

Per la forza della

gioventù



**7 PRINCIPI
CHIAVE** per l'**UNITÀ**
e la **FELICITÀ**
dal presidente Nelson p. 2

La **PACE** dopo
la paralisi
p. 6

Perplessa dai
RAGAZZI? Confuso
dalle **RAGAZZE?**
p. 16

Diventare **PARTE**
DELLA VITA DI
QUALCUNO
pp. 22, 26



@StrivetoBe pubblica nuova
musica ogni mese per
TE!

Scansiona il codice per
ascoltarlo sulla tua
piattaforma di
streaming preferita.



Prima Presidenza:

Russell M. Nelson, Dallin H. Oaks,
Henry B. Eyring

Quorum dei Dodici Apostoli:

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, Patrick Kearon

Direttore responsabile: Randall K. Bennett

Assistente del direttore responsabile:
Jonathan S. Schmidt

Consulenti: Tamara W. Runia, Michael T.
Ringwood, Bradley R. Wilcox

Direttore operativo: Jason J. Mitchell

Direttore delle riviste della Chiesa:
Adam Olson

Direttore del reparto editoriale:
Lee Gibbons

Responsabile del reparto editoriale:

Daniel Melazzo
Responsabile generale: Garff Cannon

Redattore capo: Paul B. Murphy

Assistente del redattore capo: David
Dickson

Revisore: David A. Edwards

Testi e revisioni: Eric B. Murdock, Jessica
Zoey Strong, Brynn Wengler

Stagista editoriale: Kate Hansen

Assistente alla pubblicazione: Priscilla
Biehl Motta

Direttore artistico: Jeanette Andrews

Grafica: Mandie Beniley, C. Kimball Bott,
Kystal Culler, Joshua Dennis, Kelsey Fackrell,
Frank Lusk, Derek L. Smith

Coordinatrice della proprietà

intellettuale: Priscilla Biehl Motta

Responsabile delle operazioni di

produzione: Ammon Harris

Produzione: Ira Glen Adair, José Chavez,
Bryan W. Gygi, Evany Pace, Marrisra M. Smith,
Christopher Walker, Derek Washburn

Direttore di stampa: Steven T. Lewis

Direttore della distribuzione: Nelson
Gonzalez

© 2024 by Intellectual Reserve, Inc. Tutti i diritti
riservati. Stampato negli Stati Uniti d'America.

Per la forza della gioventù (ISSN 0164-5285) è
pubblicato mensilmente da La Chiesa di Gesù
Cristo dei Santi degli Ultimi Giorni, 50 E. North
Temple St., Salt Lake City, UT 84150-0024,
USA. Affrancatura dei periodici pagata a Salt
Lake City, Utah.

Informazioni sui diritti d'autore: salvo

diversa indicazione, è possibile riprodurre
il materiale di *Per la forza della gioventù* per
uso personale non commerciale (anche per

le chiamate nella Chiesa). Questo diritto può
essere revocato in qualsiasi momento. Le
immagini non possono essere riprodotte
se nella didascalia ne è indicato il divieto.
Per maggiori informazioni sui diritti d'autore
rivolgersi a Intellectual Property Office, 50
E. North Temple St., FL 5, Salt Lake City, UT
84150, USA; e-mail: cor-intellectualproperty@ChurchofJesusChrist.org.

Per abbonarsi o comunicare un cambio

di indirizzo: visitare MagazineSubscriptions.ChurchofJesusChrist.org o inviare le
informazioni riguardanti l'indirizzo precedente
e quello nuovo a: Distribution Services, Church
Magazines, P.O. Box 26368, Salt Lake City, UT
84126-0368, USA. In alternativa, telefonare
al numero 001-800-537-5971 (solo per gli
Stati Uniti). Attendere 60 giorni affinché le
modifiche diventino effettive.

UFFICIO POSTALE: Inviare il materiale non

recapitato (UAA) al sistema di smistamento
automatizzato (CFS) (consultare il Manuale del
servizio postale nazionale [DMM] 507.1.5.2).
STRUTTURE NON POSTALI E MILITARI: inviare
i cambi di indirizzo a Distribution Services,
Church Magazines, P.O. Box 26368, Salt Lake
City, UT 84126-0368, USA.

Canada Post Information: Publication
Agreement #40017431.

**PER INVIARE TESTI O LAVORI
ARTISTICI:**

ONLINE: visitare fsoy.ChurchofJesusChrist.org
e cliccare su "Invia il tuo materiale".

E-MAIL: fsoy@ChurchofJesusChrist.org

POSTA: For the Strength of Youth Editorial, 50
E. North Temple St., Rm. 2377, Salt Lake City,
UT 84150-0024, USA. Il materiale inviato non
verrà restituito.

SOMMARIO

Ottobre 2024 Vol. 4 n. 10



2



6



20



14



26



10

IN COPERTINA: La felicità nell'unità, p. 2
Illustrazione di Katy Dockrill

 Dai un'occhiata a **@StrivetoBe** su Instagram e ai messaggi nell'app **Vivi il Vangelo**, disponibili in inglese, spagnolo, portoghese, francese e giapponese.

ARTICOLI

2 LA FELICITÀ NELL'UNITÀ

Presidente Russell M. Nelson

Sette modi in cui possiamo essere uno in Gesù Cristo.

6 LA PACE DOPO LA PARALISI

Ha trovato la sua strada dopo un terribile incidente.

8 LA MODESTIA: IL MIO LUNGO VIAGGIO

Per anni non ha trovato un buon motivo per essere modesta.

10 CONDIVIDERE E SERVIRE

Tre storie di giovani che condividono il Vangelo e servono gli altri.

14 VUOI ESSERE "BENEDETTO E FELICE"?

Puoi essere felice come le persone in 4 Nefi.

16 RAGAZZI E RAGAZZE: IMPARARE A CONOSCERSI

Andate avanti, senza imbarazzo.

20 LANCIO PERFETTO PER L'APPARTENENZA!

Giovani donne fanno un piano per aiutare una ragazza della loro classe a sentirsi la benvenuta.

22 MINISTRARE FA LA DIFFERENZA

Una giovane donna in Nuova Zelanda non sapeva cosa aspettarsi dopo essere tornata in chiesa dopo sette anni.

INOLTRE, ALL'INTERNO ...

13 E LO SONO ANCH'IO

26 FONDAMENTI DEL VANGELO

27 FAI CONOSCENZA CON CHIEN-HSUN C. DA TAIWAN

28 FACCIAMO UN BREAK!

30 DOMANDE E RISPOSTE

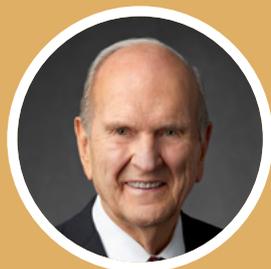
32 PAROLE DA VIVERE

33 POSTER CON CITAZIONE DALLA CONFERENZA

fsy

Scopri di più sulle conferenze FSy su fsy.ChurchofJesusChrist.org.

