

*GIOVANI
DONNE*



MANUALE 2

Giovani Donne Manuale 2

Publicato dalla
Chiesa di Gesù Cristo dei Santi degli Ultimi Giorni

Commenti e suggerimenti

Vi saremo grati per i vostri commenti e suggerimenti circa il contenuto di questo manuale, che vi preghiamo di inviare a:

Office of the Seventy
Attention: Curriculum Department
47 East South Temple Street
Salt Lake City, Utah 84150
USA

Comunicare il vostro nome, indirizzo, rione o ramo e palo o missione di appartenenza. Indicate quali sono a vostro avviso i pregi e i difetti del manuale.

Titolo originale dell'opera:

Young Women Manual 2
Copyright © dell'originale:
The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints,
Salt Lake City, Utah, USA, 1993
All rights reserved

Copyright © della traduzione italiana:
Chiesa di Gesù Cristo dei Santi degli Ultimi Giorni,
Milano, 1994
Tutti i diritti riservati
Printed in France

Sommario

Numero e titolo della lezione	Pagina
Introduzione	v
Vivere come una figlia di Dio	1
1 Avviciniamoci a Gesù Cristo	2
2 I doni spirituali	6
3 Edificare il regno di Dio	10
Adempiere al ruolo divino della donna	15
4 Se osserviamo i comandamenti possiamo adempiere al nostro ruolo divino	16
5 L'ambiente domestico	20
Il nostro contributo alla vita familiare	23
6 Collaborare ai lavori domestici	24
7 Vivere in armonia e amore	27
8 Imparare a comunicare meglio	31
9 Una giovane donna porta la pace in famiglia	36
Conoscere il sacerdozio	39
10 Il sacerdozio: una grande benedizione	40
11 Il valore di un vescovo	43
12 Le benedizioni paterne	45
13 Le benedizioni patriarcali	48
La genealogia e il lavoro di tempio	51
14 I benefici del tempio	52
15 Il matrimonio nel tempio	56
16 Il diario	59
17 Come tenere i registri genealogici	62
18 Un retaggio di buone tradizioni	67
La partecipazione al lavoro missionario	71
19 Prepararsi per insegnare	72
20 La predicazione del Vangelo	76
21 Come sostenere i missionari con le lettere	80
Accrescere la spiritualità	83
22 Chiedere consiglio al Signore	84
23 Le benedizioni del digiuno	87
24 La rivelazione nella nostra vita di ogni giorno	91

25	La legge del sacrificio	95
26	Il sacramento	99
27	Rafforzare la testimonianza tramite l'obbedienza	103
28	Il libero arbitrio	108
29	L'esaltazione	111
30	Rafforzare la testimonianza tramite il servizio	115
31	Le leggi del Paese	119
Vivere una vita retta		123
32	L'importanza della vita	124
33	Il sacro potere di procreare	128
34	Attenersi alle norme del Signore	133
35	Scelte sagge	137
36	L'onestà	141
37	Mantenersi casti vivendo una vita retta	144
Mantenersi in buona salute		149
38	La salute	150
39	La prevenzione delle malattie	154
Il nostro sviluppo sociale ed emotivo		157
40	L'autocontrollo	158
41	L'ottimismo	162
42	La gratitudine e il ringraziamento	166
L'amministrazione delle risorse personali		171
43	Il saggio uso del tempo libero	172
44	Lo sviluppo dei talenti	175
45	La partecipazione alle attività artistiche e culturali	178
46	La responsabilità nell'uso delle risorse economiche	181
47	Un ambiente edificante	186
Lo sviluppo delle capacità direttive		191
48	Comunicare per guidare	192
49	Apprezziamo e incoraggiamo i portatori di handicap	196
50	Come preparare le lezioni basate sui discorsi tenuti alle conferenze generali	199
	Illustrazioni	201

Introduzione

INFORMAZIONI GENERALI

Questo corso è stato preparato per le giovani donne della Chiesa. Si vuole che, tramite lo studio delle lezioni contenute in questo manuale, ogni giovane possa comprendere meglio la volontà del Signore a suo riguardo e possa trovare un aiuto nel basare le proprie scelte e il proprio comportamento sui principi del Vangelo.

L'anziano M. Russell Ballard ci ha rivolto questi consigli: «Gli insegnanti faranno bene a studiare attentamente le Scritture e i loro manuali, prima di ricorrere a materiale supplementare. Troppi insegnanti sembrano allontanarsi dai corsi di studio approvati senza averli prima attentamente esaminati. Quando gli insegnanti ritengono di aver bisogno di materiale supplementare per esporre una lezione, oltre alle Scritture e ai manuali dovranno innanzitutto prendere in considerazione le riviste della Chiesa» (*La Stella*, ottobre 1983, pag. 125-126).

Insegnamento per argomenti

Questo manuale tratta i seguenti argomenti:

- Vivere come una figlia di Dio
- Adempiere al ruolo divino della donna
- Il nostro contributo alla vita familiare
- Conoscere il sacerdozio
- La genealogia e il lavoro di tempio
- La partecipazione al lavoro missionario
- Accrescere la spiritualità
- Vivere una vita retta
- Mantenersi in buona salute
- Il nostro sviluppo sociale e emotivo
- L'amministrazione delle risorse personali
- Lo sviluppo delle capacità direttive

Ogni unità sviluppa e ribadisce principi intercollegati in modo che le giovani possano capirli e metterli in pratica. Prima di esporre ciascuno di questi argomenti, stabilisci quali sono le necessità delle giovani della tua classe ponendoti le seguenti domande:

- Che tipo di problemi devono affrontare?
- Quali lezioni hanno già seguito su questo argomento?
- Quanto conoscono già al riguardo?
- Quale di queste lezioni risponde meglio alle loro necessità?

Dopo aver attentamente valutato le necessità delle giovani della tua classe, passa in rassegna il titolo e l'obiettivo di ciascuna lezione, per stabilire quale di esse meglio risponda alle loro necessità. Se avrai fatto questo lavoro di programmazione con sufficiente anticipo, potrai impartire alle giovani un adeguato insegnamento su tutti gli argomenti e fornire loro un corso di studio completo ed equilibrato.

Testi

Per preparare le lezioni usa i seguenti testi:

Le Scritture: Le Scritture sono il testo di studio fondamentale di questo corso. Esorta ogni giovane a portare con sé in classe le opere canoniche ogni settimana.

Tieni la lezione in maniera tale da usare ogni settimana le Scritture. Se il tempo non ti basta e la classe è poco attenta, scegli solo alcuni versetti particolarmente pertinenti. Usa saggiamente le Scritture. Se ti sarai preparata a dovere, esse saranno uno strumento didattico molto efficace.

Le giovani dovranno leggere le Scritture in classe quasi in ogni lezione. Potrai stimolarle in tal senso ponendo loro delle domande o esponendo un problema da risolvere. Sarà bene scrivere alla lavagna il riferimento dei versetti, in modo che le giovani sappiano dove trovarli. Di solito si dovrà porre la domanda prima di leggere il versetto; altrimenti le giovani possono essere costrette a rileggerlo per saper rispondere alla domanda. Qualche volta una giovane potrà dare la risposta giusta usando parole proprie, senza ricorrere alle Scritture. In tal caso poni un'altra domanda che la spinga a leggere le Scritture. Potresti dire per esempio: «Come si espresse Paolo al riguardo?» oppure: «Cosa altro possiamo capire da questo versetto?»

Per suscitare nelle giovani l'entusiasmo per le Scritture, dovrai esserne tu stessa entusiasta. Preparati adeguatamente mediante lo studio approfondito, la preghiera e la meditazione su quei versetti che saranno letti in classe.

Insegnare: non c'è chiamata più grande (33043 160) è un ottimo sussidio per tutti gli insegnanti. Contiene suggerimenti su come preparare le lezioni, sia per quanto riguarda gli aspetti spirituali che le tecniche didattiche come le rappresentazioni, le inchieste, le domande, l'uso della lavagna e di altri oggetti pertinenti e consigli su come coinvolgere gli studenti. Fornisce anche delle idee su come mantenere la disciplina in classe, come predisporre l'aula e molti altri suggerimenti che ti aiuteranno a migliorare il tuo modo di insegnare. Non esitare a consultarlo quando prepari le lezioni.

La Stella: La Stella contiene spesso articoli e racconti che ti possono aiutare ad arricchire la tua esposizione.

SCHEMA DELLE LEZIONI

Ciascuna lezione comprende le seguenti sezioni:

1. **Obiettivo.** Definisce lo scopo a cui la lezione tende, ciò che si vuole che le giovani comprendano o facciano in seguito alla lezione.
2. **Preparazione.** Indica le cose che dovrai predisporre per poter tenere la lezione, per esempio illustrazioni, volantini da distribuire, incarichi che richiedono una preparazione. La maggior parte delle illustrazioni a cui si fa riferimento nel manuale si trovano in fondo al manuale stesso; il numero che accompagna il titolo dell'illustrazione si riferisce alla numerazione progressiva riportata in fondo al manuale. I numeri fra parentesi stanno a indicare il numero di catalogo delle illustrazioni presenti nella biblioteca del rione. Le illustrazioni contenute in questo manuale non dovranno essere staccate. I volantini si trovano alla fine della lezione. Riproduci le copie che ti sono necessarie ai fini della lezione. La maggior parte delle lezioni richiede l'uso delle Scritture e della lavagna.
3. **Svolgimento della lezione.** Le note sul margine sinistro forniscono suggerimenti sulla tecnica da usare, mentre il corpo centrale del testo contiene le informazioni da esporre. Fra tutte le idee e le informazioni fornite, scegli quelle che più si adattano alle necessità della tua classe, tenendo conto anche del tempo che hai a disposizione. (Se è il caso, gli argomenti proposti nel testo possono essere suddivisi in più di una lezione).

La lezione vera e propria consta delle seguenti fasi:

- a. **Introduzione.** Contiene dei suggerimenti su come iniziare la lezione e suscitare l'attenzione e l'interesse della classe.
- b. **Sottotitoli.** Ogni sezione contiene le idee principali da esporre. Usa le Scritture, le storie, le citazioni e le attività suggerite.
- c. **Conclusioni.** Contiene un riassunto della lezione e suggerisce come esprimere delle impressioni personali sui concetti appena trattati e/o la propria testimonianza su quel particolare principio del Vangelo.
- d. **Applicazione pratica.** Contiene dei suggerimenti su come stimolare ogni giovane a decidere un piano d'azione o a fissare degli obiettivi da raggiungere mettendo in pratica i principi appena appresi. (Se è il caso, puoi dedicare i primi minuti della lezione successiva a chiedere alle giovani di riferire le esperienze fatte. Potrai dire: «Domenica scorsa abbiamo parlato di _____. Siete riuscite a mettere in pratica quei concetti? Quali sono state le vostre impressioni?» Se le giovani non

rispondono subito, puoi iniziare tu dicendo: «Io ho provato a mettere in pratica quel principio e voglio dirvi come è andata». Se parli con loro delle tue esperienze positive, aiuterai le giovani della tua classe a impegnarsi a mettere in pratica i concetti che imparano.

- e. **Attività suggerite.** Sono attività pertinenti che possono essere usate per approfondire o ribadire un principio del Vangelo.

INSEGNARE ALLE GIOVANI

Ricorda che non devi solo tenere delle lezioni: devi insegnare qualcosa a delle giovani! Prega per ottenere l'ispirazione necessaria per poterle aiutare a conoscere e a realizzare appieno il loro potenziale di figlie di Dio.

Per insegnare efficacemente devi conoscere ognuna delle tue giovani, i suoi genitori e i suoi fratelli e sorelle. Pensa a ognuna di loro. Pensa alla sua famiglia. Considera ognuna di loro come la considera il Padre celeste. Accetta ciascuna di loro al livello in cui si trova e aiutala a progredire nel Vangelo.

Impara a conoscere ciascuna giovane chiedendoti:

- Quali sono i suoi interessi, desideri, talenti e obiettivi?
- Quali sono i suoi precedenti, le sue esperienze a casa, in chiesa, a scuola, al lavoro, con le coetanee?
- Di che cosa ha bisogno?
- In che modo posso aiutarla?

Il modo migliore per aiutare una giovane consiste nell'aiutarla a conoscere il Vangelo e a metterlo in pratica. Il presidente Marion G. Romney ha detto: «Imparare il Vangelo da ciò che è scritto non basta. Lo si deve anche mettere in pratica. Anzi, direi che conoscere il Vangelo e metterlo in pratica sono due cose interdipendenti: esse procedono di pari passo, e non si può conoscere il Vangelo senza metterlo in pratica. La conoscenza viene per gradi: se ne comprende un pochino e lo si mette in pratica; poi se ne comprende un altro po' e si obbedisce a quello. È un ciclo che continua in progressione eterna, ed è il metodo da usare per poter arrivare alla piena conoscenza del Vangelo» («Records of Great Worth», *Ensign*, settembre. 1980, pag. 4).

PARTECIPAZIONE DEI MEMBRI MENOMATI

Agli inizi del Suo ministero terreno Gesù entrò nella sinagoga della sua città, Nazaret, in giorno di sabato e si alzò per leggere. «Gli fu dato il libro del profeta Isaia; e aperto il libro trovò quel passo dov'era scritto: Lo Spirito del Signore è sopra me; per questo egli mi ha unto per evangelizzare i poveri; mi ha mandato a bandir liberazione a prigionieri, ed ai ciechi recupero della vista; a rimettere in libertà gli oppressi, e a predicare l'anno accettabile del Signore» (Luca 4:17-18).

Durante tutto il Suo ministero il Salvatore dedicò sempre le Sue maggiori attenzioni a coloro che avevano bisogno di un aiuto particolare. Anche se un insegnante della Chiesa di solito non ha ricevuto l'addestramento tecnico e non ha a disposizione i mezzi necessari per fornire un'assistenza professionale ai portatori di handicap, si richiede tuttavia a ogni persona chiamata a insegnare nella Chiesa di dimostrare comprensione e di aprire il suo cuore a queste persone, animata dal desiderio di farle partecipare il più possibile a tutte le attività didattiche della classe. I fedeli che hanno bisogno di particolari attenzioni sono i portatori di handicap mentali, i non udenti, i non vedenti, i sordomuti, i portatori di altri handicap fisici e coloro che potrebbero sentirsi emarginati per la diversità di lingua e di cultura, la posizione sociale, l'età e le difficoltà di apprendimento. Le seguenti istruzioni saranno utili a ogni insegnante per stabilire un contatto proficuo con queste persone afflitte da particolari necessità.

- Renditi edotta delle necessità, menomazioni e capacità di ogni giovane della tua classe. Consultati con i dirigenti del sacerdozio, i genitori e gli altri parenti e, quando lo ritieni opportuno, con gli stessi fedeli menomati per conoscere le loro particolari necessità.
- Prima di invitare una giovane a leggere, fare un discorso o pregare, interpellala in merito in privato, chiedendole: «Ti senti di leggere in classe, pregare in pubblico, ecc.?»

- Cerca di favorire in ogni modo la partecipazione e l'apprendimento da parte delle persone menomate.
- Fai tutto il possibile per assicurarti che ogni giovane dimostri la massima considerazione e rispetto per le sue compagne.

Comportati con naturalezza, cortesia e cordialità. Ogni persona disabile è un figlio di Dio che ha un normale bisogno di affetto e comprensione, per quanto gravi siano le sue menomazioni.

Gli insegnanti della Chiesa devono ricordare che ogni fedele, a prescindere dalle sue condizioni fisiche, mentali, emotive o sociali, ha in sé un meraviglioso potenziale di progresso verso la divinità. Gli insegnanti hanno l'obbligo di compiere uno sforzo particolare, se necessario, per insegnare alle persone disabili tutto quello che sono in grado di apprendere. Ricorda le parole del Salvatore: «In quanto l'avete fatto ad uno di questi miei minimi fratelli, l'avete fatto a me» (Matteo 25:40).

Correlazione delle virtù delle Giovani Donne con le lezioni

I corsi di studio della Chiesa hanno l'obiettivo di insegnare tutti i principi del Vangelo. Le lezioni contenute nel presente manuale fanno parte di un corso di studio; molte di esse ribadiscono una o più virtù delle Giovani Donne, mentre altre, pur non essendo direttamente collegate con una virtù specifica, sono importanti nell'insieme dei corsi di studio per le Giovani Donne. Dove possibile, devi inserire la trattazione delle virtù nelle lezioni adatte. I seguenti suggerimenti indicano come puoi farlo:

Fede: Sono una figlia del Padre celeste, che mi ama; avrò fede nel Suo piano eterno che è fondato su Gesù Cristo, il mio Salvatore (vedi DeA 14:7):

Lezioni 1, 2, 15, 22, 23, 24, 25, 26 e 29

Natura divina: Ho ereditato delle caratteristiche divine che mi sforzerò di sviluppare (vedi 2 Pietro 1:4-7).

Lezioni 1, 10, 13, 18, 22, 41, 42 e 48

Valore personale: Ho un valore infinito e mi è stata affidata una missione divina che mi sforzerò di assolvere (vedi DeA 18:10).

Lezioni 12, 13, 14, 32, 33, 38 e 44

Conoscenza: Cercherò costantemente ogni possibilità di apprendere e di progredire (vedi DeA 88:118).

Lezioni 8, 9, 16, 17, 18, 36, 39, 40, 46, 47 e 50

Scelte e responsabilità: Mi manterrò libera se preferirò il bene al male e accetterò la responsabilità delle scelte fatte (Giosuè 24:15).

Lezioni 4, 11, 17, 27, 28, 31, 34, 35 e 43

Buone opere: Aiuterò il prossimo e edificherò il Regno servendo con rettitudine (vedi 3 Nefi 12:16).

Lezioni 3, 5, 6, 19, 20, 21, 30 e 49.

Integrità: Avrò il coraggio morale di agire in modo coerente con la mia conoscenza del bene e del male (vedi Giobbe 27:5).

Lezioni 7, 14, 15, 36 e 37

Vivere come una figlia di Dio

OBIETTIVO	Ogni giovane sentirà il desiderio di avvicinarsi di più a Gesù Cristo.
PREPARAZIONE	<ol style="list-style-type: none"> Figure: 1, Gesù il Cristo (62572); 2, Gesù lava i piedi ai discepoli (62550); 3, Gesù guarisce i Nefiti (62541); 4, Gesù prega nel Getsemani (62175), che si trovano tutte in fondo al manuale. Facoltativo: procurati la fotografia di una persona famosa (vedi l'introduzione alla lezione). Chiedi a una giovane che legge bene di prepararsi a leggere in classe 3 Nefi 17:1-3, 5-7, 9-13, 15-25. Incarica alcune giovani di leggere i passi delle Scritture, le storie o le citazioni di tua scelta.
SVOLGIMENTO DELLA LEZIONE	<p>Introduzione</p> <p>Scrivi alla lavagna il nome di un personaggio politico, di una autorità della Chiesa o di un'altra persona che le giovani conoscono bene. Se è il caso, puoi mostrare una fotografia della persona scelta.</p> <ul style="list-style-type: none"> Che cosa sapete di questa persona? <p>Invita le giovani a elencare tutti i dati che possono raccogliere su questa persona, come per esempio luogo e data di nascita, professione, con chi è sposata e per quali motivi è famosa.</p> <ul style="list-style-type: none"> Quante di voi conoscono personalmente questa persona? <p>Fai notare che sapere qualcosa di una persona non significa conoscerla personalmente. Metti via la fotografia che hai mostrato.</p>
Illustrazione e discussione	<p>Ogni giovane deve conoscere Gesù Cristo</p> <p>Mostra alla classe le immagini di Gesù Cristo.</p> <p>Parla con le giovani delle informazioni che possediamo su Gesù: vita, azioni, attributi e caratteristiche.</p>
Domande su cui riflettere	<ul style="list-style-type: none"> Anche se abbiamo tutte queste informazioni su Gesù, lo conosciamo effettivamente? Perché è importante conoscere veramente Gesù Cristo?
Scritture e spiegazione	<p>Per aiutare le giovani a rispondere a questa domanda invitale a cercare Giovanni 17:3 e chiedi a una di loro di leggere questo passo ad alta voce. Spiega che tutte noi possiamo arrivare a conoscere Gesù Cristo. Per far capire alla classe che cosa significa conoscere il Salvatore e stare alla Sua presenza, leggi tu stessa, oppure fai ascoltare un nastro precedentemente registrato, oppure invita una giovane a leggere i seguenti brani tratti dal resoconto della visita di Gesù Cristo ai Nefiti: 3 Nefi 17:1-3, 5-7, 9-13, 15-25.</p>
Testimonianza dell'insegnante	<p>Porta la tua testimonianza dell'amore che Gesù ha per tutti noi. Egli ha dato la Sua vita per noi, espìò i nostri peccati e desidera che tutti noi veniamo a Lui.</p>

Lavagna
e discussione

L'esempio di Gesù Cristo ispirerà ogni giovane ad avvicinarsi maggiormente a Lui

Chiedi alle giovani di indicare quali doti vorrebbero trovare in un'amica ed elenca le risposte alla lavagna. Alcune risposte potrebbero essere: comprensione, gentilezza, lealtà, pazienza con chi è debole e disponibilità ad ascoltare.

Invita le giovani a indicare alcuni episodi della vita di Gesù che mostrano che Egli è un amico che tutti vorremmo avere. Quando è il caso, puoi fare riferimento agli attributi elencati alla lavagna.

