la morte.[6] I sintomi possono includere formicolio o prurito in bocca, gonfiore delle labbra, del viso, della lingua o di altre parti del corpo, nausea o vomito, costrizione delle vie aeree, polso rapido e vertigini, e shock anafilattico.[7]

Il dottor Jonathan Olson, allergologo e membro della Chiesa, fa notare: "È tanto grave quanto avere un infarto o un attacco cardiaco in chiesa, se non addirittura di più. Una persona che ha una reazione allergica può morire più velocemente di chi ha un attacco cardiaco".

Benché alcune terapie si annunciano promettenti, attualmente non ci sono cure per le allergie alimentari. Il dottor Olson aggiunge che lo standard terapeutico continua ad essere quello di "evitare le sostanze allergeniche, riconoscere e trattare l'anafilassi".

Il cibo è amore

Il cibo è spesso il pezzo forte delle attività. Rappresenta culture, tradizioni e festività. È il carburante del nostro corpo, ma viene anche usato per nutrire la nostra anima, per dimostrare amore e interesse, e per invogliare le persone a riunirsi e a socializzare.

E questo è vero in Chiesa più che altrove. In classe vengono distribuiti dei dolcetti per incoraggiare la frequenza o avvalorare una lezione. Pranzi di rione o altre attività a sfondo gastronomico danno ai santi un motivo per riunirsi e socializzare. Prepariamo dei pasti per le neo mamme o per i funerali come servizio affettuoso. Lasciamo dei dolcetti sull'uscio delle persone per dimostrare che pensiamo a loro.

Perfino il Salvatore ha dato da mangiare a cinquemila persone che si erano riunite per ascoltarLo mentre insegnava.[8]

Questi esempi aiutano a evidenziare il motivo per cui le allergie alimentari sono difficili da gestire e, per alcuni, così difficili da capire anche — e soprattutto — in chiesa. Spesso il cibo è una dimostrazione di amore. Se, però, i membri del rione vedessero le allergie alimentari come un'opportunità di ministrare, allora fare dei cambiamenti per chi soffre di allergie alimentari e perfino la *mancanza di cibo* potrebbe essere un'espressione d'amore.

> ***"Una persona che ha una reazione allergica può morire più velocemente di chi ha un attacco cardiaco".***

Rendere il sacramento sacro — e sicuro

L'anziano Jeffrey R. Holland del Quorum dei Dodici Apostoli ha detto: "Il sacramento della cena del Signore [è il] sacro e riconosciuto punto focale del nostro culto settimanale. […]

Quest'ora ordinata dal Signore è l'ora più sacra della nostra settimana"[9].

Tuttavia, come descritto nelle linee guida per l'addestramento sulle allergie alimentari e sulle contaminazioni crociate recentemente pubblicate dalla Chiesa, "le allergie alimentari e le reazioni agli alimenti possono avere un effetto significativo sulla [...] salute emotiva delle persone e sulla loro capacità di partecipare alle riunioni e alle attività della Chiesa"[10].

Le linee guida della Chiesa sulle allergie alimentari includono alcune istruzioni su come offrire del pane sicuro per il sacramento e su come evitarne la contaminazione. (Informazioni più dettagliate sono disponibili su disability.ChurchofJesusChrist.org). Seguendo queste direttive si può garantire un'esperienza sacramentale priva di pericoli alla maggior parte dei fedeli.

I membri che soffrono di allergie possono valutare con il loro vescovo gli adeguati accorgimenti da prendere per il sacramento. I membri potrebbero portare il proprio pane privo di allergeni in un sacchetto di plastica sigillato.

Inoltre, le famiglie i cui membri presentano allergie alimentari hanno difficoltà quando vengono portati del cibo o delle merende alla riunione sacramentale. Poiché alcune reazioni allergiche si possono avere semplicemente respirando o toccando un allergene, le famiglie con allergie alimentari devono cambiare spesso posto o uscire nel corridoio se qualcuno porta del cibo durante la riunione sacramentale.

I membri con allergie possono valutare con i dirigenti le opzioni per potere prendere senza rischi il pane del sacramento.

Ad aprile 2015, in una riunione d'addestramento, il presidente M. Russell Ballard, presidente facente funzione del Quorum dei Dodici Apostoli, ha suggerito: "Il nostro obiettivo principale è che tutti abbiano un'esperienza spirituale e che rafforzino la fede nel nostro Padre Celeste e nel Signore Gesù Cristo attraverso l'osservanza del giorno del Signore". Ha aggiunto anche: "Possiamo certamente aspettarci che i cellulari e gli iPads, i giochi e il cibo vengano messi da parte per un'ora preziosa sulle 168 ore della settimana, affinché la riunione sacramentale sia dedicata al Padre Celeste e al Suo Figlio diletto, il Signore Gesù Cristo".[11]

Per diversi motivi, non tutti possono stare senza cibo durante le ore in chiesa. Tuttavia, con l'orario ridotto, forse possiamo prendere in considerazione il consiglio

dell'anziano Ballard e valutare se abbiamo effettivamente bisogno di portare del cibo alla riunione sacramentale.

Portare i fardelli gli uni degli altri

Benché l'impatto fisico delle allergie alimentari sia serio, l'impatto spirituale può esserlo altrettanto, nel bene o nel male.

La figlia di Francesca ha una grave allergia al latte. Quando era alla Primaria, a una delle insegnanti piaceva portare in classe dei dolcetti fatti in casa per festeggiare i compleanni. Francesca si era offerta di portare dei dolci senza allergeni per sua figlia in in quelle occasioni. L'insegnante aveva rifiutato l'offerta e, invece, faceva uscire la bambina di sei anni in corridoio quando venivano distribuiti i dolcetti.

Francesca ricorda: "Questo è stato dannoso sotto molti aspetti. Invece di insegnare agli altri bambini a 'essere come Gesù' e a prendersi cura degli altri abbastanza da includere tutti, lei insegnava a escludere".

Includere ed escludere sono argomenti comuni quando si parla di famiglie con allergie alimentari. Il figlio di nove anni di Cynthia, allergico alle arachidi e alla frutta a guscio, non vedeva l'ora di partecipare a un campeggio di un giorno. Purtroppo, la mattina del campeggio, un dirigente ha telefonato per chiedere che non partecipasse: non sapevano come gestire le sue allergie!

Cynthia ricorda: "Una volta conclusa la telefonata ho pianto per il dolore di vedere il mio ometto ancora una volta escluso".

Katie Edna Steed, responsabile degli specialisti per le disabilità della Chiesa, nota: "Il Salvatore era disposto a lasciare le 99 pecore per andare a cercarne una. Dobbiamo ricordare quell'esempio: vediamo ogni persona nella sua unicità e siamone consapevoli".

Possiamo aiutare

C'è molto che i membri con allergie alimentari e le famiglie del rione possono fare per dimostrare amore e per rendere la partecipazione in chiesa sicura e inclusiva.

Che cosa possono fare le famiglie con allergie alimentari?

Le famiglie con allergie possono spiegare le loro necessità ai dirigenti e agli insegnanti, ribadendole ogni volta che i dirigenti e gli insegnanti cambiano. Possono offrirsi di provvedere del cibo sicuro e di aiutare a preparare i menù e le attività. Possono fornire un addestramento sulle tecniche

Domande da porre quando si organizza un'attività o una lezione

1. Distribuire del cibo durante la mia lezione o attività avvalla il mio messaggio? Posso fare a meno del cibo nella mia lezione o attività?
2. Se il cibo è una parte importante della mia attività, come posso ministrare a coloro che hanno allergie alimentari? Esistono opzioni alimentari che possono servire al mio scopo e, allo stesso tempo, essere sicure per tutti i partecipanti? Posso chiedere alle persone, o ai genitori, di portare una merenda sicura o di aiutarmi a individuare quali sono le opzioni sicure?
3. Se non c'è modo di offrire qualcosa che tutti possono mangiare, ho delle alternative per chi ha allergie? Posso collaborare direttamente con chi ha allergie per fare un programma con il quale si sente a suo agio?

salvavita e su come agire in caso di emergenza. Comprendono le paure o le riserve dei membri, ma li educano pazientemente e collaborano con loro per trovare soluzioni sicure e che includano tutti. Possono chiedere che vengano presi accorgimenti ragionevoli in base a ciò che il rione può fare e sostenere.

Che cosa possono fare i membri del rione?

I membri del rione possono cercare di capire le situazioni personali. I membri del rione devono seguire le istruzioni dei genitori riguardo al cibo da dare ai loro figli. Se il cibo è un parte necessaria di un'attività o di una lezione, gli insegnanti e i dirigenti possono chiedere alla persona e ai suoi genitori se quel cibo è sicuro per loro. I membri del rione possono invitare le persone e i genitori a partecipare e a risolvere i problemi secondo necessità.

Suzanne soffre di varie allergie alimentari. È stata profondamente toccata dalla sensibilità mostrata dai sacerdoti del suo rione mentre preparano il sacramento. "Mi ha resa molto umile vedere ciò che i giovani fanno perchè io possa prendere il sacramento senza rischi", ammette.

Una domenica non le è stato passato il sacramento. Durante la preparazione, i sacerdoti avevano notato che il suo pane era stato contaminato dall'altro pane sul tavolo.

Suzanne ricorda: "Sono venuti da me dopo la riunione sacramentale, spiegandomi cosa era successo e mi hanno detto di aver ricevuto il permesso dal vescovo di darmi il sacramento in un'aula. In quella piccola aula, ho pianto mentre benedicevano e mi passavano il sacramento. Sono riuscita a sentire fortemente l'amore del Salvatore e il fatto che Lui sapeva quanto fosse difficile per me questa prova".

Suzanne aggiunge: "Mostrarsi disponibile a rendere sicuro l'ambiente in chiesa per coloro che hanno gravi allergie è un altro modo per dimostrare il proprio desiderio di portare i fardelli gli uni degli altri".

La figlia di Francesca adesso è nelle Giovani Donne. La sua presidentessa delle Giovani Donne si è sentita ispirata ad aiutare questa famiglia col loro fardello. Ha detto: "Sentivo che dovevamo fare qualcosa per assicurarci che lei non fosse costretta a scegliere tra la sua salute e il venire in chiesa. Ho pregato per sapere come affrontare questa situazione e ho sentito fortemente che dovevamo accogliere questa famiglia e assicurarci che si sentisse completamente inclusa".

I dirigenti dei giovani hanno accettato la sfida di organizzare una conferenza per i giovani con una notte fuori casa alla quale la figlia di Francesca potesse partecipare in sicurezza. Francesca ha dato una mano con il menù e con la spesa. I giovani uomini

"Il Salvatore era disposto a lasciare le 99 pecore per andare a cercarne una. Ricordate di vedere ogni persona nella sua unicità e di esserne consapevoli".

Le famiglie, gli insegnanti e i dirigenti possono collaborare per rendere la chiesa un luogo più sicuro dove tutti possono imparare e crescere.

hanno lavato a fondo le griglie prima di usarle per cucinare.

"È stato fantastico!", ammette Francesca. "Ho pianto e ho sentito l'amore di Dio grazie alle loro azioni gentili che ci hanno permesso di sentirci inclusi. E lo stesso ha fatto mia figlia".

Le opere di Dio rese manifeste

La famiglia di Tanner ha visto molti miracoli, grandi e piccoli, da quando ha perso il proprio figlio. Sperano che una maggiore sensibilizzazione sulle allergie alimentari sia uno di questi.

"Non è che questi bambini con allergie siano irresponsabili. Non è che non stanno attenti. Ma sono bambini", dice Terry, il padre di Tanner. "Basta un solo secondo in cui si abbassa la guardia".

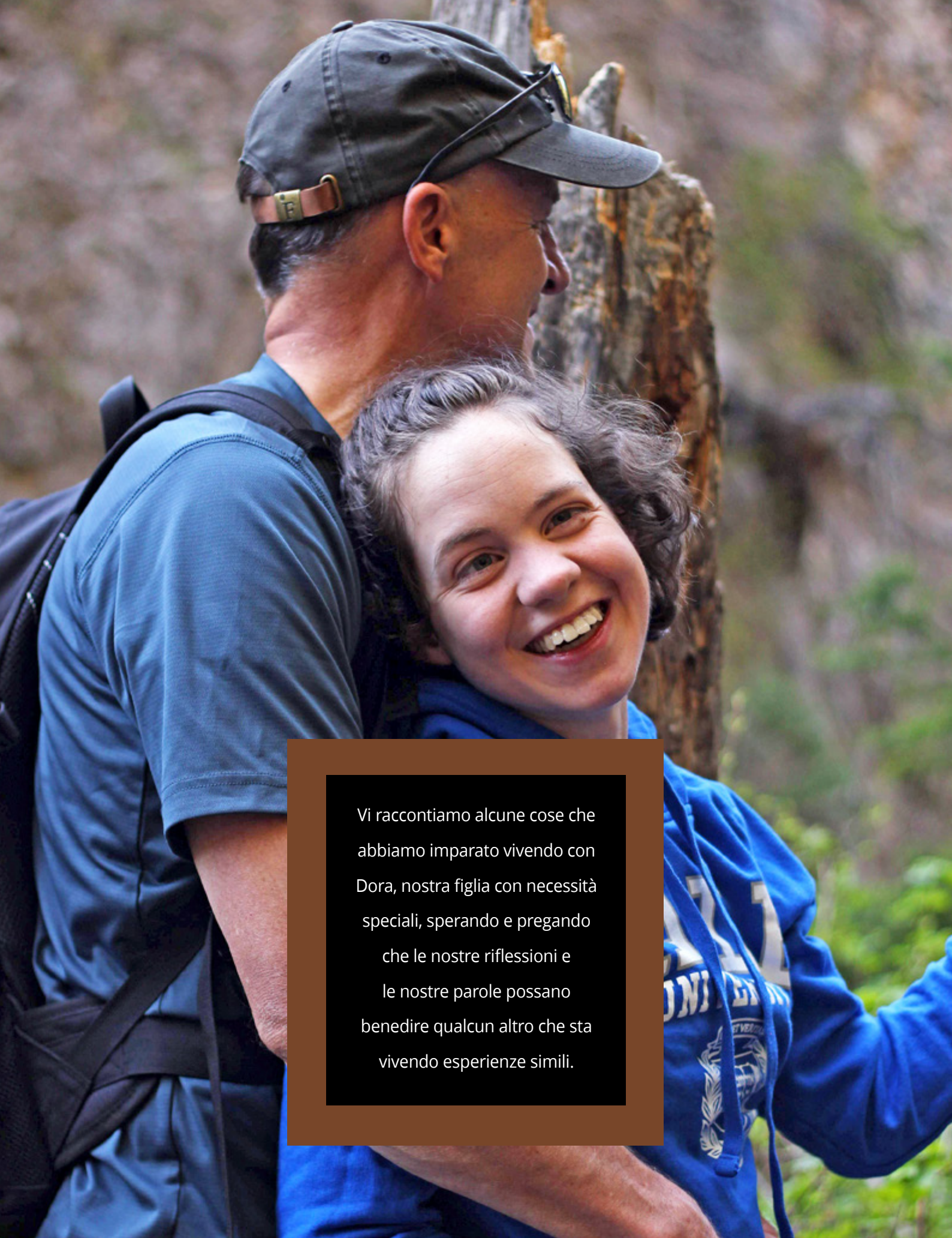
Il ministero, però, può aiutarli a tenere alta la guardia. Il dottor Olson dice: "Ministrare, per definizione, vuol dire soddisfare le necessità altrui. Tutto nella Chiesa si concentra sulle necessità della singola persona e sull'assicurarci che vengano soddisfatte le sue esigenze spirituali e materiali".

Sharon Eubank, prima consigliera nella presidenza generale della Società di Soccorso, ha insegnato: "Cristo, con tenerezza, disse ai Nefiti: 'Ho comandato che *nessuno di voi* se ne deve andare'. [...] Quello di mostrare amore sincero gli uni agli altri è un requisito immutabile dei discepoli di Cristo e dei membri della Chiesa"[12].

Francesca, dopo aver faticato a comprendere perché sua figlia dovesse affrontare un'allergia alimentare, si è resa conto che: "A volte Dio guarisce qualcuno che è disabile per mostrare le Sue opere gloriose, e a volte permette ad altri di continuare ad avere una disabilità perché vuole che le Sue opere siano rese manifeste tramite il modo in cui gli altri li trattano. Dio concede a tutti noi la possibilità di imparare a essere gentili e a essere come Lui, permettendoci di essere un miracolo per qualcuno che soffre". ■

NOTE

1. Vedere "Food Allergies: Global Burden, Causes, Treatment, Prevention and Public Policy" (ricerca effettuata dal U.S. Institute of Medicine, 2017), National Academies of Science.
2. Vedere Wenyin Loh e Mimi L. K. Tang, "The Epidemiology of Food Allergy in the Global Context", *International Journal of Environmental Research and Public Health*, vol. 15, n. 9 (18 settembre 2018), 2043, ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6163515.
3. Vedere Alison Joanne Lee, Meera Thalayasingam e Bee Wah Lee, "Food Allergy in Asia: How Does It Compare?" *Asia Pacific Allergy*, vol. 3, n. 1 (gennaio 2013), 3–14, ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3563019/; FARE: Food Allergy Research & Education. "Food Allergy Facts and Statistics for the U.S.", foodallergy.org/sites/default/files/migrated-files/file/Final-FARE-Food-Allergy-Facts-Statistics.pdf. Alcune allergie alimentari passano con la crescita e questo spiega una maggiore percentuale di allergie nei bambini piuttosto che negli adulti.
4. Vedere FARE, "Food Allergy Facts and Statistics for the U.S.".
5. Vedere Loh e Tang, "The Epidemiology of Food Allergy in the Global Context".
6. Vedere "Signs and Symptoms", anaphylaxis.org.uk/hcp/what-is-anaphylaxis/signs-and-symptoms.
7. Vedere Mayo Clinic, "Food allergy", mayoclinic.org.
8. Vedere Marco 6:37–44; Luca 9:10–17.
9. Jeffrey R. Holland, "Ecco l'Agnello di Dio", *Liahona*, maggio 2019, 45, 46.
10. "Food Allergies", nella sezione Policies and Guidelines del sito disability.ChurchofJesusChrist.org.
11. M. Russell Ballard, in "April 2015: Sabbath Day Observance" (video), ChurchofJesusChrist.org/media-library.
12. Sharon Eubank, "Cristo: la luce che splende nelle tenebre", *Liahona*, maggio 2019, 74; enfasi aggiunta.



Vi raccontiamo alcune cose che abbiamo imparato vivendo con Dora, nostra figlia con necessità speciali, sperando e pregando che le nostre riflessioni e le nostre parole possano benedire qualcun altro che sta vivendo esperienze simili.

Anziano Paul B. Pieper
Membro dei Settanta
e Melissa T. Pieper

Necessità speciali, lezioni speciali

Nei giorni successivi alla nascita, tramite taglio cesareo, di nostra figlia Dora, abbiamo capito che in lei c'era qualcosa di diverso. Tuttavia, è stato solo tre settimane dopo, quando è stata portata di corsa all'ospedale direttamente dallo studio del pediatra, dove eravamo andati per un controllo, che abbiamo capito che la sua nascita avrebbe cambiato la vita della nostra famiglia.