Messaggio del



**PRESIDENTE
RUSSELL M.
NELSON**

Presidente de La Chiesa di
Gesù Cristo dei Santi degli
Ultimi Giorni

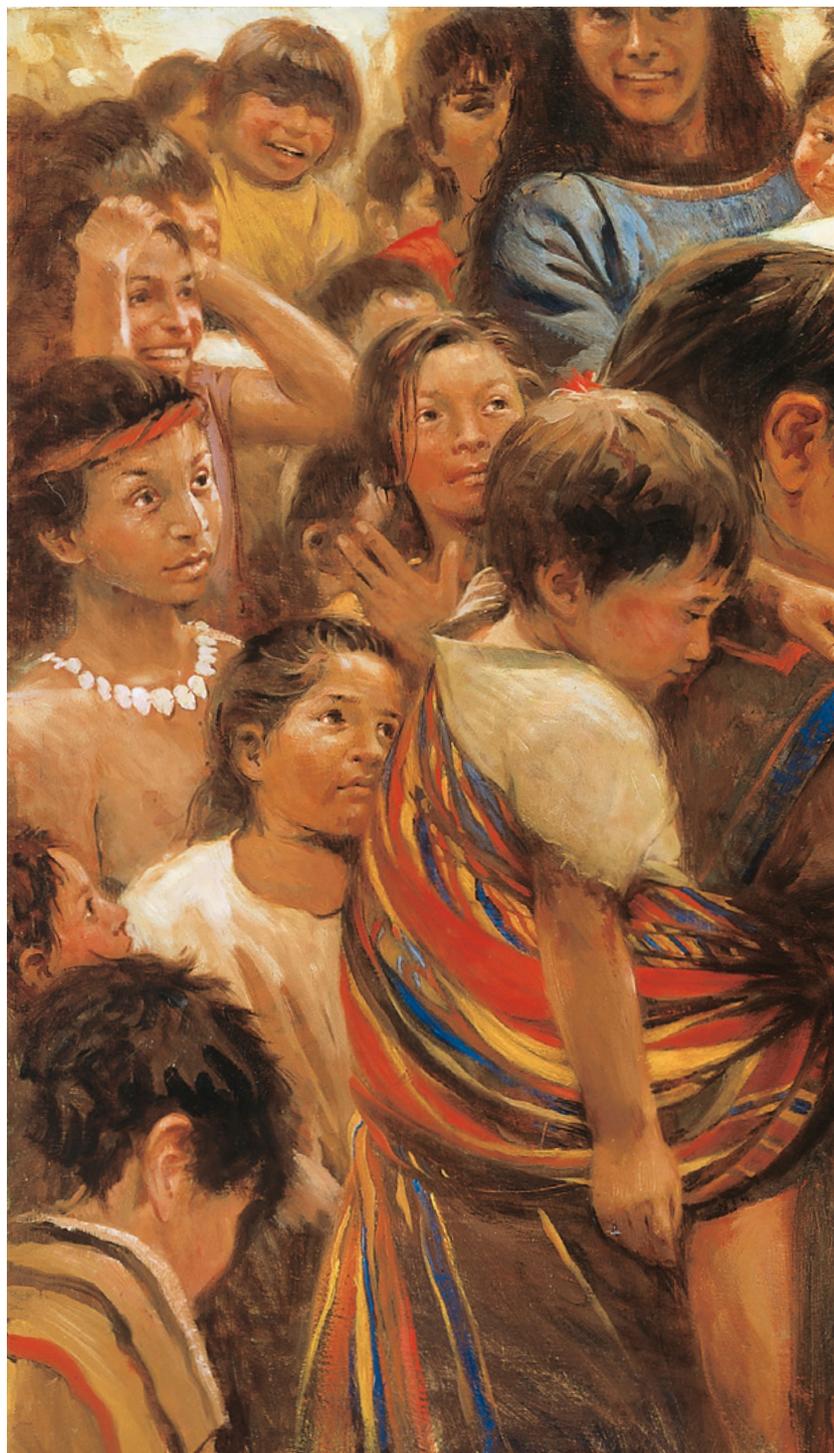
LA FELICITÀ

Un capitolo del Libro di Mormon mostra come possiamo essere uniti tramite Gesù Cristo e il Suo vangelo.

Come veri seguaci di Gesù Cristo, desideriamo la pace in un mondo di discordie e dispute. Invece di vivere in una comunità piena di disprezzo e contesa, cerchiamo attivamente di costruire una società fondata sugli insegnamenti di Gesù Cristo. Egli insegnò: "Siate uno; e se non siete uno non siete miei" (Dottrina e Alleanze 38:27). L'unità è essenziale nella vera Chiesa di Gesù Cristo.

Come raggiungiamo l'unità?

Un capitolo del Libro di Mormon può aiutarci. In 4 Nefi apprendiamo come vivevano le persone dopo che il Salvatore era andato da loro, le aveva istruite e aveva stabilito la Sua chiesa tra loro. Questo capitolo mostra come queste persone raggiunsero un'unità felice e pacifica e ci dà un modello che possiamo seguire per trovare la felicità nel raggiungere noi stessi questa stessa unità.





NELL'UNITÀ



THEY BROUGHT THEIR LITTLE CHILDREN. [PORTARONO I LORO BAMBINI] WALTER RANE

1. CONVERSIONE

Innanzitutto apprendiamo che “i discepoli di Gesù avevano formato una chiesa di Cristo. [...] E [le persone] venivano a loro e si pentivano sinceramente dei loro peccati” (4 Nefi 1:1).

Man mano che impari a conoscere Gesù Cristo, il Suo vangelo e la Sua chiesa, lo Spirito Santo rende testimonianza della verità al tuo cuore. Puoi quindi accettare l’invito del Salvatore ad avere fede in Lui e a seguirLo pentendoti.

Questo dà inizio al tuo viaggio di conversione: lontano dai desideri egoistici e peccaminosi e orientato verso il nostro Signore e Salvatore, Gesù Cristo. Egli è il fondamento della nostra fede. Ci uniamo attorno a Lui. Quando guardiamo a Lui in ogni pensiero (vedere Dottrina e Alleanze 6:36), Egli diventa una forza unificante nella nostra vita.

2. ALLEANZE

Coloro che andarono in Chiesa e si pentirono dei loro peccati “[furono] battezzati nel nome di Gesù; e [ricevettero] anche lo Spirito Santo” (4 Nefi 1:1). Entrarono in un’alleanza con il Signore.



Quando stringi e rispetti le alleanze, prendi su di te il nome del Signore. Questo rapporto di alleanza ti dà una causa e un’identità comuni con altre persone che si sono legate al Signore tramite alleanze. Il Signore poi ci aiuta ad avere i nostri “cuori legati in unità e in amore gli uni verso gli altri” (Mosia 18:21).

3. EQUITÀ E UGUAGLIANZA

Apprendiamo anche che “non vi erano contese e dispute tra [il popolo], e tutti si comportavano con giustizia l’uno verso l’altro.

E avevano tutte le cose in comune fra loro; non v’erano dunque ricchi e poveri, liberi e schiavi, ma erano stati resi tutti liberi e partecipi del dono celeste” (4 Nefi 1:2-3).

Il Signore vuole che siamo onesti e giusti. Man mano che ci avviciniamo a Lui, “non [avremo] in mente di [farci] del male l’un l’altro, bensì di vivere in pace e di rendere ad ognuno secondo quel che gli è dovuto” (Mosia 4:13).

Per essere uniti al popolo del Signore non bisogna solo *trattare* gli altri come pari, ma anche *considerarli realmente* come pari e *sentire* nel tuo cuore che sono tutti uguali: uguali davanti a Dio, di uguale valore e pari potenziale (vedere Dottrina e Alleanze 38:24-25).

4. OBEDIENZA

Dopo che il Signore ebbe insegnato al popolo la Sua dottrina, dato loro dei comandamenti e chiamato dei servitori perché lo amministrassero, essi “camminavano secondo i comandamenti che avevano ricevuto dal loro Signore e loro Dio” (4 Nefi 1:12). L’obbedienza agli insegnamenti del Signore e dei Suoi servitori è essenziale per unirli.

5. RIUNIRSI INSIEME

Il popolo descritto in 4 Nefi “[continuò] nel digiuno e nella preghiera, e si [riuniva] spesso sia per pregare che per udire la parola del Signore” (4 Nefi 1:12).



Le riunioni settimanali di culto sono per noi un'importante opportunità di trovare forza. Non solo prendiamo il sacramento, ma impariamo, preghiamo, cantiamo insieme e ci sosteniamo a vicenda. Anche altri incontri ci permettono di sviluppare un senso di appartenenza, amicizia e scopo condiviso.

6. AMORE

In 4 Nefi apprendiamo che la vera unità fu raggiunta “a motivo dell'amor di Dio che dimorava nei cuori del popolo” (4 Nefi 1:15).

Il primo e grande comandamento è amare Dio, più di chiunque altro o di qualsiasi cosa. Man mano che sviluppi l'amore per Dio e Gesù Cristo, seguirà naturalmente l'amore per la famiglia e il prossimo.

La gioia più grande che potrai mai provare è sentirti pieno di amore per Dio e per tutti i Suoi figli.

La carità, il puro amore di Cristo, è la caratteristica principale di un vero seguace di Gesù Cristo. Quando ti umili davanti a Dio e preghi con tutta l'energia del tuo cuore, Dio ti concederà la carità (vedere Moroni 7:48).

Mentre ti impegni affinché l'amore di Dio dimori nel tuo cuore, il miracolo dell'unità ti sembrerà del tutto naturale.

7. IDENTITÀ DIVINA

Un altro segno di unità era che “non vi erano [...] Lamaniti, né alcuna sorta di -iti; ma erano come uno solo, figlioli di Cristo ed eredi del regno di Dio” (4 Nefi 1:17).

Invece di usare etichette che un tempo li dividevano, le persone vedevano se stesse — e tutti gli altri — in funzione del loro rapporto con il Padre Celeste e Gesù Cristo. Siamo tutti figli di Dio e discepoli di Gesù Cristo. Sebbene la diversità e le differenze possano essere buone e significative, le nostre identità più importanti sono quelle legate alla nostra origine e al nostro scopo divini.



ESSERE UNO

Possiamo differire per cultura, politica, etnia, gusti e in molti altri modi. Ma quando ci uniamo in Gesù Cristo, tali differenze perdono di significato e noi ci sforziamo di essere uno, in modo da poter essere *Suoi*.

Mentre facciamo tesoro degli elementi di unità individuati nel popolo in 4 Nefi, ci auguriamo che si potrà dire di noi, come fu per loro: “Certamente non poteva esservi un popolo più felice fra tutti i popoli che erano stati creati dalla mano di Dio” (4 Nefi 1:16). 🏰





LA PACE DOPO LA PARALISI

Dopo essere rimasta paralizzato a causa di un incidente in cui l'auto su cui viaggiavo si è ribaltata, continuavo a pensare: "Perché io?". Ma fare alcune cose mi ha aiutato a sentire la pace.



Emily Traveller

Nel 2022, io e i miei amici eravamo su un piccolo fuoristrada nel deserto quando ci siamo ribaltati. Mi sono svegliata stesa a terra, coperta di sangue. Non riuscivo a sentire nulla. Presto arrivò un elicottero per portarmi in ospedale. Scoprii di essermi rotta il collo in due punti e che ero paralizzata dalle spalle in giù.

All'inizio, questo evento ha sicuramente messo alla prova la mia testimonianza. Continuavo a pensare: "Perché a me?". Non capivo perché tutti i miei amici fossero usciti illesi dall'incidente e io no. Avevo 16 anni, ero una ginnasta e una cheerleader e non era quello che avevo immaginato per la mia vita.

Scegli la gratitudine

Il giorno dopo l'incidente mi sentivo davvero male e non volevo uscire dal letto per andare a fare fisioterapia. Ma ci andai e lì vidi un uomo paralizzato e ustionato. Sorrideva e parlava con tutti i terapisti e allora pensai: "Se può farlo lui, posso farlo anch'io".