Se le giovani incontrano qualche difficoltà a ricordare degli episodi adatti, puoi mostrare loro le immagini di Gesù; oppure puoi assegnare a ognuna di loro uno dei seguenti versetti. Invita ogni giovane a leggerlo in silenzio e a dire poi alla classe l'attributo che Gesù dimostrò in quella occasione e che essa vorrebbe trovare nelle sue amiche. Assicuratevi di conoscere tutti gli episodi citati, in modo da poter aiutare le giovani che trovano difficoltà nel rispondere.

1. Marco 10:13-16. (Amava molto i bambini).
2. Giovanni 13:3-5. (Era umile e pronto a servire, e lo dimostrò lavando i piedi dei Suoi Apostoli).
3. 3 Nefi 17:5-7. (Si trattenne presso i Nefiti per guarire gli ammalati, gli zoppi e i ciechi).
4. Giovanni 4:5-14. (Era cortese con i Samaritani, che erano disprezzati dai Giudei).
5. Luca 15:11-32. (Era pronto a perdonare ed esortava gli altri a fare lo stesso, come dimostra la parabola del figliuol prodigo).
6. Matteo 18:11-14. (Si curava personalmente di ogni persona, come dimostra la parabola della pecorella smarrita).
7. Luca 7:36-50. (Amava anche i peccatori).

Spiega che tutti questi episodi ci fanno capire che Gesù è gentile e affettuoso, e che tutti saremmo felici di averLo come amico.

Discussione

Se non è già stato menzionato durante la discussione, puoi far notare che un aspetto importante dell'amicizia è la possibilità di raccontare le nostre esperienze e confidare i nostri problemi a qualcuno che ci comprende e che si cura di noi.

Chiedi alle giovani di indicare le cose che le rendono infelici o depresse. (Essere respinte, non essere amate, sentirsi sole, essere caluniate, dover affrontare le tentazioni).

Chiedi loro di indicare le esperienze che Gesù dovette affrontare che potevano scoraggiarLo. Tra le risposte potranno esservi le seguenti:

1. Gesù fu respinto dai Suoi concittadini di Nazaret (Marco 6:1-6).
2. Fu criticato perché si accompagnava con persone di cattiva reputazione (storia di Zaccheo in Luca 19:1-10).
3. Fu tentato (Matteo 4:1-11).
4. I Suoi apostoli si addormentarono mentre Egli pregava nel Giardino di Getsemani (Matteo 26:36-46).
5. Pietro Lo rinnegò per tre volte (Matteo 26:69-75).

(Non è necessario leggere in classe i passi delle Scritture citati fra parentesi).

- In che modo questi episodi ci fanno capire che Gesù ci può comprendere e aiutare?

Scritture
e discussione

Ogni giovane che si impegna può avvicinarsi di più al Salvatore

Spiega che Dottrina e Alleanze 88:63 ci fornisce alcune indicazioni generali su come possiamo avere un rapporto più stretto con il Salvatore. Invita una giovane a leggere questo versetto a voce alta.

- In questo versetto ci sono tre parole che indicano il modo in cui ci possiamo avvicinare di più al Salvatore. Quali sono? (Cercare, chiedere, picchiare).

- In quali modi possiamo cercare, chiedere e bussare, per avvicinarci di più a Gesù Cristo? (Pregare, studiare le Scritture per scoprire cosa Egli fece e cosa insegnò, cercare di condurre una vita cristiana).
- Cosa ci promette questo versetto, se ci avviciniamo di più a Gesù? (Lo troveremo ed Egli si avvicinerà a noi).

Citazione

L'anziano Bernard P. Brockbank chiamò questo processo del chiedere, cercare e picchiare una «formula divina per conoscere e per avvicinarsi al Padre celeste e al Salvatore, Gesù Cristo» (*Speeches of the Year, 1974, pagg. 378-379*).

Esposizione

Spiega che diventare come il Salvatore non è una cosa che si possa ottenere in un giorno; richiede tempo, impegno e sincero desiderio. Uno dei motivi per cui la Chiesa esiste è per aiutarci ad avvicinarci di più a Gesù.

Spiega alle giovani che le lezioni di quest'anno le aiuteranno a sentirsi più vicine a Gesù Cristo, le aiuteranno a sviluppare virtù come la pazienza, l'amore, il perdono e la carità. Ogni giovane che si sentirà più vicina al Salvatore avrà in sé una grande sorgente di forza e di conforto, come avvenne per la giovane della seguente storia:

Storia

«Quel giorno era stato uno dei peggiori da quando mi ero trasferita. In linea generale le cose erano andate bene durante quei pochi mesi: i membri del rione erano gentili e le ragazze della mia età si erano date da fare in modo particolare per accogliermi fra loro. Subito dopo il nostro arrivo mi avevano portato un mazzo di fiori e una scatola di cioccolatini; ma quella sera le premure che mi avevano dimostrato sembravano non giovarmi molto.

Avevo avuto un malinteso con un ragazzo del rione al quale tenevo molto; c'era stato uno scambio di parole che mi aveva lasciata offesa e confusa. Ero rincasata di malumore e il saluto allegro di mia madre non servì a rasserenarmi. Il pensiero che quella sera toccava a me lavare i piatti mi fece sentire ancora più depressa e mi stesi sul letto sconsolata.

Pensai a mio fratello Roberto che era partito per la missione alcune settimane prima. Se lui fosse stato a casa mi avrebbe capita e aiutata. Poi cominciai a pensare al nostro trasferimento e cominciai ad avere dei dubbi sulla sincerità delle mie nuove amiche. Qualche paroletta o delle occhiate alle quali non avevo dato peso ora mi sembravano prove incontestabili che ero loro antipatica. Perfino un paio di piccole difficoltà incontrate a scuola cominciarono a ingigantirsi.

Poi mi venne a mente l'immagine di nostro padre, morto alcuni anni prima. Cominciai a pensare a quanto difficile era stata la nostra vita da quel giorno in poi, e un po' alla volta mi trovai imprigionata da un sentimento di solitudine e di disperazione, come se tutto il calore e la sicurezza che avevo attorno a me fossero spariti in un attimo. Tutti questi sentimenti si accumularono dentro di me fino a sfociare in un pianto carico di frustrazione e di solitudine. Piansi per più di un'ora.

Poi, quasi senza che me ne accorgessi, altri pensieri cominciarono a passare per la mia mente e a mettersi in ordine logico. Stavo piangendo perché avrei voluto avere accanto qualcuno che mi comprendesse e mi aiutasse, e mi sembrava di non avere nessuno a cui rivolgermi. Ma c'erano il Padre celeste e Gesù Cristo, che aspettavano solo che io mi rendessi conto di quanto mi amano e di come sono sempre pronti ad ascoltare. A mano a mano che i miei sentimenti si mutavano in tranquilla gratitudine, anche l'atmosfera della mia camera cambiò. Mi sembrava quasi che il Padre celeste e Gesù fossero lì, accanto a me.

Mi resi conto che Essi erano in grado di capirmi. Gesù era passato attraverso l'esperienza terrena e aveva sofferto molto più di quanto stavo soffrendo io. Egli e il Padre celeste mi conoscevano meglio di quanto mi conoscessi io stessa, perché erano stati con me per tutta la mia vita preterrena. Ora, mentre ero su questa terra, Essi potevano e volevano ascoltarmi con tutta l'attenzione che nasceva dal Loro grande amore per me. Quella sera trasformai il mio fardello di solitudine e di frustrazione nella calma sicurezza del Loro amore e nella meravigliosa consapevolezza che Essi sono molto più vicini a noi di quanto avessi mai immaginato».

Conclusione

Scritture
e testimonianza

Chiedi a una giovane di leggere di nuovo Dottrina e Alleanze 88:63.

Se lo Spirito te lo suggerisce, porta la tua testimonianza del Salvatore. Puoi chiedere ad alcune giovani di dare la loro testimonianza. Incoraggia ogni giovane ad avvicinarsi a Gesù Cristo e a ottenere la Sua compagnia come Egli ci ha promesso.

OBIETTIVO Ogni giovane comprenderà che se sviluppa i propri doni spirituali potrà rendere più ricca la sua vita e quella degli altri.

PREPARAZIONE

1. Procura carta e matite per tutti i membri della classe.
2. Prepara per ogni giovane un foglio di carta contenente la seguente citazione: «Non trascurare il dono che è in te» (1 Timoteo 4:14). Puoi arrotolare il foglio come se fosse un rotolo di papiro e fermarlo con del nastro. Raccogli tutti i rotoli dentro a una scatola e incartala come se si trattasse di un regalo.
3. Incarica tre giovani di prepararsi per esporre i tre esempi di doni spirituali citati nella prima parte della lezione.
4. Incarica alcune giovani di leggere i passi delle Scritture, le storie o le citazioni di tua scelta.

Nota per l'insegnante Prima di tenere questa lezione studia DeA 46:7–29. Per esporre tutti i concetti contenuti in questa lezione forse sarà necessario dedicarle due domeniche consecutive.

**SVOLGIMENTO
DELLA
LEZIONE**

**Dimostrazione
e discussione**

Il Padre celeste ha dotato i Suoi figli di doni spirituali

Metti la scatola che hai preparato su una sedia, bene in vista.

- Se questa scatola contenesse un regalo per ognuna di voi, cosa vorreste che fosse?

Lascia che le giovani rispondano a questa domanda per un paio di minuti, poi spiega che ci sono vari tipi di doni. Alcuni ci vengono dati chiusi dentro a una scatola, mentre altri non sono doni materiali e non si possono tenere in mano o consegnare.

Spiega che il profeta Joseph Smith illustrò nel modo seguente il valore di alcuni importanti doni che non si possono toccare:

«Noi crediamo nel dono dello Spirito Santo, e che esso sia presente oggi tanto quanto lo era al tempo degli Apostoli . . . crediamo anche nel dono della profezia, delle lingue, delle visioni e della rivelazione; crediamo nel dono della guarigione; e crediamo che queste cose non possano avvenire senza il dono dello Spirito Santo» (*History of the Church*, 5:27).

Il presidente Marion G. Romney commentò con le seguenti parole questa dichiarazione del Profeta:

«Quindi, chi non ha mai ricevuto il dono dello Spirito Santo non può in alcun modo operare miracoli tramite questo potere.

Noi sappiamo che non c'è che un modo per ottenere il dono dello Spirito Santo: tramite le prescritte ordinanze del battesimo per immersione per la remissione dei peccati e dell'imposizione delle mani per il dono dello Spirito Santo» (Conference Report, aprile 1956, pag. 72; o *Improvement Era*, giugno 1956, pag. 424).

Spiega che ogni membro della Chiesa, avendo ricevuto il dono dello Spirito Santo, ha diritto di avere dei doni spirituali.

**Lavagna
e discussione**

Spiega che le Scritture ci dicono quali sono questi doni. Invita la classe a leggere DeA 46:8–26 e elenca i vari doni spirituali sulla lavagna a mano a mano che vengono menzionati.

I doni dello Spirito

Testimonianza di Gesù Cristo	Miracoli
Fede nella testimonianza degli altri	Profezia
Saggezza	Discernimento degli spiriti
Conoscenza	Parlare in lingue
Fede per guarire	Interpretazione delle lingue
Fede per essere guariti	

Esposizioni
delle giovani

Non avrai il tempo per analizzare in dettaglio tutti questi doni, tuttavia potrai dedicare alcuni minuti a commentarne alcuni. Tre giovani dovranno essere pronte a illustrare alla classe i seguenti esempi di doni spirituali. Se una giovane ha fatto l'esperienza diretta di qualche dono spirituale, come il dono della guarigione, consentile di parlarne alla classe in aggiunta o in sostituzione di uno degli esempi qui riportati.

Dono della profezia

Reed Smoot, un senatore degli Stati Uniti dal 1903 al 1933, quando era ragazzo sentì il presidente Brigham Young fare una profezia che si adempì letteralmente alcuni anni più tardi:

«Brigham Young venne a Provo e, durante una conferenza, disse che sarebbe venuto il giorno in cui la voce dell'uomo si sarebbe potuta udire da New York a San Francisco . . .

Mentre tornava a casa assieme alla madre, Reed commentò l'affermazione del presidente Brigham Young dicendo: «È una grossa frottola. È impossibile. Non si avvererà mai!» Ma sua madre, che era una donna di grande fede, gli rispose: «Figliuolo, tu vivrai abbastanza da vedere avverarsi ciò che il Presidente ha detto oggi». Il ragazzo non ci credette. Il tempo passò e, quando divenne senatore, venne avviato un progetto per installare una rete radiofonica per collegare New York a San Francisco. Uno dei suoi colleghi del Senato venne incaricato del progetto e, quando fu ultimato, invitò Reed Smoot a essere il primo oratore che avrebbe usato il nuovo mezzo di comunicazione. Così egli poté parlare in modo che la sua voce fosse udita distintamente da una sponda all'altra della nazione.

Egli visse davvero abbastanza a lungo da vedere adempiuta la promessa che il presidente Brigham Young aveva fatto a Provo molti anni prima» (Bryant S. Hinckley, *The Faith of Our Pioneer Fathers*, Bookcraft 1956, pag. 207).

Dono della fede per essere guariti

La seguente storia venne pubblicata dalla rivista *Dutch Star*, poco tempo dopo la visita che il presidente Joseph F. Smith fece in Olanda nel 1906.

«Il presidente Smith e il suo seguito arrivarono a Rotterdam il 7 agosto del 1906, dopo essersi fermati due giorni ad Anversa, dove era giunta la nave. In quella città c'era un ragazzo di undici anni di nome John Roothoff che soffriva ormai da molti anni a causa degli occhi. Sia il ragazzo che sua madre erano fedeli membri della Chiesa e il ragazzo stava a poco a poco perdendo la vista, e già non era più in grado di andare a scuola. Egli disse a sua madre: «Il Profeta ha un potere maggiore di quello di qualsiasi missionario. Se mi porti con te alla conferenza, basterà che egli mi guardi negli occhi e io guarirò». Gli venne così permesso di andare alla conferenza assieme alla madre. Alla fine della riunione il presidente Smith, come al solito, si fermò sulla porta per poter stringere la mano e dire qualche parola di incoraggiamento a quanti uscivano dalla sala. Quando John Roothoff si avvicinò a lui, accompagnato dalla madre e con gli occhi bendati, il presidente gli strinse la mano e lo salutò affettuosamente. Poi sollevò delicatamente la benda e guardò con compassione i poveri occhi infiammati, dicendo qualche parola in inglese che il ragazzo non poté comprendere. Ciò, tuttavia, gli bastò. Il presidente Smith aveva fatto quello che il ragazzo aveva sperato con fede; e ciò che il ragazzo si aspettava avvenne. Quando arrivò a casa gridò con grande gioia: «Mamma, i miei occhi stanno bene! Non mi fanno più male e posso vedere benissimo!». Da quel giorno il ragazzo fu in grado di tornare a scuola» (*Life of Joseph F. Smith*, Deseret Book Co., 1969, pag. 397).

Dono della rivelazione

Eliza R. Snow stava parlando con alcuni amici, fra i quali il profeta Joseph Smith, sulla resurrezione e sul rapporto che le persone sulla terra possono avere con il Padre celeste. Poco dopo queste considerazioni Eliza scrisse il testo dell'inno «Padre mio». Wilford Woodruff, quarto presidente della Chiesa, disse a proposito di questo inno:

«A proposito del nostro stato prima di venire qui, dirò che abitavamo con il Padre e con il Figlio, come è scritto nell'inno «Padre mio» che abbiamo appena cantato. Questo inno è una rivelazione . . . Ci sono molte sorelle che hanno lo spirito di rivelazione. Non c'è alcun motivo per cui le sorelle non possano essere ispirate» (*Millennial Star*, 9 aprile 1894, pag. 229).

Citazione

Leggi la seguente citazione:

«I doni e le possibilità che abbiamo differiscono grandemente; alcuni sono evidenti più di altri . . . Tutti abbiamo almeno un dono, e ci viene chiesto chiaramente di «cercare ardentemente i migliori doni» (DeA 46:8)» (Neal A. Maxwell, Conference Report, ottobre 1976, pag. 15); o *Ensign*, novembre 1976, pag. 14).

Nota per l'insegnante

Se hai deciso di dividere questa lezione in due parti, concludi qui la prima parte.

Possiamo riconoscere i doni spirituali e coltivarli

Scritture
e discussione

Scrivi alla lavagna Dottrina e Alleanze 46:11.

- Secondo questo versetto, cosa ha ricevuto ogni giovane donna?

Spiega che se ci rendiamo conto dei doni spirituali che possediamo avremo maggiore fiducia in noi stesse e potremo essere di aiuto al prossimo.

- Come potete riconoscere i doni che vi sono stati dati?

Risposte possibili:

1. Pregando e chiedendo aiuto.
2. Ricevendo la benedizione patriarcale e rileggendola spesso per cercare qualche indicazione.
3. Osservando quali caratteristiche e talenti possediamo per natura.
4. Accettando le chiamate che ci vengono dai dirigenti del sacerdozio.
5. Notando i complimenti che riceviamo.

- Come possiamo acquistare altri doni dello Spirito?

Risposte possibili:

1. Studiando ciò che le Scritture e i dirigenti della Chiesa hanno detto al riguardo.
2. Osservando le persone che hanno un dono particolare.
3. Esercitandosi a coltivare un dono.

Scritture e esempio

Supponiamo che una giovane abbia appena ricevuto l'incarico di insegnare a una classe della Scuola Domenicale e che voglia coltivare il dono dell'insegnamento.

- Secondo Alma 17:2–3, cosa potrebbe fare questa giovane per acquisire il dono di insegnare con potere e autorità?
- Cos'altro potrebbe fare? (Studiare dei testi sull'insegnamento, osservare come si comportano i buoni insegnanti).

Riassumi le risposte della classe sulla lavagna.

Storia e discussione

Invita la classe a notare il modo in cui l'anziano Matthew Cowley coltivò uno dei suoi doni spirituali mentre era missionario tra i Maori.

«Studiaii undici ore al giorno per parecchie settimane. Lessi il Libro di Mormon in lingua maori, intercalando lo studio con il digiuno e la preghiera. La dodicesima domenica tenni il primo discorso in lingua maori. Coloro che accettano la chiamata a servire il nostro Signore e Salvatore, Gesù Cristo, possono davvero parlare in lingue.

Ho visto giovani missionari nelle Samoa, a Tonga, in Nuova Zelanda e nelle Hawaii riuscire, entro sei mesi, a tenere dei discorsi nella lingua di quei popoli; erano giovani uomini e donne che non avevano ricevuto una grande istruzione scolastica prima di partire per la missione ma che, postisi nelle mani di Dio, modellati come avviene per la creta nelle mani del vasaio, hanno ricevuto i doni che erano stati loro promessi» (Conference Report, ottobre 1948, pag. 156, o *Improvement Era*, novembre 1948, pag. 699).

- Qual era uno dei doni di Matthew Cowley?
- Cosa fece per coltivare questo dono?

I doni spirituali portano responsabilità e benedizioni

Studio delle Scritture e discussione

Scrivi sulla lavagna le seguenti parole e riferimenti scritturali:

Cercate (DeA 46:8) Beneficio (DeA 46:9, 26) Vantarsi (DeA 84:73)

Distribuisci carta e matite alla classe e invita ogni giovane a leggere i versetti indicati e a trascrivere ciò che essi dicono a proposito dei termini scritti sulla lavagna.

- Come dovete usare i doni che vi sono stati dati?

Assicurati che le giovani comprendano che i doni spirituali sono dati per il beneficio di tutti e che, se cerchiamo di ottenere un dono, dobbiamo anche essere pronte ad accettare la responsabilità che esso comporta. Per esempio, se una giovane ha ricevuto il dono della conoscenza o della testimonianza, non deve tenere per sé ciò che sa, così come un detentore del sacerdozio che possiede il dono di guarire non deve tenerlo nascosto.

Esposizione dell'insegnante e Scritture

Invita le giovani a leggere 1 Timoteo 4:14.

Spiega che Timoteo era un giovane fedele al quale l'apostolo Paolo aveva insegnato il Vangelo. Dopo essere entrato nella Chiesa, egli aveva ricevuto il dono dello Spirito Santo tramite l'imposizione delle mani, e lo Spirito lo aveva beneficiato con diversi doni spirituali. Paolo proseguì il suo viaggio missionario, lasciando Timoteo a capo della Chiesa a Efeso. Qualche dopo Paolo gli scrisse delle lettere per incoraggiarlo e istruirlo.

Leggi a voce alta 1 Timoteo 4:14. Invita ogni giovane a riflettere seriamente sui propri doni spirituali. Assicura loro che ad ogni persona viene dato un dono e, come Timoteo, non devono trascurarlo, ma scoprirlo e metterlo a buon uso.

Rotoli delle Scritture

Chiedi a una giovane di aprire la scatola che hai mostrato all'inizio della lezione e di consegnare un rotolo a tutte le altre giovani.

Applicazione pratica

Invita ogni giovane a ricercare ardentemente i doni dello spirito e a impegnarsi a coltivarli. Incoraggiare a trascrivere sul loro diario i progressi che fanno mentre cercano e sviluppano i doni spirituali e li usano a beneficio del prossimo.

OBIETTIVO Ogni giovane comprenderà che facendo dei sacrifici personali potrà collaborare all'edificazione del regno di Dio.

PREPARAZIONE

1. Procura carta e matita a tutte le giovani.
2. Facoltativo: fai una copia di Matteo 6:33 o di un altro dei versetti citati nella lezione, da consegnare a ciascuna giovane della classe perché lo porti a casa.
3. Incarica alcune giovani di leggere i passi delle Scritture, le storie o le citazioni di tua scelta.