Le settimane e i mesi successivi sono stati un susseguirsi di speranze e di paure, mentre medici coscienziosi cercavano di diagnosticare la condizione di Dora. Ogni nuova teoria portava una propria scorta di ansie.

"Oh no, *questo* no. Non potremmo sopportare di perderla", rispondevamo a una probabile diagnosi. "Se fosse *quest'altra cosa*, non sapremmo come potremmo fare", ribattevamo a un'altra.

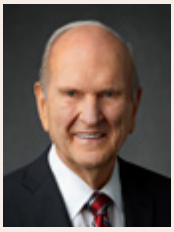
Le diagnosi sono una spada a doppio taglio. Possono portarci sollievo e aiutarci a capire come potrebbe essere il futuro, ma possono anche creare aspettative o definire limiti che potrebbero non essere reali. Nel nostro caso, siamo grati che dopo tutte le teorie e i test, i dottori non sono mai riusciti a formulare una diagnosi specifica per Dora.

"È fisiologicamente normale sotto ogni aspetto", ci hanno detto, "ma soffre di ipotonia muscolare e di crisi epilettiche".

Negli ultimi ventotto anni, abbiamo convissuto con quella dichiarazione, con le sue incertezze, sfumature, difficoltà, gioie e possibilità. Non sapevamo come sarebbe stato il percorso, ma non ci siamo mai sentiti legati a una specifica diagnosi medica.

Ci piace descrivere Dora secondo le sue abilità piuttosto che in base ai suoi limiti.

FOTOGRAFIE DI DORA OFFERTE DALLA FAMIGLIA PIEPER



STRUTTURA FRAGILE, DESTINO DIVINO

"Un corpo perfetto non è un requisito indispensabile per raggiungere un destino divino. Infatti alcuni degli spiriti più dolci sono ospitati in tabernacoli molto fragili. Spesso coloro che incontrano difficoltà fisiche sviluppano una grande forza spirituale — proprio perché sono messi alla prova. Queste persone hanno diritto a tutte le benedizioni che Dio ha in serbo per i Suoi figli fedeli e obbedienti".

Presidente Russell M. Nelson, "Il vostro corpo: un dono magnifico da tenere caro", *Liahona*, agosto 2019, 53.

Caratterizzare una persona con necessità speciali

Alcuni delle domande più frequenti che ci sono state poste negli anni riguardo Dora sono: "Che cos'ha?" e "Qual è la sua disabilità?". Generalmente rispondiamo dicendo cose del genere: "Non parla, non cammina senza un aiuto, non mangia e non si veste da sola, ma lei è molto più di questo".

Abbiamo imparato a non caratterizzarla secondo le sue disabilità o i suoi limiti. Piuttosto ci piace caratterizzarla in base alle sue abilità.

Per esempio, Dora può sorridere. Il suo sorriso porta chi le sta attorno a sorridere. Completi sconosciuti ci hanno fermato all'aeroporto per chiederci se potevano fare una fotografia con Dora semplicemente perché erano stati conquistati dalla luce del suo sorriso radioso.

Può abbracciare. Se siete abbastanza fortunati da ricevere un abbraccio da Dora, questo cambierà la vostra vita. Una volta, uscendo da un evento sportivo, Dora è passata davanti a un senzatetto che si trovava sul marciapiede e, spontaneamente, lo ha abbracciato. Dall'espressione di quell'uomo era ovvio che l'abbraccio di Dora era stata una delle cose più fantastiche che avesse vissuto quel giorno.

Dora vi aiuta a sentirvi amati. Se Dora incrocia il vostro sguardo, anche per un solo secondo, sentirete un amore e una dolcezza che vi porterà le lacrime agli occhi. Con questi stupendi doni, perché mai vorremmo definirla come "disabile" o "handicappata"? Lei ha influenzato permanentemente centinaia di vite semplicemente essendo chi è e facendo ciò che fa.

Un giorno alla volta

È facile per i genitori sentirsi sopraffatti quando si rendono conto che i propri figli dipenderanno da loro per tutta la vita. Questo sentimento diventa ancora più forte quando un figlio richiede un costante sostegno fisico, emotivo e magari anche medico. La prospettiva di dover imboccare, vestire, lavare, assistere e sostenere un figlio tutti i giorni può apparire come una montagna troppo alta e ripida da scalare.

In quei momenti, è importante fermarsi e dirsi: "Devo semplicemente farlo oggi". Noi abbiamo scoperto che concentrandoci solo sui bisogni e le opportunità di ciascun giorno, l'impresa sembra più gestibile. Possiamo vivere solo un giorno alla volta, e possiamo ricercare la gioia e la crescita che giungono con quel giorno.

Capaci di crescere

Ogni spirito mandato sulla terra è capace di "crescere"[1]. Tutti noi dobbiamo esercitare

il nostro arbitrio fino al livello di cui siamo capaci. Noi che diamo assistenza abbiamo la responsabilità di aiutare coloro che sono sotto le nostre cure a crescere e progredire fisicamente, emotivamente e spiritualmente nella misura in cui ne sono capaci. Questo può voler dire aiutarli ad avere delle occasioni per servire, come per Dora abbracciare o sorridere. Può anche voler dire aiutarli a usare e, ove possibile, aumentare le proprie capacità fisiche e mentali tramite la terapia e l'attività.

Nel farlo, dobbiamo essere realistici. Se siamo costantemente frustrati, forse stiamo spingendo troppo. Il Signore può aiutarci e guidarci con il Suo Spirito a fare quelle cose che sono possibili e appropriate. In alcuni casi, può fare dei miracoli, per quanto piccoli possano sembrare.

Non dimenticheremo mai che un ortopedico di fama ci disse che Dora non avrebbe mai camminato. Invece, dopo molti anni di preghiere e di duro lavoro, adesso Dora riesce a camminare con un ausilio. Le sue condizioni generali non sono cambiate, ma il Signore ci ha concesso un piccolo miracolo così che lei possa crescere e provare maggior gioia nella vita.

La fede di non essere guariti

È naturale chiedersi *perché?* quando un prezioso figlio di Dio diversamente abile viene mandato nella nostra famiglia. Naturalmente la nostra fede ci spinge a chiedere a Dio se è possibile far guarire il bambino o eliminare la sua condizione. Noi abbiamo una fede certa che Dio può guarire nostra figlia, ma Egli ha anche reso chiaro che non è Sua volontà farlo ora.

Il Padre Celeste ha un Suo scopo nell'averci mandato Dora e Lui la guarirà, se e quando lo vorrà. Quel giorno potrebbe non arrivare fino al momento della guarigione definitiva: la risurrezione. Per accettare la volontà divina che questi figli preziosi non vengano guariti ora, ci vuole tanta fede quanta credere che Egli può guarirli. Dora ci è stata mandata per uno scopo e noi abbiamo sentito che non dobbiamo chiederci *perché* ma chiedere al Padre Celeste *che cosa* vuole che impariamo.

"Domandarsi perché doveva succedere proprio a voi, perché dovete patire questo adesso o cosa avete fatto per meritarvelo vi condurrà in un vicolo cieco", ha detto l'anziano Richard G. Scott (1928–2015) del Quorum dei Dodici Apostoli. Ha poi aggiunto: "Domandatevi piuttosto cosa potete fare, cosa potete guadagnare da questa esperienza [...]. Quando pregate con intento reale, dicendo: 'Per favore, fammi conoscere la Tua volontà' e 'Sia fatta la Tua volontà', siete nella posizione migliore per ricevere il maggior aiuto dal vostro affettuoso Padre".[2]

A volte pensiamo ai genitori di quei bambini che il Salvatore guarì durante il Suo ministero terreno. Forse, proprio come noi, quei genitori si chiedevano per quale motivo i loro figli erano stati mandati da loro. Dopo che il Salvatore li ebbe guariti, i genitori riuscirono a comprendere che Gli sarebbe stato impossibile dimostrare il Suo potere guaritore e la Sua divinità se non ci fosse stato nessuno da guarire. Noi abbiamo fede che il tempo della guarigione di tutti i figli di Dio arriverà.[3]

Attendiamo con ansia quel giorno. ■

Noi che diamo assistenza abbiamo la responsabilità di aiutare coloro che sono sotto le nostre cure a crescere e progredire fisicamente, emotivamente e spiritualmente nella misura in cui ne sono capaci.

NOTE

1. Il profeta Joseph Smith ha insegnato: "Tutte le menti e gli spiriti che Dio ha mandato nel mondo sono suscettibili di crescita" (*Insegnamenti dei Presidenti della Chiesa – Joseph Smith* [2007], 216).
2. Richard G. Scott, "La fiducia nel Signore", *La Stella*, gennaio 1996, 18.
3. Per approfondimenti sull'avere "la fede di non essere guariti" vedere David A. Bednar, "Accettare la volontà e i tempi del Signore", *Liahona*, agosto 2016, 16–23.

Le parole del profeta per tutti

Non mi aspettavo di vedere una citazione di un profeta di Dio sui muri della scuola.

Quella mattina mi ero svegliata presto per prepararmi per andare al lavoro. Benché di solito mi piaccia il mio lavoro di insegnante, non mi sentivo in forma e volevo rimettermi sotto le coperte, facendo finta che fosse di nuovo l'ora di andare a letto.

Arrivata al liceo, cercavo di preparare la mia mente per il lavoro. Sapevo che poco dopo avrei dovuto insegnare una lezione di matematica, ma il cuore e la mente erano spenti e depressi. Tutte le mie emozioni erano negative.

Decisi di andare in bagno prima di entrare in classe. Di tanto in tanto, qualcuno mette dei volantini nei bagni con informazioni per gli studenti e il personale. Con la coda dell'occhio notai un volantino che aveva attirato la mia attenzione. C'era una bella citazione che diceva: "Se volete dare luce agli altri, dovete averla in voi stessi"[1]. Rimasi sorpresa nel vedere che questa era una citazione del presidente Thomas S. Monson (1927–2018).

Non mi aspettavo di vedere una citazione di un profeta di Dio sui muri della scuola. Vivo in una piccola cittadina della Pennsylvania, negli Stati Uniti, e sono certa di essere una dei pochi membri della Chiesa di Gesù Cristo dei Santi degli Ultimi Giorni della scuola, se non forse l'unica. Sapevo di essere una dei pochi che capiva l'importanza delle parole del presidente Monson — un uomo che avevo sostenuto per molti anni come profeta. Sentivo che questo messaggio era diretto a me. Intenerì il mio cuore e risollevò il mio umore. Il mio cuore fu colmo di gratitudine per la mia testimonianza e mi sentii circondata dall'amore del Padre Celeste.

Avrei voluto staccare il volantino dal muro e tenerlo in tasca tutto il giorno per tirarmi su, ma mi resi conto subito di una cosa: il presidente Monson non era il profeta solo per me e per gli altri membri della Chiesa, era un profeta per il mondo. Le sue parole, come le parole del presidente Russell M. Nelson oggi, sono per tutti. Le parole di un profeta aiutano e edificano *tutti* coloro che le ascoltano. Scattai una foto con il mio cellulare e lasciai il volantino dov'era per tutti gli altri che avrebbero potuto averne bisogno.

Sono grata che il Padre Celeste abbia messo questo messaggio sulla mia strada. Voglio dare luce agli altri. Obbedendo e rimanendo vicina al Salvatore, posso brillare anche nei giorni in cui le tenebre vorrebbero farmi perdere la strada. ■

Katherine Furgeson, Pennsylvania, USA

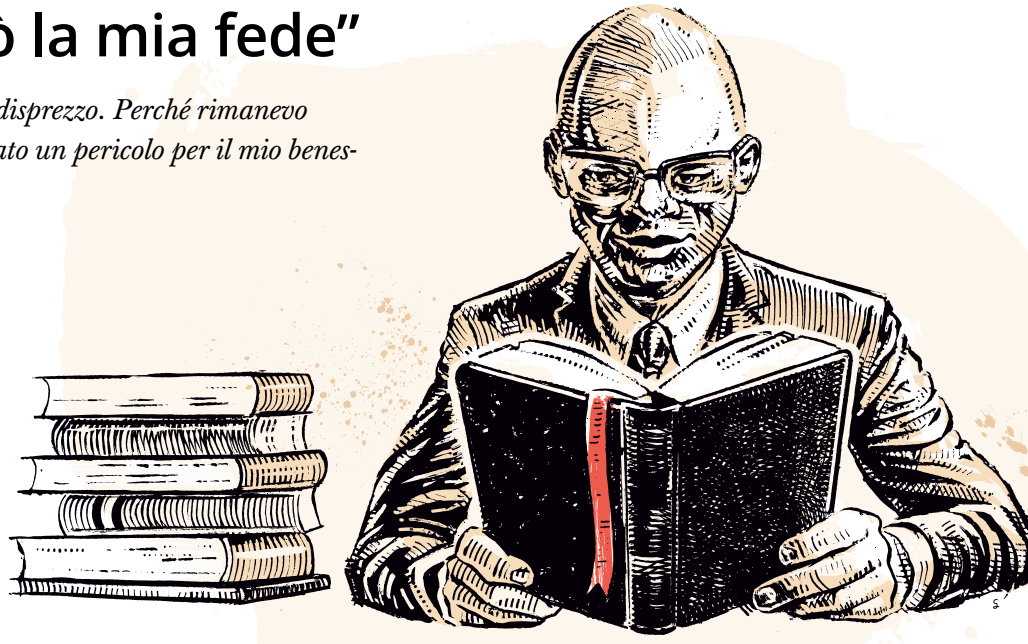
ILLUSTRAZIONE DI MERRILEE LIDDIARD

NOTA

1. Thomas S. Monson, "Ero cieco e ora ci vedo", *La Stella*, luglio 1999, 69.

“Non rinnegherò la mia fede”

Al lavoro diventai oggetto di scherno e disprezzo. Perché rimanevo aggrappato a un lavoro che era diventato un pericolo per il mio benessere spirituale?



Poco dopo essere stato assunto come assistente al direttore di una grande biblioteca, io e il mio gruppo iniziammo un progetto ambizioso: digitalizzare 37.000 libri. Un giorno il mio supervisore mi chiamò nel suo ufficio.

“Edouard”, mi disse, “sono stato invitato a presentare il nostro progetto di digitalizzazione negli Stati Uniti per sollecitare nuove acquisizioni. Mi è stato chiesto di portare con me un dipendente di fiducia. Io ho fiducia in te, ma non nella tua Chiesa. Se rinunci alla tua fede, puoi venire con me”.

Prima che potessi dire una parola, mi disse di rifletterci e mi congedò.

Quella sera raccontai a mia moglie cosa era successo. Lei mi esortò ad avere fede. Il giorno dopo dissi al mio supervisore che avrei mantenuto la mia fede. Lui si arrabbiò e rispose che avrebbe fatto il viaggio da solo.

Un anno dopo, mi si presentò l’opportunità di andare in Francia per un corso di formazione sulle sovvenzioni finanziarie, sulle acquisizioni e sulla gestione di una biblioteca. Mi serviva solo l’approvazione del mio supervisore. Mi disse che avrebbe approvato solo se avessi rinunciato alla mia fede. Rifiutai nuovamente. Allora lui strappò il documento gettandomelo in faccia. Qualche tempo dopo venne di nuovo da me.

“Devo partire per un altro viaggio”, mi disse. “Tu puoi venire con me, ma le condizioni rimangono le stesse. Non viaggerei mai con un membro della tua Chiesa”.

“Non rinnegherò la mia fede”, risposi. Uscì senza dire una parola. Presto cominciò a parlare di me ai miei colleghi.

“Gli ho offerto delle opportunità”, diceva. “Ma le ha tutte rifiutate a causa della sua fede cieca. È un folle”.

Da allora in poi, al lavoro, diventai oggetto di scherno e disprezzo. Ero abbattuto. Una sera, preoccupato per questo problema, aprii la Bibbia e lessi: “Se l’occhio tuo destro ti fa cadere in peccato, cavalo e gettalo via da te; poiché val meglio per te che uno dei tuoi membri perisca, e non sia gettato l’intero tuo corpo nella geenna” (Matteo 5:29).

Se il Signore ci dice di liberarci di qualcosa per poterci salvare, perché rimanevo aggrappato a un lavoro che era diventato un pericolo per il mio benessere spirituale? Il giorno dopo presentai le mie dimissioni.

Oggi sono felice di aver fatto quella scelta. Con coraggio e fede in Gesù Cristo, ho affrontato l’umiliazione al lavoro e una temporanea disoccupazione. Il mio nuovo impiego mi offre delle opportunità che prima non mi erano disponibili. Il Signore mi ha benedetto e Lo ringrazio per la Sua gentilezza e il Suo amore nei miei confronti. ■

Edouard Ngindu, Katoka, Repubblica Democratica del Congo

ILLUSTRAZIONE DI GREG STEVENSON

Avevamo bisogno di un secondo miracolo

Avevamo già avuto un miracolo con la gravidanza di mia moglie. Ora ne avevamo bisogno di un altro.

Mia moglie Sarah era incinta da ventiquattro settimane quando iniziò a sentire forti dolori. Le diedi una benedizioni e andai al lavoro. Ero ancora al lavoro quando mi chiamò per dirmi di tornare per portarla all'ospedale.

Quando arrivammo, ci fu detto: "La bambina sta nascendo". Dato che Sarah era solo alla ventiquattresima settimana, un cesareo d'emergenza dava la maggiore probabilità di sopravvivenza per la bambina.

"Non è necessario che sua moglie subisca ulteriori traumi", mi disse il dottore. "La bambina non ce la farà comunque".

Io e Sarah parlammo e pregammo riguardo a quanto detto dal dottore. Sentimmo che se c'era anche solo una piccola probabilità che la bambina sopravvivesse, dovevamo coglierla. Avevamo avuto difficoltà ad avere figli. Il nostro figlio maggiore, Taylor, è adottato. Quando Sarah rimase incinta, due anni dopo aver adottato Taylor, sentimmo che era un miracolo. Ora avevamo bisogno di un secondo miracolo.

Poco più tardi, venne uno specialista che ci disse: "Penso che forse abbiamo il tempo di portare sua moglie a un ospedale pediatrico di El Paso, in Texas, che è attrezzato per la cura di neonati prematuri e gravemente malati. Lì la bambina avrà maggiori probabilità!".

Un'ambulanza partì dal nostro ospedale locale con Sarah per portarla all'ospedale pediatrico distante quarantacinque minuti. Io seguivo a distanza ravvicinata, pregando il Signore di concederci un miracolo. Gli promisi che sarei rimasto sul sentiero del Vangelo e avrei cercato di essere migliore.

Giunti all'ospedale, dissi al dottore dell'unità di terapia intensiva neonataLe: "Sappiamo di aver già ricevuto un miracolo con la gravidanza di mia moglie. Ora ce ne aspettiamo un altro".

Il parto andò bene e la bambina sopravvisse. Dopo aver passato quattro mesi e mezzo nell'unità di terapia intensiva neonatale, abbiamo portato Shanna a casa. *Avevamo* ricevuto un secondo miracolo. Pochi anni dopo, abbiamo ricevuto ancora un altro miracolo: il Signore ci ha benedetto con due gemelli.