Dopo quell'esperienza, riuscii a concentrarmi maggiormente sulla gratitudine. Mi resi conto di quanto fossi fortunata e riuscii ad accettare un po' di più la mia situazione. Compresi che dovevo scegliere di svegliarmi e concentrarmi sulle cose buone, come la mia straordinaria famiglia e il vangelo di Gesù Cristo.

Guarda oltre le etichette

Ho scoperto che aiutare gli altri mi aiuta. Ricordo di aver visto in terapia una coppia di adolescenti paralizzati. Andai da loro per parlare, perché avrei apprezzato se qualcuno lo avesse fatto con me.

Tante persone attraversano momenti difficili. Durante la fisioterapia, vedi tante prove intorno a te molto evidenti. Anche al liceo i ragazzi ne passano tante, ma nessuno lo sa. È più nascosto. Ci sono molte etichette, come "calciatore" e "cheerleader". A volte fa paura uscire dalle etichette e fare nuove amicizie. Mi piacciono il tifo e le acrobazie e ho sempre pensato che queste cose definissero chi ero.

Ma ho capito che quelle etichette non sono tutto nella vita. Come appaiono le persone, quanto sono

diverse da te: queste cose non contano davvero. Puoi protenderti verso tutti e concentrarti sull'aiutarli. Ora alcuni dei miei migliori amici sono persone con cui prima non avrei mai immaginato di fare amicizia.

Confida nel Salvatore

Dopo aver trascorso un po' di tempo in un centro di riabilitazione, sono riuscita a riacquistare il movimento nelle braccia e un po' di sensibilità nelle gambe.

Continuo a fare progressi ogni giorno.

Non so come sarà il mio futuro e, senza il Signore, sarei piuttosto spaventata. Ma di recente ho ricevuto la mia benedizione patriarcale e questo mi aiuta a sentirmi sicura che, qualunque cosa accada, starò bene. Anche leggere le Scritture e dire le mie preghiere ogni giorno mi ha aiutato molto ad andare avanti. Senza Gesù Cristo, so che le mie difficoltà sembrerebbero molto più grandi. Mi aiuta a sentire la pace anche quando le cose sono difficili.

L'autrice vive nello Utah, USA. 🇺🇸



Guarda un messaggio di Emily sull'app **Vivi il Vangelo!**



La modestia: IL MIO LUNGO VIAGGIO

Elizabeth Tyler

Vorrei poter dire di essere cresciuta amando il principio della modestia, ma a dire il vero non è stato così. Anche se i miei genitori mi hanno insegnato che la modestia è importante, pensavo che gli abiti immodesti delle trasmissioni che guardavo fossero molto più carini di qualsiasi cosa modesta.

Ho sentito molte ragioni per vestirsi con modestia che *non* avevano senso per me, da "La modestia è più attraente". a "È tua responsabilità vestirti con modestia per evitare che i ragazzi facciano pensieri sbagliati". Il modo immodesto in cui mi vestivo mi procurava l'attenzione che volevo. Non ero disposta nemmeno a considerare i benefici del vestirsi con modestia e provavo molta rabbia quando le persone mi incoraggiavano a farlo.

*"Mamma, dammi UNA buona ragione per cui dovrei vestirmi con modestia. Le ho sentite tutte".
(O almeno così pensavo).*

"Dammi una buona ragione"

Un'estate uscivo con alcuni amici. Mia madre vide l'abito immodesto che indossavo e disse: "Elizabeth, ti stai avvicinando all'età adulta. Devi davvero pensare al tipo di persona che vuoi essere, e da questo deriva l'aspetto che proietti". Quando pronunciò queste parole, ero pronta a controbattere.

"Mamma, dammi *una* buona ragione per cui dovrei vestirmi con modestia. Le ho sentite tutte. E sto ancora aspettando di sentire qualcosa che non coinvolga i ragazzi e i loro pensieri. Dammi qualcosa, *qualsiasi cosa*, che abbia senso".

Mia mamma guardò per un momento fuori dalla finestra. Dopo un po' di silenzio, mi guardò con amore e disse tranquillamente: "Perché è un principio di obbedienza e tu ami il Padre Celeste".

Ero completamente disarmata, incapace di ribattere. Le sue parole piantarono il seme di cui avevo bisogno per iniziare a superare questa difficoltà.

La verità sulla modestia

Cominciasti a capire che la modestia non riguardava solo il modo in cui mi vestivo. Come gli avvertimenti contenuti nelle Scritture contro l'uso di abiti costosi (vedere Alma 5:53; Mormon 8:36–39), la mia scelta dell'abbigliamento era solo un sintomo di orgoglio nel pensiero e nel comportamento. E a quell'orgoglio mi ero aggrappata per tanti anni. Non ero disposta a lasciare andare ciò che desideravo, ovvero conferma e attenzione, per ciò che il Padre Celeste voleva per me.

La guida *Per la forza della gioventù* dice: "Il Padre Celeste vuole che vediamo gli uni gli altri per chi siamo veramente: non solo corpi fisici, ma Suoi amati figli con un destino divino" ([2022], 24). Iniziasti a vedere il mio corpo come sacro, qualcosa che dovevo usare per glorificare Dio, non me stessa.

Piena del Suo amore

Quando cominciasti a pentirti, il Padre Celeste riempì con il Suo amore le parti del mio cuore che richiedevano attenzione. Questo mi ha dato così tanta forza e speranza che il desiderio di immodestia ha iniziato a lasciare la mia anima.

Il modo in cui parlavo cominciò a cambiare, il mio amore per gli altri crebbe e il mio desiderio di servire aumentò. Non adottai semplicemente il principio dell'obbedienza a Dio nella mia vita: iniziasti ad amarlo. Riuscivo a sentire il suo potere protettivo. Questo cambiamento mi ha aiutato a prepararmi per andare al tempio e stringere alleanze bellissime e sacre nella Sua casa.

Adesso amo la modestia perché amo il principio dell'obbedienza, qualcosa che non avrei mai pensato potesse accadere. Ma il Padre Celeste non si è mai arreso con me e non rinuncerà mai a te, con qualunque cosa tu stia lottando, anche se si tratta di un viaggio lungo e accidentato.

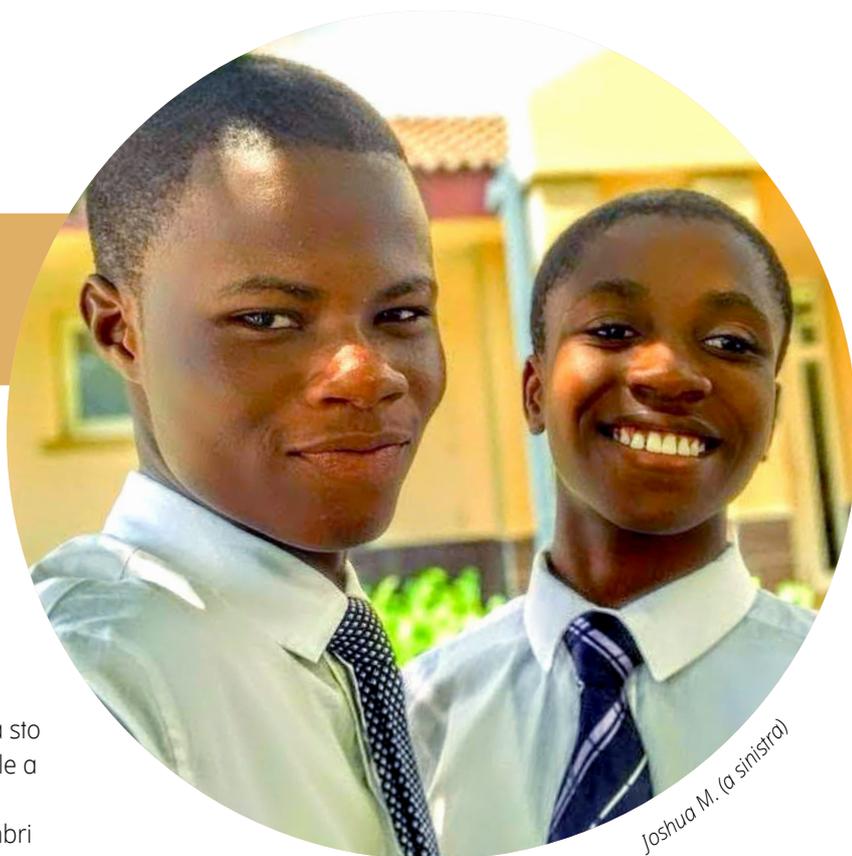


Per altre informazioni sulla modestia, vedere *Per la forza della gioventù – Una guida per le tue scelte* (2022), 24, 25, 27.



JOSHUA M., 17 anni, regione della Grande Accra, Ghana

Ama leggere e praticare sport, in particolare il calcio.



Joshua M. (a sinistra)

FARE DEL BENE IN GHANA

Qui in Ghana troverai buona cultura, buon cibo e, soprattutto, buone amicizie con altre persone. Molti dei miei amici sono membri de La Chiesa di Gesù Cristo dei Santi degli Ultimi Giorni e la mia migliore amica è stata battezzata solo pochi anni fa. Le piace scherzare con me e dire: "Perché non mi hai detto prima di unirmi alla Chiesa?". E ha ragione! Quindi ora sto facendo di più per portare le persone in chiesa, aiutarle a partecipare alle attività e a capire di cosa si tratta.