**SVOLGIMENTO
DELLA
LEZIONE**

Storia

Introduzione

L'anziano Thomas S. Monson, del Consiglio dei Dodici, narrò la seguente storia a proposito del servizio e del sacrificio:

«Josè Garcia, messicano, era nato in povertà ma era stato nutrito nella fede. Josè si preparava per andare in missione. Ero presente il giorno in cui ricevemmo la sua raccomandazione. Su di essa c'era questa dichiarazione: «La missione di fratello Garcia rappresenterà un grande sacrificio per la sua famiglia, poiché egli contribuisce considerevolmente al suo sostentamento. Possiede una sola cosa di valore che gli è molto cara: una collezione di francobolli che è disposto a vendere, se necessario, per finanziare la sua missione».

Il presidente Kimball ascoltò attentamente questa dichiarazione quando gli fu letta. Poi rispose: «Fategli vendere la sua raccolta di francobolli. Questo sacrificio sarà per lui una benedizione»» (*La Stella*, aprile 1979, pag. 106-107).

Spiega che anche le giovani, come figlie di Dio, hanno la responsabilità di contribuire all'edificazione del regno di Dio sulla terra. Questo regno è la Chiesa di Gesù Cristo dei Santi degli Ultimi Giorni. A volte questa responsabilità richiederà dei sacrifici anche notevoli.

Discussione

Il sacrificio ci prepara a vivere alla presenza del Padre

Spiega che l'edificazione del regno di Dio sulla terra richiede i sacrifici di molte persone.

- Cosa intendiamo con la parola sacrificio?

A mano a mano che le giovani espongono le loro opinioni, elencate sulla lavagna. Alcune risposte potrebbero essere:

1. Fare un'offerta a Dio.
2. Rinunciare a qualcosa che ci sta a cuore.
3. Donare una parte del nostro tempo, dei nostri talenti e di ciò che abbiamo, senza chiedere nulla in cambio.

Spiega che il sacrificio è la prova suprema del Vangelo. Vuol dire dare al Signore quando ce lo chiede il nostro tempo, i nostri beni terreni e le nostre energie per far progredire il Suo lavoro (vedi *Principi evangelici*, capitolo 26).

Scritture e discussione	<p>Invita la classe a leggere Matteo 6:33.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Che rapporto ha questo versetto con il principio del sacrificio? <p>Concedi alle giovani alcuni minuti per l'analisi di questo versetto e durante la successiva discussione dai risalto ai seguenti punti:</p>
Esposizione	<ol style="list-style-type: none"> 1. Le persone sono sempre state messe alla prova per vedere se sono disposte a rinunciare ai desideri personali e ai piaceri, per mettere al primo posto le cose di Dio. 2. Gesù ci ha dato l'esempio perfetto del sacrificio, quando dette spontaneamente la Sua vita per salvare tutti noi dalla morte tramite la resurrezione, e dal peccato tramite il pentimento. Anche altre persone hanno sacrificato la loro vita perché noi potessimo ricevere il Vangelo. <p>Spiega che forse non ci sarà chiesto di dare la vita per il Vangelo, ma che ogni giorno ci viene chiesto di fare qualche sacrificio di altra natura.</p> <ul style="list-style-type: none"> • In quali forme ci viene chiesto di sacrificarci? (Dedicando tempo ed energie a svolgere un incarico nella Chiesa, vincendo il timore e parlando del Vangelo al prossimo, dedicando del tempo a leggere le Scritture e a servire il prossimo, rinunciando all'apprezzamento degli amici quando ci rifiutiamo di seguirli nelle mode e nelle abitudini del mondo).
Citazione	<p>Spiega che collaborare all'edificazione del regno di Dio mediante la dedizione e il sacrificio è la sola via che ci può portare a diventare come il Padre celeste e Gesù Cristo.</p> <p>Leggi la seguente dichiarazione che il profeta Joseph Smith fece a proposito del sacrificio:</p> <p>«Lasciate che vi dica che una religione che non richiede il sacrificio di tutte le cose non ha mai potere sufficiente a generare la fede necessaria per la vita e per la salvezza, poiché, sin dall'inizio dell'esistenza dell'uomo, la fede necessaria per godere la vita e la salvezza non si è mai potuta ottenere senza il sacrificio di tutte le cose terrene. Fu mediante questo sacrificio, e soltanto mediante esso, che Iddio ha ordinato che gli uomini dovessero godere della vita eterna . . .</p> <p>È vano che gli uomini si ritengano qualificati ad esserne eredi insieme a coloro che hanno offerto tutto in sacrificio, e così facendo hanno ottenuto la fede in Dio e il Suo favore, per ottenere la vita eterna, a meno che anche essi, in ugual maniera, Gli offrano lo stesso sacrificio, ottenendo in questo modo la certezza di esserGli bene accetti» (<i>Lectures on Faith</i>, a cura di N. B. Lundwall [Salt Lake City: N. B. Lundwall, n.d.], pag. 58).</p>
Esposizione	<p>Spiega che il popolo del Signore ha sempre dovuto fare grandi sacrifici a causa della sua fede e delle sue opere. Alcuni hanno dovuto sopportare difficoltà e derisioni a causa delle loro idee e alcuni convertiti sono stati ripudiati dalla famiglia per aver accettato il Vangelo. Molti hanno perso il lavoro; alcuni hanno perso la vita.</p> <p>Incoraggia le giovani a raccontare qualche esperienza personale a proposito dei sacrifici che esse stesse o altri hanno fatto.</p> <p>Spiega alla classe che secondo la promessa del Signore i nostri sacrifici non saranno ignorati; invitalo a leggere Matteo 19:29 e commenta assieme a loro la promessa che viene fatta a chi è disposto a sacrificarci.</p> <p>Fai notare che a mano a mano che cresce la nostra testimonianza, aumenta anche la nostra capacità di compiere dei sacrifici per il Signore e per il nostro prossimo.</p>

Possiamo usare il nostro tempo, i talenti e i beni che abbiamo per l'edificazione del regno di Dio

Storia	<p>Racconta la seguente storia:</p> <p>Sorella Villafranca viveva a San Fernando, in Messico, lontano dalla Chiesa, ma riuscì ugualmente a trovare il modo di collaborare all'edificazione del regno in quella parte del paese. Invitò circa cinquanta persone, trenta delle quali simpatizzanti, a venire a casa sua per ascoltare il Vangelo dalla bocca dei missionari. Uno dei missionari che si recò a quella riunione riferì ciò che avvenne:</p>
--------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

«Quando iniziai a parlare, la stanza si fece silenziosa; tutti i presenti erano molto attenti e ascoltavano con vero interesse. Quando facevo loro qualche domanda rispondevano prontamente, come se conoscessero le risposte a memoria; ben presto sentii che il mio entusiasmo andava crescendo, e che davanti a me avevo non un «contatto d'oro» ma un intero gruppo d'oro. Quando venne il momento di chiedere loro se, dopo aver studiato, pregato e ascoltato tutte le lezioni, avrebbero accettato il battesimo, venni accolto da un coro di sì . . .

Ora, sei anni dopo, a San Fernando c'è un ramo di duecento membri, grazie all'impegno missionario di una coraggiosa sorella che non aveva timore di parlare del Vangelo e che lo fece con quel genere di fede che precede il miracolo» (*New Era*, gennaio 1977, pag. 28–29).

Attività

• Cosa vi ha dato il Signore perché possiate collaborare all'edificazione del regno?

Distribuisci carta e matite alla classe e invita ogni giovane a fare un elenco dei talenti e dei beni che possiede e dei modi in cui questi possono essere usati per l'edificazione del regno di Dio sulla terra. Chiedi loro di non scrivere il proprio nome sul foglio. Ritira i fogli e leggili a voce alta, spiegando anche altri modi in cui questi talenti e beni possono essere usati per edificare il regno di Dio.

Esposizione

Spiega che tutti noi abbiamo dei talenti che possiamo usare per collaborare all'edificazione del regno di Dio, ossia della Chiesa di Gesù Cristo dei Santi degli Ultimi Giorni. Forse possiamo dare da mangiare o da vestire, oppure una casa, a chi ne ha bisogno. Quando paghiamo la decima e le offerte diamo il nostro contributo all'edificazione del regno. Verranno dei momenti in cui ci sarà chiesto di dare di più, di fare un sacrificio ancora più grande. Anche se alla maggior parte di noi non verrà chiesto di dare tutto ciò che ha per il lavoro del Signore, dobbiamo essere disposte a farlo.

Storia

Sorella JoAnn Ottley, moglie di Jerold D. Ottley, direttore del Coro del Tabernacolo, raccontò la seguente storia:

«Il Signore ha dato a mio marito e a me un particolare talento per la musica e abbiamo passato tutta la vita studiando e coltivando questa dote. Abbiamo dovuto prendere molte decisioni sull'uso che volevamo farne, e una di queste volte fu mentre ci trovavamo a studiare in Europa. Ci rendevamo conto che dovevamo prendere una decisione difficile e importante: sapevamo entrambi che, se fossimo rimasti in Europa, avremmo avuto molte occasioni di incontrare il successo, ma sopra ogni cosa volevamo fare ciò che il Signore aveva in mente per noi. Era nostro desiderio obbedire, ma oltre a ciò volevamo sinceramente essere degli strumenti nelle mani del Signore per edificare il Suo regno sulla terra.

Pregammo e digiunammo a più riprese per ottenere la guida dello Spirito e per conoscere la volontà del Signore, e la risposta venne durante una riunione sacramentale, al termine di un digiuno. Entrambi ricevemmo la stessa direttiva dallo Spirito: il nostro posto era a casa nostra e dovevamo tornare negli Stati Uniti.

I mesi che seguirono furono pieni di studio, di preparazione e di prove, e alla fine il Signore ci diede la possibilità di tornare a Salt Lake City. Io entrai a far parte del Coro del Tabernacolo, mentre mio marito entrò alla Facoltà di Musica dell'Università dell'Utah.

Poco tempo dopo mio marito venne chiamato dalla Prima Presidenza a dirigere il Coro del Tabernacolo. Il Signore ci stava davvero preparando per un compito particolare!» (*La donna della Chiesa*, pagg. 96–97).

Discussione

Chiedi alle giovani perché è importante dedicare il nostro tempo, i talenti e le cose che abbiamo per contribuire alla crescita del regno di Dio sulla terra.

Citazione

Per riassumere questi concetti leggi la seguente citazione: «Nelle acque del battesimo abbiamo promesso di amare e di servire il Signore, di osservare i Suoi comandamenti e di mettere al primo posto nella vita le cose del Suo regno. In cambio Egli ci ha promesso la vita eterna nel regno di Suo Padre . . .

La legge del sacrificio consiste nell'essere disposti a sacrificare tutto ciò che abbiamo per la causa della verità; il nostro carattere, la nostra reputazione, gli onori e le lodi del mondo, la fama fra gli uomini, la casa, la terra e la famiglia; tutto ciò che abbiamo, anche la vita, se fosse necessario . . .

Non ci viene sempre chiesto di vivere fino in fondo la legge della consacrazione, di dare tutto il nostro tempo, i talenti e tutto ciò che abbiamo per l'edificazione del regno di Dio sulla terra; a poche persone è chiesto di sacrificare molto di ciò che possiedono, e per ora non capita sovente che qualcuno arrivi a diventare un martire per la religione.

Però . . . dobbiamo essere in grado di vivere secondo questa legge fino in fondo, se ci fosse chiesto di farlo» (Bruce R. McConkie, Conference Report, aprile 1975, pagg. 74–75; o *Ensign*, maggio 1975, pag. 50).

Conclusione

Testimonianza

Porta alle giovani la tua testimonianza sulla verità del fatto che il nostro tempo, talenti e le altre cose che abbiamo in effetti non sono nostri, ma del Signore; e che la gioia più grande che possiamo provare sulla terra è nel metterli a frutto per contribuire alla crescita del regno di Dio. Se accettiamo questi sacrifici con animo volenteroso, il Signore ci promette benedizioni ancora maggiori in questo mondo, e la vita eterna nel mondo a venire.

Applicazione pratica

1. Incoraggia ogni giovane a parlare in famiglia di come si può lavorare, individualmente e come famiglia, per servire il Signore e per compiere i sacrifici che Egli ci chiede.
2. Proponi alla classe di dedicare il prossimo digiuno a chiedere al Signore di far loro conoscere come possono usare il loro tempo, talenti e ciò che possiedono per partecipare alla crescita del regno di Dio.
3. Distribuisci alle giovani una copia di Matteo 6:33, oppure di una delle citazioni contenute nella lezione, perché si rammentino di dedicare il proprio tempo, talenti e beni a una giusta causa.

*Adempiere al ruolo
divino della donna*

Se osserviamo i comandamenti possiamo adempiere al nostro ruolo divino

OBIETTIVO Ogni giovane comprenderà in che modo il fatto di osservare o di trasgredire ai comandamenti di Dio può influire sulla sua capacità di adempiere al suo ruolo divino.

PREPARAZIONE

1. Prepara per ogni giovane una copia del volantino «Se osserviamo i comandamenti possiamo adempiere al nostro ruolo divino» che si trova alla fine della lezione.
2. Procurati una matita per ogni giovane.
3. Incarica alcune giovani di leggere i passi delle Scritture, le storie o le citazioni di tua scelta.

Nota per l'insegnante Questa lezione è soprattutto una sessione di lavoro. Assicurati perciò di avere tempo sufficiente per le attività e le discussioni previste.

SVOLGIMENTO DELLA LEZIONE

Esposizione

Introduzione

Spiega alla classe che noi viviamo in un mondo in cui vale la legge della causa ed effetto. Chiedi alle giovani cosa accade quando: (1) restano alzate fino a tardi, (2) arrivano in ritardo a scuola, (3) infrangono il codice della strada, (4) mangiano troppo, (5) sono scontrose, (6) sorridono, (7) si preparano bene per una interrogazione, (8) si esercitano al pianoforte, (9) fanno ginnastica, (10) vanno in bicicletta con una gomma a terra.

Fai notare come il principio della causa ed effetto governa ogni aspetto della vita.

Spiega che questo principio non vale solo nel campo fisico, ma anche in quello spirituale. Il Signore ci ha dato dei comandamenti che ci servono da guida e protezione e, se noi li osserviamo, saremo benedetti e potremo ottenere tutto ciò che Egli ci ha promesso. La nostra vita sarà più felice e conosceremo la pace e la gioia. Se scegliamo di infrangere i comandamenti, scegliamo anche le conseguenze che sono a ciò collegate: l'infelicità in questo mondo e in quello a venire.

Citazione

Leggi la seguente citazione:

«La caratteristica della nostra epoca è la permissività. L'edizione domenicale di uno dei maggiori quotidiani della nazione mostrava gli idoli dello spettacolo, gli eroi dello sport, le persone alle quali molti giovani sognano di assomigliare, mentre si burlano delle leggi di Dio e giustificano ogni tipo di peccato, senza riportarne apparente danno.

Non credeteci! Verrà il tempo della resa dei conti. Ogni Cenerentola avrà la sua mezzanotte, e ciò avverrà nel giorno del giudizio, nel grande esame della nostra vita. Siamo pronti? Siamo soddisfatti di ciò che stiamo facendo?» (Thomas S. Monson, *New Era*, luglio 1980, pag. 18).

Se trasgrediamo i comandamenti, questo ci impedisce di adempiere al nostro ruolo divino

Esposizione

Spiega che Satana vuole impedirvi di adempiere al vostro ruolo di mogli, compagne, madri e insegnanti, e uno dei metodi che usa consiste nell'incoraggiarci a infrangere i comandamenti. Egli sa bene che solo se ci comportiamo rettamente potremo adempiere al ruolo divino che il Signore ci chiede di assumere.

Attività

Distribuisci le copie del volantino che hai preparato.

	<p>Invita le giovani a leggere l'elenco di comandamenti riportato nella colonna di sinistra. Distribuisci le matite e chiedi loro di abbinare a ogni comandamento i vari modi in cui è possibile trasgredirlo compiendo le azioni elencate nella colonna di destra.</p>
Discussione	<p>Chiedi alle giovani di leggere a turno le dichiarazioni che hanno abbinato nelle due colonne del volantino: 1 (a sinistra) con 5 (a destra), 2-12, 3-10, 4-6, 5-11, 6-4, 7-3, 8-1, 9-13, 10-14, 11-2, 12-9, 13-8, 14-7.</p> <p>Chiedi alle giovani di spiegare come ogni azione della colonna di destra può influire sulla loro capacità di adempiere al loro ruolo divino.</p>
Citazione	<p>Leggi la seguente dichiarazione del presidente N. Eldon Tanner:</p> <p>«Voglio mettere in guardia le madri, le figlie e le donne in generale che, per il loro grande potenziale e per l'influenza benefica che esse esercitano su tutti noi, Satana è deciso a distruggerle. Non potete scendere a compromessi con lui. Dovete avere il coraggio, la forza, il desiderio e la determinazione di vivere come vuole il Signore: una vita bella e pura. Ragazze, mantenetevi virtuose e degne di un bravo giovane che si sia anche lui mantenuto puro, in modo che insieme potrete andare alla casa del Signore per essere suggellati nei sacri vincoli del matrimonio per questa vita e per l'eternità e preparare una casa in cui Dio si compiaccia di mandare i Suoi figli di spirito» (Conference Report, ottobre 1973, pag. 126; o <i>Ensign</i>, gennaio 1974, pag. 8).</p>
Discussione	<ul style="list-style-type: none"> • Perché Satana vuole distruggere le donne che cercano di adempiere al loro ruolo divino? <p>Spiega che Satana vuole distruggere la famiglia, che è il fulcro del piano di salvezza. Se egli riesce a distruggere la famiglia, convincendoci a disobbedire ai comandamenti di Dio, avrà successo nel suo tentativo di contrastare il piano di salvezza di Dio. Questo piano fu rivelato a Adamo ed Eva e si applica a tutti i loro figli e figlie. Il Signore desidera che i Suoi figli adempiano al ruolo divino loro affidato, in modo che gli spiriti che vengono sulla terra possano essere allevati da buone famiglie.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Quante persone subiscono le conseguenze se qualcuno trasgredisce i comandamenti? solo il trasgressore?

Se osserviamo i comandamenti possiamo adempiere al nostro ruolo divino

Esposizione	<p>Spiega alla classe che, se comprendiamo qual è il nostro ruolo divino, possiamo resistere meglio alla tentazione di trasgredire i comandamenti. Possiamo fare maggiore attenzione, per evitare di essere ingannate dalle influenze maligne che ci attorniano.</p>
Attività e discussione	<p>Invita le giovani a spiegare che cosa possono fare per resistere alla tentazione di trasgredire i comandamenti. Invita ogni giovane a scrivere questi suggerimenti in fondo al volantino. Le loro idee potranno comprendere i seguenti punti:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Imparare a conoscere i comandamenti e attenervisi. 2. Prendere ogni giorno delle decisioni sagge. 3. Scegliere degli amici di buona moralità. 4. Seguire il Profeta e gli altri dirigenti della Chiesa. 5. Studiare le Scritture. 6. Scegliere dei buoni esempi e seguirli. 7. Vestire con modestia. 8. Fissare obiettivi a breve e a lungo termine e darsi da fare per raggiungerli. 9. Scegliere un ambiente sano per le proprie attività. 10. Valutare attentamente i divertimenti. 11. Aiutare il prossimo. 12. Rafforzare la propria testimonianza.

Conclusione

Esposizione

Spiega che i profeti continuano a dirci che le leggi di Dio sono eterne e non possono venire ignorate senza doverne subire le conseguenze. Una conseguenza, se disobbediamo i comandamenti è che non ci sarà possibile adempiere al nostro divino ruolo nella maniera gradita al Signore.

Citazione

Leggi la seguente dichiarazione del presidente Spencer W. Kimball:

«Spero sinceramente le ragazze e le donne della Chiesa, come gli uomini e i ragazzi, si abbeverino abbondantemente alla fonte della vita e adeguino la loro condotta ai ruoli belli e nobili che il Signore ha loro affidato . . .

Quanta soddisfazione personale si può trovare in questa vita! Quante belle famiglie possiamo allevare e educare! Quale futuro celeste è il nostro!» (*La Stella*, marzo 1976, pag. 3).

Applicazione pratica

Invita ogni giovane a portare a casa il volantino per leggerlo attentamente e scegliere uno o più campi nei quali sente di dover migliorare. Incoraggiale a fissare degli obiettivi a breve scadenza per eliminare tutto ciò che può impedire loro di prepararsi a adempiere al loro ruolo divino.

Se osserviamo i comandamenti possiamo adempiere al nostro ruolo divino

Colonna 1 — Comandamenti

1. Moltiplicatevi e riempite la terra.
2. Non avrai altri dèi all'infuori di me.
3. Ama il tuo prossimo, servitevi l'un l'altro.
4. Non uccidere.
5. Non commettere adulterio né fare alcunché di simile.
6. Non concupire.
7. Onora tuo padre e tua madre.
8. Non usare il nome di Dio in vano.
9. Santifica il giorno del Signore.
10. Non dare falsa testimonianza.
11. Osserva la Parola di Sapienza.
12. Che la virtù adorni i tuoi pensieri senza posa.
13. Sii onesto.
14. Ama il Signore Dio tuo con tutto il tuo cuore, mente, forza e facoltà.