Shanna ha un quoziente intellettivo leggermente basso ed è su una sedia a rotelle, ma è felice, sempre positiva e fa amicizia con tutti. Ama raccontare le sue giornate ed è entusiasta della vita. Ci fa sorridere e ci insegna a essere felici. La amiamo e siamo grati per lei. Shanna è veramente una benedizione. ■

Daniel Payne, New Mexico, USA

ILLUSTRAZIONE DI BRADLEY CLARK

L’apertura al pubblico di un tempio ha aperto il mio cuore

Con l’annuncio dell’apertura al pubblico del tempio, era come se il Signore mi stesse invitando personalmente a entrare nella Sua casa.

Sono stato battezzato quando avevo quindici anni. Molte persone non capivano la mia nuova fede. Alcune, compresi i miei amici, mi prendevano addirittura in giro per la mia decisione di unirmi alla Chiesa. I miei genitori non erano membri della Chiesa, quindi non avevo il loro sostegno.

Tutto questo rese difficile per me continuare ad andare in chiesa e a vivere il Vangelo. A diciannove anni, smisi di andare chiesa.

Dieci anni dopo, seppi della costruzione di un tempio in El Salvador. Rimasi sorpreso nel sapere che nel mio paese sarebbe stata costruita una casa del Signore! Quattro anni dopo, il Tempio di San Salvador, in El Salvador, fu terminato e venne annunciata l’apertura al pubblico. Quando scoprii che l’apertura al pubblico mi avrebbe permesso di entrare nel tempio, sentii come se il Signore mi stesse invitando personalmente a entrare nella Sua casa.

Il giorno in cui entrai nel tempio fu uno dei giorni più belli della mia vita. Durante l’apertura al pubblico imparai meglio ciò che avviene all’interno di templi dedicati. Appresi anche quali sono le sacre alleanze del tempio che stringiamo con Dio.

Mentre attraversavo ciascuna sala del tempio, sentii la presenza di Dio. Provavo pace. La visita al tempio mi diede il desiderio di tornare in chiesa e di vivere di nuovo il Vangelo. Quando mi resi conto che potevo prendere parte alla grande opera di Dio, desiderai fare il lavoro di tempio per i miei antenati ed esercitare il sacerdozio.

La mia esperienza al tempio di quel giorno ha cambiato la mia vita. Adesso aiuto i membri del mio rione a prepararsi per il tempio e li assisto con la storia familiare in modo che possano svolgere il lavoro di tempio per i loro antenati.

Non è mai troppo tardi per tornare in chiesa. Non è mai troppo tardi per fare del bene. Il Signore, con il Suo amore infinito, è sempre con noi. Il tempio è il luogo che ci unisce a Lui e ci permette di tornare a vivere con Lui un giorno. ■

Ricardo Matamoros, Ahuachapán, El Salvador

Un dono d'amore

Faith S. Watson

Mentre mio marito benediceva la nostra bambina, iniziai a capire la profondità e la portata del dono d'amore che ci ha fatto il Padre Celeste: il sacerdozio.

Ero un nuovo membro della Chiesa, una neo-moglie e ora anche una neo-mamma. Era la domenica di digiuno e la nostra bambina stava per ricevere un nome e una benedizione. Prima di allora non avevo mai visto la benedizione di un neonato, perché abitavamo in un rione con poche famiglie giovani. Non sapevo che cosa aspettarmi. Eppure sentivo tramite lo Spirito che sarebbe stato qualcosa di molto speciale e importante.

Mio marito, insieme ad altri detentori del sacerdozio riverenti, cullava con cura la nostra preziosa bambina. La dolcezza dello Spirito mi riempiva di gioia. Le lacrime rigavano le mie guance e una miriade di pensieri affollava la mia mente. Sapevo che stavo solo iniziando a capire la profondità e la portata del dono d'amore che ci ha fatto il Padre Celeste: il sacerdozio.

Mentre i missionari mi insegnavano le lezioni, avevo percepito quanto si sentissero onorati di detenere il sacerdozio. Lo avevo sentito nelle loro parole e nelle loro preghiere, anche quando mi avevano impartito una benedizione per superare una difficoltà che stavo incontrando con la Parola di Saggezza. Avevo sentito le loro mani, gentilmente appoggiate sul mio capo, iniziare a tremare nel pronunciare le parole che sapevo giungevano dal Signore — parole di affetto e di guarigione.

Fui ben presto battezzata e le mani dei detentori del sacerdozio si posarono nuovamente sul mio capo. Fui confermata membro della Chiesa del Signore e mi fu conferito il dono dello Spirito Santo. Ero stata purificata ed ero nata di nuovo. Sentivo il potere del sacerdozio attraversare tutto il mio corpo e, per la prima volta nella mia vita, provavo gioia.

Poco dopo il mio battesimo, mi sono sposata. I genitori di lui erano membri della Chiesa e la sua casa era incentrata sul Vangelo, ma sapevo che la sua testimonianza non era molto profonda. Eppure non me ne facevo un cruccio. La mia giovane fede traboccava di ottimismo. Dovevo soltanto amarlo, essere paziente e pregare.

Nei mesi in cui portavo in grembo la nostra prima bambina, mi sentivo come si sentono le madri: vicina alla mia piccina, piena di meraviglia per la nuova vita dentro di me. Dopo la sua nascita, il mio legame con lei era diventato una fune d'amore, forte e dolce.

Ma ero preoccupata per mio marito. Non aveva avuto la benedizione di questa vicinanza così intensa con nostra figlia come ne avevo goduto io. Naturalmente le voleva bene, ma mi chiedevo angustiata se un legame solido si sarebbe mai sviluppato tra loro. Mi preoccupavo mentre passavo del tempo a darle da mangiare, a farle il bagnetto e a tenerla stretta a me, laddove la maggior parte del tempo mio marito lo passava a lavorare per mantenerci.

Ora, poche settimane dopo la sua nascita, ci trovavamo in cappella. Davanti ai miei occhi e nel mio cuore stava avvenendo un miracolo. Mio marito, tentennante, sorrideva umilmente ai suoi fratelli nel cerchio, con gli occhi pieni di luce che brillavano per le lacrime. In cambio, da quei fratelli fluivano amore e sostegno per lui, mentre ponevano le mani sulle spalle e aiutavano a cullare la nostra bambina, formando un cerchio immerso in un amore puro e sacro. Quando mio marito cominciò a dare la benedizione, udii un tremolio nella sua voce e capii che lui stava sentendo il potere del Signore e che si sentiva onorato di detenere il Suo sacerdozio.

Percepivo che in lui stava crescendo un grande amore per la nostra piccina e sapevo che lui aveva cercato intensamente di prepararsi per darle la benedizione che il Padre Celeste intendeva darle. La mia gioia fu completa quando mi resi conto che lui si sentiva

ILLUSTRAZIONE DI ALE + ALE, MORGAN GAYNIN

fortemente legato a nostra figlia. Era un legame che non si sarebbe mai indebolito.

Sono trascorsi anni da quell'esperienza. Ho visto e sentito innumerevoli volte il potere e la bellezza del sacerdozio esercitato in così tanti modi e luoghi diversi, e per tanti figli del Padre Celeste. Ero presente a molte belle ordinanze di salvezza che sono state celebrate, e ho visto cuori gonfiarsi. Ho visto purificazioni, guarigioni, momenti di conforto e di insegnamento. Ho visto e sentito fardelli sollevarsi.

So di non comprendere ancora appieno la magnificenza del sacerdozio, ma tutte le benedizioni di bambini alle quali ho presenziato mi hanno portato la stessa meraviglia provata alla benedizione della mia primogenita. Rimango attonita davanti all'amore che il Padre Celeste ci dimostra condividendo con noi il Suo potere e sono incredibilmente grata per la testimonianza che ho di Lui, del Suo Figliolo diletto e del meraviglioso vangelo restaurato. ■

L'autrice vive nello Utah, USA.

Alma 5–7
1–7 GIUGNO

In che modo le domande di Alma possono aiutarci a crescere spiritualmente?

COME STO ANDANDO?

Alma pose al popolo di Zarahemla 36 domande per aiutarli a valutare il loro progresso spirituale. Il presidente M. Russell Ballard, presidente facente funzione del Quorum dei Dodici Apostoli, ha spiegato l'utilità di una valutazione spirituale. Ha detto: "Per avere una guida da seguire durante questa [valutazione], mi piace leggere e meditare le parole introspettive che si trovano nel quinto capitolo di Alma"[1].

Che cosa devo cambiare?

Mentre leggete Alma 5:7–13, fate attenzione a ciò che ha insegnato Alma sul modo in cui possiamo cambiare per avvicinarci a Cristo. Riflettete sulle cose che potete cambiare e fate un piano per agire di conseguenza.

In che modo il Signore mi ha benedetto?

Alma, inoltre, invitò il popolo a ricordare come il Signore aveva liberato i loro padri e a ripensare alla loro conversione. Potreste scrivere la storia della vostra conversione per ricordare in che modo il Signore vi ha benedetti. Potreste anche leggere le storie di conversione dei vostri antenati o dei primi membri della Chiesa.

"Sarebbe magnifico se ogni Santo degli Ultimi Giorni conoscesse la storia della conversione dei propri antenati. […] Ognuno di noi sarà grandemente benedetto se conoscerà le storie di fede e di sacrificio che hanno portato i nostri antenati a unirsi alla Chiesa del Signore"[2].

NOTE

1. M. Russell Ballard, "Tornare e ricevere", *Liahona*, maggio 2017, 64.
2. William R. Walker, "Vivete rimanendo fedeli", *Liahona*, maggio 2014, 97, 99.

ILLUSTRAZIONE DI CAROLYN VIBBERT

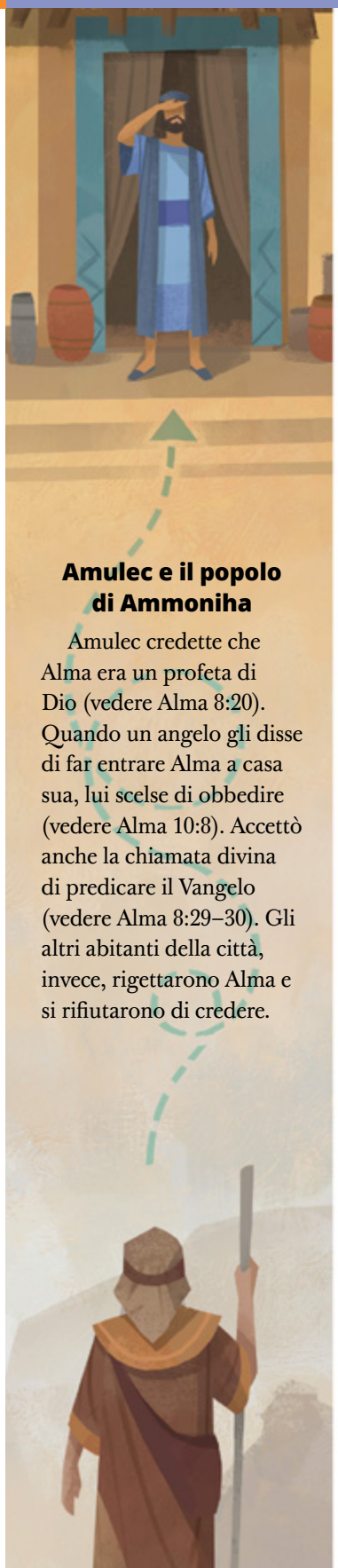
Alma 8–12
8–14 GIUGNO

In che modo intenerire il cuore ci aiuta a ottenere una conoscenza spirituale?

Quando Alma predicò il Vangelo ad Ammoniha, la maggior parte del popolo lo respinse, ma Amulec lo ascoltò e credette. La differenza tra Amulec e il resto del popolo di Ammoniha ci mostra le conseguenze che scaturiscono dall'intenerire il cuore o dall'indurirlo riguardo alle cose di Dio (vedere Alma 12:10). Potete scegliere di avere un cuore tenero.

DISCUSSIONE

- Quali virtù aveva Amulec? Come potete sviluppare queste virtù?
- Se siete alla ricerca di risposte a una particolare domanda, che cosa potete fare per essere più ricettivi alla rivelazione del Padre Celeste?
- Quali sono le benedizioni che il Signore potrebbe avere in serbo per voi e per la vostra famiglia se sceglierete di avere un cuore tenero e obbediente?

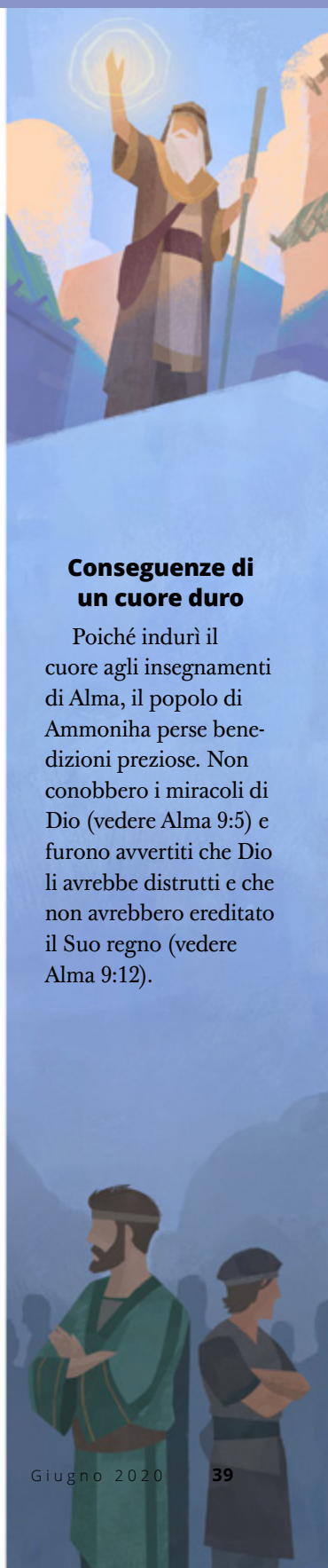


Amulec e il popolo di Ammoniha

Amulec credette che Alma era un profeta di Dio (vedere Alma 8:20). Quando un angelo gli disse di far entrare Alma a casa sua, lui scelse di obbedire (vedere Alma 10:8). Accettò anche la chiamata divina di predicare il Vangelo (vedere Alma 8:29–30). Gli altri abitanti della città, invece, rigettarono Alma e si rifiutarono di credere.

Benedizioni di un cuore tenero

Poiché accettò la parola di Dio, Amulec fu benedetto con la conoscenza spirituale. Egli era "[pieno] dello Spirito Santo" (Alma 8:30), ottenne una testimonianza del potere di Dio (vedere Alma 10:5) e percepì persino i pensieri di coloro che cercavano di ingannarlo (vedere Alma 10:17). Anche voi potete decidere di accettare la parola di Dio e ricevere le Sue benedizioni.



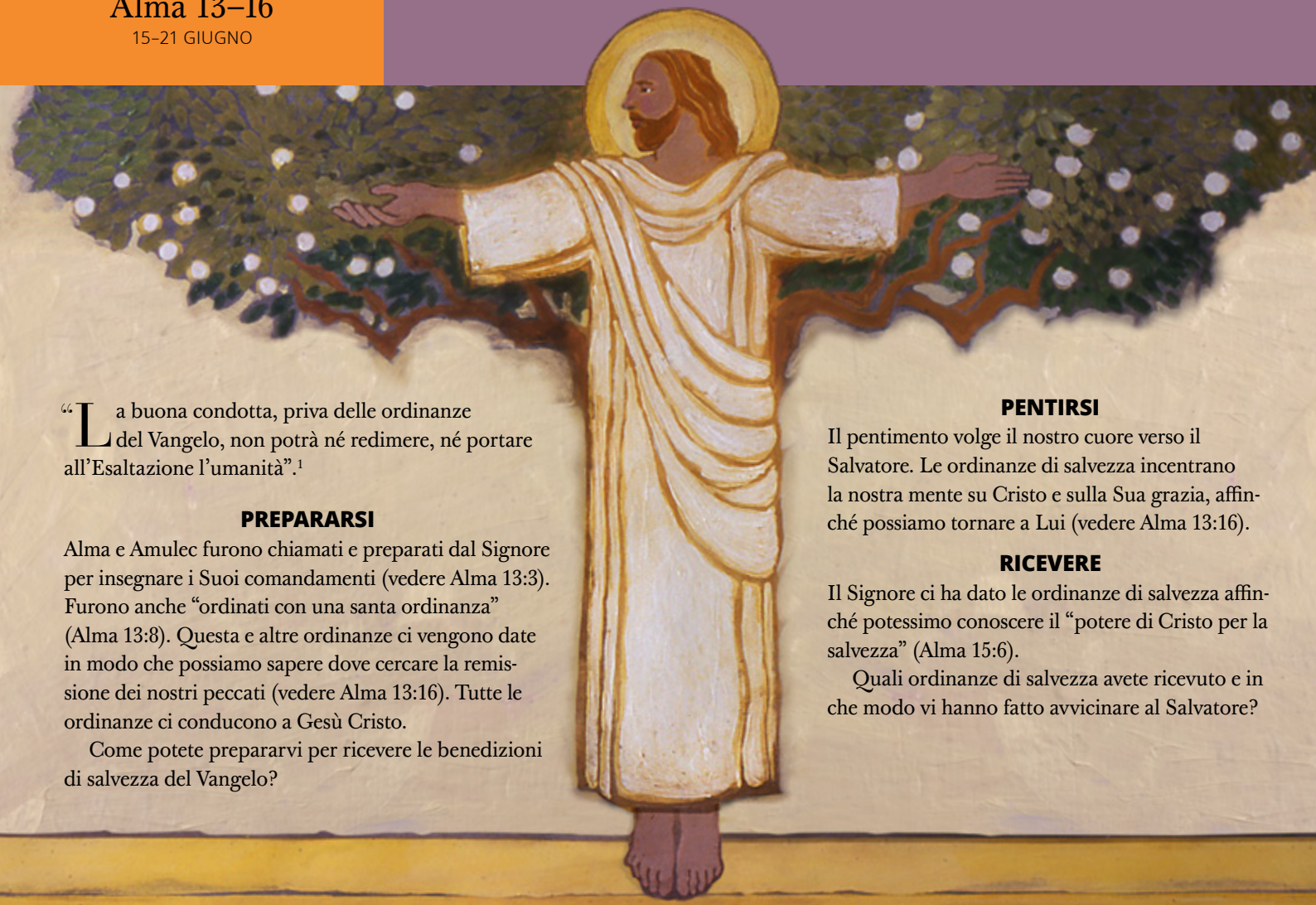
Conseguenze di un cuore duro

Poiché indurì il cuore agli insegnamenti di Alma, il popolo di Ammoniha perse benedizioni preziose. Non conobbero i miracoli di Dio (vedere Alma 9:5) e furono avvertiti che Dio li avrebbe distrutti e che non avrebbero ereditato il Suo regno (vedere Alma 9:12).

ILLUSTRAZIONI DI BEN SIMONSEN

Alma 13–16
15–21 GIUGNO

In che modo le ordinanze di salvezza mi conducono a Cristo?



"La buona condotta, priva delle ordinanze del Vangelo, non potrà né redimere, né portare all'Esaltazione l'umanità".[1]

PREPARARSI

Alma e Amulec furono chiamati e preparati dal Signore per insegnare i Suoi comandamenti (vedere Alma 13:3). Furono anche "ordinati con una santa ordinanza" (Alma 13:8). Questa e altre ordinanze ci vengono date in modo che possiamo sapere dove cercare la remissione dei nostri peccati (vedere Alma 13:16). Tutte le ordinanze ci conducono a Gesù Cristo.