Nella mia classe a scuola ci sono solo altri due membri della Chiesa. Ciò in cui crediamo è come un nuovo mondo per alcuni dei miei compagni di classe. Spesso ci fanno domande sul Vangelo e ad alcune è difficile rispondere. Se non conosciamo la risposta a una domanda, ne discutiamo insieme e ci rivolgiamo ai nostri dirigenti della Chiesa. Una volta che sappiamo come rispondere, diciamo ai nostri compagni di classe ciò che sappiamo essere vero. Ho anche invitato alcuni di loro a venire a vedere di persona come viviamo il Vangelo e hanno percepito sensazioni positive durante la riunione sacramentale.

Ho anche imparato che più fai del bene, più lo Spirito Santo è vicino a te. Spesso aiuto le persone per strada se trasportano molte cose. Recentemente ho visto una donna portare alcuni oggetti sulla testa. Non conoscevo la donna

né sapevo nulla su di lei, ma mi sono avvicinato per chiederle se potevo aiutarla. Lei ha accettato, quindi ho preso alcune delle cose che aveva con sé.

Quando siamo arrivati a casa sua, ho scoperto che è una fornaia. Io non lavoravo e avevo bisogno di un modo per guadagnare qualche soldo. Non sapeva che avevo bisogno di lavoro. All'improvviso mi ha detto che cercava qualcuno che la aiutasse a cuocere il pane e che lo avrebbe pagato. Mi ha proposto orari specifici che si adattavano perfettamente ai miei vari impegni. Non penso che sia stata una coincidenza, ma piuttosto una benedizione di Dio per

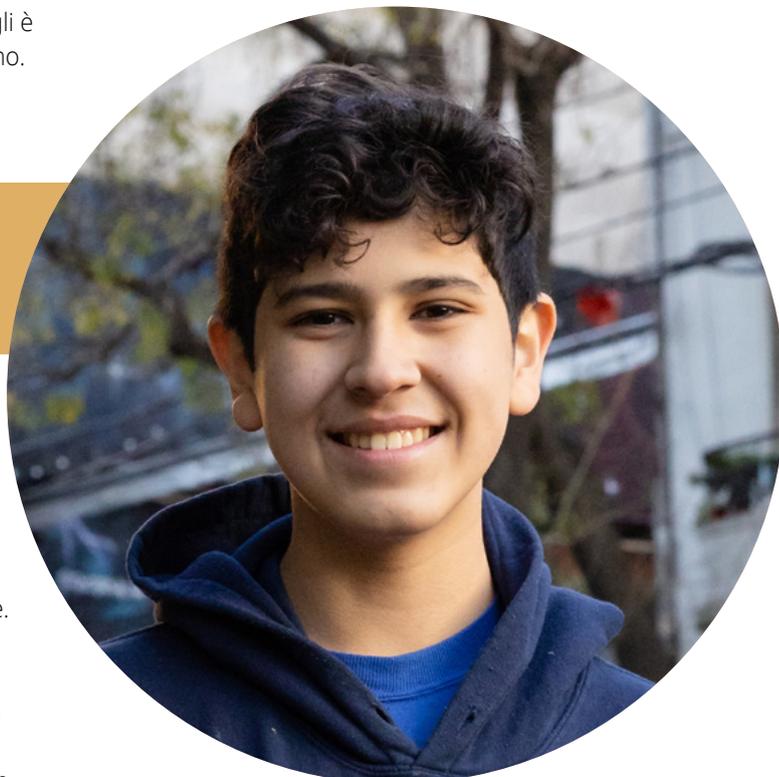
CONDIVIDERE E SERVIRE

aver aiutato gli altri. Per me, questo era il Padre Celeste che diceva: "Ragazzo mio, vedo il bene che hai fatto!".

Rendo testimonianza che Gesù Cristo è il fulcro e che Egli è il sentiero. Dovremmo servire Lui e coloro che ci circondano.

JOSÉ J., 14 anni, Buenos Aires, Argentina

Gli piace suonare il pianoforte, andare in bicicletta, cantare, cucinare e ama l'arte e la musica.



UNA BENEDIZIONE PER IL NUOVO ANNO IN ARGENTINA

Ho invitato un'amica ad una festa di Capodanno in chiesa. Lei non è un membro de La Chiesa di Gesù Cristo dei Santi degli Ultimi Giorni, ma ne ha una buona opinione. Quando si è presentata era ubriaca. Ha iniziato ad avere un attacco di panico e mi ha parlato delle difficoltà che lei e la sua famiglia stavano affrontando. Sapevo che dovevo aiutarla.

L'ho portata da mio padre. Gli ho chiesto se poteva darle una benedizione del sacerdozio. Le ho parlato un po' delle benedizioni e lei ha detto che avrebbe voluto riceverne una. Dopo la benedizione ha smesso di piangere e addirittura ha sorriso!

Dopo questa esperienza mi ha fatto alcune domande sul sacerdozio. Insieme a un altro amico, ho condiviso come il Vangelo ha benedetto noi e le nostre famiglie.

È stato bello condividere il Vangelo con la mia amica. Per me, un discepolo di Gesù Cristo cerca di essere come Gesù Cristo e di fare le cose che Lui ha fatto, soprattutto quando notiamo qualcuno che attraversa un momento difficile.

EMMELINE K., 14 anni, Utah, USA

Ama la scrittura, l'arte e la musica e scrive brani per pianoforte e chitarra.



LA PREGHIERA DELLA PRESIDENTESSA DI CLASSE

Era una fredda giornata di gennaio quando mi fu chiesto di servire come presidentessa della classe delle Giovani Donne. Era il mio primo anno nel programma delle Giovani Donne e, sebbene non mi aspettassi di diventare la presidentessa della classe, ero felicissima. Sorrisi e annuii.

Poi mi fu detto di iniziare a pregare su chi sarebbero dovute essere le mie consigliere.

La mia felicità si trasformò rapidamente in preoccupazione. Avevo paura di scegliere le persone sbagliate o, peggio ancora, di non essere in grado di decidere!

Più tardi quella notte, dissi a mia madre che ero preoccupata di non riuscire a prendere una decisione. Mi disse di andare nella mia stanza, dire una preghiera e leggere alcuni versetti del Libro di Mormon.

Andai nella mia stanza, ancora preoccupata. Dissi una preghiera, chiedendo al Padre Celeste di aiutarmi a prendere la decisione giusta. Poi aprii le Scritture da dove le avevo lasciate e lessi il primo versetto che avevo davanti. Diceva: "E Cristo ha detto: Se avrete fede in me, avrete il potere di fare qualunque cosa mi sia opportuna" (Moroni 7:33).

Dopo aver letto quel versetto, sapevo che il Padre Celeste aveva risposto alla mia preghiera. Era consapevole di me e voleva aiutarmi. Tutto quello che dovevo fare era riporre la mia fede in Lui ed Egli mi avrebbe aiutato a sapere cosa fare.

So che Dio è consapevole di noi e che ci aiuterà se siamo disposti a riporre la nostra fede in Lui.

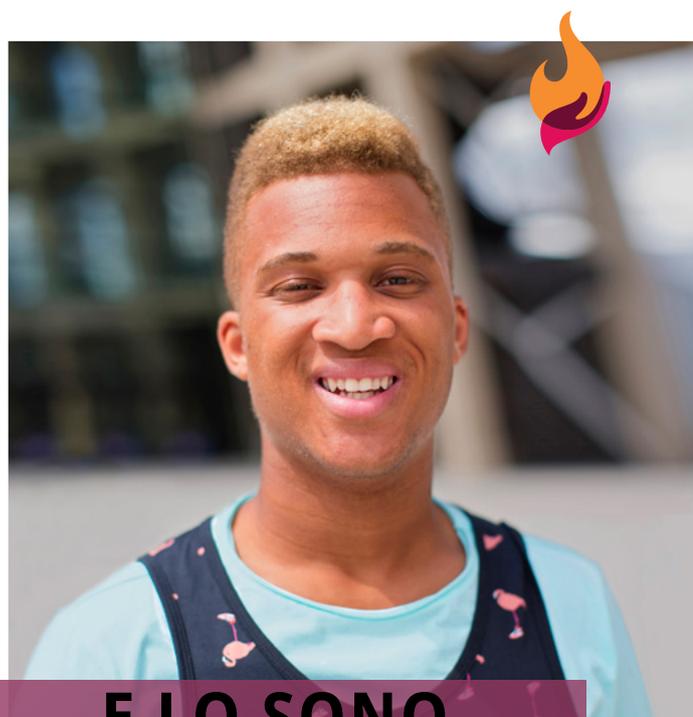


MORMON

ERA UN DISCEPOLO DI CRISTO

Nemmeno 300 anni dopo che il Salvatore aveva visitato il popolo di Nefi, Mormon, un bambino di 10 anni, cresceva in un mondo di estrema malvagità. Ma il profeta Ammaron vide che Mormon era “un fanciullo giudizioso e [...] pronto ad osservare” (Mormon 1:2), così ordinò a Mormon di farsi carico dei sacri annali quando sarebbe stato più grande. All’età di 15 anni, Mormon “fu visitato dal Signore e [gustò] e [conobbe] la bontà di Gesù” (Mormon 1:15). All’età di 24 anni prese i sacri annali e li conservò fedelmente all’incirca per i successivi cinquant’anni, tramandandoli a suo figlio Moroni. Grazie a Mormon, oggi abbiamo i resoconti che chiamiamo Libro di Mormon.