Colonna 2 — Violazione dei comandamenti

1. Bestemmie, imprecare.
2. Fumare, bere alcool, tè, caffè, usare la droga.
3. Ribellione, disobbedienza, mancanza di rispetto.
4. Gelosia, invidia, bramosia.
5. Rifiutare il matrimonio, rifiutarsi di avere figli, omosessualità.
6. Omicidio, aborto.
7. Attaccamento alle cose del mondo.
8. Taccheggio, furto.
9. Pornografia, volgarità di linguaggio, immodestia.
10. Egoismo, pensare solo a sé.
11. Carezze spinte, baci appassionati, adulterio, immoralità, perversioni di qualunque genere.
12. Avere come ideali di vita la gloria, il plauso del mondo e esempi indegni.
13. Divertirsi invece di andare in chiesa.
14. Maldicenza, bugie, calunnie.

OBIETTIVO	Ogni giovane si impegnerà a fare in modo che nella sua famiglia regni lo Spirito del Signore.
-----------	-----------------------------------------------------------------------------------------------

PREPARAZIONE	<ol style="list-style-type: none"> 1. Illustrazione 5, Il Tempio di Salt Lake (62433), che si trova in fondo al manuale, oppure l'immagine del tempio a voi più vicino. 2. Procura carta e matite per ogni giovane. 3. Prima dell'inizio della lezione abbellisci il più possibile la stanza; metti una tovaglia sul tavolo oppure un centrino. 4. Incarica alcune giovani di leggere i passi delle Scritture, le storie o le citazioni di tua scelta.
--------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

SVOLGIMENTO
DELLA
LEZIONE

Citazione

Introduzione

Leggi la seguente dichiarazione del presidente Spencer W. Kimball:

«A prescindere da ciò che leggete e udite, a prescindere dalle diverse situazioni che osservate nella vita delle donne che conoscete, è importante che le donne della Chiesa comprendano che il Signore considera sacre ed ha in alta stima la maternità e le madri. Egli ha affidato alle Sue figlie la grande responsabilità di generare e di nutrire i Suoi bambini.

Questo è il grande e insostituibile compito della donna. La vita non può continuare se le donne cessano di generare figli. La vita terrena è un privilegio e un passo necessario nel progresso eterno. Madre Eva era consapevole di questo fatto. Anche voi dovete comprenderlo pienamente . . .

Si è parlato molto della monotonia e della noia del ruolo che la donna svolge nella casa. Nella prospettiva del Vangelo le cose non stanno così. In ogni nuova vita c'è un elemento di divinità. Abbiamo il dovere di creare un ambiente in cui un bambino può crescere e svilupparsi. C'è un'unione impareggiabile tra l'uomo e la donna che vogliono creare una famiglia perché duri per tutta l'eternità» (*La Stella*, aprile 1979, pagg. 179–180).

Discussione

- Qual è secondo il presidente Kimball il ruolo della donna nella famiglia?
- Come può una giovane prepararsi ora a creare un ambiente domestico in cui possa dimorare lo Spirito del Signore?

Una casa pulita e ordinata invita lo Spirito del SignoreCitazione
e discussione

Leggi la seguente citazione:

«Una particolarità che osservammo mentre eravamo in Olanda era il delizioso aspetto che avevano le case di quel piccolo paese. Le case di mattoni e di tegole rosse avevano il davanzale delle finestre sempre coperto da una fila di vasi di fiori, di solito gerani. Le finestre erano ampie e senza imposte o tapparelle che le nascondessero alla vista. Lo splendore dei vetri era un tocco in armonia con il resto della casa. Molte case hanno un nome, scritto a grandi caratteri, sopra il portone: Raggio di sole, Villa del sole, Villa Paradiso, Tranquillità, Angolo di pace . . . Il calore, lo splendore e l'allegria si accompagnavano alla tranquillità, alla pace e alla contentezza! Sono queste le cose che trasformano un edificio in una dimora» (Daryl V. Hoole, *The Art of Homemaking*, Deseret Book Co., 1967, pag. 117–118).

	<p>Invita le giovani a spiegare cosa provano quando vedono una casa pulita e ordinata. Alcune forse penseranno a cose che suscitano in loro gli stessi sentimenti descritti da sorella Hoole. Invitale a parlarne di fronte alla classe.</p>
Illustrazione e discussione	<p>Mostra l'immagine del tempio e chiedi alle giovani che cosa le ha colpite di più nell'aspetto del tempio. Forse alcune giovani sono state al tempio; in tal caso invitale a parlare dei sentimenti che hanno provato quando si sono trovate all'interno o nelle vicinanze dell'edificio. Chiedi alla classe di indicare qualche motivo per cui i templi sono tenuti così puliti e ben ordinati.</p>
Scritture e discussione	<p>Invita la classe a leggere Dottrina e Alleanze 132:8, poi commenta i seguenti punti:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Perché il Signore chiede che la Sua casa sia una casa di ordine? • In che modo la pulizia e la bellezza possono contribuire all'ordine della casa del Signore? • Perché, secondo voi, le direttive date dal Signore riguardo ai templi si possono applicare anche alla nostra casa? <p>Invita le giovani a cercare e leggere i seguenti passi delle Scritture: Mosè 3:15, Dottrina e Alleanze 90:18 e Dottrina e Alleanze 42:41.</p> <p>Chiedi che cosa ci insegnano questi versetti sull'ordine e la pulizia che devono regnare all'interno e nei dintorni della nostra casa.</p> <p>Spiega che nei cieli l'ordine è un elemento indispensabile, altrimenti regnerebbe il caos. L'ordine è altrettanto indispensabile nella nostra casa.</p>
Attività	<p>Distribuisci alle giovani carta e matita. Spiega che la maggior parte di noi incontra delle difficoltà nel tenere sempre tutto a posto, funzionante, pulito e ordinato. Invita ogni giovane a individuare alcune cose che ricadono sotto la loro responsabilità e che devono essere più pulite e ordinate e a scriverle sul retro del foglio. Esortale anche a scrivere alcune idee che le aiuteranno a migliorare questi aspetti della loro vita.</p>
Citazione	<p>Sottolinea quanto è importante tradurre in opere le buone intenzioni, leggendo la seguente dichiarazione fatta dall'anziano Delbert L. Stapley sulla necessità di acquisire delle buone abitudini:</p> <p>«Le buone abitudini non si formano limitandosi a fare dei buoni propositi, anche se il pensiero deve sempre precedere l'azione. Le buone abitudini sono forgiate nella fucina delle nostre scelte quotidiane. Non sono i momenti cruciali o le grandi scelte che plasmano il carattere; queste occasioni sono solo il banco di prova del carattere. Le abitudini che governano la nostra vita e che plasmano il nostro carattere sono il risultato delle piccole azioni, spesso ignorate e sottovalutate, della nostra vita quotidiana. E si ottengono solo con l'esercizio» (Conference Report, ottobre 1974, pag. 25; o <i>Ensign</i>, novembre 1974, pag. 20).</p>
Esposizione	<p>Spiega che se la nostra abitazione è pulita e ordinata, sia la nostra famiglia che lo Spirito del Signore vi abiteranno volentieri. Ogni giovane può trovare soddisfazione e orgoglio cominciando fin da ora a prendere delle buone abitudini domestiche. Deve sviluppare capacità e abitudini che le consentiranno di tenere pulita e ordinata la sua casa per tutta la vita.</p>
<hr/>	
	<p>Una giovane aiuta il prossimo se svolge con allegria il suo ruolo di donna di casa</p>
Esposizione	<p>Spiega che per fare della nostra casa un luogo piacevole in cui vivere dobbiamo preoccuparci non soltanto delle cose che vi entrano, ma anche dell'atmosfera che vi regna. Come fece notare il presidente Kimball, molte donne oggi vedono le faccende domestiche come un peso. Ma se le giovani imparano a svolgere con gioia questi compiti, saranno un prezioso sostegno per i loro familiari e faranno della loro casa un luogo piacevole in cui vivere.</p>
Casi di studio e discussione	<p>Scegli tra i seguenti casi di studio quelli più adatti alle giovani della tua classe, oppure proponine altri di tua scelta.</p>

Primo caso di studio

Gianna ha due fratelli e una sorella più piccoli di lei, tutti sotto i quattro anni. I pasti spesso vengono serviti in ritardo e la casa è sempre in disordine. Gianna è imbarazzata quando le sue amiche vengono a farle visita, ed ella è sgarbata e poco gentile con sua madre.

- In che modo l'atteggiamento di Gianna influisce sui rapporti familiari?
- Cosa può fare Gianna per cambiare la situazione?

Secondo caso di studio

A Susanna piace avere dei vestiti nuovi, ma la somma che può spendere per il vestiario è modesta e tutta la famiglia deve fare fronte a ristrettezze economiche. Il fatto di non poter avere spesso dei vestiti nuovi rende Susanna irritata e infelice.

- Come può Susanna, pur con mezzi limitati, migliorare il suo guardaroba e la situazione familiare in generale?

Terzo caso di studio

Anna lascia spesso la stanza da bagno sporca e in disordine. Sua sorella si lamenta di dover ogni giorno pulire il bagno e raccogliere la biancheria sporca di Anna, e di non trovare le cose di cui ha bisogno.

- In che modo l'atmosfera spirituale della casa soffre a causa della mancanza di considerazione di Anna e della sua riluttanza a svolgere le faccende domestiche?

Quarto caso di studio

Sara studia musica e suona il piano durante la serata familiare. Ogni settimana è felice di coordinare i numeri musicali con la lezione e prova tutti gli inni per poterli suonare bene.

- In che modo le capacità e l'atteggiamento di Sara influiscono sulla spiritualità della sua casa?

Quinto caso di studio

Carla è portata per l'arte e possiede spiccate capacità creative. Dedicava lunghe ore a sviluppare i suoi talenti ma si rifiuta di tener ordinata la sua stanza. Poiché è tanto interessata a sviluppare le proprie capacità artistiche, non sente il desiderio di fare le faccende domestiche. Questo è causa di discordia e di litigi in famiglia.

- Come può Carla usare i talenti artistici e capacità creative in casa? E nella sua stanza?
- Quale influenza può esercitare Carla sulla sua famiglia tenendo più ordinata la sua stanza?

Conclusione

Esposizione

Fai notare che un'atmosfera spirituale è l'ingrediente fondamentale di una casa felice. Ogni giovane può influire positivamente sulla spiritualità della sua casa. Se le giovani svolgono volentieri le faccende domestiche, invitano lo Spirito del Signore a dimorare nella loro casa.

Attività suggerite

Organizza attività infrasettimanali e impartisci istruzioni sui seguenti argomenti:

1. Cucito.
2. Cucina.
3. Artigianato.
4. Programmazione dei pasti, bilancio e spese.
5. Arti figurative o poesia.
6. Arredamento.
7. Riparazione dei mobili.
8. Rammendo e modifiche dei vestiti.
9. Idee per semplificare le faccende domestiche, ricette, idee per risparmiare tempo.
10. Riparazione elettrodomestici
11. Cura delle piante
12. Conserve, congelamento del cibo.

Il nostro contributo alla vita familiare

OBIETTIVO	Ogni giovane cercherà di fare la sua parte dei lavori necessari nella casa.
PREPARAZIONE	<ol style="list-style-type: none"> 1. Con l'approvazione del tuo dirigente del sacerdozio invita una sorella, meglio se giovane e sposata da poco, a parlare per circa cinque minuti sul tema: «I vantaggi e i benefici dell'imparare a lavorare in casa». 2. Incarica alcune giovani di leggere i passi delle Scritture, le storie o le citazioni di tua scelta.
Nota per l'insegnante	Le giovani comprenderanno meglio come spartirsi i lavori di casa se parteciperanno tutte attivamente allo svolgimento della lezione.
SVOLGIMENTO DELLA LEZIONE	Ogni giovane ha il compito di collaborare alle faccende di casa
Storia	<p>Racconta la seguente storia, narrata dai genitori di una giovane:</p> <p>«Quella sera toccava a Carolyn lavare i piatti, così uscimmo tranquilli pensando che avrebbe fatto il suo dovere. Quando tornammo, però, i piatti erano ancora nel lavandino e Carolyn dormiva tranquillamente».</p>
Discussione	<ul style="list-style-type: none"> • Quali pensate siano stati i pensieri e i sentimenti dei genitori di Carolyn, quando si accorsero che i piatti non erano stati lavati?
Storia	<p>Continua la storia:</p> <p>«Erano le 11 di sera, e dopo una breve discussione decidemmo di svegliare Carolyn e di chiederle di lavare i piatti . . . La giovane non riusciva a credere che suo padre volesse veramente che si alzasse nel cuore della notte per lavare i piatti. Ignorando i suoi brontolii di protesta, suo padre le disse chiaramente, anche se con gentilezza e tatto, che prima doveva lavare i piatti e poi sarebbe potuta tornare a letto . . . »</p>
Discussione	<ul style="list-style-type: none"> • Che cosa provereste se venissero a svegliarvi nel cuore della notte, per farvi fare una cosa che avevate trascurato di fare?
Storia	<p>Prosegui con la storia:</p> <p>«Gli occhi di Carolyn si riempirono di lacrime e la giovane cominciò a piangere. Infilò le mani nell'acqua e, mentre lavava i piatti, continuava a mormorare parole adirate che andavano crescendo di tono. Durante tutto il tempo suo padre rimase alzato: leggendo il giornale, mise qualcosa in ordine e, verso la fine, la aiutò ad asciugare un paio di bicchieri.</p> <p>A notte inoltrata, quando la cucina fu pulita, egli mise un braccio sulle spalle della figlia e, guardandola con tenerezza, la ringraziò per quello che aveva fatto; poi aggiunse: «Carolyn, lo so che stasera ti ho fatto arrabbiare. Io e tua madre avevamo avuto la tua parola che avresti lavato i piatti ed era ormai <i>tuo</i> dovere farlo. Non hai pensato a come si sarebbe sentita la mamma se domani, prima di cominciare a preparare la colazione, avesse dovuto lavare i piatti che <i>tu</i> avevi lasciato dalla sera prima? Avrebbe avuto da fare anche il tuo lavoro, oltre al suo».</p>
Discussione	<ul style="list-style-type: none"> • Quanto diversa avrebbe potuto essere questa storia se Carolyn avesse fatto il suo dovere, e magari qualcosa di più, anziché trascurare l'impegno preso?
Storia	<p>Prosegui con la storia:</p> <p>«Il padre aggiunse: «Carolyn, ti voglio troppo bene per permettere che tu ti comporti in questa maniera. Non è questo che voglio per te. Voglio piuttosto che tu possa provare la gioia e la soddisfazione che si prova dopo aver portato a termine il nostro compito, dopo aver fatto la nostra parte; e voglio che tu possa capire cosa provano gli altri se non lo fai!»</p>

Carolyn si gettò fra le braccia del padre e, più tardi, ebbe a dire di quell'occasione: «Non ho mai voluto tanto bene a mio padre come quella notte» (Ron e Sherri Zirker, «Teaching Teens Self-Discipline», *Ensign*, aprile 1982, pag. 18).

Discussione

- Perché i compiti che rimandiamo diventano più difficili da fare?

Esposizione

Spiega che in ogni casa c'è del lavoro da fare e che ciascun familiare ha contribuito a creare quel lavoro, per il semplice fatto di vivere in famiglia. I piatti non saranno pronti per la prossima volta, se nessuno li lava. Non ci può essere un giardino, se nessuno lo coltiva e lo cura. Gli abiti non si lavano né si rammendano da soli. La polvere e lo sporco sembrano spuntare come per magia, ma ci vuole olio di gomiti per farli sparire.

Discussione

- Che responsabilità avete voi, per quanto riguarda la cura della casa?
- Perché dovete aiutare a svolgere i lavori domestici ogni giorno?

Citazione

Un dirigente della Chiesa ci ha dato il seguente consiglio: «È dovere dei figli obbedire ai genitori, imparare e collaborare allo svolgimento dei lavori domestici» (Joseph B. Wirthlin, *La Stella*, aprile 1981, pag. 146).

Aiutando a svolgere i lavori domestici favorite il vostro progresso personale

Citazione

Il presidente Spencer W. Kimball faceva in gioventù molti lavori domestici nella sua casa. Egli espresse la propria gratitudine per quell'esperienza con le seguenti parole: «Sono grato per l'esperienza che ho fatto sotto la tutela di mio padre. Ho imparato a usare le mani. Ho imparato a verniciare recinti, serbatoi, fienili, granai, carri e case. Anche se questo lavoro mi ha fatto venire molte volte le vesciche alle mani, non ho mai avuto motivo di dolermene» (*La Stella*, ottobre 1976, pag. 118).

Discussione

- Perché, secondo voi, il presidente Kimball era lieto di aver ricevuto tutti quegli incarichi?
- Secondo voi, perché il fatto di aver imparato a lavorare sin dai primi anni di vita aiutò il presidente Kimball ad assolvere meglio i suoi compiti nella Chiesa?
- In che modo i lavori che svolgete oggi vi possono aiutare quando avrete una casa vostra?

Storia

Dopo aver sentito l'invito rivolto loro dal presidente Kimball a ripulire e ad aggiustare le proprie case, una famiglia si suddivise i compiti per portare a termine una impresa alquanto ardua.

«Proprio a nord di Detroit, nel Michigan, vive la famiglia Gearig, che possiede una casa con un appezzamento di terreno di ragguardevoli dimensioni che contiene alberi, prati e un capanno sul retro. Quel capanno ha un significato particolare per tutta la famiglia e lo chiamano il «capanno del presidente Kimball».

«Quando il presidente Kimball ci invitò a riparare le nostre case e ad aggiustare oppure demolire i vecchi capanni — raccontò fratello Gearig — non riuscivamo a decidere se dovevamo demolire il nostro capanno o lasciarlo lì. Decisero di rimandare la decisione, dedicandosi a ridipingere tutta la casa, il portico e anche il garage . . .

Alla fine decisero che il capanno sarebbe rimasto, ma in condizioni migliori. «Scherzavamo spesso, dicendoci che, una volta riparato il capanno, il presidente Kimball in persona sarebbe venuto a vedere la nostra opera e si sarebbe reso conto che avevamo fatto tutto quello che ci aveva chiesto. Però, dicevamo, non possiamo aspettarci che arrivi se prima non abbiamo finito».

Il capanno era proprio in pessime condizioni, ma venne rimesso in sesto a tempo di record. Tutti si dettero da fare per aggiustare, sistemare e dipingere. «Dipingere il capanno fu un lavoro duro, perché il tipo di mattoni usati per la costruzione assorbiva la tinta come una spugna. Anche i più piccoli vollero dare una mano, così li incaricammo di dipingere la fascia più bassa, dove potevano arrivare senza problemi. Fui assai sorpreso di vederli lavorare per tutto il giorno, nonostante facesse un gran caldo. Adesso tutta la famiglia parla con orgoglio e soddisfazione di ciò che siamo riusciti a fare per riportare la nostra casa, bella ma vecchia, nelle condizioni originali» (Orson Scott Card, «The Elbow-Grease Factor: How to Teach Your Children to Love Work», *Ensign*, agosto 1978, pag. 61).

Discussione	<ul style="list-style-type: none"> • Cosa ottenne questa famiglia, oltre ad avere una casa più bella? <p>Invita le giovani a ripensare a qualche progetto di famiglia che ha lasciato in loro un senso di soddisfazione e di orgoglio per averlo portato a termine.</p> <ul style="list-style-type: none"> • In che modo i componenti della famiglia progrediscono personalmente quando imparano a lavorare assieme agli altri? • Che cosa provereste se qualcuno della famiglia trascurasse sempre il suo incarico?
Scritture	<ul style="list-style-type: none"> • Leggi alla classe Dottrina e Alleanze 42:42. <p>Spiega che forse dovrà passare molto tempo prima che le giovani si rendano conto di aver ottenuto dei vantaggi dal lavoro che hanno fatto in famiglia.</p>
Storia	<p>Racconta la seguente esperienza fatta da una giovane della loro età:</p> <p>«Una giovane tornò a casa dopo il primo anno passato all'università e disse a sua madre: «Mamma, voglio dirti quanto sono felice che tu mi abbia voluto tanto bene da insegnarmi a lavorare. Anche se mi hai sempre dato qualcosa da fare fin da quando ero bambina, solo quest'anno ho capito quanto bene ciò mi abbia fatto. Delle sei giovani che abitavano con me, cinque se la cavavano bene, perché sapevano cucinare e tenere pulita la stanza; ma mi sentivo male per Jane. Ci metteva tanto tempo per fare il più piccolo lavoro e non sapeva neppure da che parte cominciare per cucinarsi qualcosa.</p> <p>Una sera feci una lunga chiacchierata con lei. Era avvilita perché la cena che aveva preparato era venuta male, sebbene ci avesse lavorato per due ore. Mi disse che durante quell'anno aveva perso un sacco di tempo per imparare a fare quelle cose che avrebbe potuto facilmente imparare a casa sua negli anni passati, e incominciava a provare risentimento nei confronti di sua madre. I voti che Jane prendeva non erano quelli che lei avrebbe voluto, secondo lei a causa di tutto quel tempo che era costretta a dedicare a fare delle semplici cose, che per lei erano molto difficili.</p> <p>Sono sicura che la madre di Jane pensava di farle un favore servendola sempre a puntino, ma adesso è evidente che è stato un grosso errore. Così ti sono molto grata per tutto il tempo e la pazienza che hai avuto nell'insegnarmi tutto quello che so» (<i>Family Home Evening: Heaven in Our Home</i> [1980–1981], pagg. 56–57).</p> <ul style="list-style-type: none"> • In che modo una diversa disposizione mentale vi può aiutare ad affrontare più serenamente i lavori che vi vengono affidati in casa?
Ospite	<p>Presenta la sorella che parlerà alla classe.</p>

Conclusioni

Esposizione	<p>Se le giovani hanno avuto parte attiva nell'esposizione della lezione, fai notare che questa partecipazione ha permesso loro di imparare e di migliorare. Spiega che, anche a casa propria, chi accetta di assumersi delle responsabilità può imparare e migliorare.</p>
Citazione	<p>Chiedi a qualcuno di leggere la seguente citazione:</p> <p>«Non riesco a credere che qualcuno possa essere felice senza avere nulla da fare. È più facile diventare schiavi dell'indolenza che del lavoro. Il lavoro inoltre ci mantiene umili e ci fa ricordare che tutte le benedizioni che abbiamo ci vengono dal Padre celeste . . .</p> <p>Il vangelo del lavoro è un principio molto importante della Chiesa. Se impariamo a lavorare da giovani potremo essere delle persone migliori, migliori padri o madri di famiglia, migliori vicini e migliori seguaci di Gesù Cristo, che imparò anche Lui a lavorare come falegname» (Neal A. Maxwell, <i>Friend</i>, giugno 1975, pag. 7).</p>

Applicazione pratica

Incoraggia ogni giovane a trovare qualche lavoretto da fare in casa oltre ai suoi compiti fissi, e invitale a tenersi pronte a riferire alla classe che cosa hanno provato o come hanno reagito gli altri, quando hanno fatto questi lavoretti senza che fosse stato loro chiesto.