Come potete prepararvi per ricevere le benedizioni di salvezza del Vangelo?

PENTIRSI

Il pentimento volge il nostro cuore verso il Salvatore. Le ordinanze di salvezza incentrano la nostra mente su Cristo e sulla Sua grazia, affinché possiamo tornare a Lui (vedere Alma 13:16).

RICEVERE

Il Signore ci ha dato le ordinanze di salvezza affinché potessimo conoscere il "potere di Cristo per la salvezza" (Alma 15:6).

Quali ordinanze di salvezza avete ricevuto e in che modo vi hanno fatto avvicinare al Salvatore?

NOTA

1. Boyd K. Packer, "L'unica vera chiesa", *La Stella*, gennaio 1986, 69.

ILLUSTRAZIONE DI KATHLEEN PETERSON

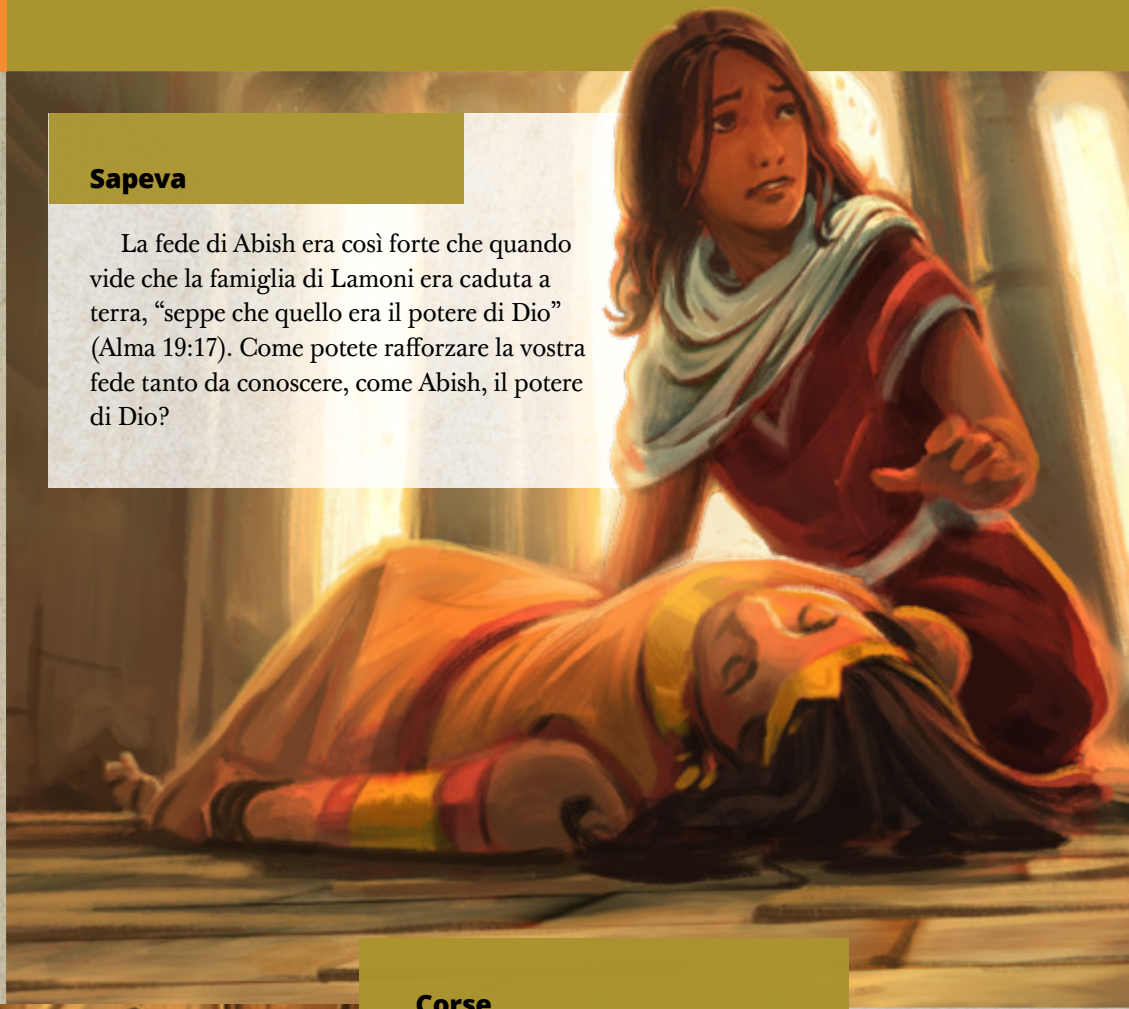
Alma 17–22
22–28 GIUGNO

Come posso agire immediatamente con fede?

Le azioni fedeli e immediate di Abish, nel Libro di Mormon, dimostrano in che modo la fede può aiutarci a portare gli altri a Cristo. Notate che lei era completamente "convertita al Signore" (Alma 19:16).

DISCUSSIONE
Come potete rafforzare la vostra fede nel Signore in modo che voi, e forse anche altre persone, possiate sentirvi autorizzati ad agire immediatamente secondo la volontà di Dio e in pieno accordo con essa?

ILLUSTRAZIONI DI ANDREW BOSLEY; SFONDO DI GETTY IMAGES



Sapeva

La fede di Abish era così forte che quando vide che la famiglia di Lamoni era caduta a terra, "seppe che quello era il potere di Dio" (Alma 19:17). Come potete rafforzare la vostra fede tanto da conoscere, come Abish, il potere di Dio?

Corse

Una volta riconosciuto il potere di Dio, Abish "corse fuori di casa in casa" per dire al popolo di venire a vedere il miracolo (Alma 19:17). La sua fede le diede il potere di agire immediatamente. Ci sono aree del Vangelo in cui state camminando, invece che correndo, per agire con fede secondo la volontà di Dio?

Prese gli altri per la mano

Abish "prese la regina per la mano" avendo fede che questo l'avrebbe fatta alzare (Alma 19:29). Fece ciò che sembrava essere impossibile per via alla sua fede in Dio. Come potete rafforzare la vostra fede in Dio e compiere cose impossibili?

Giovani Adulti

In questa sezione

44 **Eliminare lo stress dalla ricerca di un compagno eterno**
Dominika Stoica

48 **Imparare a essere felice anche se single**
Landon Hawes

Solo digitale

10 cose da chiedere al tuo futuro coniuge

Fidarsi delle seconde impressioni e della guida dello Spirito
Marie Netzler

Essere single mi ricorda che devo avere fiducia nell'*intero* piano che Dio ha per me
Christina Cotterall

7 consigli per rimanere vicini in una relazione a distanza

Condividete la vostra storia

Avete un'esperienza da raccontare? Oppure volete leggere articoli su determinati argomenti? Se la risposta è sì, allora scriveteci! Inviate i vostri articoli o i vostri commenti a **liahona.ChurchofJesusChrist.org**.

Cercare un coniuge — e la grazia del Salvatore

Il Signore promette che "la [Sua] grazia è sufficiente per i miti" (Ether 12:26). Queste parole dovrebbero dare a tutti noi, giovani adulti non sposati, speranza e conforto, soprattutto per quel che riguarda la ricerca di un compagno eterno. Spesso alcuni discepoli di Cristo fiduciosi cercano l'amore con il cuore aperto, solo per poi ritrovarsi delusi da speranze disattese o arrabbiati a causa di un comportamento sbagliato da parte di coloro con cui escono. Questa ricerca può generare paura, rabbia, amarezza e stress, soprattutto se continua per anni oltre la data che vi eravate prefissati per il matrimonio!

Ma, come potete immaginare, questi sentimenti non sono ciò che il Signore vuole che proviamo costantemente mentre cerchiamo di seguire il Suo comandamento di sposarci e allevare una famiglia retta e felice. Al contrario, **Dio vuole che proviamo gioia** durante questa ricerca!

In questa prospettiva, gli articoli di questa sezione sono volti ad aiutarvi **a eliminare lo stress dalla ricerca di un compagno eterno**. Troverete storie su **come progredire nella vita** a prescindere dallo stato civile e alcuni **consigli che vi possono preparare** per un eventuale matrimonio affettuoso, rassicurante e solido.

Mentre cercate la persona che vi concederà tutto il suo cuore come voi le concederete il vostro, dedicate un momento a leggere questi articoli. Vi prometto che uno di loro illuminerà il vostro cuore e vi aiuterà ad avere fiducia nel fatto che **la grazia del Salvatore è veramente sufficiente per voi**.

Cordialmente,
Landon Hawes

Qual è stato per voi il modo migliore per superare i dubbi in merito alla Chiesa? Inviate le risposte su **liahona.ChurchofJesusChrist.org** entro il 30 giugno 2020.

FOTOGRAFIA DI GETTY IMAGES

Eliminare lo **STRESS** dalla ricerca di un compagno eterno

Dominika Stoica

La Chiesa è molto piccola in Polonia. In realtà, è molto piccola in tutta l'Europa dell'Est. Spesso non abbiamo molti membri della Chiesa della nostra età in tutto il paese, figuriamoci in un rione o in un palo. Per fortuna, ogni anno vengono tenute delle conferenze per i giovani adulti non sposati in molti paesi europei.

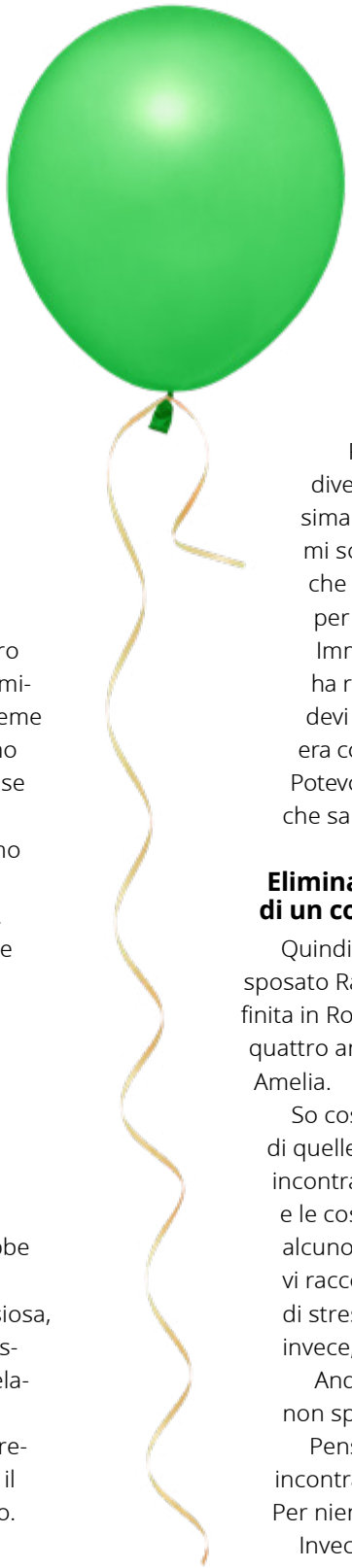
Queste conferenze non sono organizzate necessariamente per aiutare i giovani adulti a trovare "la persona giusta", ma piuttosto e principalmente per aiutarli a trovare nuovi amici che condividono gli stessi valori, così da essere rafforzati nella fede parlando ad altri delle loro esperienze spirituali.

Concentrarsi sull'amicizia

Nel 2010, durante una conferenza in Polonia, ho conosciuto Radu. Lui veniva dalla Romania. Abbiamo parlato un po', ma poco tempo dopo lui è partito per la missione e le nostre strade non si sono più incrociate per tre anni, quando ci siamo rivisti a un'altra conferenza dei giovani adulti non sposati. Lì abbiamo avuto il tempo di conoscerci meglio, ma un mese dopo io sarei partita per la mia missione. Radu mi ha fatto i suoi migliori auguri e mi ha detto: "Teniamoci in contatto". Non credevo che l'avrebbe fatto veramente, ma l'ha fatto. Mi ha scritto lettere per tutta la missione. Nelle sue lettere non c'era nulla di romantico ed è diventato un mio caro amico. Mi piaceva molto il rispetto che aveva nei miei confronti e per l'opera missionaria in generale.

Quando sono tornata a casa, io e Radu eravamo entusiasti all'idea di conoscerci meglio — e finalmente potevamo farlo dopo così tanti anni! Per incontrarci abbiamo scelto un posto che fosse raggiungibile a costi ragionevoli per entrambi (in quel periodo era il Belgio) e abbiamo trascorso del tempo insieme. Abbiamo parlato, parlato e parlato ancora.

La vita non è una corsa verso il matrimonio; è, invece, diventare la versione migliore di noi stessi e lasciare che Dio porti avanti il Suo piano nella nostra vita.



Non abbiamo messo alcuna pressione sul nostro rapporto. Ci siamo concentrati sull'instaurare un'amicizia e, semplicemente, sul conoscerci meglio. Insieme ci siamo sempre divertiti moltissimo, ma riuscivamo anche a parlare in modo serio e profondo delle cose di maggiore importanza. Con il tempo, la nostra amicizia è diventata sempre più solida. Ci sentivamo via Skype quasi quotidianamente e, dopo un po', abbiamo iniziato a fare le preghiere serali insieme. Alla fine abbiamo iniziato ad andare l'uno nel paese dell'altra più volte l'anno.

"Preghiamoci su"

Dopo un po', ho cominciato ad essere ansiosa perché sentivo che la nostra amicizia si stava trasformando in qualcosa di più. Ma lui abitava in Romania! Non volevo iniziare una relazione a distanza, perché una relazione poteva portare al matrimonio, il che voleva dire che uno di noi avrebbe dovuto trasferirsi. Non mi sentivo pronta a farlo.

Un giorno in cui mi sentivo particolarmente ansiosa, Radu mi ha ricordato un principio semplice ma possente. Mi detto: "Preghiamo riguardo alla nostra relazione e vediamo cosa proviamo".

Non so perché io non avessi pensato prima a pregare in merito alla nostra relazione. Quello è stato il miglior consiglio che abbia ricevuto in quel periodo. Così ho pregato per ricevere una guida.

In quel momento non mi aspettavo una risposta specifica, ma ho deciso di continuare a conoscere Radu. Speravo che il Padre Celeste mi avrebbe avvertita se non avessi dovuto continuare la nostra relazione. Col tempo, la risposta che cercavo *è arrivata.* la risposta che cercavo. Parlavo di Radu con la mia famiglia e i miei amici, e ogni volta mi sentivo rassicurata che stavo andando nella direzione giusta.

Presto mi sono resa conto di una cosa divertente. Una sera, dopo aver avuto l'ennesima bella chiacchierata con Radu via Skype, mi sono detta: "È veramente il miglior amico che abbia mai avuto. Voglio essere sua amica per sempre!". È stato allora che ho capito. Immediatamente una voce nella mia mente ha risposto al mio stesso commento: "Allora devi sposarlo!". Sapevo che il Padre Celeste era contento della mia relazione con Radu. Potevo vedere che lui era il mio miglior amico e che saremmo stati felici insieme.

Eliminare lo stress dalla ricerca di un coniuge

Quindi, mi sono trasferita in Romania e ho sposato Radu. Non avrei mai immaginato che sarei finita in Romania. Eppure adesso siamo sposati da quattro anni e abbiamo una bellissima bambina, Amelia.

So cosa state pensando: sono solo un'altra di quelle giovani adulte non sposate che ha incontrato l'"anima gemella" ad una conferenza e le cose sono andate nel verso giusto senza alcuno sforzo. Ma non è così. Il motivo per cui vi racconto questa storia è esortarvi a smettere di stressarvi a cercare un compagno eterno; invece, lasciatevi guidare da Dio.

Andavo a quelle conferenze di giovani adulti non sposati per trovare un marito? No.

Pensavo che uno dei ragazzi che avrei incontrato lì sarebbe diventato mio marito? Per niente.

Invece ho eliminato lo stress del cercare colui che volevo sposare e ho partecipato a queste conferenze semplicemente per conoscere altri giovani e instaurare amicizie — esattamente quello che io e Radu abbiamo fatto all'inizio.

A volte, lo stress di trovare un compagno eterno il prima possibile può essere davvero tangibile. Ma non c'è un limite di tempo per i rapporti eterni. Non c'è bisogno di stressarci. La vita non

una corsa verso il matrimonio è, invece, diventare la versione migliore di noi stessi e lasciare che Dio porti avanti il Suo piano nella nostra vita. Naturalmente noi dobbiamo metterci in gioco, partecipare, incontrare persone, fare nuovi amici e uscire dalla nostra zona di conforto. Tuttavia, dobbiamo farlo pensando: "Mi divertirò e incontrerò dei grandi amici", invece che: "Devo tenere gli occhi aperti per trovare 'la persona giusta' altrimenti rovinerò l'intero piano della mia vita!".

Una cosa che Radu mi ha detto quando eravamo fidanzati è che, mentre di solito si sentiva un po' stressato quando era vicino a ragazze che gli piacevano, con me non è stato così. Ha raccontato che per via della nostra amicizia, si è sempre sentito rilassato e sapeva che poteva essere sempre se stesso.

Quindi, circondatevi di brave persone e godetevi la vita adesso. Perché onestamente, quando smettete di stressarvi e decidete di farvi degli amici e imparate ad amare chi siete e dove siete, la vita diventa molto più piacevole.

Aver fiducia nel piano di Dio per il nostro futuro

Io e Radu non siamo perfetti. Non stavamo cercando la persona "perfetta", eravamo semplicemente noi stessi. Ho notato che chi siamo veramente e come viviamo è ciò che più attira gli altri. Quando vi impegnate a fondo per seguire Gesù Cristo, attirate coloro che stanno facendo del loro meglio per seguirLo.

Ho anche imparato che se diventiamo migliori e abbiamo una fede completa che Dio è al timone, invitiamo la Sua mano nella nostra vita — e quando riconosciamo la Sua mano, non dobbiamo aver timore del futuro. Ricordate ciò che il Signore ha insegnato a Nefi: "E io sarò pure la vostra luce nel deserto; e io preparerò il cammino davanti a voi, se accadrà che obbedirete ai miei comandamenti; pertanto, inquantoché obbedirete ai miei comandamenti, sarete condotti verso la terra promessa; e saprete che è da me che siete condotti" (1 Nefi 17:13).

Non dobbiamo metterci costantemente sotto pressione perché non raggiungiamo alcune aspettative o pietre miliari nel tempo da noi fissato. In verità, il tempo del Padre Celeste è diverso dal nostro: è eterno. Egli ha un piano per noi, per farci ottenere tutte le benedizioni che cerchiamo. E quando facciamo del nostro meglio per confidare nel Suo piano e per sentirci appagati in qualunque situazione ci troviamo, *è allora* che troviamo la vera felicità. Il Suo piano sarà sempre migliore di quello che noi abbiamo per noi stessi. ■

***Dominika Stoica** è una madre con uno spirito d'imprenditrice. Le piace cucinare, ballare e far ridere le persone. Tiene un blog di lifestyle e le piace ritoccare fotografie, andare in bicicletta e trascorrere del tempo in montagna.*

Landon Hawes

IMPARARE A ESSERE FELICE
ANCHE SE SINGLE

Mi sono accorto che sbagliavo il modo in cui uscivo con le ragazze.