Come Mormon, posso conoscere la bontà del Salvatore e osservare i Suoi comandamenti, anche se sembra che il mondo intorno a me si stia allontanando da Dio.



**E LO SONO
ANCH'IO**

VUOI ESSERE “BENEDETTO E FELICE”?

Il popolo di 4 Nefi visse nella felicità e nell'unità per quasi 200 anni. Cosa li portò al loro stato di felicità? Possiamo ottenerlo anche noi?

Kate Hansen

Riviste della Chiesa

Immagina una comunità di persone che non combattono tra loro. Sono completamente felici e nessuno commette alcun crimine. Non sono gelose l'una dell'altra, né sono separate da etichette o gruppi. Sono unite in Gesù Cristo e osservano i Suoi comandamenti.

Un gruppo di persone proprio come questo è stato descritto in 4 Nefi nel Libro di Mormon. E vissero così per quasi 200 anni!

Alle pagine 2-5 di questa rivista, il presidente Russell M. Nelson spiega che 4 Nefi ci fornisce un modello per vivere in pace e in beata unità. Ma cosa accadde che aiutò i Nefiti a vivere felici così a lungo? Possiamo fare la stessa cosa oggi?

La loro esperienza con Cristo

Torna indietro nel tempo di alcune pagine fino a 3 Nefi e troverai il motivo

per cui i Nefiti erano così felici e uniti in Cristo.

Il popolo era stato visitato dal Salvatore dopo la Sua Risurrezione. Durante la Sua visita, Gesù Cristo guarì coloro che erano malati e afflitti. Benedisse le persone individualmente e pregò il Padre Celeste per loro (vedere 3 Nefi 17). Gesù insegnò i comandamenti. Chiese al popolo di pentirsi, di essere battezzato e di ricevere lo Spirito Santo (vedere 3 Nefi 27).

Gesù invitò le persone a venire a Lui, una ad una, per sentire le impronte nelle Sue mani, nei piedi e nel costato. Ognuno di loro andò da Gesù “finché furono tutti passati, ed ebbero veduto con i loro occhi e sentito con le loro mani e seppero con certezza” che Egli era il Salvatore di cui era stato profetizzato (vedere 3 Nefi 11:15).

Dopo la visita del Salvatore ai Nefiti, “il popolo si era tutto convertito al



Signore" (4 Nefi 1:2). Come possiamo sperimentare questa conversione senza vedere e toccare Cristo?

L'esperienza di un apostolo con Cristo

L'anziano Bruce R. McConkie (1915–1985) del Quorum dei Dodici Apostoli testimoniò che un giorno avrebbe visto Gesù Cristo e avrebbe toccato le impronte nelle Sue mani e nei Suoi piedi. Testimoniò anche: "Non saprò più sicuramente di quanto sappia ora che [Cristo] è l'onnipotente Figlio di Dio, che Egli è il nostro Salvatore e Redentore".¹ Non aveva bisogno di vedere Gesù Cristo per conoscerlo e sperimentare la conversione.

La vera conversione "richiede l'azione e il cambiamento".² Il Salvatore chiese ai Nefiti di seguire i Suoi comandamenti e di diventare come Lui (vedere 3 Nefi 27). Mentre Lo seguivano, rimasero convertiti a Cristo e furono grandemente benedetti per questo (vedere 4 Nefi 1:18).

La tua esperienza con Cristo

Non puoi toccare le mani e i piedi del Salvatore come fecero i Nefiti, ma puoi camminare sulle Sue orme (vedere 3 Nefi 27:21). Gesù Cristo vive e ti invita a fare esperienze personali con Lui.



Guarda un video sulla visita del Salvatore qui.

NOTE

1. Bruce R. McConkie, conferenza generale di aprile 1985 (*La Stella*, luglio 1985, 10).
2. Dallin H. Oaks, conferenza generale di ottobre 2000 (*Liahona*, gennaio 2001, 41).

Puoi arrivare a conoscere Cristo osservando i Suoi comandamenti e facendo ciò che Lui farebbe. Puoi sentire il potere della Sua Espiazione pentendoti ogni giorno. Egli ti benedirà, ti guarirà e invocherà il Padre per te, come fece con i Nefiti. Man mano che conosci il Salvatore e ti adoperi per la conversione personale, la tua vita può diventare più simile a quella delle persone descritte in 4 Nefi: felice, pacifica, benedetta e piena dell'amore di Dio. 🙏





Ragazzi e ragazze:

IMPARARE A CONOSCERSI



Sei confuso dal sesso opposto? Incuriosito? Spaventato? Cautamente ottimista sulla possibilità di raggiungere una normalizzazione delle relazioni? Continua a leggere.

David Dickson e David A. Edwards
Riviste della Chiesa

In principio Dio pose sulla terra il maschio e la femmina (vedere Genesi 1:27). E da allora è stato... interessante.

Per i giovani, conoscere membri del sesso opposto a volte può generare confusione, paura, entusiasmo, senso di mistero, divertimento, timore, emozione... o magari tutte queste sensazioni insieme. È sempre stato così. Ma ci sono alcuni fattori culturali nel mondo di oggi che lo rendono ancora più *complicato*.

ANDATE AVANTI, SENZA IMBARAZZO

Abbiamo chiesto ai giovani di tutto il mondo come i ragazzi e le ragazze si conoscono e i problemi che affrontano lungo il percorso. Prova a vedere se questo commento di una giovane donna del Sud Africa ti suona familiare:

“Al giorno d’oggi è quasi come se non si potessero più avere amicizie.

Se un ragazzo e una ragazza interagiscono semplicemente, la gente pensa immediatamente che stia succedendo qualcosa. È fastidioso cercare di mantenere un’amicizia quando le persone ti spingono costantemente a trasformarla in qualcosa di più”.

Un altro giovane si esprime così:

“Quando un ragazzo e una ragazza parlano, la gente dà per scontato che si stiano frequentando”

interpretato male ed essere etichettati come “inquietanti”.

Tutto ciò rende complicato qualsiasi tentativo di fare amicizia con membri del sesso opposto. E diciamocelo: era già molto complicato anche prima.

Per molti giovani, la strada più semplice potrebbe essere quella di evitare del tutto il sesso opposto fino all’età adulta. E questo sarebbe una tragedia. Se ti allontani da circa la metà dell’umanità, potresti perdere amicizie preziose. E loro non avrebbero la possibilità di conoscerti.

Tamara W. Runia, prima consigliera della presidenza

Potremmo fornire più esempi (*tanti* altri) di giovani da tutto il mondo che affermano la stessa cosa. Ma questo non è l’unico ostacolo. Per esempio:

- La tecnologia digitale e i social media rendono la comunicazione più semplice in un certo senso, ma rendono più difficile la costruzione di vere amicizie in altri modi.
- La diminuzione della fiducia in tutta la società rende le persone diffidenti nei confronti degli altri e delle loro intenzioni. Ad esempio, i ragazzi spesso ci dicono che trovano difficile mostrare anche solo un interesse amichevole per una ragazza senza chiedersi se verrà



“Satana [...] vuole farci credere che uomini e donne sono talmente simili che i nostri doni caratteristici non sono necessari, o al contrario che siamo così diversi da non poter sperare mai di comprenderci l'un l'altro. Nessuna di queste cose è vera”.

Sheri L. Dew, ex seconda consigliera della presidenza generale della Società di Soccorso, conferenza generale di ottobre 2001 (*Liahona*, gennaio 2002, 13).

generale delle Giovani Donne, afferma: “Fare conoscenza è davvero importante. Superate i sentimenti di imbarazzo e parlate con tante persone

(comprese quelle del sesso opposto!). Siate i primi a sorridere e salutare”.

Bradley R. Wilcox, primo consigliere della presidenza generale dei Giovani Uomini, è d'accordo. “Non preoccupatevi troppo di ciò che pensano gli altri”, dice. “Il modo migliore per sentirsi felici e fare amicizia è agire. Non aspettate che qualcun altro vi saluti e inizi una conversazione. La vostra fiducia crescerà man mano che sostituirete la paura di ciò che pensano gli altri con la fede in ciò che pensa Dio”.

Perché sono così?

Ecco alcune cose che ragazze e ragazzi di tutto il mondo dicono di pensare gli uni degli altri. Pensa a cosa potrebbe aiutarli a capirsi e a trovare punti di forza reciproci.

Le ragazze si chiedono

Perché i ragazzi si mettono in mostra?
Perché alcuni ragazzi sono così rumorosi?
Perché alcuni ragazzi non riescono a capire come ciò che fanno o dicono ha effetto sugli altri?
Perché alcuni ragazzi trattano le ragazze come se fossero inferiori?
Perché i ragazzi sono così immaturi?

I ragazzi si chiedono

Perché le ragazze sono così mature?
Perché alcune ragazze dicono cose così cattive l'una dell'altra?
Perché alcune ragazze si aspettano che io colga i segnali? Perché non parlare in modo diretto?
Perché alcune ragazze trattano i ragazzi come se fossero inferiori?

Come risponderesti a queste domande in modo da aiutare a vedere il buono gli uni negli altri? Inviaci le tue risposte via e-mail (o eventuali altre domande) all'indirizzo ftsoy@ChurchofJesusChrist.org.

QUALCHE CONSIGLIO?

Conoscere membri del sesso opposto può sembrare complicato o imbarazzante, ma vale ogni sforzo. Ecco alcuni pensieri e suggerimenti finali da parte dei giovani di tutto il mondo.

“Non dobbiamo avere paura di conoscerci”.