OBIETTIVO	Ogni giovane tratterà i membri della sua famiglia come si addice a un cristiano.
-----------	----------------------------------------------------------------------------------

PREPARAZIONE	<ol style="list-style-type: none">1. Procura carta e matita per ogni giovane.2. Invita una giovane a prepararsi per suonare in classe un accordo armonico e uno discordante con qualche strumento musicale come la chitarra, il pianoforte o il violino.3. Incarica alcune giovani di leggere i passi delle Scritture, le storie o le citazioni di tua scelta.
--------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

SVOLGIMENTO DELLA LEZIONE	Introduzione
Dimostrazione	Invita la giovane precedentemente incaricata a suonare un accordo con la chitarra, il pianoforte o il violino, e invita la classe a notare la bellezza delle note che si legano armoniosamente. Chiedi alla giovane di suonare un altro accordo, inserendo alcune note stonate.
Discussione	<ul style="list-style-type: none">• In che modo l'armonia familiare può assomigliare a questi due accordi?• Cosa è che rende armoniose le note musicali?• Cosa è che rende armoniosa la famiglia?• Perché è impossibile avere armonia rimanendo in disparte? <p>Spiega che, se tutti lavoriamo assieme con amore e unità, la nostra famiglia sarà armoniosa e piacevole come il primo accordo. È da notare che per avere un accordo armonico, o una famiglia armoniosa, è necessario che ogni singolo componente faccia bene la sua parte. Se una sola nota o una sola persona è stonata, tutto l'accordo, o tutta la famiglia, ne soffre.</p>

	La famiglia è molto importante
Citazione	Leggi la seguente dichiarazione del presidente David O. McKay e commentane il significato assieme alla classe: «Nessun successo può compensare il fallimento in famiglia» (Tratto da J.E. McCulloch, <i>Home, The Savior of Civilization</i> [Washington, D.C.: The Southern Co-operative League, 1924], pag. 42; Conference Report, aprile 1964, pag. 5).
Nota per l'insegnante	Prima di proseguire con il resto della lezione valuta l'ambiente familiare delle giovani della tua classe. Sii cauta con quelle giovani che dovessero provenire da una famiglia dove manca l'amore e l'unità; incoraggiale a impegnarsi per coltivare quelle doti che le potranno aiutare ad avere una famiglia più serena adesso, e maggiori benedizioni in futuro.
Discussione	Commenta con la classe l'importanza della vita familiare. Fai notare che passiamo più tempo a casa che in qualsiasi altro luogo e che è quindi in famiglia che si possono imparare le doti spirituali e materiali fondamentali. La famiglia è l'elemento che esercita la maggior influenza sulla vita di una giovane della Chiesa ed è l'unità fondamentale della Chiesa stessa.
Lavagna e discussione	Dividi in due la lavagna tracciando una linea verticale. In alto, sulla destra della lavagna, scrivi la parola «Famiglia» e sull'altro lato scrivi «Chiesa, scuola e altri luoghi». Indica una qualità o capacità che si apprende e invita le giovani a indicare in quale luogo hanno ricevuto il maggior numero di insegnamenti per sviluppare tale qualità o capacità.

(Per esempio: dove avete imparato a camminare? Risposta: in famiglia). Trascrivi sulla lavagna le risposte sotto il rispettivo titolo.

Esempi di qualità o capacità: camminare, mangiare, parlare, cucinare, cucire, voler bene, essere onesti, gentili, coraggiosi, avere tatto, pulizia, lealtà, cortesia, collaborazione, carità, amicizia, riverenza, rispetto, fede, preghiera. Aiuta le giovani a capire che la maggior parte delle nostre doti e capacità si sono sviluppate nell'ambito della famiglia.

<i>Famiglia</i>	<i>Chiesa, scuola e altri luoghi</i>
Camminare	
Parlare	
Amare	
Pregare	

Le dimostrazioni d'affetto favoriscono l'amore e l'armonia nella famiglia

Scritture
e discussione

Invita una giovane a leggere Matteo 22:36-39 e chiedi poi alla classe di indicare chi è il nostro prossimo secondo il Salvatore. Chiedi perché dobbiamo considerare «nostro prossimo» anche i membri della nostra famiglia. Poi chiedi alle giovani in che modo possiamo dimostrare affetto ai nostri familiari. Fai in modo di toccare durante la discussione i seguenti punti:

1. Possiamo esprimere amore con le parole, con atti di cortesia, di gentilezza, di altruismo e di considerazione.
2. Possiamo rispettare ogni membro della nostra famiglia e il suo bisogno di intimità.
3. Possiamo usare le buone maniere che adottiamo con gli altri.
4. Possiamo comunicare meglio e ascoltare quello che ciascuno ha da dire.
5. Possiamo congratularci sinceramente ed essere felici quando qualcuno ottiene dei buoni risultati in qualche campo.
6. Possiamo essere disposti a condividere altruisticamente ciò che abbiamo.
7. Possiamo essere leali con i nostri parenti.
8. Possiamo essere attente alle necessità degli altri membri della famiglia e dimostrare comprensione.

Casi di studio

Illustra alla classe le seguenti situazioni e chiedi alle giovani di dire come potrebbero mostrare affetto in tali circostanze:

1. Avere una copia personale delle Scritture è sempre stato un vostro sogno; per Natale vostra sorella, che non ha mai provato molto interesse per le Scritture, riceve in regalo una copia di tutti i libri canonici. Che cosa provate? Come potete mostrare affetto a vostra sorella e ai genitori?
2. Vostro padre torna a casa dal lavoro stanco, scoraggiato e di malumore. Come potete dimostrargli il vostro affetto?
3. Vostro fratello porta a casa una pagella migliore della vostra e lo fa notare a tutti. Come potete mostrargli affetto?
4. Trovate vostro fratello mentre legge il diario della vostra sorella maggiore, rimasto aperto sul letto. Come potete mostrare affetto al fratello curioso e alla sorella?
5. La vostra mamma ha l'influenza e voi avevate progettato di andare al cinema con le amiche. Come potete dimostrare affetto a vostra madre?

6. La vostra migliore amica vi dice che il vostro fratellino è il moccioso più antipatico che conosca. Come potete mostrare lealtà e affetto al vostro fratellino e alla vostra amica?
7. Vostra sorella ha invitato alcune sue amiche e non vi vuole con loro. Che cosa provate? Come potete far capire a vostra sorella che le volete bene anche se vi ha offeso?
8. Avete passato due ore a preparare un rinfresco a sorpresa per la serata familiare. Rientrata a casa, vostra madre vi rimprovera perché avete lasciato la cucina sporca e vi invita a ripulirla. Che cosa provate? Come potete mostrare affetto a vostra madre?

Una sola persona può cambiare le cose

Storia

Leggi la seguente storia e invita la classe a notare in che modo Paola abbia prima impedito e poi favorito l'unità e l'amore della famiglia.

«Paola era sempre stata una giovane di buon carattere e ci dispiacque molto quando andò in città per frequentare l'università. Per quattro anni non potemmo vederla che durante i fine settimana. Ora stava per tornare al nostro paese per fare una supplenza in una scuola del luogo ed eravamo molto ansiosi di riaverla con noi.

Le cose però non sembravano andare nel verso giusto. Paola era molto presa dalle sue nuove responsabilità, e il dover insegnare e tenere a bada degli studenti solo di pochi anni più giovani di lei sembrava più di quanto fosse in grado di sopportare. Era spesso irritata e scoraggiata, e la confusione continua e il rumore prodotti in casa dai nostri numerosi bambini non facevano altro che aumentare il suo nervosismo. Appena arrivava a casa si infilava in camera sua e ne usciva solo per mangiare o per sgridare i bambini che la disturbavano mentre studiava. Dovetti cominciare a mandare via i bambini dei nostri vicini, che erano sempre stati i benvenuti in casa nostra. Mi resi anche conto che continuavo a invitare tutta la famiglia a non fare rumore per non disturbare Paola, anche quando non accadeva nulla di anormale».

Discussione

- Come pensate che il comportamento di Paola abbia influito sull'atmosfera della famiglia?

Storia

Proseguì con la storia:

«La famiglia, che fino a qualche settimana prima non vedeva l'ora che Paola tornasse, sperava ora che trovasse un lavoro altrove al più presto. Il risentimento generale stava creando una situazione spiacevole e io non sapevo che cosa fare. Potevo comprendere l'ansietà di Paola e la sua situazione difficile, ma capivo anche i sentimenti e le necessità degli altri fratelli e sorelle».

Discussione

- Cosa dovrebbe fare secondo voi la madre di Paola in quella situazione?

Storia

Proseguì con la storia:

«Parlai a Paola con delicatezza, cercando di chiarire il problema, e lei scoppiò in lacrime. Era dispiaciuta di ciò che stava provocando, ma non sapeva cosa fare e come affrontare i problemi in cui si trovava immersa. Decidemmo che era il caso di pregare e digiunare.

Come per miracolo il comportamento di Paola mutò radicalmente. Anziché chiudersi in camera ricominciò a unirsi al resto della famiglia e a partecipare alle attività in comune. Divenne la moderatrice di tutte le dispute e ogni volta che sorgeva un problema il suo modo di fare tranquillo e sereno riportava ben presto la pace. Se uscivo di casa al mattino senza rifare il letto, al mio ritorno lo trovavo rifatto. Aiutava i fratellini a fare i problemi di matematica e faceva fare gli esercizi di grammatica alle sorelline mentre le aiutava a lavare i piatti. Quando qualcuno aveva avuto una giornata dura o era deluso, la vedevamo seduta in un angolino a chiacchierare con lui, finché le nubi passavano. Spesso trovai dei bigliettini sparsi per la casa, che Paola aveva scritto a qualche persona della famiglia per dirgli che gli voleva bene e che era orgogliosa di lui. Per ogni biglietto ero in grado di capire quale problema stava cercando di aiutare a superare.

Ringraziai spesso Paola per l'aiuto che dava a tutta la famiglia. Un giorno le chiesi se voleva dirmi come era avvenuto quell'improvviso cambiamento e dove aveva trovato la forza di tenere sempre un atteggiamento positivo in ogni occasione. Non potrò mai dimenticare la sua risposta: «Mamma — mi disse — ti ricordi quando pregammo e digiunammo per trovare una soluzione ai miei problemi, che stavano causando infelicità

a tutta la famiglia? Quella sera presi in mano la Bibbia, che si aprì da sola alla prima lettera di Giovanni. Due versetti mi balzarono davanti agli occhi». Lesse: «Chi ama il suo fratello dimora nella luce e non v'è in lui nulla che lo faccia inciampare. Ma chi odia il suo fratello è nelle tenebre e cammina nelle tenebre e non sa ov'egli vada, perché le tenebre gli hanno accecato gli occhi» (1 Giovanni 2:10–11).

«Mi resi conto che cercavo di affrontare i miei problemi andando nella direzione sbagliata — aggiunse — brancolando nelle tenebre con gli occhi accecati. Da quel giorno ho continuato a leggere le Scritture e ho visto che quasi tutte le pagine parlano dell'amore, dell'essere uniti e del vivere in pace. Mamma, le Scritture hanno cambiato la mia vita». Avevano davvero cambiato la sua vita, e di conseguenza avevano cambiato anche l'atmosfera e la vita di tutta la famiglia».

Discussione

- Dopo aver ascoltato questa storia, pensate di poter contribuire a migliorare l'atmosfera della vostra famiglia? In che modo?

Applicazione pratica

Distribuisci alla classe carta e matita e invita ogni giovane a immaginare di dover restare assieme alla famiglia ancora solo per una settimana. Chiedi loro di individuare una cosa che non hanno fatto finora per mostrare il proprio affetto alla loro famiglia e per migliorare l'armonia nella casa. Invitalo a scrivere ciò che vogliono fare e a farlo come se la prossima settimana fosse davvero l'ultima che trascorrono assieme alla famiglia. Di' loro che domenica prossima potranno riferire le esperienze fatte, se lo desiderano.

OBIETTIVO Ogni giovane cercherà di comunicare meglio con i suoi familiari.

- PREPARAZIONE**
1. Porta in classe un orologio o una sveglia da usare nella prima parte della lezione.
 2. Prepara sei foglietti, ciascuno con una delle sei situazioni descritte nella sezione «Gli ostacoli a una buona comunicazione».
 3. Facoltativo: prepara dei volantini: «Come migliorare la comunicazione in famiglia» (vedi in fondo alla lezione).
 4. Incarica alcune giovani di leggere i passi delle Scritture, le storie o le citazioni di tua scelta.

SVOLGIMENTO DELLA LEZIONE

Comunicare bene è importante

Attività Dividi le giovani in coppie. Se il loro numero è dispari partecipa anche tu all'attività. Ogni giovane a turno parlerà all'altra ragazza dei suoi sport, talenti o passatempi preferiti. L'altra giovane non potrà porre domande né fare commenti. Dopo circa trenta secondi chiedi alle giovani di scambiarsi i ruoli.

Chiedi alle giovani che cosa hanno provato durante questa «conversazione» e invitate a indicare che cosa c'era di sbagliato in questo tipo di comunicazione. Fai notare che è difficile comunicare con qualcuno che non ci sta ad ascoltare. Forse noi non abbiamo questo problema in famiglia, tuttavia possiamo migliorare molto il rapporto che abbiamo con i nostri familiari imparando a comunicare bene con loro.

Scritture Chiedi alle giovani di cercare e leggere i seguenti passi delle Scritture per comprendere l'importanza di una buona comunicazione: Proverbi 15:1; 1 Pietro 3:10; Dottrina e Alleanze 108:7.

Lavagna e discussione Dividi la lavagna in quattro quadranti e scrivi in alto, sui primi due, i seguenti titoli: «Cattiva comunicazione» e «Buona comunicazione». Chiedi alle giovani di indicare gli elementi che favoriscono o impediscono una buona comunicazione. Scrivi le risposte nel quadrante corrispondente. Le risposte potranno essere, fra le altre:

<p><i>Cattiva comunicazione</i> Non fare nessun tentativo di comprendere le necessità e le difficoltà altrui Scegliere il momento meno opportuno Cercare di comunicare in un ambiente rumoroso e dispersivo Non comunicare in maniera affettuosa</p>	<p><i>Buona comunicazione</i> Compiere uno sforzo per comprendere le necessità altrui Scegliere il momento giusto Consultare tutti gli interessati Comunicare il proprio affetto oltre alle necessità</p>

- Che cosa provate quando avete qualcosa da dire ma nessuno sembra interessato ad ascoltarvi?
- Che cosa provate quando vedete che una persona a cui volete bene è irritata ma non vi vuole dire per quale ragione?
- Che vantaggi può portare una buona comunicazione reciproca?

Elenca le risposte delle giovani sul quadrante inferiore a destra, sotto il titolo «Vantaggi di una buona comunicazione». Puoi includere le seguenti dichiarazioni:

1. Ci aiuta a comprendere i sentimenti, le gioie e i dispiaceri altrui.
2. Aiuta gli altri a capirci.
3. Evita i problemi provocati dall'incomprensione.
4. Ci fa sentire uniti e consapevoli degli altri.

Possiamo riconoscere ed evitare gli ostacoli alla buona comunicazione

Esperienze

Invita ogni giovane a ripensare a una occasione nella quale si è sentita più vicina a un'altra persona grazie ad una buona comunicazione. Chiedi ad alcune giovani di riferire le loro esperienze alla classe e spiega che non sempre le cose vanno in questo modo in famiglia.

Esposizione

Fai notare alla classe che, se chiedessero a tutti i loro familiari come vorrebbero che avvenisse la comunicazione fra loro, tutti vorrebbero che fosse sempre buona.

- Se tutti desiderano comunicare bene, come mai ci sono confusione, incomprensioni e frustrazione fra i componenti della stessa famiglia?

Mentre la classe risponde a questa domanda, spiega che spesso la cattiva comunicazione in famiglia è causata dalla mancanza di buone abitudini in questo campo. Tuttavia, se riusciamo a riconoscere questi ostacoli e li eliminiamo, potremo mutare radicalmente l'atmosfera familiare. Se impariamo ora a coltivare queste buone abitudini, potremo affrontare meglio tutto ciò che il futuro ci riserva.

Scrivi il titolo «Ostacoli alla comunicazione» nell'ultimo quadrante sulla lavagna. Assegna ad alcune coppie di giovani le seguenti situazioni che dovranno interpretare davanti alle loro compagne. Al termine di ogni esposizione chiedi alla classe di indicare qual è l'ostacolo presente nella situazione in esame. (Elenca sulla lavagna gli ostacoli a mano a mano che vengono menzionati). Chiedi infine se l'ostacolo è posto da chi parla o da chi ascolta e invita la classe a trovare dei modi di eliminare il problema.

Lavagna

<p><i>Cattiva comunicazione</i> Non fare nessun tentativo di comprendere le necessità e le difficoltà altrui Scegliere il momento meno opportuno Cercare di comunicare in un ambiente rumoroso e dispersivo Non comunicare in maniera affettuosa</p>	<p><i>Buona comunicazione</i> Compiere uno sforzo per comprendere le necessità altrui Scegliere il momento giusto Consultare tutti gli interessati Comunicare il proprio affetto oltre alle necessità</p>
<p><i>Ostacoli alla comunicazione</i> Inviare un messaggio poco chiaro Non ascoltare Ignorare chi sta parlando Non essere degni di fiducia Mettere in imbarazzo qualcuno in pubblico Incomprensione reciproca</p>	<p><i>Vantaggi di una buona comunicazione</i> Ci aiuta a comprendere i sentimenti, le gioie e i dispiaceri altrui Aiuta gli altri a capirci Evita i problemi causati dall'incomprensione Ci fa sentire uniti e consapevoli degli altri</p>

Rappresentazioni

Prima situazione

Maria: E va bene, se proprio vuoi, puoi prendere in prestito il mio vestito. Ma sai che non mi piace che gli altri indossino i miei abiti.

Teresa: Desidero prenderlo in prestito, anche se non dovrei farlo. (Chi parla trasmette un messaggio non chiaro)

Seconda situazione

Linda: Non mi vedranno più alle prove dello spettacolo! Cosa ci devo fare se sono troppo magra per i loro gusti?

Sorella maggiore: Non lo so, cara. Sto cercando di sentire il telegiornale. (Chi ascolta non presta attenzione).

Terza situazione

Sorellina (emozionata): Oggi ho vinto la gara di lettura a scuola!

Sorella maggiore (guardandosi allo specchio e pettinandosi): Ti piace la mia nuova pettinatura? (Chi ascolta ignora chi sta parlando).

Quarta situazione

Carla: Ogni volta che ti parlo di un ragazzo che mi piace, lo vai a raccontare a tutti.

Cristina: Beh, che c'è di male? Ci divertiamo un pochino, no? (Chi ascolta non è degno di fiducia).

Quinta situazione

Madre: Non giochi più a pallavolo?

Figlio: Non mi fanno più entrare in squadra.

Madre: Tu sei un buon giocatore; dovresti far parte della squadra!

Gianni: Il fatto è che ha sempre qualcosa da ridire su tutti. (L'amico ha messo il ragazzo in imbarazzo davanti a sua madre).

Sesta situazione

Madre: Quando ti ho detto che potevi uscire non ti ho detto che potevi stare fuori tutto il giorno.

Sandra: Ma non mi hai mica detto di tornare presto! (Chi parla e chi ascolta non si sono capiti).

Concludi la discussione facendo notare che se riusciamo a evitare questi ostacoli potremo comunicare meglio con gli altri membri della nostra famiglia.

Possiamo migliorare la comunicazione in famiglia

Citazione

Leggi la seguente dichiarazione:

«Ognuno deve essere disposto a fare la sua parte per migliorarsi, poiché la famiglia è l'unità fondamentale della Chiesa. La giusta comunicazione sarà sempre un elemento fondamentale per l'edificazione della solidarietà e della stabilità della famiglia» (Marvin J. Ashton, *La Stella*, ottobre 1976, pag. 50).