"Perché tutti gli altri escono con le ragazze e si divertono?"

"Perché non riesco a sposarmi?"

"Che cosa c'è che non va in me?"

Probabilmente molti giovani adulti non sposati si sono chiesti queste domande almeno una volta! La difficoltà di cercare un compagno eterno può indebolire la fede e la speranza anche del più fedele dei Santi degli Ultimi Giorni. E sì, anche nel mio caso, uscire con le ragazze è stato particolarmente difficile.

Il matrimonio mi è sempre sembrato una grande avventura e ho sempre voluto sposarmi, sin da piccolo; ma mi sono scoraggiato quando, durante gli anni dell'università, mi sembrava di non riuscire a fare un passo concreto verso quella direzione. Benché fossi uscito con molte ragazze, avessi avuto delle relazioni serie e avessi conosciuto donne realizzate e interessanti, non mi sono sposato. E ai miei occhi, quelle relazioni finite indicavano che ero inferiore e non attraente.

I miei sentimenti riguardo al fatto che non fossi sposato sono peggiorati dopo alcune altre delusioni all'inizio della mia carriera lavorativa. Mi veniva naturale chiedermi cosa ci fosse di sbagliato in me e cosa invece andasse bene in tutte le altre persone che riuscivano a sposarsi. La mia benedizione patriarcale, oltre ad altre benedizioni del sacerdozio, indicava chiaramente e in modo specifico che mi sarei suggellato durante la vita terrena a una donna retta. Allora perché non stava accadendo?

Avevo iniziato a chiedermi: "Ho fatto qualcosa che ha modificato i piani di Dio per me?".

Infine, dopo aver "lottato" con Dio per anni in preghiera, studiando le Scritture e andando al tempio, ho ricevuto una rivelazione sulla mia situazione grazie al mio amico e counselor Brad (il nome è stato cambiato). Durante una sessione di counseling, mi ha detto: "La tua felicità dipende da te, non da qualcun altro. Se sei felice da single, puoi essere felice in qualsiasi situazione ti trovi". Anche il presidente Russell M. Nelson ha insegnato che la gioia che proviamo "ha poco a che fare con le circostanze in cui viviamo, ma dipende totalmente da ciò su cui incentriamo la nostra vita" ("Gioia e sopravvivenza spirituale", *Liahona*, novembre 2016, 82).

La mia intera prospettiva è cambiata quando lo Spirito ha fermamente impresso queste parole nella mia anima. Mi sono reso conto che ero sempre uscito con una ragazza per soddisfare una necessità: quella di sposarmi semplicemente per non essere solo.

Decisamente, questo non era un modo di pensare che mi avrebbe guidato a una compagna eterna che mi amava! Tramite Brad, il Signore mi aveva gentilmente insegnato che il Suo piano per i Suoi figli e le Sue figlie non è quello di sposarsi per necessità, per pressione sociale o per paura. Il matrimonio è basato sull'amore cristiano. Poi Egli mi ha insegnato che il fatto di non essere sposato poteva continuare a insegnarmi come vivere e a cercare un matrimonio basato sul puro amore, e non sull'utilità. Cercare di sposarsi per le giuste ragioni.

Da questa esperienza ho imparato tre verità alle quali penso quando mi sento scoraggiato riguardo al frequentare le ragazze:

1. **Il tuo valore non dipende dal tuo stato civile.** Isaia ha insegnato che "i pensieri [di Dio] non sono i [nostri] pensieri" (Isaia 55:8). Io pensavo di essere single perché non ero degno, ma Dio mi ha aiutato a vedere che essere single mi sta preparando a un matrimonio migliore di quello che avrei avuto se mi fossi sposato secondo i miei tempi. Non ha nulla a che fare con la mia dignità.
2. **La preparazione fa sparire l'ansia e la preoccupazione.** Il Signore ci ha detto: "Se siete preparati, voi non temerete" (DeA 38:30). Cercare la volontà di Dio, e poi compierla, mi ha aiutato a liberarmi delle precedenti paure e frustrazioni riguardo al mio stato civile. Mi ha anche aiutato a concentrarmi sulla mia preparazione per qualunque cosa mi accada in futuro.
3. **C'è gioia nell'essere single.** Non essere sposato mi ha benedetto con entusiasmanti possibilità di viaggiare, con lo sviluppo professionale e con modi in cui servire nella Chiesa. Benché desideri ancora profondamente sposarmi e avere dei figli, Dio mi ha aiutato ad apprezzare tutto quello che c'è da fare nel Suo regno adesso, che abbia o meno una compagna al mio fianco.

Non sono ancora sposato! Mia moglie non è magicamente apparsa adesso che ho cambiato la mia visione sul corteggiamento e il matrimonio, e so che in futuro a volte mi sentirò frustrato a questo proposito. Ma molte delle paure e delle ansie riguardo al mio stato civile sono scomparse. E adesso, so che va bene essere single mentre collaboro con il Signore per adempiere le promesse di benedizioni eterne che Egli mi ha fatto, nella mortalità come nell'eternità. ■

Landon Hawes *è un urbanista che ama viaggiare, scrivere, i buoni libri ed esplorare il mondo. Potete trovarlo nella biblioteca locale, a fare il tifo per la sua squadra di baseball, o su una strada di campagna poco frequentata a cercare bei luoghi che nessun altro ha pensato di esplorare.*

ILLUSTRAZIONE DI JOSIE PORTILLO

Fofoa V. (a sinistra), 18 anni
Etuale V. (a destra), 16 anni, Savali, Samoa

Nella nostra famiglia tutti danno una mano.

Fofoa: La nostra famiglia crede nel fatto di lavorare insieme. Io e mio fratello Etuale raccogliamo legna per cucinare. Aiutiamo anche a preparare del cibo per venderlo. Ricordo che una volta la mia famiglia non aveva abbastanza soldi per pagare una bolletta dell'acqua molto cara, così tutti noi abbiamo fatto la nostra parte. Mia sorella vendeva il barbecue. Io e Etuale raccoglievamo le noci di cocco e altro cibo, e poi aiutavamo a venderlo per procurarci del denaro. Lavorando sodo come famiglia e confidando in Dio, riuscimmo a riavere l'acqua.

Etuale: Dio mi aiuta in ogni cosa. Mi rafforza e mi benedice ogni giorno. Mi piace vivere nelle Samoa. Qui c'è molta pace. Il mio sogno più grande è quello di svolgere una missione a tempo pieno! Voglio offrire a Dio due anni della mia vita.

GIOVANI

IN QUESTA SEZIONE

52 **Ottenere una testimonianza nel mondo**
Wilmer Amaya Munoz

54 **Centocinquantesimo anniversario dell'organizzazione delle Giovani Donne**
Sorella Bonnie H. Cordon

58 **Giovani Donne: festeggiare i 150 anni**
Amanda Dunn

62 **Domande e risposte: Depressione, razzismo**

64 **La parola ai dirigenti: Servire insieme con il potere del sacerdozio**
Presidente M. Russell Ballard

FOTOGRAFIA DI LESLIE NILSSON

Ottenere una testimonianza *nel mondo*

ILLUSTRAZIONE DI PAULINE GRAYSON

Wilmer Amaya Munoz

Sono nato in Spagna e ho vissuto lì per otto anni. Non andavamo spesso in chiesa, quindi non fui battezzato quando compii otto anni, ma avrei veramente voluto battezzarmi. Un giorno ho chiesto ai miei genitori perché non andavamo più in chiesa e perché non ero stato battezzato.

Mentre dicevo loro di avere il desiderio di essere battezzato, il loro cuore fu toccato e ricominciammo ad andare in chiesa. Mi sentivo bene. Mia madre era veramente un buon esempio e un'ispirazione per me. Aveva una forte testimonianza e leggeva spesso le Scritture.

In seguito, ci trasferimmo in Venezuela, da dove veniva mio padre. Abbiamo vissuto lì per due anni e, a causa della crisi economica, affrontammo molte difficoltà. Ma c'erano anche cose buone. Mi piaceva il cibo e lì c'erano dei parenti che erano ansiosi di conoscermi. Erano persone molto umili e andavamo in chiesa tutti insieme, e sentivamo lo Spirito.

Benché andassimo in chiesa e io potevo sentire lo Spirito, sapevo che a me e alla mia famiglia mancava qualcosa. Sentivo che dovevamo essere suggellati come famiglia eterna. Una domenica mattina, il vescovo invitò tutta la congregazione a leggere il Libro di Mormon prima della fine dell'anno. Sapevo che questo avrebbe aiutato me e i miei genitori a vivere più

Questa è la storia di come io mi sono unito alla Chiesa e la mia famiglia è diventata attiva nel Vangelo.

pienamente il vangelo del Signore. Un po' alla volta, leggendo il Libro di Mormon, il Salvatore iniziò a darci maggior conoscenza e più benedizioni, e noi continuammo a leggere regolarmente le Scritture.

Ben presto fui battezzato. Potevo veramente sentire lo Spirito nella mia vita, e pure i miei genitori. La mia testimonianza cominciava a crescere maggiormente. Ci trasferimmo in Florida, negli Stati Uniti, e ci furono di nuovo molti cambiamenti e sacrifici, proprio come quando avevamo lasciato la Spagna. Ma le nostre testimonianze si stavano rafforzando. Andavamo in chiesa tutte le settimane e continuavamo a leggere le Scritture.

Dopo molto lavoro, molta lettura delle Scritture, molte preghiere e molte scelte giuste, volevamo essere suggellati come famiglia eterna. Abbiamo parlato con il nostro vescovo e, benché ci sia voluto molto tempo, finalmente il giorno tanto atteso è arrivato. Siamo stati entusiasti di poter entrare nel tempio.

Io ho fatto dei battesimi, mentre aspettavo che i miei genitori completassero il lavoro di tempio per se stessi. Mi è sembrato di venire battezzato nuovamente. Sono stato veramente felice di poter aiutare le persone al di là del velo. Ora, io e la mia famiglia andiamo al tempio tutte le settimane. Faccio regolarmente dei battesimi perché mi piace aiutare. Sono felice di essere stato suggellato nel tempio ai miei genitori per l'eternità e di avere la possibilità di vivere per sempre con loro. ■

L'autore vive nello Utah, USA.

Il Padre Celeste ha una grande opera da farvi compiere in preparazione per la seconda venuta del nostro Salvatore.

CENTOCINQUANTESIMO ANNIVERSARIO

dell'organizzazione delle Giovani Donne

Sorella Bonnie H. Cordon
Presidentessa generale delle Giovani Donne

Pensando a tutte le cose meravigliose che il nostro Padre Celeste ha fatto per i Suoi figli, il mio cuore si riempie di meraviglia e gratitudine assolute per l'amore che il Signore ha per le Sue figlie. Egli VI ama!

E poiché Egli vi ama, centocinquant'anni fa ha ispirato i dirigenti della Chiesa a creare l'organizzazione delle Giovani Donne, per aiutarvi a diventare le persone che Dio vuole che diventiate. Il profeta Brigham Young (1801–1877) ci ha esortate a rafforzare la nostra testimonianza vivendo il Vangelo: "C'è bisogno che le giovani figlie d'Israele ricevano una testimonianza vivente della verità. [...] Vorrei che le nostre ragazze ottenessero personalmente una conoscenza del Vangelo"[1]. Egli ha anche detto: "Si ottengono più testimonianze in piedi che in ginocchio"[2].

Negli anni, l'organizzazione delle Giovani Donne si è adattata alle necessità del momento. Tuttavia, benché il programma si sia adattato, il suo obiettivo per voi, giovani donne, non è cambiato: aiutarvi a ottenere una testimonianza vivente e avanzare con fede sul sentiero dell'alleanza. Sapendo chi siete e agendo con fede, riceverete le benedizioni che il Padre Celeste ha in serbo per voi.

Le classi delle Giovani Donne attraverso gli anni

All'inizio, l'organizzazione delle Giovani Donne era chiamata "Retrenchment Association" [associazione di morigeratezza], con l'obiettivo di "migliorare in tutto ciò che è buono e bello". Agli inizi del 1900, divenne la Young Ladies' Mutual Improvement Association [associazione di mutuo miglioramento delle giovani donne] e ben presto le classi iniziarono ad ammettere le giovani dai 12 ai 24 anni. Il nome delle classi è cambiato negli anni, includendo i nomi Camp Fire Girls [ragazze del falò], Beehives [api], Guardians [guardiane] e Gleaners [spigolatrici]. Quando la Chiesa cominciò a crescere e le Giovani Donne iniziarono a riunirsi in altri paesi con lingue diverse, fu fatto tutto il possibile per adattare i nomi; ad esempio, Mia Maid [damigelle] in tedesco diventò "Rosenmädchen" (ragazze con la rosa).

FOTOGRAFIA DI LESLIE NILSSON

Oggi, essendoci giovani donne in quasi tutte le nazioni, le classi vengono organizzate secondo le necessità di ogni rione o ramo, e tutte vengono denominate con l'unico nome di Giovani Donne.

Anche i requisiti per i programmi delle Giovani Donne sono cambiati negli anni. A destra ce ne sono alcuni.

Il programma Bambini e giovani

Se si guarda a questi requisiti con gli occhi spirituali, si nota che hanno un filo comune. Il passato e il presente si congiungono nell'aiutare le giovani donne ad avvicinarsi a Gesù Cristo e a crescere spiritualmente, intellettualmente, socialmente e fisicamente.

Nel 2019 è stato presentato un nuovo programma di sviluppo personale che invita a essere autosufficienti restando, allo stesso tempo, dipendenti dal Salvatore. Siete invitate a cercare lo Spirito Santo e a fissare obiettivi vostri personali per cercare di diventare più simili al Salvatore, Gesù Cristo! Mi piace questa fiducia che viene posta in voi, giovani meravigliose della Chiesa di Gesù Cristo dei Santi degli Ultimi Giorni.

Con il sostegno del vescovato e della presidenza delle Giovani Donne, venite guidate anche dalle presidenze delle classi: ragazze della vostra età che sono chiamate e messe a parte per programmare e implementare il programma delle Giovani Donne. Oggi, nel mondo, ci sono oltre mezzo milione di giovani donne guidate da loro coetanee!

Tutte le giovani donne hanno un tema comune, che include questi principi fondamentali: siete figlie benamate

ILLUSTRAZIONI DI COREY EGBERT

di genitori celesti; siete discepole di Gesù Cristo nell'alleanza; cercate la rivelazione personale che ricevete tramite lo Spirito Santo e agite di conseguenza; siete testimoni splendenti di Dio che cercano di diventare come il Salvatore, Gesù Cristo, e ministrate al prossimo nel Suo Santo nome.

Siete amate e necessarie!

Quali benamate figlie di un Padre Celeste vivente e affettuoso, siete state preparate in modo particolare per essere "salvatori sul monte Sion"[3]. Come ha detto il presidente Russell M. Nelson: "Ogni profeta ha parlato del *nostro* giorno, quello in cui Israele sarebbe stata radunata e il mondo sarebbe stato preparato per la seconda venuta del Salvatore. Pensateci! Di tutti coloro che abbiano mai vissuto sul pianeta terra, *noi* siamo quelli che hanno la possibilità di partecipare a questo grandioso raduno finale"[4].

Questo è un sacro invito a partecipare al lavoro di tempio e di storia familiare, a servire in posizioni di dirigenza, a ministrare alle vostre sorelle e a condividere la vostra testimonianza con i vostri familiari e amici. Voi siete amate e siete necessarie!

Mie care amiche, il Padre Celeste ha una grande opera da farvi compiere in preparazione per la seconda venuta del nostro Salvatore Gesù Cristo! Voi siete una parte essenziale di quest'opera. Egli vi ama; vuole che prendiate parte alla Sua opera; ha fiducia in voi!

Aggiungo la mia fede e fiducia in voi a quella del nostro caro profeta, il presidente Nelson, che ha dichiarato: "Voi siete tra le persone migliori che il Signore abbia *mai* mandato in questo mondo. Avete la capacità di essere più intelligenti, più [sagge] e di avere un impatto maggiore sul mondo di qualunque altra generazione precedente!"[5].

Prego che permetterete alle parole del tema delle Giovani Donne di penetrare profondamente nel vostro cuore e che vi immergerete completamente nel nuovo programma, accettando ogni opportunità di avvicinarvi al Salvatore e di imparare da Lui. Diventate la persona che Egli vuole che siate. So che se lo farete, la vostra vita sarà piena di opportunità per condividere la Sua luce e il Suo amore con i vostri familiari, i vostri amici e tutti coloro che vi circondano. Se cercherete di seguirLo, la vostra testimonianza diventerà forte e incrollabile. ■

NOTE

1. Brigham Young, in *A Century of Sisterhood: Chronological Collage, 1869–1969* (1969), 8.
2. Brigham Young, in Susa Young Gates, *History of the Young Ladies' Mutual Improvement Association of the Church of Jesus Christ of Latter-day Saints from November 1869 to June 1910* (1911), 9.
3. Quentin L. Cook, conferenza generale di aprile 2014 (*Liahona*, maggio 2014, 48).
4. Russell M. Nelson, "O speranza d'Israele" (riunione mondiale per i giovani, 3 giugno 2018), 8, HopeofIsrael.ChurchofJesusChrist.org.
5. Russell M. Nelson, "O speranza d'Israele", 16–17.

FOTOGRAFIA DI MATT REIER

Giovani Donne

FESTEGGIARE I 150 ANNI

Amanda Walters
Riviste della Chiesa

Quest'anno l'organizzazione delle Giovani Donne compie 150 anni ed è tempo di festeggiare! Guardate come si è evoluta l'organizzazione dal 1870 a oggi, che cosa fanno le altre ragazze come te per essere attive adesso nelle Giovani Donne e come potete essere ispirate da donne che, nel corso della storia, hanno dimostrato coraggio e fede.

1870–1920

Nome: la "Young Ladies' Department of the Ladies' Cooperative Retrenchment Association" [dipartimento delle giovani donne dell'associazione cooperativa di morigeratezza delle donne] viene organizzata ufficialmente il 27 maggio 1870, sotto la direzione di Brigham Young.[1] Il nome viene cambiato in "Young Ladies' Mutual Improvement Association" [associazione di mutuo miglioramento delle giovani donne] nel 1877.[2]

Organizzazione e classi: il programma "Bee-Hive Girls" [ragazze Api] viene istituito come programma estivo per le ragazze dai 14 anni in su.

Progresso e riconoscimenti: nel 1915 viene pubblicato il "Bee-Hive Handbook" [manuale delle Api], che evidenzia sette "campi" di progresso personale: religione, casa, salute, arti domestiche, attività all'aperto, affari e servizio pubblico.[3]

Riviste e giornali: il primo numero del *Young Woman's Journal* viene pubblicato nel 1889.[4] Molte Mutual Improvement Associations (o MIA) locali pubblicano il proprio giornale manoscritto con solo una o due copie da dare alle ragazze da distribuire.