“Posso avere amici e voler loro bene senza doverli amare in senso romantico. Queste relazioni ci aiutano anche ad avere un amico fidato o qualcuno a cui rivolgerci nel momento del bisogno”.

“Una cosa che sembra aiutare è partecipare ad attività fuori casa dove possiamo incontrarci e conoscerci meglio”.

“Credo che cercare di conoscersi in una chiesa, a scuola o in un contesto familiare potrebbe essere più semplice perché c'è già qualcosa che ci unisce”.

“Ho trovato gioia nell'avere gli stessi interessi di qualcuno del sesso opposto”.

NOTA

1. Russell M. Nelson, conferenza generale di ottobre 2010 (*Liahona*, novembre 2010, 48).

Tu che consigli daresti? Inviaci un'e-mail all'indirizzo ftsoy@ChurchofJesusChrist.org.

amicizia sincera

Le amicizie sincere (sia con ragazze che con ragazzi) sono sane e gratificanti. Si basano su una vera simpatia per qualcuno, sull'onestà, sulla fiducia e sul rispetto. Inoltre tendono a non crearsi da un giorno all'altro. Le amicizie sincere si *costruiscono* un passo alla volta.

molte persone

Non è necessario avere tantissimi amici, ma non dovresti limitarti quando consideri con chi potresti fare amicizia. Il presidente Russell M. Nelson ha insegnato: "Ogni giorno della vostra vita, impegnatevi ad allargare la cerchia delle vostre amicizie".¹ Ricorda: possono essere sia ragazzi che ragazze.

sane attività di gruppo

In molti posti nel mondo, un gruppo di ragazzi e ragazze può riunirsi per divertirsi facendo cose che piacciono a tutti e che non sono fisicamente o spiritualmente pericolose. Questo può essere un ottimo modo per conoscere molte persone diverse. I giovani di tutto il mondo hanno affermato che le attività della Chiesa, sia la domenica che durante la settimana, sono alcuni dei modi migliori per iniziare.

Quando e come dovrei conoscere i membri del sesso opposto?

Il modo migliore per conoscere gli altri è attraverso un'amicizia sincera. Alla tua età puoi instaurare buone amicizie con molte persone. In alcune culture, i giovani conoscono membri del sesso opposto attraverso sane attività di gruppo. Per il vostro sviluppo emotivo e spirituale e la vostra sicurezza, le uscite di coppia vanno rimandate fino a quando non siete maturi — avere 16 anni è un buon criterio da seguire. Chiedi consiglio ai tuoi genitori e ai tuoi dirigenti. Aspetta ad avere relazioni esclusive fino a quando non sarai più grande. Passa il tempo con coloro che ti aiutano a mantenere gli impegni che hai preso con Gesù Cristo.

Per la forza della gioventù - Una guida per le tue scelte (2022), 13.

uscite di coppia

Affinché un ragazzo e una ragazza escano in coppia per un'attività, è necessaria un po' di maturità. Meglio aspettare almeno fino ai 16 anni, come dice la guida.

relazioni esclusive

Non importa come la si chiami, una relazione romantica esclusiva è per coloro che sono in grado di pensare seriamente al matrimonio. Prima di allora, non ha senso e invita solo al rischio emotivo e spirituale. Rendi la tua adolescenza divertente, non piena di drammi e tentazioni.

trascorri del tempo

Stare con le persone e interagire con loro di persona è prezioso e benefico (vedere *Per la forza della gioventù - Una guida per le tue scelte*, 19).

coloro che ti aiutano a mantenere gli impegni che hai preso con Gesù Cristo

Si tratta di persone che possono essere o meno membri della Chiesa e che rispettano te, ciò in cui credi e i tuoi standard. Sono persone che non ti inducono né ti spingono a fare cose sbagliate.

COSA DICE LA GUIDA?

Fortunatamente per te, la guida *Per la forza della gioventù* contiene questo consiglio ispirato:amicizia sincera



LANCIO PERFETTO PER L'APPARTENENZA!

BRYNN WENGLER; ILLUSTRAZIONI DI EMILY E. JONES





Scopri come realizzare un razzo alimentato ad aria con una bottiglia nell'app **Vivi il Vangelo!**





MINISTRARE FA LA DIFFERENZA

*Amelia non era sicura se si sarebbe sentita parte della chiesa.
È molto felice che le persone si siano avvicinate a lei.*



Kate Hansen

Riviste della Chiesa

Amelia, una giovane donna della Nuova Zelanda, non andava in chiesa da sette anni.

Durante il divorzio dei suoi genitori, la famiglia di Amelia si trovò in una situazione difficile e decise di smettere di frequentare la chiesa. “Non ricevevamo supporto da nessuno”, ricorda Amelia.

Ma una domenica, sette anni dopo, la mamma di Amelia decise di riprovare a frequentare la chiesa. L’esperienza fu positiva e invitò le sue figlie a tornare in chiesa con lei. Amelia pensò: “Cosa ho da perdere?”.

“SONO COSÌ FELICE CHE TU SIA QUI!”

“All’inizio ero un po’ nervosa”, dice Amelia. “Non avevo un legame molto positivo con la Chiesa”.

Ma decise di accettare l’invito di sua madre e non se ne pentì. “Non appena entrai in chiesa, le persone mi dissero: ‘Non ti ho mai visto qui prima’ e ‘Benvenuta nella nostra chiesa’ e ‘Sono così felice che tu sia qui!’” ricorda Amelia.

“Nessuno mi ha allontanato. Tutti sono stati davvero accoglienti e gentili”.

Ma mentre Amelia si guardava intorno durante la riunione sacramentale, iniziò a pensare che forse non apparteneva a quel luogo, dopotutto. “Non potevo fare a meno di allontanarmi dalle persone perché ho iniziato a fare il paragone con ciò che gli altri ragazzi sapevano e *chi* conoscevano”, dice Amelia. “Molti ragazzi nel mio rione fanno parte della stessa famiglia o sono amici intimi fin da piccoli, quindi sembrava che si conoscessero bene”, afferma.

Dopo la riunione sacramentale il vescovo si avvicinò ad Amelia e disse: “Ciao, sono il vescovo Watts. Mi piacerebbe farti conoscere tutti gli altri”. La portò nell’aula delle Giovani Donne e la presentò alle altre ragazze. “È stata un’interazione davvero importante perché mi ha dato quella scintilla di speranza nel poter essere parte di una comunità dove mi trovo”, spiega Amelia.

E questo l’ha incoraggiata a tornare in chiesa la domenica successiva.



UNA LEZIONE DI GENTILEZZA

La settimana successiva Amelia incontrò India, la figlia del vescovo. Lei disse: "Ciao, ti ho vista l'altro giorno. Mi chiamo India. Sarebbe davvero bello conoscerti".

Quel giorno la classe parlava di un argomento che Amelia non aveva ancora imparato. India si avvicinò e chiese: "Lo capisci?". Amelia rispose: "No". E allora India la aiutò a capire la lezione.

"Adesso non ricordo la lezione, ma ricordo come ha notato che avevo bisogno di aiuto", dice Amelia. "La sua gentilezza nei miei confronti è stata la lezione più importante che ho imparato quel giorno".

India insegnò ad Amelia tutto ciò che poteva sulla chiesa e la aiutò a trovare le risposte alle sue domande. Durante quelle prime settimane e quei primi mesi divenne come una guida per Amelia. "Sapeva sempre esattamente cosa dire", ricorda Amelia. "È stata la cosa più spirituale che io avessi provato negli ultimi anni".

Mentre Amelia cercava di adattarsi a nuove persone, India la rassicurava che nessuno l'avrebbe giudicata per essere un nuovo membro in chiesa. "Mi ha fatto sentire a mio agio con il fatto di essere nuova", dice Amelia.

Amelia parlò un po' a India delle difficoltà che stava vivendo a causa della sua situazione familiare, incluso il fatto di aver vissuto con un padre violento prima del divorzio dei suoi genitori. "India è stata la prima persona di cui mi sono fidata in quell'ambiente", afferma Amelia. "So che il Padre Celeste opera miracoli, perché ogni volta che parlavo con India, lei diceva sempre qualcosa che mi aiutava. Si è assicurata che non mi sentissi mai sola".

Amelia dice che India le ha dato la rassicurazione che poteva tornare sulla buona strada verso ciò che il Padre Celeste voleva per lei. "Non credo che sarei riuscita a tornare in chiesa senza India o il vescovo Watts", dice Amelia.

PROTENDERSI VERSO GLI ALTRI È LA CHIAVE

L'amicizia tra Amelia e India ha aiutato Amelia ad avvicinarsi al Salvatore. "Quando sono tornata in chiesa, non ero sicura di come avere un rapporto personale con Gesù Cristo. India mi ha aiutato a capire che, anche se non



India (a sinistra) ha aiutato Amelia a sentirsi la benvenuta in chiesa.

potevo vedere il Salvatore, potevo comunque sentire il Suo amore, la Sua influenza e i Suoi miracoli nella mia vita", spiega Amelia. "Mi ha mostrato amore cristiano. Ora voglio essere l'India di qualcuno. Voglio essere lì per qualcuno quando ha bisogno di me".

Amelia crede che ministrare significhi più che accettare un incarico: vuol dire protendersi verso gli altri. "È vedere qualcuno in una situazione difficile e, invece di aspettare che chieda aiuto, essere lì quando può trarre beneficio dalla tua presenza", dice Amelia. "India e il vescovo Watts hanno ministrato a me quando temevo di non avere una comunità a cui appartenere. Ora che ce l'ho, sono così felice che qualcuno si sia proteso verso di me".