Volantino

L'elenco che segue è una serie di suggerimenti su come migliorare la comunicazione in famiglia. Distribuisci alle giovani il volantino che hai preparato. A mano a mano che ogni suggerimento viene letto, chiedi alle giovani di indicare qualche applicazione pratica e di trascriverla sul loro foglio. Invita ognuna di loro a adattare questi suggerimenti alla situazione esistente nella sua famiglia. Puoi aggiungere alcune idee tratte da quelle che seguono.

Come migliorare la comunicazione in famiglia

Ascolta con attenzione. Guarda la persona che sta parlando; non fare altre cose che richiedono la tua attenzione, come leggere, scrivere, ecc.; rispondi in maniera da far capire che stai prestando attenzione; non stare solo ad aspettare che smetta di parlare per dire la tua opinione.

Accetta i tuoi familiari come sono. Non giudicare, condannare o criticare; non dire cattiverie e non offendere.

Abbi fiducia nei tuoi genitori e negli altri familiari. Se, quando è opportuno, noi ci confidiamo con gli altri su argomenti che ci stanno a cuore, sarà più facile che anche loro si confidino con noi; scambiarsi confidenze crea intimità e buona comunicazione.

Partecipa agli interessi dei tuoi familiari. Fai capire ai tuoi fratelli e sorelle che ti interessi alle loro attività, come sport, hobby, ecc.; Mostra veramente interesse per quello che fanno, e fai quanto puoi per appoggiarli.

Mostrati affettuosa. Dai un bacio ogni tanto o un abbraccio al papà e alla mamma; da' un colpetto sulla spalla o sul braccio dei tuoi fratelli; di' ai tuoi cari che vuoi loro bene.

Sii sincera nel fare i complimenti. Se pensi che qualcuno abbia fatto un buon lavoro, diglielo; ringrazia chi ha fatto qualcosa per te; riferisci a tutta la famiglia le buone azioni compiute da qualcuno di loro; scrivi dei bigliettini di incoraggiamento e di approvazione.

Rispetta le confidenze che hai ricevuto. Se qualcuno ti racconta un fatto personale, rispettane la riservatezza e non parlarne con nessuno.

Collabora a creare un ambiente propizio per una buona comunicazione. Contribuisci a eliminare gli ostacoli del rumore e della confusione; dedica del tempo a parlare individualmente con tutti; cerca di risolvere i problemi nel corso della serata familiare, del consiglio di famiglia o della intervista personale con i tuoi genitori.

Conclusione

Esposizione

Spiega che una buona comunicazione è un grande aiuto per ogni famiglia e che ogni singolo membro contribuire molto a renderla tale. Ogni giovane può imparare a riconoscere gli ostacoli che impediscono una buona comunicazione e sviluppare la capacità di eliminarli e di favorire la comprensione reciproca.

Applicazione pratica

Invita ogni giovane a prestare attenzione, nel corso della prossima settimana, per individuare i casi di cattiva comunicazione nella sua famiglia. Suggestisci loro di usare per ogni problema che individuano i suggerimenti esposti nel corso della lezione. Suggestisci loro anche di insegnare qualche metodo di buona comunicazione nel corso di una serata familiare.

Come migliorare la comunicazione in famiglia

Ascolta con attenzione.

Accetta i tuoi familiari come sono.

Abbi fiducia nei tuoi genitori e negli altri familiari.

Partecipa agli interessi dei tuoi familiari.

Mostrati affettuosa.

Sii sincera nel fare i complimenti.

Rispetta le confidenze che hai ricevuto.

Collabora a creare un ambiente propizio per una buona comunicazione.

Una giovane donna porta la pace in famiglia

OBIETTIVO	Ogni giovane si adopererà per portare e mantenere la pace in famiglia.
PREPARAZIONE	<ol style="list-style-type: none"> 1. Porta in classe per la dimostrazione due oggetti qualsiasi che producano calore quando vengono sfregati uno contro l'altro, come ferro e pomice, due bastoni o legno e carta vetrata. 2. Incarica alcune giovani di prepararsi a esporre delle idee pratiche o degli esempi personali a conferma delle cinque dichiarazioni che iniziano con «Possiamo portare e mantenere la pace . . . » Concedi solo uno o due minuti a ogni giovane. 3. Incarica alcune giovani di leggere i passi delle Scritture, le storie o le citazioni di tua scelta.
SVOLGIMENTO DELLA LEZIONE	<p>Introduzione</p>
Dimostrazione	Sfrega uno contro l'altro i due oggetti finché diventano tiepidi al tatto, poi spiega che il calore è il naturale prodotto dello sfregamento dei due oggetti che viene chiamato «attrito». Quando delle persone vivono a stretto contatto, come accade nelle famiglie, capitano quasi ogni giorno dei piccoli contrasti. A volte questi contrasti producono una sorta di «attrito» che non si manifesta con il calore, ma con l'irritazione, i litigi e la disarmonia fra i membri della famiglia.
Citazione e discussione	<p>Invita le giovani a descrivere brevemente i sentimenti che provano quando cominciano ad arrabbiarsi.</p> <p>L'anziano Theodore M. Burton descrisse questo processo nel seguente modo:</p> <p>«Ogni volta che diventate rossi in volto, ogni volta che alzate la voce e ogni volta che vi sentite gonfiare il collo per la rabbia, la ribellione o la frustrazione, allora sappiate che lo Spirito del Signore vi sta abbandonando e lo spirito di Satana comincia a prendere possesso di voi» (Conference Report, ottobre 1974, pag. 77 o <i>Ensign</i>, novembre 1974, pag. 50).</p> <ul style="list-style-type: none"> • Quali sono le conseguenze spirituali dell'ira? (La perdita dello Spirito Santo e l'assoggettamento a Satana). <p>Spiega che una persona in collera porta uno spirito di discordia in tutta la famiglia, mentre una persona pacifica può portare uno spirito di pace.</p>
Scritture, discussione e lavagna	<p>Il Vangelo ci insegna a adoperarci per la pace</p> <p>Invita le giovani a leggere e sottolineare Romani 12:14–21. Chiedi poi loro di rileggere il versetto 18 e di indicare chi ha la responsabilità di portare o di mantenere la pace in famiglia.</p> <p>Scrivi sulla lavagna: «Beati quelli che _____, perché essi saranno chiamati _____». Chiedi alle giovani di cercare questo passo delle Scritture. La prima giovane che lo trova (Matteo 5:9) potrà riempire gli spazi lasciati in bianco.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Perché coloro che si adoperano per la pace sono chiamati figlioli di Dio? <p>Spiega che chi porta la pace fra il prossimo assomiglia a Dio e può a ragione essere chiamato figliolo di Dio.</p>

Invita le giovani a leggere Matteo 5:44.

- Avete mai avuto l'impressione che qualcuno della vostra famiglia vi fosse nemico?

Spiega che nemico è colui che si oppone a noi o che vuol farci del male. Nei litigi che sorgono in una famiglia può capitare che anche persone che si vogliono bene si comportino come se fossero nemici.

Elenca sulla lavagna i modi per portare la pace descritti in Matteo 5:44.

Spiega che il Vangelo ci insegna che per portare la pace è necessario amare incondizionatamente, restituire bene per male e pregare per i nostri nemici. Se perdoniamo, comprendiamo e mostriamo rispetto, l'atmosfera migliorerà.

Una giovane donna può adoperarsi per portare o mantenere la pace in famiglia

Storia

- Vi siete mai chieste come potete portare la pace in casa vostra? Lascia che qualche giovane risponda, poi racconta la seguente storia:

«Un saggio vescovo un giorno chiamò diversi giovani nel suo ufficio e disse loro: «Vorrei che mi aiutaste a compiere un esperimento. Vorrei dimostrare l'influenza che un membro può esercitare sull'atmosfera che regna in famiglia. Vorrei che ognuno di voi, per un mese, si adoperasse per portare la pace nella sua casa. Non dite nulla ai vostri genitori, ma siate *premurosi, buoni e gentili*; siate un *esempio* di queste virtù. Quando sorge un litigio o un disaccordo fra i membri della vostra famiglia, fate tutto ciò che potete per superare queste debolezze e *creare un'atmosfera di amore, di armonia e di felicità*».

Quando siete irritati, o lo sono gli altri, controllatevi e aiutate gli altri a controllarsi. Vorrei vedere ogni casa del nostro rione diventare, come ci disse il presidente McKay, un luogo di rifugio e un angolo di cielo sulla terra. Alla fine del mese mi riferirete sul risultato di questo esperimento».

Quella fu una vera sfida per quei giovani, ma essi seppero affrontarla in modo meraviglioso. Quando riferirono al vescovo il risultato dell'esperimento, un giovane disse: «Non avevo idea di quanta influenza posso esercitare nella mia casa. Quest'ultimo mese è stato assai diverso dagli altri. Mi domando se la maggior parte delle contese e dei litigi in famiglia non scaturivano dal mio atteggiamento».

Una giovane disse: «Ritengo che in famiglia siamo persone normali, afflitte dall'egoismo che causa i soliti piccoli contrasti quotidiani. Tuttavia, durante questo mese, mi sono data da fare con i miei fratelli e sorelle e molte contese e disaccordi sono stati eliminati. Nella nostra casa ora regna un'atmosfera più serena; credo che si debba darsi da fare per portare un'atmosfera di pace in famiglia».

Un'altra giovane riferì quanto segue: «Sì, da quando ho messo in atto questo esperimento nella nostra casa si è vista una maggiore collaborazione, un maggiore altruismo e un'atmosfera più tranquilla; ma più di tutti sono stata io a cambiare. Ho cercato con tutte le mie forze di dare un buon esempio e di adoperarmi per la pace; e ora mi sento meglio, sento in me un grande sentimento di pace» (Franklin D. Richards, *La Stella*, luglio 1975, pag. 40).

Lavagna

Chiedi alle giovani di ripensare ai consigli dati dal vescovo e trascrivi sulla lavagna le parole della storia che sono state sottolineate.

Esposizione

Spiega che se c'è qualcuno che si sforza di riportare la pace è più facile che la tensione fra i componenti della famiglia si allenti, sia fra genitori e figli, tra fratelli e anche se il litigio avviene fra i genitori.

Esposizione

Invita le giovani appositamente incaricate a esporre le proprie idee su come si può portare la pace in ciascuna delle maniere elencate qui sotto. Puoi usare i passi delle Scritture citati per illustrare alcuni concetti:

1. *Posso portare la pace mostrando affetto e comprensione.*

«Da questo conosceranno tutti che siete miei discepoli, se avete amore gli uni per gli altri» (Giovanni 13:35).

2. *Posso portare la pace evitando di criticare e esercitando l'autocontrollo.*

«La risposta dolce calma il furore, ma la parola dura eccita l'ira» (Proverbi 15:1).

3. *Posso portare la pace restituendo bene per male e perdonando.*
«Se uno ti percuote sulla guancia destra, porgigli anche l'altra» (Matteo 5:39).
«Quante volte, peccando il mio fratello contro di me, lo perdonerò? Fino a sette volte?
E Gesù a lui: Io non ti dico fino a sette volte, ma fino a settanta volte sette» (Matteo 18:21–22).
4. *Posso portare la pace essendo comprensiva ed altruista.*
«Siate pieni d'affezione gli uni verso gli altri; quanto all'onore, prevenitevi gli uni gli altri» (Romani 12:10).
5. *Posso portare la pace pregando e ascoltando i suggerimenti dello Spirito Santo.*
«Potete riconoscere che lo Spirito di Cristo è in voi quando parlate agli altri o degli altri con un sorriso affabile anziché con uno sguardo duro o corrucciato» (Theodore M. Burton, Conference Report, ottobre 1974, pag. 77 o *Ensign*, novembre 1974, pag. 56).

Conclusione

Citazione

Leggi la seguente descrizione fatta a proposito delle ricompense che ottengono coloro che si adoperano per la pace:

«Il maggiore beneficio che ricevono coloro che si adoperano per la pace e che mettono in pratica i principi del Vangelo è la testimonianza dello Spirito Santo. Essi godono la pace che va al di là di ogni comprensione, provano sollievo dalle tensioni, gioia e felicità, contentezza, progresso e sviluppo» (Franklin D. Richards, *La Stella*, luglio 1975, pag. 40).

Applicazione pratica

Lancia alle giovani la stessa sfida che il vescovo della storia lanciò ai giovani del suo rione e chiedi loro di sforzarsi di adoperarsi per la pace per tutta la settimana seguente. Di loro che, se lo vorranno, potranno riferire il risultato del loro impegno durante la lezione della settimana prossima.

Conoscere il sacerdozio

Il sacerdozio: una grande benedizione

OBIETTIVO Ogni giovane comprenderà meglio che cosa è il sacerdozio e quali sono le benedizioni che può ricevere grazie a questo potere.

PREPARAZIONE

1. Illustrazioni: 6, Giovanni Battista conferisce il Sacerdozio di Aaronne (62013); 7, La benedizione del sacramento (62343); e 8, Benedizione paterna. Se lo desideri, puoi utilizzare altre illustrazioni che mostrano il sacerdozio in azione.
2. Procurati carta e matita per ciascuna giovane.
3. Ripassa i seguenti passi delle Scritture: Dottrina e Alleanza 76:22–24; 88:45–47; Mosè 1:33–35; Marco 5:22–43.
4. Incarica alcune giovani di leggere i passi delle Scritture, le storie o le citazioni di tua scelta.

SVOLGIMENTO DELLA LEZIONE

Illustrazioni

Il sacerdozio è l'autorità e il potere di Dio

Mostra le illustrazioni che rappresentano la restaurazione del sacerdozio e alcune ordinanze officiate da chi lo possiede, come la benedizione del sacramento, la benedizione degli infermi o il battesimo.

Inizia la lezione narrando alle giovani la seguente esperienza fatta da Wilson P. Lauritzen:

«Era in corso la battaglia di Bulge, vicino alla città di Ammonius, nel Belgio. A quel tempo i tedeschi erano già sulla difensiva e i nostri reparti erano riusciti a penetrare nelle loro file, isolandone e circondandone un vasto settore. I tedeschi si arrendevano in gran numero e, mentre li stavamo disarmando, uno di essi mi disse in un inglese stentato: «Sa, per caso, se ci sono dei Mormoni nel suo reparto?» «Sì», risposi, «io sono mormone». «Lei detiene il sacerdozio?» «Sì» risposi; al che il soldato aggiunse: «Le dispiacerebbe allora venire con me in quella buca laggiù a benedire un mio compagno? È stato ferito gravemente e soffre molto». Naturalmente acconsentii e ci recammo a fianco dell'uomo ferito, che si trovava in effetti in brutte condizioni. Lì, solo poche ore dopo aver smesso di combattere in campi avversi, noi due ci inginocchiammo insieme e benedicemmo quel soldato ferito. Mentre stavamo celebrando l'ordinanza sentii molto forte dentro di me lo Spirito del Signore, e so che anche essi ebbero la stessa impressione. Quando terminammo arrivarono i porta-feriti; posammo quel corpo martoriato sulla barella e ci separammo; il ferito fu mandato nell'ospedale da campo, mentre l'altro soldato raggiunse il resto dei prigionieri e io tornai ai miei doveri» (citato da Spencer W. Kimball in Albert L. Zobell Jr., *Storyteller's Scrapbook*, 1948, pag. 112–13).

Discussione

- Quale potere avevano in comune quei due soldati di paesi diversi?
- Cos'è il sacerdozio? (Il potere e l'autorità conferiti dal nostro Padre celeste a tutti i Suoi figli che accettano di mettere in pratica il Vangelo).

Illustrazioni, Scritture e discussione

Mostra ancora le illustrazioni e chiedi alle giovani:

- Quando un degno detentore del sacerdozio compie un'ordinanza, per noi ha la stessa importanza come se fosse il Signore stesso a celebrarla?

Dopo che le giovani avranno espresso la loro opinione, chiedi a una di loro di leggere Dottrina e Alleanze 1:38. Spiega che i detentori del sacerdozio possono agire con il potere di Dio. Per approfondire la discussione puoi invitare le giovani a leggere 3 Nefi 12:1–2, che descrive come Gesù chiamò i Suoi dodici discepoli nefiti e dette loro il potere di agire nel Suo nome.

Invita le giovani a immaginare di trovarsi all'aperto in una sera d'estate e di guardare il cielo stellato. Fai notare che ognuna di quelle stelle è simile al nostro sole, e che molte di esse hanno dei pianeti (vedi a questo proposito Mosè 1:33–35; DeA 76:22–24 e DeA 88:45–47).

Chiedi alle giovani di indicare tramite quale potere furono creati tutti questi pianeti, compresa la nostra terra.

Per chiarire questo concetto, fai leggere a una giovane Dottrina e Alleanze 88:45–47. Spiega che tutti questi mondi furono creati dal nostro Padre celeste e da Gesù Cristo tramite il potere del sacerdozio. È un potere tanto grande da consentire di governare gli astri, e anche tanto delicato da permettere di benedire un bambino appena nato.

Una giovane può ricevere molte benedizioni grazie al sacerdozio

Discussione	Spiega che molte delle benedizioni che riceviamo ci pervengono tramite il sacerdozio. Il sacerdozio può avere un grande potere nella nostra vita.
Scritture	Spiega alle giovani che tramite il potere del sacerdozio il Salvatore fece risorgere dai morti una giovane che aveva la loro età. Chiedi se qualcuno sa di quale episodio si tratta. Leggete assieme Marco 5:22–43, che contiene l'episodio della figlia di Jairo.
Esperienze personali	Molte giovani presenti o i loro familiari hanno goduto i benefici del potere del sacerdozio. Chiedi ad alcune giovani di raccontare alla classe qualche episodio che ha visto in azione il potere del sacerdozio.
Lavagna e discussione	Spiega che il potere del sacerdozio si inserisce in molti modi nella nostra vita. Chiedi alle giovani di indicare il maggior numero possibile di modi in cui il sacerdozio ha influito positivamente sulla loro vita. Elenca brevemente sulla lavagna le risposte delle giovani. Per aiutarle a trovare le risposte pertinenti puoi fare qualche esempio fra quelli sotto indicati.

I benefici che ricevo dal sacerdozio

1. La prima benedizione quando ero neonata
2. Il battesimo
3. L'appartenenza alla chiesa del Signore
4. Il dono dello Spirito Santo
5. Il sacramento
6. La guida del sacerdozio nella mia famiglia attuale e in quella futura
7. La guida dei profeti e degli apostoli
8. Le benedizioni del sacerdozio quando sono ammalata o ho bisogno di aiuto.
9. Le benedizioni paterne nei momenti di difficoltà
10. Gli insegnanti familiari
11. Un vescovo che si cura di me
12. La benedizione patriarcale
13. L'investitura nel tempio
14. Il matrimonio nel tempio

Puoi raccontare alla classe un'esperienza tua personale o di un'altra persona che mostri il potere del sacerdozio. Se sei convertita alla Chiesa puoi raccontare in che modo dei detentori del sacerdozio ti hanno aiutato a trovare la verità. Se sei sposata, puoi parlare della guida che il sacerdozio rappresenta nella tua famiglia. Fai in modo che le giovani si rendano conto di quanto sei grata per questo sacro potere. Oppure puoi raccontare la seguente storia, che mostra come il sacerdozio aiutò una giovane che ne aveva bisogno:

Storia	<p>Il vescovo H. Burke Peterson ha raccontato la seguente esperienza personale:</p> <p>«Alcuni anni fa, quando ero vescovo di un rione in Arizona, avevamo nel rione un insolito gruppo di adolescenti. La maggior parte di loro avevano il coraggio di fare le cose giuste.</p>
--------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Erano molto vicini l'uno all'altro e si aiutavano reciprocamente quando c'erano delle difficoltà. Quasi tutti frequentavano una scuola media nel vicinato; per numero essi non erano che una piccola percentuale del corpo studentesco. A scuola fecero conoscenza con una giovane che non apparteneva alla Chiesa. La sua situazione era particolare, perché era sorda; aveva anche un difetto al cuore. Poteva comprendere ciò che gli altri dicevano soltanto osservando i movimenti delle labbra. In classe sedeva in prima fila per poter vedere gli insegnanti quando parlavano. Era una brava studentessa, ma quando si è sordi non si può essere attivi: è difficile prendere parte alle attività che si svolgono intorno a noi; così si è portati ad assumere più un ruolo di spettatori che a partecipare. Ella era una spettatrice che osservava il gioco dai bordi del campo.

I giovani del nostro rione le offrirono la loro amicizia e la invitarono a far parte della loro cerchia. Ella rispose positivamente alle loro premure. Un passo dopo l'altro, alla fine con il permesso dei genitori fu invitata ad assistere alle lezioni missionarie in casa di uno di questi giovani. La giovane fu istruita da due missionari di diciannove anni, poco più anziani di lei. Le piacque quello che le spiegarono; credette in ciò che le insegnarono e si sentì in pace con se stessa. Fu fissato il giorno del suo battesimo, al quale fummo tutti invitati a partecipare. Vestiti di bianco, ella e uno dei missionari entrarono nell'acqua e fu battezzata, mentre egli diceva, dopo averla chiamata per nome: «Essendo stato incaricato da Gesù Cristo, io ti battezzo nel nome del Padre e del Figliuolo e dello Spirito Santo» (DeA 20:73).

Il passo successivo fu la confermazione. Alcuni di noi entrarono a far parte del cerchio mentre le mani dei detentori del sacerdozio le venivano poste sul capo. Mi rendevo conto del fatto che ella non poteva vedere le labbra della persona che la confermava e che pertanto non avrebbe potuto udire la benedizione che egli sarebbe stato ispirato ad impartirle. Ascoltai attentamente perché più tardi volevo invitarla nel mio ufficio, dove avrebbe potuto vedermi parlare quando le avrei riferito ciò che era stato detto.