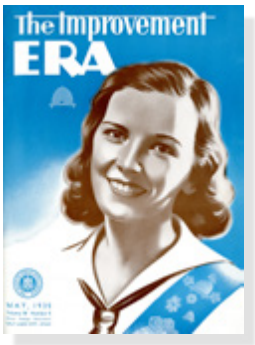
1920–1970

Nome: nel 1934, la Young Ladies' Mutual Improvement Association cambia nome in "Young Women's Mutual Improvement Association" [associazione di mutuo miglioramento delle giovani donne AMM].[5]

Organizzazione e classi: ci sono due classi: le Bee-Hive Girls [ragazze Api] per le più giovani e le Gleaners [spigolatrici] per le più grandi. L'età per entrare a far parte del programma cambia da 14 a 12 anni. Nel 1950, viene aggiunta la classe delle Mia Maid [damigelle].

Progresso e riconoscimenti: il riconoscimento "Golden Gleaner" [spigolatrice d'oro] è il più alto riconoscimento che le giovani donne possono ottenere nel programma.

1970–2019



Riviste e giornali: nel 1929, il *Young Woman's Journal* si unisce alla rivista *Improvement Era* per tutti i giovani.[6]

Nome: nel 1974, la Young Women's Mutual Improvement Association diventa l'organizzazione delle Giovani Donne.[7]

Organizzazione e classi: nel 1972, l'organizzazione delle Giovani Donne è costituita da tre classi: Beehives [Api] (12–13 anni), Mia Maids [Damigelle] (14–15 anni) e Laurels [Laurette] (16–17 anni). Dall'inizio del 2019, le giovani entrano a far parte delle Api a gennaio dell'anno in cui compiono 12 anni.

Progresso e riconoscimenti: nel 1977 viene introdotto il programma Progresso Personale e il relativo medaglione. Nel 1987 vengono aggiunti i valori delle Giovani Donne: fede, natura divina, valore personale, conoscenza, scelte e responsabilità, buone opere e integrità.[8] La virtù viene aggiunta ai valori nel 2008.[9]

Riviste e giornali: la rivista *New Era* per i giovani inizia ad essere pubblicata nel 1971 in lingua inglese, e la *Liahona* contiene articoli per i giovani in molte lingue.[10]

FOTOGRAFIA DI UNA GIOVANE DONNA CHE INDOSSA IL MEDAGLIONE DEL PROGRESSO PERSONALE DI ALICIA CERVA
PROFILO DI GIOVANE DONNA PUBBLICATA PER GENTILE CONCESSIONE DELLA BIBLIOTECA DI STORIA DELLA CHIESA

Curiosità

1. Il manuale delle Api del 1915 dava alle giovani la possibilità di scegliere un progetto tra oltre 300 opzioni diverse. Tra questi progetti troviamo: occuparsi di un'arnia d'api per un'intera stagione; mantenere la casa libera dalle mosche per due settimane oppure tenere sgombro dall'artemisia almeno mezzo ettaro di terreno.[12]

2020

Nome: il nome rimane organizzazione delle Giovani Donne.

Organizzazione e classi: le classi vengono organizzate in ciascun rione o ramo in base alle diverse necessità e denominate con l'unico nome di "Giovani Donne" (per esempio, "Giovani Donne 12", "Giovani Donne 12–15" o soltanto "Giovani Donne" se si riuniscono insieme).

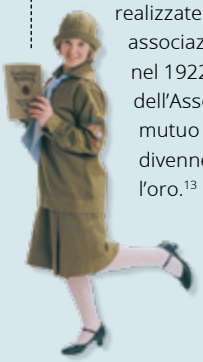
Progresso e riconoscimenti: il programma Bambini e giovani sostituisce il Progresso Personale. Il nuovo programma promuove opportunità personalizzate di crescita nelle aree dello sviluppo personale, dell'apprendimento del Vangelo e del servizio e delle attività.[11]

Riviste e giornali: la rivista *New Era* si avvicina al suo cinquantesimo anniversario. ■

NOTE

1. Vedere "Timeline of Young Women History", history. ChurchofJesusChrist.org/landing/a-brief-timeline-of-young-women-history
2. Vedere "Young Women's Timeline", *Mormon Women's Studies Resource*, Biblioteca Harold B. Lee, Brigham Young University, Provo, Utah, mormonwomen.lib.byu.edu/young-womens-portal/young-women-timeline.
3. Vedere "History of Young Women Recognition", history. ChurchofJesusChrist.org.
4. Vedere "Young Women's Timeline".
5. Vedere "Young Women's Timeline".
6. Vedere "Young Women's Timeline".
7. Vedere "Young Women's Timeline".
8. Vedere "Young Women's Timeline".
9. Vedere "New Young Women Value: Virtue", 9 dicembre 2008, thechurchnews.com.
10. Vedere "Young Women's Timeline".
11. Vedere ChildrenAndYouth. ChurchofJesusChrist.org.
12. Vedere "History of Young Women Recognition".
13. Vedere "History of Young Women Recognition".
14. Vedere "Young Women Classes and Symbols", ChurchofJesus Christ.org/young-women/personal-progress.
15. Vedere "History of Young Women Recognition".
16. Vedere "The Annual Report of the Church", *Ensign*, luglio 1972, 131–133.
17. Vedere "Worldwide Statistics", newsroom.ChurchofJesus Christ.org/facts-and-statistics.

2. Le prime Bee-Hive Girls indossavano delle uniformi realizzate da ciascuna associazione locale e, nel 1922, i colori ufficiali dell'Associazione di mutuo miglioramento divennero il verde e l'oro.[13]



3. Il nome Beehive [Api] fu adottato dai pionieri, che consideravano le api un simbolo dell'operosità e dell'armonia. Il nome "Mia Maid" [Damigella] è l'acronimo della "Mutual Improvement Association" [associazione di mutuo miglioramento], MIA. Le Laurel [Laurette] prendevano il nome dalla ghirlanda di alloro, che indicava l'onore e il successo.[14]

4. Negli anni tra il 1940 e il1960, le giovani donne potevano ottenere degli emblemi che si cucivano su un nastro di feltro, chiamato bandelo, che portavano sul petto. Un requisito per ottenere un emblema era quello di "fare un bel sonno ristoratore di nove ore ogni notte di questo mese"[15].

5. I membri della Chiesa sono passati da circa 110.000 nel 1870[16] a oltre 16 milioni nel 2020[17] — pensate a quante giovani donne ci sono attualmente nel mondo!

La mano tesa di Haven

Haven, una quattordicenne dello Utah, negli Stati Uniti, ha deciso di celebrare il fatto di essere una giovane donna della Chiesa servendo il prossimo.

"È cominciata come una piccola idea", dice. "Mio zio è andato in Bangladesh per un viaggio a scopo umanitario e ha scoperto la difficile situazione in cui vivono le persone del luogo. Volevo aiutarli, così ho dato un'occhiata a JustServe e ho avuto l'idea di preparare dei kit fatti in casa per i rifugiati che erano lì".

Haven ha raccolto donazioni a scuola, ha creato una pagina GoFundMe e ha persino svuotato i contenitori dei rifiuti dei vicini per raccogliere i soldi per preparare i kit. "Ogni lunedì e martedì svuoto circa 22 contenitori di rifiuti e 11 di riciclaggio", dice. "Di solito uso i soldi che guadagno per il programma del coro e per risparmiare per la missione, ma ho deciso di usare i soldi di un mese per comprare gli articoli necessari".

Poi, Haven è andata a comprare tutto il materiale di cui aveva bisogno per i kit, tra cui calze, guanti, sciarpe e berretti. Ha assemblato tutti i kit e ha contattato il direttore di Lifting Hands International per coordinarne la consegna in Bangladesh.

"Preparare i kit ha ha occupato gran parte del tempo del mio progetto. Ma ogni volta che mettevo un articolo nel kit, sapevo che sarebbe andato a qualcuno che ne aveva bisogno e che ne sarebbe stato benedetto per molto tempo".

Alla fine del suo progetto, Haven ha sentito crescere la sua fiducia nella propria capacità di servire. "Da questo ho appreso quale grande aiuto posso dare, se mi impegno al massimo. Ho anche provato compassione per le persone che stavo aiutando, e questo mi ha aiutato a sentirmi più vicina al Salvatore e a provare ciò che Lui prova per noi".

Mentre festeggiamo l'anniversario dell'organizzazione delle Giovani Donne, ognuno di noi può ricordare che siamo esempi di Cristo. Come Haven, possiamo essere di grande aiuto per gli altri, quando ci impegniamo al massimo a servire come farebbe Lui. ■

Come posso aiutare i miei amici che sembrano depressi?

"Quindi qual è la vostra migliore reazione quando le difficoltà mentali o emotive assalgono voi o chi amate? Innanzi tutto, non perdete mai la fede nel vostro Padre Celeste, che vi ama più di quanto possiate comprendere. […]

A prescindere da cosa siate in grado di fornire, potete offrire le vostre preghiere e un 'amore non finto'".

Anziano Jeffrey R. Holland del Quorum dei Dodici Apostoli, "Simile a un vaso rotto", *Liahona*, novembre 2013, 40, 41.

Invitali a stare con te

Invitali a fare cose divertenti con te. Non scoraggiarti se non reagiscono come vorresti. A volte un semplice invito o anche solo sapere che vuoi stare con loro può tirarli su di morale.

Alyssa F., 16 anni, Washington, USA

Rassicurali

Quando sono con degli amici depressi, non prendo il loro problema alla leggera. Posso, però, alleggerire le loro difficoltà. Cerco di rassicurarli e di dimostrare il mio affetto. Lascio loro la possibilità di sfogare le loro frustrazioni.

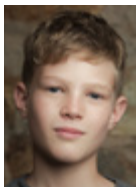
Angbo K., 18 anni, Costa d'Avorio

Non farti prendere dalla stessa depressione

Il modo migliore per aiutare loro, e te stesso, è continuare ad essere te stesso. Parla delle cose che ti danno gioia. Se anche tu hai problemi a essere felice, fa' loro sapere che sei lì per loro, ma prenditi cura di te stesso. Per te è meglio stare bene piuttosto che farti prendere dalla stessa depressione.

Kira W., 16 anni, Kansas, USA

Le risposte potrebbero essere modificate per adattarne la lunghezza o per renderle più chiare. Le risposte pubblicate sono volte a porgere aiuto e a offrire vari punti di vista, non sono dichiarazioni ufficiali sulla dottrina della Chiesa.



Pensa a cose positive

Puoi rimanere positivo con i tuoi amici che sembrano depressi pensando alle cose positive che stai vivendo o che presto vivrai nella tua vita. Pensa alle cose che apprezzi, come alle esperienze divertenti.

Luke P., 14 anni, New Mexico, USA

Ricorda loro le cose buone

Quando ho un amico depresso, cerco di parlargli delle cose a cui è interessato, in modo che possa ricordare le cose buone della sua giornata o della sua vita. A volte cerco di farlo ridere o gli faccio un complimento per farlo sentire meglio, altre volte gli chiedo di fare qualcosa di importante così che possa sapere che ha uno scopo.

Carson D., 15 anni, Texas, USA

Nota dell'editore: i consigli offerti qui sono utili, ma potrebbero non aiutare immediatamente o guarire qualcuno dalla depressione. In casi più gravi potrebbe essere necessario un aiuto professionale.

Che cosa ne pensate?

"Come scaccio dalla mia mente il linguaggio scurrile che sento?"

Inviate via e-mail le vostre risposte e, se desiderate, una fotografia ad alta risoluzione all'indirizzo liahona@churchofjesuschrist.org entro il 15 luglio 2020.

FOTOGRAFIA DELLE MANI DI GETTY IMAGES

Qual è la posizione della Chiesa sul razzismo?

Noi crediamo che Dio è il Padre di tutti gli esseri umani e che "non rifiuta nessuno che venga a lui, bianco o nero [...]; e tutti sono uguali dinanzi a Dio" (2 Nefi 26:33). Poiché tutti sono uguali dinanzi a Dio, crediamo che nessuno abbia alcun diritto di proclamarsi superiore a qualcun altro a causa della propria razza o etnia. Inoltre, crediamo che sia peccato disprezzare, denigrare o discriminare gli altri per la loro razza.

I profeti e gli apostoli moderni hanno condannato il razzismo con parole durissime. Ad esempio:

- Presidente Gordon B. Hinckley (1910–2008): "Nessun uomo che proferisca commenti sprezzanti riguardo a persone di una razza diversa può considerarsi un vero discepolo di Cristo. E neppure può considerarsi in armonia con gli insegnamenti della Chiesa di Cristo"[1].
- Presidente M. Russell Ballard, presidente facente funzione del Quorum dei Dodici Apostoli: "Dobbiamo abbracciare i figli di Dio con compassione ed eliminare ogni pregiudizio, inclusi razzismo, sessismo e nazionalismo"[2].
- Presidente Dallin H. Oaks, primo consigliere della Prima Presidenza: "Il razzismo è probabilmente la fonte di pregiudizio oggi più nota e siamo tutti chiamati a pentircene"[3].

NOTE

1. Gordon B. Hinckley, "Il bisogno di maggior gentilezza", *Liahona*, maggio 2006, 58.
2. M. Russell Ballard, "Il viaggio continua!", *Liahona*, novembre 2017, 106.
3. Dallin H. Oaks, "Una ragione per festeggiare", *Liahona*, dicembre 2018, 49.

Servire insieme con il potere del sacerdozio

Presidente M. Russell Ballard
Presidente facente funzione del Quorum dei Dodici Apostoli

Alcuni anni fa, io e mia moglie, Barbara, ci siamo fermati a guardare il cielo notturno con stupore. La miriade di stelle ci sembrava particolarmente luminosa e bella Così ho preso la Perla di Gran Prezzo, per rileggere ciò che il Signore aveva detto a Mosè: "E mondi innumerevoli ho creato; e anch'essi ho creato per un mio proprio scopo; e mediante il Figlio li ho creati, che è il mio Unigenito" (Mosè 1:33).

Il potere con cui sono stati creati i cieli e la terra è il sacerdozio. La fonte di questo potere del sacerdozio è Dio Onnipotente e Suo Figlio, Gesù Cristo. È il potere usato dal Salvatore per compiere miracoli, per offrire un'Espiazione infinita e per vincere la morte fisica mediante la risurrezione.

Nel piano del nostro Padre Celeste, gli uomini hanno la responsabilità peculiare di amministrare il sacerdozio, ma essi non sono il sacerdozio. È fondamentale comprendere che il Padre Celeste ha preparato una via che permettesse a tutti i Suoi figli e le Sue figlie di accedere alle benedizioni e al rafforzamento che derivano dal potere del sacerdozio.

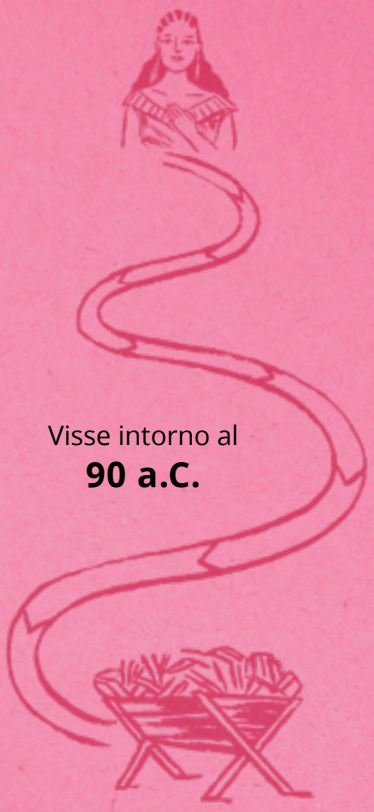
Lo stesso potere del sacerdozio che ha creato i mondi, le galassie e l'universo, può e deve essere parte integrante della nostra vita per confortare, rafforzare e benedire le nostre famiglie, i nostri amici e i nostri vicini — in altre parole, per fare le cose che il Salvatore farebbe se oggi stesse svolgendo il Suo ministero tra noi (vedere Dottrina e Alleanze 81:5).

Lo scopo principale di questo potere del sacerdozio è quello di benedirci, santificarci e purificarci in modo che possiamo vivere per sempre insieme alle nostre famiglie alla presenza dei nostri Genitori Celesti. In questo modo, tutti gli uomini, le donne e i bambini — nonostante le circostanze in cui si trovano — possono partecipare alla meravigliosa opera di Dio e di Gesù Cristo (vedere Mosè 1:39) e godere delle benedizioni del sacerdozio.

Mi auguro che saremo saggi e cercheremo di rafforzare la nostra vita, la vita delle nostre famiglie e la Chiesa di Gesù Cristo dei Santi degli Ultimi Giorni con il potere del sacerdozio di Dio. ■

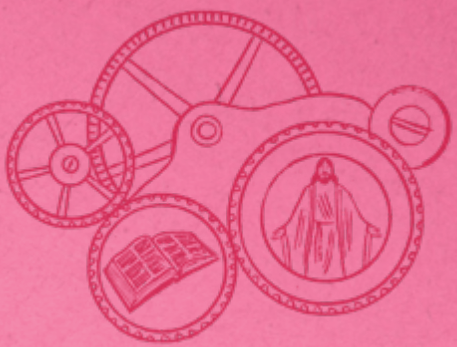
Tratto da un discorso tenuto alla conferenza generale di aprile 2013.

Abish



Visse intorno al
90 a.C.

Le sue azioni motivate dalla fede contribuirono alla **conversione di molti Lamaniti.**



Tenne segreta la sua fede
fino al momento giusto.

Si **convertì al Vangelo**
grazie a "una straordinaria visione di suo padre" (Alma 19:16).

Era una donna lamanita che **serviva la regina.**

ILLUSTRAZIONE DEL COLLAGE DI GAIL ARMSTRONG; ILLUSTRAZIONI AL TRATTO DI KATY DOCKRILL

VI SENTITE STRESSATI PERCHÉ SIETE SINGLE?

Leggete le esperienze di altri giovani adulti che sono riusciti a eliminare lo stress dalla ricerca di un compagno eterno.