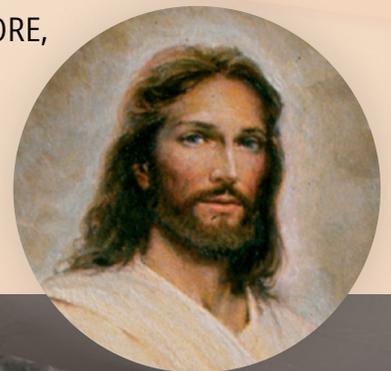
Amelia vuole che gli altri giovani sappiano che il Padre Celeste e Gesù Cristo li amano, anche quando non sentono il senso di appartenenza. "Se pensi di non essere abbastanza bravo o di non appartenere a questa Chiesa, ricorda che questa è anche casa tua", dice.

"E puoi sempre tornare". 🙏





NON ERO SICURA DI COME AVERE UN RAPPORTO
CON GESÙ CRISTO. INDIA MI HA AIUTATO A
CAPIRE CHE, ANCHE SE NON POTEVO VEDERE IL
SALVATORE, POTEVO COMUNQUE
SENTIRE IL SUO AMORE,
LA SUA INFLUENZA
E I SUOI MIRACOLI
NELLA MIA VITA.





Diventare parte della vita di qualcuno

Kate Stewart
Riviste della Chiesa

Che cos'è il ministero e che cosa vuol dire davvero? Ebbene, un modo di pensare al ministero è seguire l'esempio di Cristo di amare, edificare e servire gli altri. Ministrare assomiglia molto a diventare parte della vita di qualcuno!¹

Come discepoli di Gesù Cristo, abbiamo il privilegio e l'opportunità di seguire il Suo esempio. Durante il Suo ministero terreno, il Salvatore ha benedetto devotamente, individualmente e profondamente la vita di migliaia di persone. Allo stesso modo, ai nostri giorni, gli incarichi di ministero ci permettono di benedire coloro che ci circondano, spesso uno alla volta, come fece Lui. Il ministero ci aiuta a connetterci di più con gli altri e con Gesù Cristo.²

È normale sentirsi nervosi, esitanti o confusi su come ministrare a qualcuno. Cristo amplificherà i tuoi sforzi.

Hai bisogno di suggerimenti?

Ecco 10 cose semplici che *puoi* fare per ministrare agli altri:

1. Prega per loro.
2. Invia un messaggio amichevole.
3. Chiedi quali sono i loro hobby e interessi.
4. Scrivi un biglietto o una lettera.
5. Chiama per vedere come è andata la giornata.
6. Invitali a partecipare a un'attività con te.
7. Porta loro il loro dolcetto preferito.
8. Condividi musica ispirata o edificante.
9. Siediti e parla con loro a scuola o in chiesa.
10. Cerca opportunità per servire loro e la loro famiglia.

Col tempo vedrai che amare, edificare e servire gli altri ti aiuterà davvero a diventare parte della loro vita!

NOTE

1. Vedere "What Is Ministering?", ministering. ChurchofJesusChrist.org.
2. Vedere Gerrit W. Gong, conferenza generale di aprile 2023, (*Liahona*, maggio 2023, 19).

Chien-Hsun C.

15 ANNI, TAOYUAN, TAIWAN



Prego prima di andare a letto, ringraziando Dio per avermi dato felicità e pace e per la guida dello Spirito Santo.

A Taiwan gli adolescenti devono alzarsi alle 5:00 per andare al seminario alle 5:30. Questa è una sfida molto grande per me perché ho molti esami e compiti a casa. Quindi sono spesso arrivata in ritardo al Seminario. Inizialmente incolpavo la Chiesa che mi chiedeva di alzarmi così presto. Ma i miei genitori mi hanno consigliato di pregare e di chiedere aiuto al Padre Celeste.

All'inizio pensavo che il Padre Celeste non potesse aiutarmi. Ma una notte mi sono inginocchiata accanto al letto e ho pregato, chiedendo a Dio di aiutarmi a trovare il motivo per cui non riuscivo a dormire abbastanza. Successivamente, ho rivisto la mia routine. Ho notato che perdevo molto tempo prima di andare a letto.

Adesso cerco di andare a letto prima. Prego prima di andare a letto, ringraziando Dio per avermi dato felicità e pace e per la guida dello Spirito Santo.



Gli adolescenti taiwanesi trascorrono più tempo a scuola di tutti gli altri loro coetanei nel mondo (circa 9,5 ore al giorno).



Taiwan è l'isola più montuosa del mondo.

I membri della Chiesa locali costruirono la prima cappella di Taiwan nel 1966, a Taipei.



FACCIAMO UN BREAK!



Riesci a pensare a una didascalia divertente per questa foto? Invia la tua idea via e-mail all'indirizzo ftsoy@ChurchofJesusChrist.org entro l'1 dicembre.

SCRIVI TU LA DIDASCALIA

Il presidente Gordon B. Hinckley (1910–2008) ha detto: "In tutte le cose della vita divertitevi e ridete. La vita è fatta per essere goduta, non semplicemente sopportata".¹

NOTA

1. Gordon B. Hinckley, "Rimanete leali e fedeli", conferenza generale di aprile 1996 (*La Stella*, luglio 1996, 103).

"Io quando l'insegnante della Scuola Domenicale chiede un volontario per la preghiera". – Kenzi T.

"Puoi scappare, ma non puoi nasconderti". – Tyson P.

"Congelato per gradi".
– Evelyn, Grace e Stella B.

"Non mi hai mai parlato del salto!!!!" – Finneas Y.

"Nota per me stesso: non cercare mai tutorial di snowboard online". – Jackson B.

"Babbo Natale ha mancato di nuovo il camino!" – Joseph C.

"E ora eseguirà la palla di cannone". – Joie E.

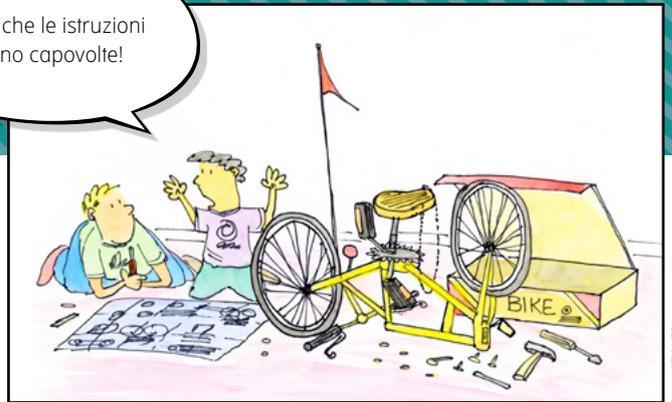
"Se qualcuno abbandona il sentiero stretto e angusto durante l'inverno". – Hampton C.

"Io in spiaggia quando avevo tre anni mentre cerco di scavare fino all'altra parte del mondo". – Samuel W.



Ecco i vincitori di Scrivi tu la didascalia di agosto 2023. Puoi trovare altre informazioni online.

Mi sa che le istruzioni erano capovolte!



RYAN STOKER

CACCIA AL TESORO NELLA RIVISTA

Riesci a trovare tutte e 10 queste immagini in questa rivista? Una volta trovata un'immagine, abbinala al principio evangelico dell'articolo in cui l'hai trovata.

1. Pianificare le attività
2. Aiutare gli altri ad integrarsi
3. Andare avanti, senza imbarazzo
4. La verità sulla modestia
5. 10 modi di ministrare
6. Possiamo "essere uno"
7. La tua esperienza con Cristo
8. Sii come Mormon
9. Trovare gioia nelle difficoltà
10. La luce di Cristo

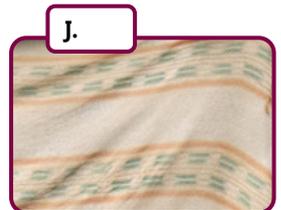
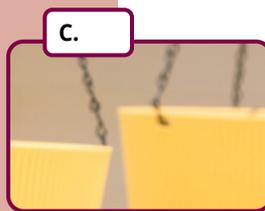
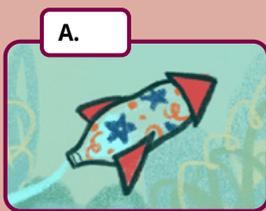
PRONTO PER UN INDOVINELLO?

Nel Libro di Mormon, Gesù disse alle persone nel paese di Abbondanza di tornare a casa e meditare, pregare e prepararsi per quando Lui sarebbe tornato presto da loro. Riesci a capire quando tornò, in base all'indovinello?

Indovinello: Se Gesù ha visitato per la prima volta Abbondanza "oggi", vi è tornato il giorno precedente due giorni dopo il giorno prima di domani.

Tornò:

- A. Quella sera stessa (oggi)
- B. Il giorno successivo (domani)
- C. Dopo due giorni
- D. Dopo tre giorni



DOMANDE E RISPOSTE



“Pregherei per la persona che ho ferito e chiederei il suo perdono. Mi umilierei e diventerei sua amica”.

Aelizadel L., 19 anni, Paniqui, Filippine

“IN CHIESA HO FERITO I SENTIMENTI DI UNA PERSONA. COME POSSO RIMEDIARE?”



“Quando ferisco i sentimenti di qualcuno, provo un peso sul cuore, sento che c'è qualcosa che non va. Ma quando prendo coraggio e agisco secondo i suggerimenti dello Spirito Santo e mi scuso sinceramente con la persona che ho ferito, provo pace e so che quello che ho fatto è giusto”.