Un missionario di diciannove anni la confermò membro della Chiesa, poi continuò impartendole una benedizione. Mentre parlava, cominciò a farle delle promesse che mi sembrarono eccessive. In effetti cominciai a sentirmi un poco a disagio per le sue parole. Ma, man mano che continuava a impartire la benedizione, cominciai a provare una sensazione di pace. Più tardi mi sedetti davanti alla giovane e le dissi: «Voglio parlarti della benedizione che ti è stata impartita. È stata una benedizione meravigliosa».

La giovane mi guardò in silenzio per un attimo con gli occhi pieni di lacrime, poi disse: «Vescovo, *ho udito* la benedizione».

Ella era stata guarita. Ora poteva udire e il suo cuore batteva normalmente. Ora poteva partecipare più pienamente alla vita del Vangelo e alle benedizioni della vita» (*La Stella*, aprile 1982, pagg. 70-72).

Discussione

Chiedi alle giovani di esprimere i loro sentimenti a proposito di questo episodio.

- In che modo quella giovane si era preparata a ricevere le benedizioni del sacerdozio?

Conclusione

Distribuisci carta e matita alla classe e invita ogni giovane a scrivere alcuni modi nei quali si può preparare per poter ricevere le benedizioni del sacerdozio. Incoraggia ogni giovane a impegnarsi su quei punti che ha indicato sul suo foglio.

OBIETTIVO	Ogni giovane comprenderà meglio il valore e i doveri del suo vescovo.
-----------	-----------------------------------------------------------------------

PREPARAZIONE	<ol style="list-style-type: none">1. Procura carta e matite per tutte le giovani.2. Porta in classe carta da lettere, buste e penne.3. Facoltativo: porta una fotografia del vescovo del vostro rione.4. Facoltativo: invita il vescovo a venire in classe per spiegare cosa sono le interviste personali e quali sono i suoi altri doveri.5. Incarica alcune giovani di leggere i passi delle Scritture, le storie o le citazioni di tua scelta.
--------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

SVOLGIMENTO DELLA LEZIONE	Il vescovo ha molti doveri
Fotografia	Mostra la fotografia del vescovo e commenta con la classe l'importanza del suo incarico. Fai notare che egli è stato chiamato e messo a parte come sommo sacerdote presidente del rione. Egli è stato nominato giudice in Israele per i membri del rione.
Attività	Distribuisci alle giovani carta e matita e invita ognuna di loro ad ascoltare attentamente la seguente dichiarazione e a prendere nota di tutti i doveri che competono al vescovo.
Citazione	<p>«Il vescovo presiede su ogni persona che abita nel rione e dirige in essa tutte le attività della Chiesa . . . Per tutta la vostra vita di adolescente sarete sotto la guida del vescovo; egli incaricherà degli insegnanti e dei consulenti di aiutarlo in questo lavoro, ma sarà sempre personalmente interessato al vostro progresso. Egli valuterà costantemente il vostro modo di vivere, perché è chiamato ad essere giudice della vostra dignità . . . di ricevere le ordinanze superiori e di andare al tempio.</p> <p>Se sarete chiamati a lavorare nella Chiesa, imparerete ad obbedire al vescovo. Se vi troverete nei guai, farete bene ad andare da Lui per avere guida e consiglio. Egli è stato scelto dal Signore e incaricato dal presidente della Chiesa di essere responsabile di ognuna di voi e di assicurarsi che ognuna di voi progredisca secondo le sue capacità e dignità . . .</p> <p>Egli vi incontrerà ogni anno per la liquidazione delle decime e vi farà un'intervista personale . . . Se andrete in missione, sarà lui a fare la prima analisi per vedere se siete pronti a servire in questo campo» (S. Dilworth Young, <i>More Precious than Rubies</i>, Bookcraft, 1959, pagg. 40-41).</p>
Lavagna e discussione	<ul style="list-style-type: none">• Potete leggere alcuni dei doveri che avete elencato sul vostro foglio? Elenca questi doveri sulla lavagna.• Quali altri doveri e compiti ha il vescovo? Aggiungi ogni risposta all'elenco sulla lavagna. Alcuni esempi possono essere: presiedere e dirigere le riunioni, dirigere l'insegnamento familiare, approvare le ordinazioni e gli avanzamenti nel sacerdozio di Aaronne, tenere le interviste, tenere la liquidazione delle decime, accertare la dignità personale, dare consiglio e conforto, impartire le benedizioni del sacerdozio, raccomandare le chiamate in missione, approvare le chiamate dei fedeli, rilasciare le raccomandazioni per il tempio, essere responsabile dei rapporti, dei verbali, delle decime e delle offerte, presiedere ai comitati delle attività e dei servizi di benessere, essere responsabile degli edifici e dei terreni, provvedere al benessere materiale e spirituale dei fedeli, favorire il processo del pentimento e discernere le necessità dei fedeli.

- Quali sono le persone che il vescovo chiama perché lo aiutino?

Assicurati di menzionare oltre ai consiglieri anche i dirigenti dei quorum, la presidenza e le consigliere delle Giovani Donne, le insegnanti visitatrici e gli insegnanti familiari. Spiega che tutti coloro che aiutano il vescovo lo rappresentano in qualcuna delle sue responsabilità; tuttavia egli rimane il responsabile ultimo di tutte le attività del rione.

Presentazione dell'ospite

Se hai invitato il vescovo, concedigli a questo punto cinque minuti per illustrare alle giovani lo scopo delle interviste che egli tiene con loro e qualcuno dei suoi altri doveri.

Possiamo esprimere al vescovo la nostra gratitudine

Esposizione

Se non è stato ancora detto, fai notare che il vescovo di solito ha moglie e figli e quindi ha anche dei doveri familiari. Deve guadagnarsi da vivere e provvedere a soddisfare le necessità materiali e spirituali della sua famiglia. Spesso gli sforzi instancabili del vescovo passano inosservati e non vengono riconosciuti.

Lettere

- Come possiamo dimostrarci riconoscenti al vescovo per tutto ciò che egli fa per noi?

Leggi le due lettere di ringraziamento inviate da due Giovani Donne al loro vescovo:

«Caro vescovo,

la voglio ringraziare per l'aiuto che ci ha dato durante le nostre lezioni e le attività che abbiamo svolto. Le sue interviste mi hanno aiutata molto e sono sicura che aiutano anche gli altri fedeli. Quando dovevo entrare a far parte delle Giovani Donne ero un po' spaventata; ma lei mi ha dato coraggio, e adesso mi sento più tranquilla. La ringrazio di aver chiamato per la nostra classe un'insegnante così brava. Ho imparato molto da lei e anche dalle altre giovani. Tutti mi aiutano ad andare avanti.

Una tredicenne»

«Caro vescovo,

Mi sono accorta che i consigli e la guida che ci dà provengono veramente da Dio; li ho messi alla prova e si sono sempre dimostrati giusti. Anche i miei genitori la ringraziano per averci aiutato a mandare i miei fratelli in missione e per l'aiuto che ci ha prestato nei momenti di difficoltà. Mi piace il modo che lei ha di parlare con i giovani e il modo in cui i suoi messaggi sono compresi sia dai giovani che dai vecchi. So che il Signore sostiene il nostro rione tramite tutto ciò che lei fa per noi. Grazie.

Una diciassettenne»

Conclusione

Attività di scrittura

Distribuisci alle giovani carta, penne e buste e invitala a scrivere un biglietto di ringraziamento al vescovo. Assicurati che i biglietti siano consegnati.

Le giovani potranno anche scegliere uno dei seguenti modi per esprimere la loro riconoscenza al vescovo nel corso della settimana prossima:

1. Parla del vescovo e della gratitudine che nutri verso di lui nel corso di una serata familiare.
2. Parla con il vescovo dicendogli ciò che pensi di lui e del suo lavoro.
3. Fai qualcosa di gentile o simpatico per il tuo vescovo.
4. Ringrazia il Padre celeste nelle tue preghiere per il vescovo e per quanto egli fa per te.

OBIETTIVO Ogni giovane comprenderà quali sono le benedizioni del sacerdozio che può ricevere da suo padre e desidererà riceverle.

PREPARAZIONE

1. Illustrazione 8, Benedizione paterna, che si trova in fondo al manuale.
2. Facoltativo: prepara i seguenti cartelli: Benedizione e imposizione del nome ai neonati, Battesimo, Confermazione, Benedizione degli infermi, Ordinazione agli uffici del sacerdozio, Messa a parte e (usando carta di un colore diverso) Benedizioni paterne.
3. Prepara un foglio di carta per ogni giovane con su scritti i passi delle Scritture e le domande elencate nella sezione «Un padre può benedire i suoi figli tramite il sacerdozio».
4. Incarica alcune giovani di leggere i passi delle Scritture, le storie o le citazioni di tua scelta.

**SVOLGIMENTO
DELLA
LEZIONE**

Cartelli o lavagna

Introduzione

Chiedi alle giovani di indicare quali ordinanze può celebrare e quali benedizioni può impartire un detentore del Sacerdozio di Melchisedec.

Man mano che le giovani rispondono, esponi i cartelli corrispondenti oppure scrivi le risposte sulla lavagna, scrivendo «BENEDIZIONI PATERNE» in lettere maiuscole. Mostra poi l'illustrazione del padre che impartisce una benedizione.

Un padre può benedire i suoi figli tramite il sacerdozio

Esposizione

Il diritto di impartire benedizioni è uno dei più grandi privilegi conferiti a un degno detentore del Sacerdozio di Melchisedec. Egli ha il diritto e il potere di benedire i membri della sua famiglia, come potrebbe fare Gesù Cristo se fosse presente. Il padre ha il diritto di ricevere dal Signore ogni rivelazione che riguarda la vita delle persone che egli benedice.

Scritture e domande

Spiega che le benedizioni paterne esistono fin dal tempo di Adamo. Distribuisci i fogli con i passi delle Scritture e invita le giovani a leggerli uno alla volta e a commentare le benedizioni in essi descritte.

1. *2 Nefi 2:1-3*. Cosa promise Lehi a suo figlio Giacobbe? (Avrebbe tratto profitto dalle sue afflizioni, sarebbe vissuto al sicuro con suo fratello Nefi, avrebbe servito il Signore e sarebbe stato redento).
 2. *2 Nefi 3:1-3*. Cosa promise Lehi a Giuseppe se questi avesse osservato i comandamenti? (Egli e i suoi discendenti avrebbero ereditato per sempre il paese e la sua progenie non sarebbe stata completamente distrutta).
 3. *Genesi 49:8, 10*. Quali benedizioni promise Giacobbe a suo figlio Giuda? (I suoi fratelli lo avrebbero lodato, egli avrebbe trionfato sui suoi nemici e avrebbe regnato sino alla venuta del Salvatore [Sciloh]).
-

Una benedizione paterna può guidare e incoraggiare ogni giovane

Lavagna
e discussione

Invita le giovani a indicare in quali occasioni è opportuno chiedere una benedizione paterna. Elenca le risposte alla lavagna.

Alcune risposte potrebbero essere:

1. All'inizio di un nuovo anno di scuola.
2. Prima di prendere una decisione importante.
3. Quando si ha un problema personale serio.
4. Quando si è in procinto di partire da casa per un viaggio, per la missione, per iniziare un lavoro o per sposarsi.
5. Durante i momenti di tristezza, come quando muore qualcuno.
6. In momenti di preoccupazione, di dubbio, di stanchezza e ogni volta che se ne sente il bisogno.

Esposizione

Una benedizione paterna può essere fonte di conforto, di forza, di ispirazione, di saggezza e di consiglio. Può anche rafforzare l'unità della famiglia.

A differenza della benedizione patriarcale, la benedizione paterna non viene conservata negli archivi della Chiesa, tuttavia può essere scritta nel diario personale o in quello di famiglia.

Storia

Il presidente Ezra Taft Benson raccontò il seguente episodio:

«Qualche tempo fa un giovane venne nel mio ufficio per chiedermi una benedizione. Aveva diciotto anni e si trovava a dover affrontare alcuni problemi. Non si trattava di gravi problemi morali, tuttavia era confuso e preoccupato.

Mi chiese una benedizione. Gli dissi: «Hai mai chiesto a tuo padre di darti una benedizione? Suppongo che egli sia membro della Chiesa».

Mi rispose: «Sì, è un anziano, anche se poco attivo».

Gli dissi ancora: «Vuoi bene a tuo padre?» Rispose: «Sì, fratello Benson; è una brava persona e gli voglio molto bene». Poi aggiunse: «Non svolge i doveri del suo sacerdozio come dovrebbe. Non va in chiesa regolarmente. Non so neanche se paghi la decima; ma è una brava persona: lavora per noi ed è un uomo gentile». Gli dissi: «Ti piacerebbe parlargli nel momento più adatto e chiedergli se è disposto a darti una benedizione paterna?»

«Oh», rispose, «penso che questa richiesta lo spaventerebbe».

Gli dissi allora: «Sei disposto a provare? Io pregherò per te».

Alla fine acconsentì dicendo: «Va bene, farò come dice lei».

Alcuni giorni dopo tornò a trovarmi e mi disse: «Fratello Benson, nella nostra famiglia è accaduta la cosa più bella che si possa immaginare». Riusciva a malapena a tenere a freno i suoi sentimenti quando mi raccontò cosa era accaduto: «Quando si è presentato il momento più opportuno ho rivolto a mio padre la richiesta di una benedizione. La sua risposta è stata: «Figliuolo, vuoi veramente che ti dia una benedizione?» Gli ho detto: «Sì, papà, vorrei proprio che mi benedecessi». Poi il ragazzo aggiunse: «Fratello Benson, egli mi ha impartito una delle più belle benedizioni che potessi augurarmi. Mia madre ha pianto per tutto il tempo. Quando ebbe finito, tra noi si era instaurato un legame di apprezzamento, di gratitudine e d'amore, come non c'era mai stato prima nella nostra casa»» (*La Stella*, aprile 1978, pagg. 46–47).

Discussione

Chiedi perché il presidente Benson invitò il giovane a rivolgersi al padre per avere la benedizione, sebbene questi non fosse molto attivo nella Chiesa. (Il padre si dimostrò desideroso di usare il sacerdozio che possedeva e di benedire il figlio; questa ordinanza si dimostrò una importante esperienza spirituale per tutta la famiglia e sia il padre che il figlio ne uscirono persone migliori).

Nei casi in cui il padre non è in grado di darle una benedizione, una giovane si può rivolgere al nonno, a un fratello, agli insegnanti familiari, al vescovo o a qualsiasi altro detentore del Sacerdozio di Melchisedec.

Citazione

«I degni detentori del sacerdozio, nell'ambito della famiglia più stretta o più vasta, dovrebbero essere invitati a benedire i membri della famiglia che ne hanno bisogno. Se questo non è possibile, l'insegnante familiare può essere invitato a compiere questa

sacra ordinanza. Quest'ordine della Chiesa provvede alle necessità di ogni membro . . . Grazie alla loro fede e alle loro preghiere gli insegnanti familiari degni e fedeli sono in grado di ricevere la stessa ispirazione che potrebbero ricevere dai dirigenti del sacerdozio» (Vaughn J. Featherstone, *La Stella*, gennaio 1980, pagg. 13-14).

Conclusione

Se lo desideri parla di un episodio in cui tu o un tuo familiare avete ricevuto guida e incoraggiamento a seguito di una benedizione paterna.

Applicazione pratica

1. Esorta ogni giovane a parlare delle benedizioni paterne con suo padre e con gli altri familiari, magari durante una serata familiare.
2. Esorta ogni giovane a meditare sugli effetti positivi che una benedizione paterna può avere su di lei e a chiederne una quando si presenta il momento adatto.
3. Suggestisci che ogni giovane parli con suo padre esternandogli il desiderio di ricevere una benedizione paterna. Ella potrà farlo durante un'intervista paterna o chiedendo un colloquio a tu per tu. (Fai attenzione a non mettere a disagio le giovani che non hanno un padre o il cui padre non appartiene alla Chiesa. In questi casi puoi suggerire loro di rivolgersi al vescovo).

OBIETTIVO	Ogni giovane comprenderà in che modo la benedizione patriarcale la può guidare nel corso della vita.
PREPARAZIONE	<ol style="list-style-type: none"> 1. Illustrazione 9, Giovane donna che riceve la benedizione patriarcale e illustrazione 10, Un labirinto di siepi, entrambe in fondo al manuale. 2. Porta una matita o una penna per ogni giovane. 3. Facoltativo: prepara un volantino che le giovani possano portare a casa, che descrive i modi in cui prepararsi a ricevere una benedizione patriarcale. Vedi la sezione: «Possiamo prepararci a ricevere la nostra benedizione patriarcale». 4. Incarica alcune giovani di leggere i passi delle Scritture, le storie o le citazioni di tua scelta.
SVOLGIMENTO DELLA LEZIONE	<p>La benedizione patriarcale può dare un indirizzo e uno scopo alla nostra vita</p>
Illustrazione e esposizione	<p>Mostra la figura di un labirinto e spiega che si tratta di una serie di percorsi complessi e intricati. Sia in Europa che in America nel secolo scorso c'erano molti giardini strutturati come labirinti, con siepi molto alte e di forma regolare. Passeggiare lungo questi percorsi era un passatempo di moda e l'obiettivo era quello di trovare l'uscita. A volte qualcuno si perdeva e non sapeva più dove andare, ma chi aveva fatto un po' di pratica, o un giardiniere, li poteva trarre d'impaccio, guidandoli con facilità.</p>
Discussione	<ul style="list-style-type: none"> • Che differenza c'è fra quello che vede uno che sta in cima a un albero e quello che vedono le persone che stanno in un labirinto? • In che modo chi sta sull'albero può aiutare coloro che si sono persi nel labirinto? • Per quali aspetti la vita è come un labirinto? <p>Aiuta le giovani a capire che mentre sono su questa terra possono avere solo una prospettiva limitata delle cose, proprio come accade alle persone che non riescono a vedere oltre le siepi del labirinto. Di solito mettiamo tutte le nostre speranze e i nostri sogni nelle cose che possiamo vedere; mentre qualcuno che può vedere la nostra vita da prima che iniziasse fino a dopo che sarà finita ci può guidare, proprio come uno che sta su un albero può guidare chi si trova nel labirinto. La benedizione patriarcale può essere paragonata alla guida di uno che si trova su un albero, e viene data dal Padre celeste, che può vedere la fine fin dal principio. Egli ci conosceva quando vivevamo nel mondo preterrestre, ci conosce ora e sa come saremo nella vita futura; così ci può avvisare dei pericoli che ci stanno davanti e prometterci delle benedizioni che noi non possiamo prevedere.</p>
Citazione, lavagna e discussione	<p>Leggi, o chiedi alle giovani di farlo, le seguenti citazioni, e poi discuti assieme a loro cosa può contenere una benedizione patriarcale. Elenca le risposte sulla lavagna.</p> <p>«Questa è la realtà e lo scopo della benedizione patriarcale: darci modo di interpretare e rivelarci mediante l'ispirazione dell'Onnipotente il motivo per cui siamo qui e che cosa ci si aspetta che noi facciamo per adempiere alla misura della nostra creazione qui sulla terra» (LeGrand Richards, <i>La Stella</i>, settembre 1981, pag. 38).</p> <p>«La benedizione patriarcale ci viene data per aiutarci in ciò che la vita ci chiede, per darci conforto, successo e forza. Ci può indicare particolari necessità che abbiamo, o doni speciali che ci sono stati promessi; possiamo essere aiutati a superare le nostre debolezze, a resistere alla tentazione o a sviluppare le nostre capacità, in modo da poter più sicuramente raggiungere quanto ci è stato promesso. Dato che ogni persona è diversa,</p>

anche le benedizioni possono variare; tuttavia una benedizione patriarcale ci dà sempre delle promesse, ci mette in guardia contro le sconfitte e rappresenta una guida sicura per ottenere tutte le benedizioni del Signore» (John A. Widtsoe, *Evidences and Reconciliations*, Bookcraft, 1960, pagg. 322–323).

- La benedizione patriarcale ci può dire tutto quello che ci accadrà o tutto quello che dobbiamo fare?

Spiega che le promesse contenute in una benedizione patriarcale (1) di solito sono di carattere generale, e (2) dipendono dalla nostra obbedienza. Non possiamo ricorrere ad essa per ogni decisione che dobbiamo prendere. Tuttavia essa può essere una valida guida.

Storia

Racconta la seguente storia, che illustra in che modo una benedizione patriarcale ci può proteggere dal pericolo:

La benedizione patriarcale di Rosanna conteneva ripetuti ammonimenti a osservare strettamente la Parola di Saggezza e la esortava in maniera particolare a non permettere che nessuno la tentasse a trasgredire nemmeno di poco questo comandamento, in modo da poter rimanere pura. Questi ammonimenti furono una sorpresa per Rosanna, che aveva già da tempo preso la decisione di osservare questo comandamento. La maggior parte dei suoi amici appartenevano alla Chiesa e non si era mai trovata nella tentazione di infrangere la Parola di Saggezza.