42

GIOVANI DONNE

CELEBRARE 150 ANNI

54, 58

GIOVANI

AIUTARE GLI AMICI CHE SONO DEPRESSI

62

BAMBINI

GIOCA A QUESTO GIOCO DI ABBINAMENTO SUL LIBRO DI MORMON

A12

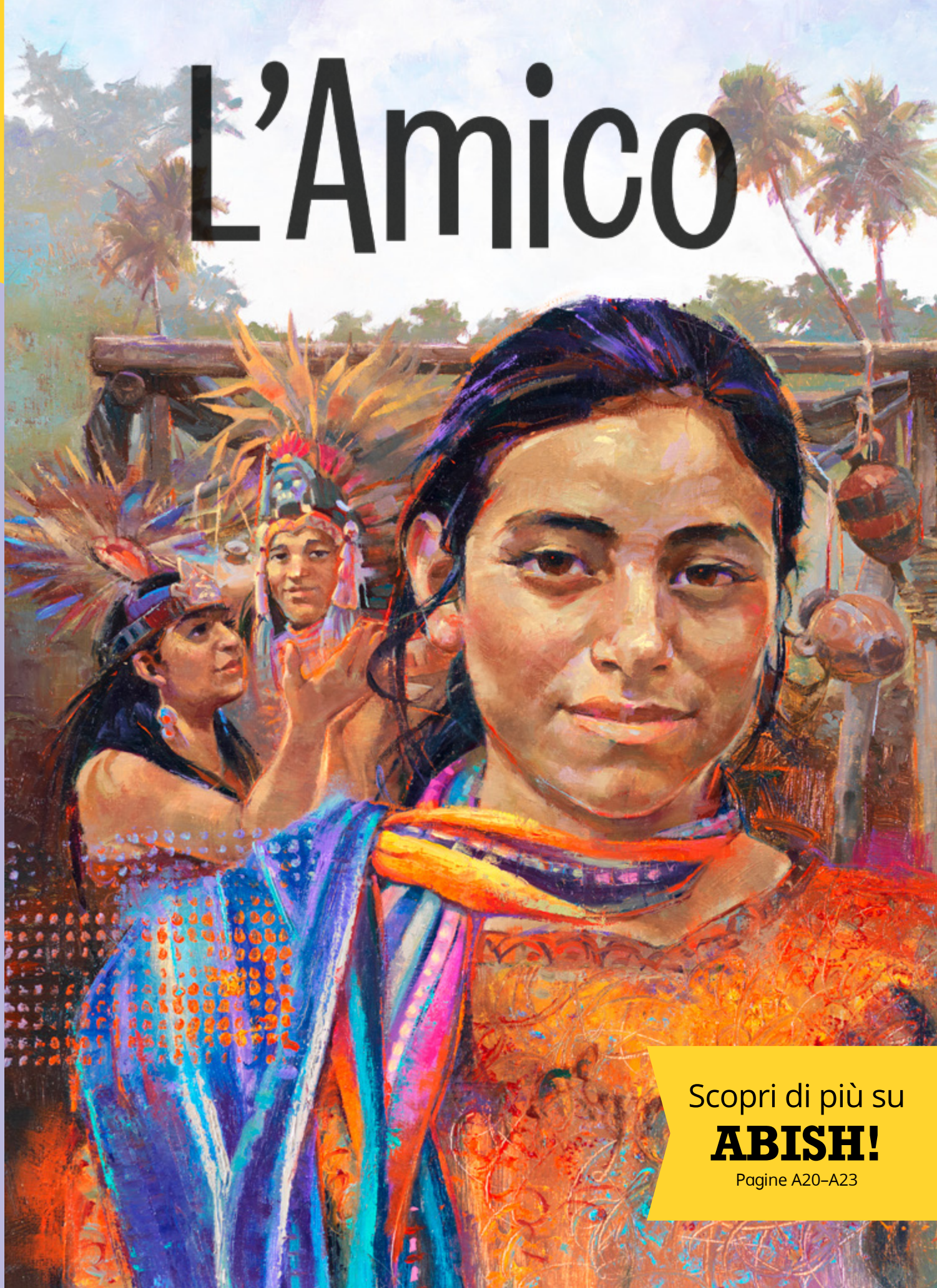
LA CHIESA DI
GESÙ CRISTO
DEI SANTI
DEGLI ULTIMI GIORNI

ITALIAN

4 02167 21160 0

Giugno 2020

L'Amico



La sezione della *Liahona* per i bambini pubblicata dalla Chiesa di Gesù Cristo dei Santi degli Ultimi Giorni

Scopri di più su
ABISH!
Pagine A20–A23

Presidente Henry B. Eyring
Secondo consigliere della Prima Presidenza

La testimonianza e il Libro di Mormon

Ogni volta che leggo anche solo poche
righe del Libro di Mormon,
sento rafforzarsi la mia testimonianza
che il libro è vero,
che Gesù è il Cristo,
che seguendoLo possiamo
fare ritorno a casa.
Per me è il libro dei libri,
è la parola di Dio.

Tratto da "Il Libro di Mormon come guida personale", Liahona, *settembre 2010, 4–6.*

Una testimonianza tutta tua

Una testimonianza è un bel sentimento dello Spirito Santo che ti conferma che qualcosa è vero. Non sei troppo piccolo per avere una testimonianza. Ritaglia le strisce e mettile in un contenitore per poterne scegliere una al giorno. Quando senti nel cuore una testimonianza, parlane agli altri!

Canta "Io sento attorno a me" (*Innario dei bambini*, 42–43).

Canta "Getsemani" (*Liahona*, marzo 2018, 74–75).

Guarda un'immagine di un tempio.

Ascolta un discorso del presidente Russell M. Nelson.

Guarda un'immagine di Gesù oppure guarda un video sulla Bibbia che parla di Lui.

Prega il Padre Celeste e ascolta i sentimenti che giungono dallo Spirito Santo.

"Nutritevi abbondantemente delle parole di Cristo; [...] le parole di Cristo vi diranno ogni cosa, tutte le cose che dovrete fare" (2 Nefi 32:3).

Sento lo Spirito Santo quando...

Prego il Padre Celeste.

Penso al tempio.

Aiuto gli altri.

Quando hai sentito una testimonianza grazie allo Spirito Santo?

ILLUSTRAZIONI DI BETH WHITTAKER

La preghiera di Kelly

Lori Fuller Sosa
Riviste della Chiesa
(Racconto basato su una storia vera)

Kelly e sua madre entrarono nell'edificio della Chiesa e si guardarono attorno. Era bello, con le palme che ondeggiavano all'esterno. L'insegna diceva: "Chiesa di Gesù Cristo dei Santi degli Ultimi Giorni". In tre lingue diverse: malese, cinese e inglese!

Kelly non sapeva molto su Gesù Cristo. E non era mai stata in chiesa prima. L'amica di sua madre, Li Leen, andava lì in chiesa. Le aveva invitate ad andarci con lei.

Quando entrarono, le persone sorrisero e le salutarono. Erano tutti molto gentili. Kelly e sua madre seguirono Li Leen al piano superiore, in una grande sala. Li Leen disse che la chiamavano cappella.

Kelly sedette vicino a sua madre e a Li Leen, in una fila di sedie, e poco dopo la riunione iniziò. Kelly ascoltò la musica. Le piacque come la faceva sentire, anche se non conosceva le parole.

Alla fine della riunione, una donna si alzò per dire una preghiera. Kelly si guardò attorno: tutti incrociarono le braccia e chiusero gli occhi. Dentro di sé continuava a provare una bella sensazione. Che cos'*era*? Era diverso da qualsiasi cosa avesse provato prima!

Più tardi, lasciata la chiesa, Kelly parlò a sua madre dei sentimenti che aveva provato durante la preghiera.

La madre disse: "Io non ho provato niente di particolare".

Ma Kelly continuava a pensare a ciò che aveva provato in chiesa. Le era piaciuta la preghiera. E le era piaciuto sentir parlare di Gesù.

"Possono venire i missionari a farmi lezione?", Kelly chiese alla mamma. "Vorrei saperne di più".

"Se è questo quello che vuoi, va bene", rispose la mamma.

I missionari insegnarono a Kelly come pregare e come leggere le Scritture. Le parlarono di Gesù e di quanto ci ama. A Kelly piaceva quello che stava imparando.

Un giorno i missionari le chiesero di fare qualcosa di speciale.

"Cercherai di pregare durante la settimana?", le chiese l'anziano Parker.

Fino ad allora Kelly aveva pregato solo con loro, ma voleva provare a farlo da sola. Sapeva che il Padre Celeste ci ascolta sempre e che voleva sentirla.

"Lo farò", promise.

ILLUSTRAZIONI DI TAMMIE LYON

Il giorno dopo a scuola sarebbe stato un giorno particolare. Kelly avrebbe avuto una gara di canto! Aveva imparato una bella canzone cinese. Imparare tutte le note e i toni era stato difficile! Aveva provato e riprovato.

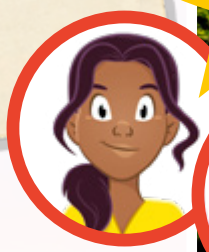
Ora che doveva esibirsi, Kelly era nervosa. Tirò fuori l'immagine di Gesù che quella mattina aveva messo nella tasca dell'uniforme. Decise di fare una preghiera, come le avevano mostrato i missionari. "Padre Celeste, ti prego di aiutarmi a non sentirmi nervosa", pregò. "Nel nome di Gesù Cristo. Amen".

Poi Kelly salì sul palco. Guardò il pubblico e i giudici. Pensò all'immagine di Gesù che teneva in tasca e si sentì un po' meglio. Respirò profondamente e iniziò a cantare.

Cantò tutte le parole, proprio come nelle prove. Mentre cantava le ultime note e faceva l'inchino, Kelly sapeva che il Padre Celeste aveva ascoltato la sua preghiera e l'aveva aiutata.

Con un sorriso, Kelly uscì dal palcoscenico. Non vedeva l'ora di dire ai missionari che cosa era successo! Sapeva di voler continuare a pregare ogni giorno. ●

Ciao dalla Germania!



Ciao, siamo Margo e Paolo. Vieni con noi a visitare la Germania!

La Germania, o *Deutschland*, è un paese dell'Europa centrale. Ci sono foreste e fiumi, montagne e spiagge, villaggi e grandi città. In Germania vivono circa tredici milioni di bambini.

In Germania ci sono circa ventimila castelli. Molti esistono da centinaia d'anni. Questo è uno dei più famosi: si chiama Neuschwanstein.

In Germania ci sono due templi. Uno si trova a Freiberg e l'altro a Francoforte, da dove viene questo bambino. La targa dice: *"Tempel der Kirche Jesu Christi der Heiligen der Letzten Tage"* (Tempio della Chiesa di Gesù Cristo dei Santi degli Ultimi Giorni).

I crauti, le salsicce e gli *Spätzle* (una specie di pasta) sono alcuni degli alimenti più popolari in Germania.

Ai bambini e alle bambini piace andare alla Primaria.

La Germania è famosa per i suoi mercatini di Natale. Alle famiglie piace guardare le magnifiche luci e mangiare dolci buonissimi!

Questa è la *Guida per i bambini* in tedesco. I bambini, in Germania, lo usano per imparare e crescere. Come usate il vostro manuale nel paese in cui vivete voi?

Il primo giorno delle elementari, ogni bambino riceve un satchel (zaino), un astuccio e un "cono scolastico" (*Schultüte* o *Zuckertüte*) pieno di dolci e piccoli regalini.

Grazie di aver esplorato la Germania con noi. Ci vediamo la prossima volta!

Vi presentiamo alcuni dei nostri amici tedeschi!

La storia del Libro di Mormon che preferisco è quando Cristo visita il popolo e insegna loro. Voglio seguire il comandamento di Cristo di non giudicare. Più leggo gli insegnamenti del Salvatore, più sento il Suo amore e la Sua pace.

Lelia A., 10 anni, Franconia, Germania

So che, se obbedisco ai comandamenti, ho la certezza e la sicurezza di rimanere sul sentiero che conduce a Dio. Quando sento lo Spirito Santo, so sempre di aver fatto qualcosa di giusto.

Kaleb A., 12 anni, Franconia, Germania

Venite dalla Germania? Scriveteci! Ci piacerebbe che lo faceste!

ILLUSTRAZIONI DI KATIE MCDEE; FOTOGRAFIA DEL BAMBINO DI FRONTE AL TEMPIO DI FRANCOFORTE, GERMANIA, FIRMATA DA FERNANDA RUDLOFF; ALTRE FOTOGRAFIE DI ADOBESTOCK E GETTY IMAGES

Nuotare come un cavalluccio marino

David Dickson
Riviste della Chiesa
(Racconto basato su una storia vera)

"Lo Spirito Santo […] vi mostrerà tutte le cose che dovrete fare" (2 Nefi 32:5).

Robin fissò la piscina. Cercava di non pensare a quanto avrebbe dovuto nuotare. L'unica cosa che importava era guadagnarsi il suo distintivo. Il distintivo *seepferdchen* (cavalluccio marino) avrebbe mostrato a tutti in Germania che lui sapeva nuotare da solo.

Posso farcela! Pensò Robin. Respirò profondamente e si tuffò.

SPLASH!

Si stava bene nell'acqua fresca in un giorno così caldo.

Fai un metro alla volta, gli aveva detto suo padre. *Non pensare a tutti i 25 metri in una volta sola.*

Robin teneva la testa giù. Muoveva le braccia e le gambe nel modo in cui si era esercitato per mesi. Ogni pochi secondi tirava la testa fuori dall'acqua per respirare.

Gambe. Braccia. Gambe. Braccia.

All'improvviso, l'insegnante di nuoto fischiò. Robin alzò la testa con sorpresa.

"Bravo", disse la sua insegnante.

Ce l'aveva fatta!

Robin rise e fece alcune capriole sott'acqua per festeggiare. Era un cavalluccio marino!

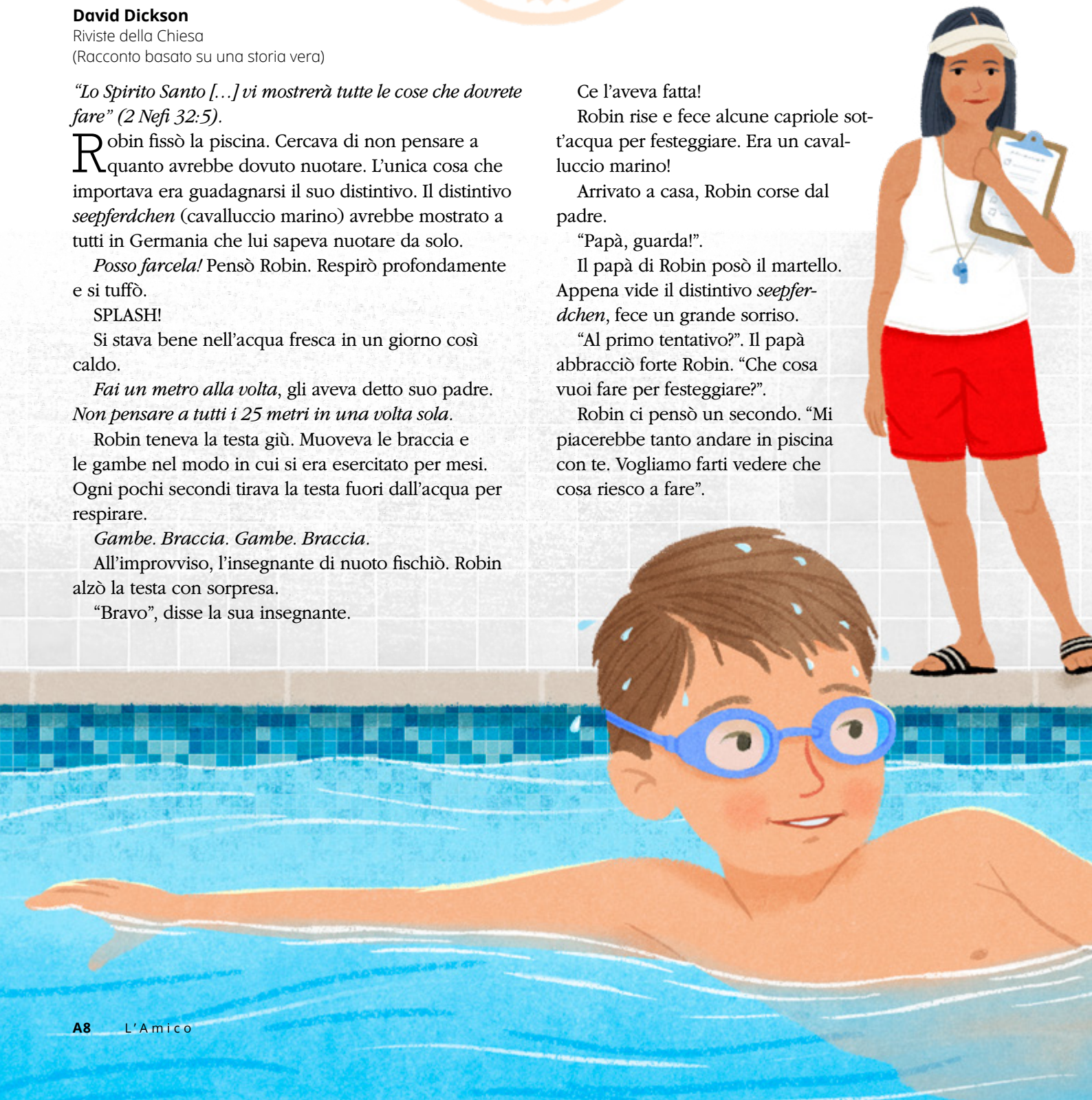
Arrivato a casa, Robin corse dal padre.

"Papà, guarda!".

Il papà di Robin posò il martello. Appena vide il distintivo *seepferdchen*, fece un grande sorriso.

"Al primo tentativo?". Il papà abbracciò forte Robin. "Che cosa vuoi fare per festeggiare?".

Robin ci pensò un secondo. "Mi piacerebbe tanto andare in piscina con te. Vogliamo farti vedere che cosa riesco a fare".



Il papà fece un sorriso ancora più grande. "Così *festeggiamo* tutti e due. Appena avrò un po' di tempo, andiamo".

Robin tirò un pugno in aria. Non vedeva l'ora di far cucire il distintivo sul costume e andare a nuotare col papà.

Passarono alcuni giorni. Robin continuava a chiedere della piscina, ma c'era sempre un intoppo. Il papà sembrava sempre tanto occupato.

Una mattina, Robin si inginocchiò vicino al suo letto per pregare. Alla fine della preghiera, aggiunse una cosa.

"Per favore, dai del tempo extra a mio padre, così possiamo andare in piscina. Nel nome di Gesù Cristo. Amen".

Appena Robin aprì gli occhi, sentì suo padre bussare.

"Andiamo in piscina. Voglio vederti in azione!".

Robin spalancò la bocca. "Papà! Non ci crederai. Ho *appena pregato* che tu avessi più tempo, così saremmo potuti andare".

Il papà incrociò le braccia e si appoggiò alla porta. "Non è interessante? Vedi, *io* ho appena sentito un quieto ma chiaro messaggio dallo Spirito Santo che dovevo portarti in piscina. È meglio che andiamo, allora!".

Il viaggio fu fantastico. Robin mostrò a papà che poteva nuotare per 25 metri senza fermarsi. Il papà rimase colpito. E Robin rimase stupito dalle capriole sott'acqua di suo padre. Il papà riusciva a farne cinque di seguito!

"Sono felice che il Padre Celeste oggi ti abbia dato più tempo", disse Robin.

"A dire il vero", rispose il padre, "penso di essermi preso troppi impegni. Penso che lo Spirito Santo mi voleva ricordare che dobbiamo *dedicare* del tempo l'uno all'altro, non pensi? Prometto di fare la mia parte".

Robin sorrise. "Anch'io!".

Papà strizzò gli occhi in un sorriso. "Ancora una cosa. Ti ho mai detto che non ho mai perso una gara di tuffi?".

Robin rispose con un sorriso. "La giornata non è ancora finita!". ●

Questa storia è successa in Germania. Leggi di più sulla Germania alle pagine A6–A7.

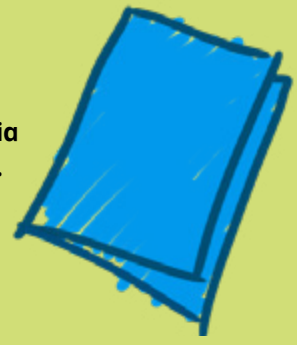
ILLUSTRAZIONE DI MARK ROBISON

Finisci lo schema

Questi sono quattro modi in cui poter invitare gli altri a conoscere il Vangelo.
Disegna le immagini negli spazi vuoti per finire lo schema su ogni riga.