Weya G., 14 anni, Iba, Filippine



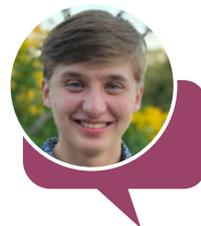
“Rifletti sulle tue azioni, chiedi scusa sinceramente, cerca consiglio se necessario e cerca di essere gentile e perdonare in futuro”.

Lincoln B., 16 anni, Nevada, USA



“Il primo passo sarebbe parlare con questa persona e avere l'empatia necessaria per comprendere i suoi sentimenti. Puoi anche pregare il Padre Celeste affinché tu abbia il coraggio e l'ispirazione di agire nel modo giusto, come avrebbe agito Gesù Cristo”.

Lívia N., 17 anni, Paraíba, Brasile



“Dovremmo continuare a mostrare loro amore e a servirli. Dovremmo pregare per avere il coraggio di far pace con loro. Può essere difficile e richiedere tempo, ma Dio e Gesù Cristo ci daranno ciò di cui abbiamo bisogno per sistemare le cose”.

Dean C., 15 anni, Texas, USA

“Rendo testimonianza della tranquillità dell'anima che la riconciliazione con Dio e tra di noi porterà se saremo abbastanza mansueti e coraggiosi da perseguirla. ‘Cessate di contendere l'uno con l'altro’, ha implorato il Salvatore. [...] Prendetevi cura gli uni degli altri con amore”.

Presidente Jeffrey R. Holland, presidente facente funzione del Quorum dei Dodici Apostoli, conferenza generale di ottobre 2018 (Liahona, novembre 2018, 79).

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

COME POSSIAMO ESSERE UNITI SE SIAMO TUTTI COSÌ DIVERSI?

SIAMO TUTTI DIVERSI. Ma il Signore vuole che "siamo uno" (Dottrina e Alleanze 38:27). Ecco alcuni principi di unità che i profeti e gli apostoli ci hanno insegnato:

Siamo uniti in Gesù Cristo, nel Suo vangelo e nella Sua Chiesa. "È solo nella nostra lealtà individuale a Gesù Cristo e nel nostro amore per Lui, e tramite essi, che possiamo sperare di essere uno".¹

L'unità richiede amore. "Anche avendo una varietà di lingue diverse e tradizioni culturali belle ed edificanti, dobbiamo avere i cuori legati in unità e in amore".²

Unità non vuol dire identità. "Unità e diversità non sono opposti. Possiamo ottenere maggiore unità quando promuoviamo un'atmosfera di integrazione e di rispetto per la diversità".³ "L'unità non richiede identità, ma richiede armonia".⁴

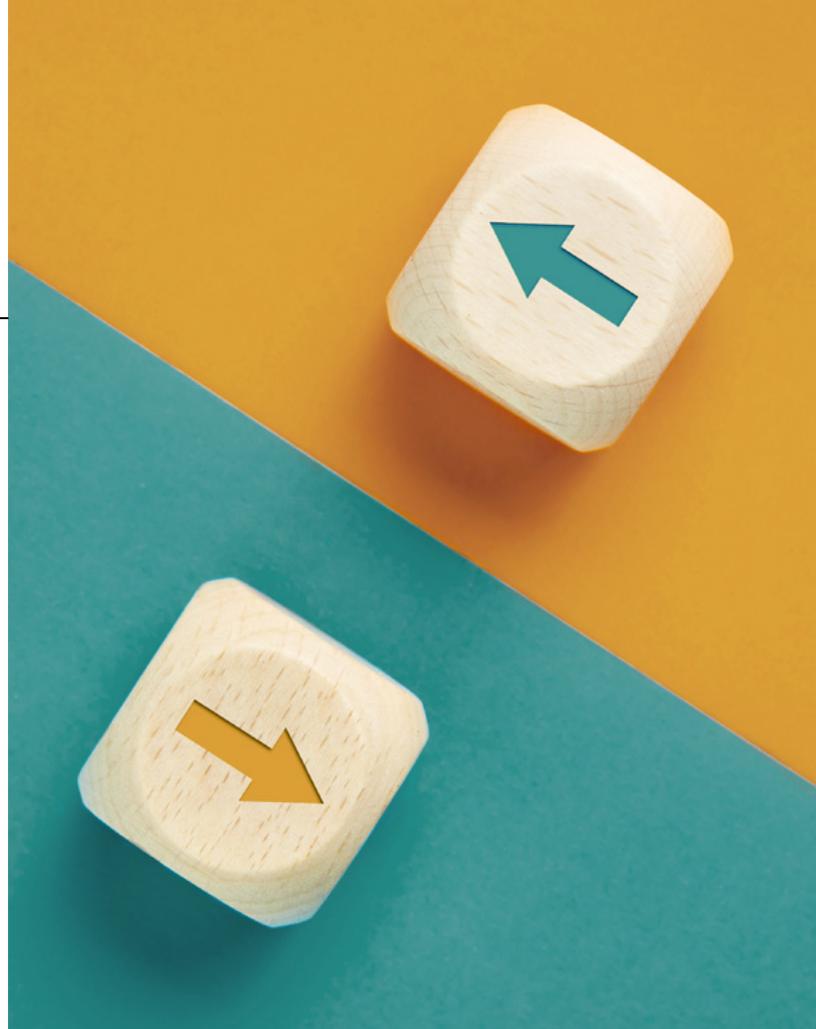
L'unità richiede l'eliminazione di contese e pregiudizi. "C'è posto per tutti. Tuttavia, *non c'è* spazio per alcun tipo di pregiudizio, condanna o contesa".⁵

NOTE

1. D. Todd Christofferson, conferenza generale di aprile 2023 (*Liahona*, maggio 2023, 80).
2. Quentin L. Cook, conferenza generale di aprile 2015 (*Liahona*, maggio 2015, 65).
3. Quentin L. Cook, conferenza generale di ottobre 2020 (*Liahona*, novembre 2020, 19).
4. D. Todd Christofferson, conferenza generale di aprile 2023 (79).
5. Russell M. Nelson, "C'è bisogno di pacificatori," conferenza generale di aprile 2023 (*Liahona*, maggio 2023, 101).



In che modo gli adolescenti hanno utilizzato calzini e spille da balia per incoraggiare l'unità? Scoprilo sull'app **Vivi il Vangelo!**



Che cosa ne pensi?

"Come posso resistere alla tentazione quando non faccio altro che continuare a sbagliare?"

Invia la tua risposta e la tua foto entro il 15 novembre 2024.

Inviaci un'e-mail all'indirizzo ftsoy@ChurchofJesusChrist.org oppure vai su ftsoy.ChurchofJesusChrist.org e clicca "Invia il tuo materiale". Accedi con il tuo account della Chiesa e poi, sotto "Scegli la rivista", seleziona "Per la forza della gioventù". Clicca "Aggiungi file" per selezionare il tuo file e le tue foto, dopodiché clicca "Invia" per caricare e inviarti il file.

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

RISPOSTE FACCIAMO UN BREAK: Caccia al tesoro nella rivista: A1, B6, C2, D8, E5, F10, G9, H4, I3, J7 Pronto per un indoviniello?: B, "Il giorno prima domani" è oggi. Quindi "Il giorno prima di due giorni dopo oggi" è domani.

Una gioia più alta

Anziano Dieter F. Uchtdorf
del Quorum dei Dodici Apostoli



Ho vissuto in prima persona l'alba gloriosa che riempie l'anima di gioia. Ho scoperto personalmente che questa fiducia che ispira pace si prova seguendo il Salvatore e percorrendo le Sue vie.

Dio dà una gioia che trascende qualunque cosa il mondo possa offrire. È una gioia che sopporta l'angoscia, che penetra la tristezza e attenua la solitudine.

Quando cerchi la gioia, sappi che:

- Le difficoltà mentali ed emotive sono reali. Per alcune persone, trovare gioia può comprendere la ricerca di assistenza di professionisti della salute mentale.
- La tristezza non è segno di fallimento. Almeno in questa vita, la gioia e il dolore sono compagni inseparabili.

Se accetti questi inviti, proverai "la pace di Dio, che sopravanza ogni intelligenza", anche nei momenti di dolore.

Inviti per trovare gioia

1. Passa del tempo a cercare sinceramente con tutto il cuore **di avvicinarti a Dio.**



2. **Cercala.** Cerca diligentemente ogni giorno dei momenti di speranza, pace e gioia.



3. **Porta gioia a chi ti sta attorno.** Potresti provare a:

- Pregare per qualcuno.
- Fare un complimento sincero.
- Aiutare qualcuno a sentirsi accolto e amato.
- Condividere un versetto che ti piace e dire cosa significa per te.
- Ascoltare.





Siate catalizzatori
della Luce di **GESÙ**
CRISTO.

SORELLA AMY A. WRIGHT
CONFERENZA GENERALE DI OTTOBRE 2023

“Nei giorni a venire vedremo le **PIÙ GRANDI** manifestazioni del potere del Salvatore che il mondo abbia mai visto”.

Presidente Russell M. Nelson, "Vincete il mondo e trovate riposo", conferenza generale di ottobre 2022 (*Liahona*, novembre 2022, 95).



MASTER OF OCEAN AND EARTH AND SKIES [IL SIGNORE DI MARE, TERRA E CIELI], DI ROSE DATOC DALL



LA CHIESA DI
GESÙ CRISTO
DEI SANTI
DEGLI ULTIMI GIORNI