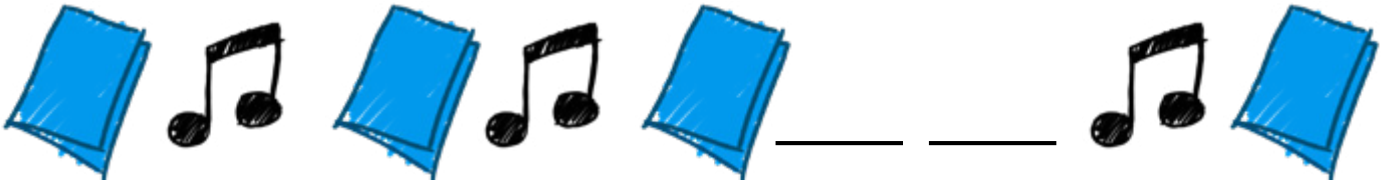
Invita un amico ad ascoltare un tuo discorso alla Primaria.

Insegna a un amico il tuo inno preferito della Primaria e cantatelo insieme.



Regala una copia della rivista *L'Amico*.

Di' a qualcuno quanto Dio e Gesù lo amano.

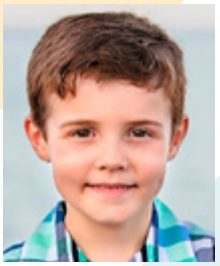


ILLUSTRAZIONI DI THOMAS CHILD

Mostra e racconta

Quando ero più piccola, soffrivo di una malattia della pelle. Ogni giorno pregavo il Padre Celeste di guarirmi. Ho imparato a essere paziente e dopo cinque anni sono guarita. So che il Padre Celeste ascolta le nostre preghiere.

Juyoung K., 12 anni, Gyeonggi, Corea del Sud



La sorellina di un mio amico ha paura dei cani. Quando si avvicinavano i cani, li mandavo via in modo che lei non si spaventasse.

Hyrum F., 7 anni, Maputo, Mozambico

Mi piace avere gli insetti stecco come animali domestici. Uno di loro si è ammalato. Ho pregato affinché guarisse. Il giorno dopo ho guardato nella sua gabbietta e stava molto meglio. So che il Padre Celeste ha ascoltato la mia preghiera.

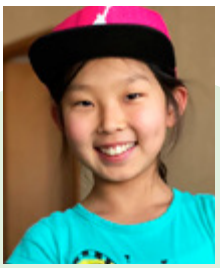
Tahnee C., 8 anni, Wellington, Nuova Zelanda

Quando avevo sette anni, mio padre ha avuto un ictus ed è andato all'ospedale. Era ancora all'ospedale quando ho compiuto otto anni. Ho deciso di aspettare che mio padre uscisse dall'ospedale per essere battezzato e confermato. Per me, è stato uno dei giorni più belli.

William M., 9 anni, Queensland, Australia

Miguel T., 7 anni, Nuevo León, Messico

"I bambini di tutto il mondo", Alexia W., 10 anni, Heredia, Costa Rica



Quando ho cominciato ad andare a scuola, ad alcuni studenti piacevano le storie di paura. Mi hanno raccontato una storia che ha iniziato a terrorizzarmi ogni notte. Una sera ho deciso di pregare il Padre Celeste chiedendoGli di aiutarmi a non pensarci ed Lui mi ha aiutato a dormire tutte le notti. E così ho capito che posso rivolgermi a Lui ovunque e sempre.

Enerel T., 11 anni, Ulaanbaatar, Mongolia

SFONDO DI GETTY IMAGES

Chi sono?

Questo gioco si può fare con familiari e amici. Quanti personaggi del Libro di Mormon riuscite a trovare?

1. Ritagliate le pedine "Non sono io!" qui a sinistra e le carte a pagina A15. Non ritagliate le immagini a destra.
2. Per iniziare a giocare, scegliete una scheda a pagina A15. Non mostrate a nessuno la scheda che avete scelto! Il resto del gruppo dovrà indovinare.
3. Per indovinare la scheda misteriosa, il gruppo guarda le figure a pagina A13. Poi, a turno, fanno domande a risposta chiusa (sì o no) sull'aspetto del personaggio o su ciò che ha fatto.
4. Quando scopre qualcosa che restringe la cerchia di chi potrebbe essere il personaggio misterioso, il gruppo può usare le pedine "Non sono io!" per coprire le figure eliminate. Per esempio, se viene chiesto: "Ha i capelli scuri?", e chi ha in mano la carta risponde di no, si possono mettere le pedine "Non sono io!" su tutti coloro che hanno i capelli scuri.
5. Dopo aver indovinato il personaggio misterioso, a voce alta leggete al gruppo la storia riportata sulla carta. Poi rigiocate, togliendo tutte le pedine e facendo scegliere una nuova carta a un altro giocatore.

Suggerimento: Prima di iniziare, potreste leggere ad alta voce tutta la pagina A15 in modo che tutti ricordino le storie!

Alma il Giovane

Ammon

Anti-Nefi-Lehi

La regina

Re Lamoni

Abish

Aaronne

Korihor

Amalichia

Il comandante Moroni

La serva

I giovani guerrieri

ILLUSTRAZIONI DI JEFF HARVEY

Anziano Gary B. Sabin
Membro dei Settanta

Nessuno fu escluso

"Siate tutti concordi, compassionevoli, pieni d'amor fraterno" (1 Pietro 3:8).

Nostro figlio Justin è cresciuto affetto da una brutta malattia. C'erano volte in cui si sentiva molto debole. Non sempre poteva fare le stesse cose che facevano gli altri, anche se ci provava. Sapeva cosa volesse dire essere diverso.

Un giorno, Justin e i suoi amici si trovarono per giocare. Il gioco consisteva nel colpire una palla con le braccia senza farla cadere. Una delle bambine che era venuta a giocare aveva un braccio rotto.

Sarebbe stato semplice dire: "Va bene, noi giochiamo e lei ci guarda".

Invece, Justin disse: "Ho una bella idea. Giochiamo tutti con un solo braccio". Tutti giocarono usando un solo braccio, compresa la bambina con il gesso. Nessuno fu escluso.

Justin è il mio eroe. Faceva sempre attenzione agli altri pensando: "*Che cosa provano?*". Justin è stato malato per la maggior parte della sua vita, ma era sempre felice perché aiutava gli altri e seguiva Gesù Cristo.

Tutti abbiamo dei problemi, ma c'è tanto per cui essere felici. Fate ciò che potete. Confidate in Dio. La felicità più grande non la proviamo quando ci concentriamo su noi stessi, ma quando ci concentriamo sugli altri. ●

ILLUSTRAZIONE DI BARBARA BONGINI

Abish

Mi sono convertita a Dio anni fa, quando mio padre ha avuto una visione. Mentre lavoravo per il re Lamoni, ho aiutato molte persone a conoscere il potere di Dio.

Re Lamoni

Quando ho conosciuto il Vangelo, ho avuto una visione. Ho visto Gesù! Ho condiviso la mia testimonianza con mio padre e ho aiutato a salvare i missionari dalla prigione.

Korihor

Ho cercato di convincere il popolo che Gesù non era reale e ho chiesto una prova che Dio esistesse. All'improvviso, non potevo più parlare né sentire!

Ammon

Sono uno dei figli di Mosia. Durante la mia missione, ho protetto il gregge di re Lamoni. Ho insegnato il Vangelo a re Lamoni e alla regina.

Anti-Nefi-Lehi

Prima eravamo Lamaniti che combattevano molto, ma poi abbiamo deciso di seguire Dio. Così abbiamo sepolto le nostre armi da guerra e abbiamo promesso di non combattere mai più.

Alma il Giovane

Sono stato chiamato come mio padre, il profeta. Io e i miei amici abbiamo fatto delle scelte sbagliate. Ma poi ci siamo pentiti e siamo diventati missionari.

Chi sono? — Scegliete una carta

Usate queste carte per il gioco spiegato alle pagine A12–A13.

La regina

Ho protetto mio marito quando gli altri pensavano fosse morto. Dopo aver conosciuto Dio, la mia serva Abish mi ha aiutato ad alzarmi e a insegnare agli altri.

Il comandante Moroni

Ero il capitano dell'esercito nefita, ma non mi piaceva far del male agli altri. Ho creato lo stendardo della libertà per ricordare al popolo ciò che era più importante proteggere.

I giovani guerrieri

Abbiamo imparato la fede dalle nostre madri. Quando c'è stato bisogno di proteggere le nostre famiglie, abbiamo avuto fiducia nel fatto che Dio ci avrebbe aiutato. E lo ha fatto!

Aaronne

Sono uno dei figli di Mosia. Durante la mia missione, ho insegnato al padre e alla madre di re Lamoni. Poi, loro hanno promulgato delle leggi che proteggevano i missionari nel loro regno.

Amalichia

Volevo essere re a tutti i costi! Ho avvelenato il capo lamanita e ho preso il comando del suo esercito. Ho cercato di convincere le persone a combattersi e uccidersi a vicenda.

La serva

Quando qualcuno mi ha fatto del male, io sono stata abbastanza coraggiosa da raccontarlo e chiedere aiuto. Ho collaborato col comandante Moroni per proteggere il suo popolo.

ILLUSTRAZIONI DI JEFF HARVEY

Le mani "UTILI" di Eli

Rebecca Rice Birkin
(Racconto basato su una storia vera)

*"V'è abbastanza per queste mie mani da far" (*Innario dei bambini*, 126).*

Era sabato mattina ed Eli era accovacciato in porta pronto ad avventarsi su ogni pallone. Saltava e si tuffava, facendo del suo meglio per tenere la palla fuori dalla sua rete. Ma era difficile! Poi, proprio prima della fine della partita, non riuscì a trattenere una palla che finì in rete. L'altra squadra aveva segnato! La squadra di Eli aveva perso. Lui era molto triste.

Il giorno dopo, in chiesa, Eli stava andando lentamente verso la sua classe della Primaria, ancora abbattuto.

Eli vide la sua amica Kate fuori dall'aula. La mamma di Kate spinse la sedia a rotelle rosa di Kate dentro l'aula. Abbracciò Kate prima di lasciarla per andare nella sua classe.

"Ciao, Kate", disse Eli.

Kate non poteva rispondere né salutare, ma guardava sempre Eli negli occhi, così lui sapeva che l'aveva sentito.

Di solito Kate sorrideva, quando Eli la salutava; ma non oggi. *Kate è triste?* Si chiese Eli. *So come ci si sente.* Lui era ancora triste per non essere riuscito a impedire all'altra squadra di segnare il gol vincente.

Eli si sedette vicino a Juan e a Makell, mentre la sorella Young iniziava la lezione. Poi Kate si lamentò.

A volte era difficile per Kate sedere tranquilla perché la faceva male dappertutto.

"Kate, hai dolore, oggi?", chiese la sorella Young.

Kate cominciò a piangere.

"Magari può essere utile cantare un inno della Primaria", disse la sorella Young.

La classe iniziò a cantare. A Kate piaceva la musica. Di solito cantava anche lei, emettendo suoni gioiosi. Oggi, però, continuava a piangere.

Come possiamo aiutare Kate a sentirsi meglio? Si domandò Eli.

Poi gli venne un'idea. "Lo so!", Eli disse alla sorella Young. "Spingo un po' la sedia a rotelle di Kate".

Eli aveva visto che la mamma di Kate spingeva la sedia quando Kate aveva bisogno di sentirsi meglio. Andò di corsa da Kate e cominciò a dondolare lentamente la sedia a rotelle avanti e indietro.

Kate smise di piangere.

"Posso farlo anch'io?", chiese Juan.

"Anche io!", disse Makell.

Mentre la sorella Young insegnava la lezione, Eli e i suoi amici facevano a turno per spingere la sedia a rotelle di Kate. Kate sorrideva. Tutta l'aula sembrava più luminosa.

Prima della fine della lezione, tutti sorridevano.

ILLUSTRAZIONI DI MELISSA MANWILL

"Aiutare Kate mi rende felice", disse Eli.

"Sono contenta", gli disse la sorella Young. "Rende felice anche il Padre Celeste. Lui ama Kate e vuole che stia meglio. A volte noi siamo i Suoi aiutanti".

Eli guardò Kate. "E anche tu mi aiuti", le disse. "Ogni volta che sorridi".

Kate fece un gran sorriso.

Mentre tornava a casa dalla chiesa, Eli sentì lo stesso calore che si prova su un campo da calcio in un giorno soleggiato d'estate. *Forse non riesco a parare tutte le palle*, pensò. *Ma posso comunque usare le mie mani per aiutare gli altri.* ●

L'autrice vive nello Utah, USA.

"Con la gentilezza e il servizio affettuoso, possiamo fare amicizia con coloro che serviamo".

Presidente M. Russell Ballard, presidente facente funzione del Quorum dei Dodici Apostoli, "Trovare la gioia attraverso il servizio amorevole", *Liahona*, maggio 2011, 48.

Gesù ama tutti!

ILLUSTRAZIONI DI ANTHONY VANARSDALE

Il mio obiettivo culinario

Fernanda G., 10 anni, Paraná, Brasile

Volevo imparare a cucinare meglio. Così, quando ho ricevuto la mia *Guida per i bambini*, ho sfissato l'obiettivo di cucinare con papà. Ogni volta che mio padre cucinava, io lo guardavo e vedevo quanto era bravo. Volevo imparare a cucinare come lui.

Io e mio padre siamo andati al negozio per comprare gli ingredienti. Poi mi ha insegnato, passo dopo passo, a trasformare la farina in una bella torta. In seguito mi ha insegnato a fare anche altre cose.

Lavorare a questo obiettivo mi ha aiutato a essere più vicina a mio padre. Adoro passare del tempo con lui! È stato un bravissimo insegnante. Una delle cose che mi ha insegnato è che, quando cucino, non posso farmi distrarre dal mio cellulare!

Ora, quando penso a cucinare, il sentimento che mi esplode dentro è la gioia, perché adoro cucinare! Questo obiettivo non mi aiuta solo a fare qualcosa che mi piace, ma anche a crescere spiritualmente. Mi piace il fatto di poter scegliere i miei obiettivi. Il Padre Celeste vuole aiutarmi con questo obiettivo perché vuole che io sviluppi i miei talenti. Vuole aiutarmi perché sa che questo mi rende felice. ●

La tua *Guida per i bambini* ti può aiutare a stabilire delle mete per avvicinarti di più a Gesù.

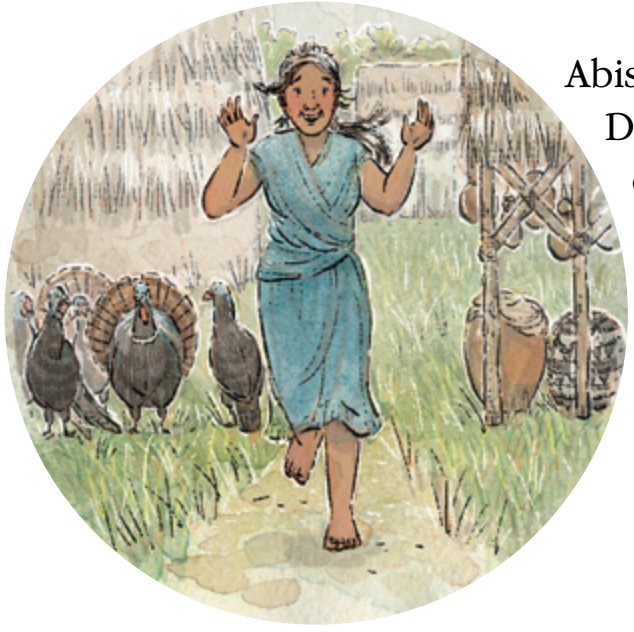
Chiedi a un genitore o a un'altra persona che ammiri di insegnarti qualcosa di nuovo!

FOTOGRAFIE DI JONAS REBICKI

Abish condivise il Vangelo

Una donna di nome Abish lavorava per il re. Lei credeva in Dio. La maggior parte delle persone intorno a lei non credeva in Dio. Un giorno Abish vide un missionario chiamato Ammon che istruiva il re e la regina su Dio e Gesù Cristo.

Quando vennero a conoscenza del Vangelo, il re e la regina erano molto felici! Caddero a terra senza più muoversi. Abish sapeva che erano sotto l'influenza del potere di Dio.



Abish voleva che tutti conoscessero Dio. Così corse di casa in casa dicendo al popolo di andare a vedere cosa era successo.

Quando la folla si fu riunita, Abish aiutò la regina ad alzarsi. Poi, la regina aiutò il re ad alzarsi. Loro iniziarono a insegnare il Vangelo al popolo.

ILLUSTRAZIONI DI APRYL STOTT

Io posso essere come Abish. Posso aiutare gli altri a conoscere il Padre Celeste e Gesù Cristo. ●

Leggi questa storia in Alma 18–19.

Abish aveva fede in Dio

Come potete aiutare le persone a conoscere Dio?

ILLUSTRAZIONE DI APRYL STOTT

LA CHIESA DI
GESÙ CRISTO
DEI SANTI
DEGLI ULTIMI GIORNI

Cari genitori,

questo mese stiamo leggendo le storie di missionari come Alma il Giovane, Abish e i figli di Mosia. Potreste usare il gioco alle pagine A12–13 oppure la storia a pagina A20 per parlare di questi uomini e di queste donne del Libro di Mormon. Ognuno di loro ha condiviso il Vangelo in modi diversi. In che modo la vostra famiglia può condividere il Vangelo? Scrivete un obiettivo missionario da provare questo mese — potreste anche scegliere l'idea che preferite a pagina A10.

Continuate a condividere!
L'Amico

COME INVIARE ALLA *LIAHONA* I LAVORI ARTISTICI O LE ESPERIENZE DEI VOSTRI FIGLI

Andate su liahona.ChurchofJesusChrist.org e cliccate "Invia qualcosa di tuo". Oppure spediteci tutto via e-mail all'indirizzo liahona@ChurchofJesusChrist.org insieme al nome, all'età e alla città di residenza di vostro figlio o figlia, e alla seguente dichiarazione di consenso: "Il/La sottoscritto/a, [inserite il vostro nome], autorizza la Chiesa di Gesù Cristo dei Santi degli Ultimi Giorni a utilizzare il materiale inviato dal proprio figlio nelle riviste della Chiesa, nei siti e nelle piattaforme di social media della Chiesa ed eventualmente in altro materiale della Chiesa". Non vediamo l'ora di ricevere qualcosa da voi!

Trova la Liahona nascosta all'interno!

SULLA COPERTINA DE *L'AMICO*
Illustrazione di Dilleen Marsh

SOMMARIO

A2 Dalla Prima Presidenza: La testimonianza e il Libro di Mormon
A4 La preghiera di Kelly
A6 Ciao dalla Germania!
A8 Nuotare come un cavalluccio marino
A10 Cose divertenti: Finisci lo schema
A11 Mostra e racconta
A12 Chi sono?
A14 Da amico ad amico: Nessuno fu escluso
A15 Chi sono? — Scegliete una carta
A16 Le mani "utili" di Eli
A18 Un'idea brillante
A19 Il mio obiettivo culinario
A20 Storie delle Scritture: Abish condivise il Vangelo
A23 Pagina da colorare: Abish aveva fede in Dio

© 2020 INTELLECTUAL RESERVE, INC. TUTTI I DIRITTI RISERVATI

ITALIAN
4 021672 11600 0