Qualche anno dopo aver ricevuto la benedizione patriarcale Rosanna venne assunta in un ospedale di una grande città, ed era l'unico membro della Chiesa a lavorare in quel posto. La maggior parte dei suoi amici rispettava le sue convinzioni e non cercava di convincerla a bere o a fumare; una sera però, durante una festa, uno dei medici primari offrì un bicchiere di spumante a tutti i presenti, compresa lei. Quando vide che Rosanna non partecipava al brindisi, il medico le chiese: «Non vorrai dire che un bicchiere di spumante può farti del male!» Di fronte al suo rifiuto egli cominciò a prenderla in giro e ben presto anche gli altri si unirono al gioco, cercando di convincerla a bere con loro. Imbarazzata per tutta quell'insistenza, Rosanna stava pensando di bere quel bicchiere, quando le parole della sua benedizione patriarcale le risuonarono nella mente: «Non permettere a nessuno di tentarti a infrangere in alcun modo questo comandamento». Queste parole le dettero il coraggio di cui aveva bisogno per poter resistere alla tentazione.

Discussione

Spiega che uno degli scopi della benedizione patriarcale è di indicarci qual è il nostro lignaggio.

- Che cosa intendiamo con il termine *lignaggio*?

Spiega che con questa parola intendiamo l'ascendenza genealogica tramite la quale noi ereditiamo determinati benefici.

Scritture e discussione

Invita le giovani a leggere Abrahamo 2:9–11 e spiega che il Padre celeste fece precise promesse ad Abrahamo:

1. I suoi discendenti avrebbero ricevuto il messaggio del Vangelo.
2. Tramite il potere del sacerdozio i suoi discendenti avrebbero portato il Vangelo a tutte le nazioni.
3. Tutti coloro che avessero accettato il Vangelo sarebbero stati adottati dalla famiglia di Abrahamo e avrebbero ereditato le sue benedizioni.

Esposizione

Spiega che il Padre celeste fece queste stesse promesse a Isacco, figlio di Abrahamo, e a Giacobbe, figlio di Isacco (il nome di Giacobbe venne cambiato in Israele). Tutti coloro che entrano nella Chiesa di Gesù Cristo dei Santi degli Ultimi Giorni divengono eredi delle benedizioni date ad Abrahamo e a Isacco, attraverso una delle tribù di Israele. Questo significa che, se viviamo rettamente, possiamo ricevere tutte le benedizioni che il Signore promise a questi grandi profeti. Molti fra noi appartengono alla tribù di Giuseppe tramite Efraim o Manasse, suoi figli. Questa conoscenza ci viene data nella benedizione patriarcale.

Dobbiamo prepararci per ricevere la nostra benedizione patriarcale

Illustrazione e discussione

Mostra l'immagine di una giovane che riceve la benedizione patriarcale e spiega che per prepararsi a ricevere questa benedizione ogni giovane deve fare determinate cose.

Lavagna e discussione	<ul style="list-style-type: none"> • Qualcuna di voi ha già ricevuto la sua benedizione patriarcale? Qualcuno dei vostri fratelli, sorelle o amici l'ha ricevuta? • Quali sono alcune delle cose che avete fatto, o che queste persone hanno fatto, per prepararsi a ricevere la benedizione patriarcale? <p>Scrivi sulla lavagna le idee espresse dalle giovani e assicurati che vengano toccati i seguenti punti:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Essere un degno membro battezzato della Chiesa. 2. Desiderare di riceverla. 3. Conoscere le promesse contenute nella benedizione impartita ad Abrahamo. 4. Essere abbastanza maturi da capire la benedizione che riceveremo. 5. Tenere un'intervista con il vescovo e ricevere la sua raccomandazione. 6. Subito dopo l'intervista con il vescovo prendere un appuntamento con il patriarca del palo. 7. Prepararsi studiando le Scritture, pregando e digiunando. 8. Pregare perché il patriarca sia ispirato.
Volantini	Facoltativo: distribuisce alle giovani un volantino contenente i suggerimenti precedenti. Se durante la discussione sono state messe in luce altre idee, chiedi alle giovani di aggiungerle all'elenco.
Esposizione	<p>Spiega che le benedizioni patriarcali vengono registrate. Una copia viene consegnata al ricevente e l'altra è conservata negli archivi della Chiesa. Dobbiamo leggere spesso e devotamente la nostra benedizione patriarcale e vivere in modo da essere degne delle promesse ivi contenute. La nostra benedizione patriarcale ci sarà di conforto nei momenti di difficoltà e di dispiaceri e ci darà il coraggio di mutare il corso della nostra vita, se necessario. Tutti i benefici che il Padre celeste ci dà sono condizionati dalla nostra dignità di riceverli; ossia, se vogliamo goderne, dobbiamo comportarci rettamente.</p> <p>Spiega alle giovani che di solito non dobbiamo far leggere ad altri la nostra benedizione, a meno che non siano i nostri familiari più stretti o altre persone particolarmente vicine a noi, e quando lo Spirito ci spinge a farlo. Non dobbiamo confrontare la nostra benedizione con quella delle nostre amiche. Se la perdiamo, possiamo riceverne un'altra copia scrivendo al Dipartimento Storico della Chiesa (Historical Department, 50 East North Temple Street, Salt Lake City, Utah 84150, USA).</p>

Conclusione

Citazione	<p>Spiega che la nostra benedizione patriarcale acquisterà un più profondo significato se studieremo e pregheremo per poterla comprendere meglio.</p> <p>Chiedi a una giovane di leggere la seguente dichiarazione fatta dal presidente Spencer W. Kimball:</p> <p>«Nutro grande fiducia nei patriarchi e le loro benedizioni. Quando il patriarca è un fedele Santo degli Ultimi Giorni e rimane vicino al Signore, studiando le Scritture, le promesse che egli fa con la sua speciale autorità e chiamata si adempiranno, se chi riceve la benedizione rimane fedele alla Chiesa» (Spencer W. Kimball, <i>La Stella</i>, aprile 1978, pag. 2).</p>
-----------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Applicazione pratica

1. Invita le giovani a prepararsi per ricevere la loro benedizione patriarcale, compiendo tutti i passi indicati nella lezione.
2. Incoraggia ogni giovane che ha già ricevuto la sua benedizione a leggerla spesso con animo devoto e a cercare di vivere continuamente in maniera tale da meritarsi le benedizioni promesse.

La genealogia e il lavoro di tempio

OBIETTIVO

Ogni giovane capirà che la frequenza al tempio è fonte di grandi benefici.

PREPARAZIONE

1. Prepara quattro cartelli:
 - Il tempio è un rifugio di pace.
 - Il tempio è un santuario dedicato al servizio.
 - Il tempio è una casa di alleanze.
 - Il tempio è un luogo di rivelazioni.
2. Mostra alcune fotografie di templi.
3. Preparati a parlare dei sentimenti che provi quando ti trovi dentro il tempio. Oppure chiedi a un membro del rione che è stato al tempio a parlare alle giovani dei propri sentimenti.
4. Incarica alcune giovani di leggere i passi delle Scritture, le storie o le citazioni di tua scelta.

SVOLGIMENTO DELLA LEZIONE**Discussione****Introduzione**

Scrivi sulla lavagna sette o otto volte:

Il tempio è _____.

Invita le giovani a descrivere il tempio e i suoi scopi, completando la frase in più modi possibili. Per esempio: un bellissimo edificio, un luogo di culto, la casa del Signore, un luogo in cui mi piace andare, un luogo dove si può imparare, un luogo in cui celebriamo le ordinanze per i morti, un luogo in cui facciamo delle alleanze.

Cartelli

Il presidente Gordon B. Hinckley, primo consigliere della Prima Presidenza, ha detto che il tempio è «un simbolo di forza, un rifugio di pace, un santuario dedicato al servizio, una scuola di istruzione, un luogo di rivelazione . . . una casa di alleanze» («Il Tempio di Salt Lake», *La Stella*, novembre 1993, pag. 4). Mentre leggi questa dichiarazione, esponi sulla lavagna i quattro cartelli. Spiega che la lezione esaminerà questi quattro concetti.

Il tempio è un rifugio di pace**Citazione**

Leggi la seguente esperienza fatta dall'anziano Dean L. Larsen, membro dei Settanta:

«Qualche tempo fa partecipai a un conferenza di palo fuori degli Stati Uniti, in un paese in cui si trova uno dei nostri templi. Il mio programma di viaggio mi consentì di arrivare sul luogo della conferenza un paio d'ore prima dell'inizio delle riunioni. Avevo trascorso diverse ore sugli aerei o negli aeroporti, un po' turbato dalle tensioni e frustrazioni che tanto spesso accompagnano i viaggi internazionali.

Decisi di usare al meglio il paio d'ore che avevo a disposizione e chiesi ai dirigenti locali del sacerdozio se potevamo fare una breve visita al tempio.

Il tempo si stava deteriorando e, prima che arrivassimo al tempio, era cominciata a cadere una pioggia fredda e sottile. Le condizioni atmosferiche quindi non servivano molto ad alleviare il senso di irrequietezza che la lunghezza del viaggio, le soste forzate negli aeroporti e i controlli doganali e della polizia di frontiera aveva fatto nascere in me.

Quando arrivammo nel parcheggio del tempio, ci affrettammo a raggiungere l'ingresso per non bagnarci troppo. Subito dopo essere entrati nel tempio l'atmosfera cambiò, e ci sentimmo subito pervasi da uno spirito di calore e di pace. L'espressione dei fedeli che stavano nel tempio offriva un netto contrasto con quella dei miei compagni di viaggio che avevo lasciato poco prima all'aeroporto. Mi resi conto che, passando per le porte del tempio, eravamo davvero entrati in un mondo diverso. Mi sorpresi a sorridere ai fedeli che stavano nell'ingresso. Il mio spirito ne fu sollevato e le preoccupazioni del mondo esterno svanirono» («The Importance of the Temple for Living Members», *Ensign*, aprile 1993, pag. 10).

Esposizione

Spiega che nel tempio c'è un senso di pace e di amore. Coloro che entrano nel tempio parlano a bassa voce e vestono di bianco. I fedeli sono esortati a lasciare le cure del mondo fuori del tempio, in modo che possano concentrarsi sulla comprensione delle cose dell'eternità.

Se sei stata al tempio, parla ai giovani dei sentimenti che hai provato dentro quel sacro edificio. Se non sei stata al tempio, puoi chiedere a un membro del rione o ramo che vi è stato di parlare alle giovani dei suoi sentimenti.

Il tempio è un santuario dedicato al servizio

Esposizione

• Quale genere di servizio i membri della Chiesa possono svolgere nel tempio in favore degli altri?

Spiega che molte persone non hanno avuto la possibilità di accettare il Vangelo e di diventare membri della vera Chiesa mentre si trovavano sulla terra. Il Signore ha provveduto loro il mezzo per godere degli stessi benefici di cui godiamo noi. Nel mondo degli spiriti queste persone hanno la possibilità di conoscere il vero Vangelo e di decidere se accettarlo o no. Se lo accettano, le ordinanze di salvezza del Vangelo devono essere celebrate per loro qui sulla terra. Pertanto i membri della Chiesa vanno ai templi e ricevono le ordinanze in favore di coloro che sono morti.

• Qualcuna di voi ha avuto la possibilità di celebrare il battesimo per i morti in un tempio? Cosa avete provato riguardo a questa possibilità di servire?

Spiega che, dopo aver ricevuto la loro investitura nel tempio, le giovani potranno ricevere l'investitura in favore di coloro che sono morti. Esse potranno anche ricevere per questi morti le ordinanze di suggellamento.

Chiedi alle giovani di immaginare di essere vissute sulla terra prima che il Vangelo fosse restaurato. Dopo la morte furono loro insegnate le verità del Vangelo nel mondo degli spiriti. Esse seppero che potevano essere perdonate dei loro peccati tramite l'espiazione di Cristo, che potevano essere battezzate nella vera Chiesa, che potevano essere suggellate per l'eternità alla loro famiglia e che un giorno avrebbero potuto vivere eternamente con il nostro Padre in cielo. Ma dovevano aspettare che qualcuno sulla terra celebrasse per loro le ordinanze necessarie.

• Quali sentimenti pensate che avreste provato verso coloro che sulla terra fossero andati al tempio, avessero celebrato per voi le ordinanze e vi avessero messo nella condizione di godere di tutti questi benefici?

Spiega che possiamo compiere un grande servizio per coloro che sono morti, provvedendo loro i benefici del Vangelo.

Il tempio è una casa di alleanze

Discussione

Spiega che nel tempio facciamo delle alleanze con il Signore, che sono necessarie per il nostro progresso eterno.

- Quali alleanze avete fatto con il Signore?
- In quale modo queste alleanze hanno influito sul vostro comportamento?
- Cosa state facendo ora, per prepararvi per le successive alleanze nel tempio?

Spiega che osservando le alleanze che abbiamo già fatto ci prepariamo a fare le alleanze del tempio. Sorella Janette C. Hales, presidentessa generale delle Giovani Donne, ha detto:

«Se prendessimo veramente sul serio le nostre alleanze battesimali, saremmo preparate in ogni momento, se le circostanze fossero favorevoli, ad andare al tempio. Mi piace pensare che una raccomandazione per il tempio, sia che la possediamo o no, è una cosa di cui vogliamo essere degne ogni giorno, a prescindere dalla nostra età e dalla nostra posizione . . .

Per la natura delle alleanze del tempio e l'importanza della promessa di famiglie eterne e di benedizioni eterne, è molto importante che le persone capiscano sin dai primi anni di vita che questa preparazione molto spesso richiede un lungo periodo di tempo. Se facciamo in modo che le abitudini, la disciplina e le caratteristiche che ci aiutano a essere degne di queste benedizioni diventino una parte fondamentale della nostra vita, saremo molto meglio equipaggiate a mantenere il genere di comportamento che ci consentirà di fare onore a queste alleanze tanto importanti» («Keeping Covenants Brings Blessings», *Church News*, 13 febbraio 1993, pag. 10).

Il presidente Joseph Fielding Smith scrisse quanto segue riguardo a come le alleanze del tempio possono aiutarci e sostenerci per tutta la vita:

«Quando entriamo nel tempio, alziamo la mano e ci impegniamo a servire il Signore, obbedire ai Suoi comandamenti e a mantenerci immacolati dalle turpitudini del mondo. Se siamo consapevoli di quello che facciamo, allora l'investitura ci servirà di protezione per tutta la vita — una protezione che l'uomo [o la donna] che non va al tempio non possiede.

Sentii dire a mio padre che nell'ora della prova, nell'ora della tentazione, egli pensava alle promesse, alle alleanze che aveva fatto nella casa del Signore, e che esse gli stendevano attorno un muro di protezione . . . Queste cerimonie hanno in parte lo scopo di fornire questa protezione . . . So che questa protezione viene data, poiché anch'io me ne sono reso conto, come hanno fatto migliaia di altre persone che hanno ricordato i loro obblighi» (*Utah Genealogical and Historical Magazine*, luglio 1930, pag. 103).

Il tempio è un luogo di rivelazioni

Esposizione

Spiega che la maggior parte delle persone si pone queste domande:

- Da dove sono venuto?
- Perché sono qui?
- Dove andrò dopo la morte?
- Vedrò di nuovo la mia famiglia?

Citazioni

Leggi la seguente dichiarazione del presidente Gordon B. Hinckley: «La risposta a queste domande non si trova nella saggezza dell'uomo. Si trova soltanto nella parola rivelata di Dio. I templi della Chiesa di Gesù Cristo dei Santi degli Ultimi Giorni sono sacre strutture, in cui si dà risposta a queste e ad altre domande di natura eterna» («Why These Temples?», in *Temples of the Church of Jesus Christ of Latter-day Saints* [*Ensign*, 1988], pag. 2)

Spiega che l'investitura ci fa conoscere le verità eterne che ci consentono di comprendere gli obiettivi e i doveri che abbiamo qui sulla terra. Nel tempio, inoltre, possiamo ricevere l'ispirazione personale che ci guiderà per tutta la vita.

Il presidente Ezra Taft Benson disse: «Nella pace di questi meravigliosi templi qualche volta troviamo la soluzione ai più gravi problemi della vita. Sotto l'influenza dello Spirito, qualche volta la conoscenza pura entra in noi. I templi sono luoghi di rivelazione personale. Quando mi sono sentito operato da un problema o afflitto da una difficoltà, mi sono recato alla casa del Signore con il cuore pieno di preghiera per trovare le risposte che cercavo; e queste risposte mi sono pervenute in maniera chiara e inequivocabile» («Ciò che spero insegnerete ai vostri figli riguardo al tempio», *La Stella*, aprile 1986, pag. 1).

Esposizione	<p>Conclusione</p> <p>Spiega alle giovani che nel prossimo futuro avranno l'occasione di essere intervistate dal loro vescovo e presidente di palo. Se sono degne, esse e i loro dirigenti del sacerdozio firmeranno un piccolo foglio di carta: la loro raccomandazione per il tempio. Questa raccomandazione sarà il simbolo della loro dignità di entrare nella casa del Signore per ricevere l'investitura e prendere parte ad altre sacre ordinanze.</p> <p>Spiega che le giovani devono prepararsi a partecipare regolarmente alle ordinanze del tempio. Esse riceveranno benefici e visioni che le guideranno nei momenti difficili.</p> <p>Il presidente Harold B. Lee disse: «Quando entrate in un sacro tempio, siete sulla via che vi porterà a ottenere la cittadinanza insieme agli altri santi nell'eterno regno di Dio, in cui il tempo non esiste più. Nei templi del vostro Dio voi ricevete non soltanto un ricco retaggio di tesori terreni, ma anche l'abbondanza delle ricchezze eterne che non hanno prezzo» («Enter a Holy Temple», <i>Improvement Era</i>, giugno 1967, pag. 144).</p>
-------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Applicazione pratica

Suggerisci alle giovani di svolgere a loro scelta una delle seguenti attività:

1. Insieme alle altre giovani del vostro rione o ramo partecipate, se vi è possibile, al battesimo per i morti nel tempio più vicino.
2. Se il tempio è vicino al luogo in cui vivete, come servizio per i membri del rione, offritevi di badare ai bambini piccoli mentre i loro genitori vanno al tempio.
3. Come classe o insieme alla vostra famiglia cercate di conoscere il più possibile riguardo al tempio a voi più vicino. Quando fu dedicato? Vi è possibile parlare con qualcuno che partecipò alla dedicazione o potete leggere il resoconto delle cerimonie dedicatorie? Conoscete le benedizioni che furono pronunciate durante la preghiera dedicatoria?

OBIETTIVO	Ogni giovane comprenderà lo scopo divino del matrimonio.
PREPARAZIONE	<ol style="list-style-type: none"> 1. Illustrazione 11, La sala delle ordinanze di un tempio, illustrazione 5, Il Tempio di Salt Lake (62433), che si trova in fondo al manuale, oppure un'illustrazione del tempio più vicino alla vostra zona. 2. Ritaglia le silhouette di una giovane, di un giovane e di alcuni bambini. 3. Incarica alcune giovani di leggere i passi delle Scritture, le storie o le citazioni di tua scelta.
SVOLGIMENTO DELLA LEZIONE	<p>Il matrimonio è ordinato da Dio per uno scopo divino</p>
Testimonianza dell'insegnante (facoltativo)	Mostra l'illustrazione della sala delle ordinanze di un tempio. Esprimi i tuoi sentimenti a proposito della bellezza del tempio e dell'atmosfera che vi regna. Esprimi la speranza che ogni giovane della tua classe viva in modo tale da poter entrare nel tempio per sposarsi per questa vita e per l'eternità.
Scritture e discussione	<p>Chiedi a una giovane di leggere Dottrina e Alleanze 49:15.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cosa significa il fatto che il matrimonio è ordinato da Dio? (Che è un comandamento). <p>Spiega che il Signore mise insieme Adamo ed Eva e celebrò un matrimonio per renderli marito e moglie. Questo è il modello che ogni persona deve seguire.</p>
Citazione	<p>Leggi la seguente dichiarazione:</p> <p>«Il matrimonio è forse la decisione più importante e quella che produce risultati più durevoli nel tempo perché riguarda non solo la felicità immediata, ma anche le gioie dell'eternità. Riguarda non solo le due persone interessate, ma anche le loro famiglie e i loro figli, e i figli dei loro figli per molte generazioni» (Spencer W. Kimball, <i>Marriage and Divorce</i>, Deseret Book Co., 1976, pag. 10).</p> <ul style="list-style-type: none"> • Qual è uno degli scopi divini del matrimonio? (Avere dei figli, allevarli e educarli in modo che possano tornare a vivere con il Padre celeste e Gesù Cristo).
Scritture e discussione	<p>Leggi il comandamento dato a Adamo ed Eva in Genesi 1:28.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Perché è importante avere dei figli? (È un comandamento). <p>Spiega che tutti coloro che vivono in rettitudine e non hanno il privilegio di sposarsi o di avere dei figli in questa vita, riceveranno questi benefici, assieme a tutti gli altri benefici della vita eterna, nel mondo a venire.</p>
	<p>Il matrimonio celeste è l'inizio di un regno eterno</p>
Citazione	<p>Spiega che il matrimonio è buono agli occhi di Dio, ma che solo il matrimonio celeste ci può conferire determinati benefici.</p> <p>Il presidente Spencer W. Kimball disse:</p> <p>«È questo il tema del mormonesimo ai nostri giorni, e noi lo stiamo diffondendo in tutto il mondo: il matrimonio, la famiglia, la casa, i figli, i nipoti e tutto ciò che è bello e glorioso . . .</p> <p>È cosa naturale che le giovani guardino i ragazzi e che i ragazzi guardino le giovani e al tempo debito le chiedano in matrimonio per essere sposati e suggellati per l'eternità.</p>

È una cosa naturale, ed è così che il Signore ha voluto» (discorso tenuto al Comitato Generale delle Giovani Donne, 28 aprile 1977, pubblicato dal quotidiano *Church News*, 7 maggio 1977, pag. 6).

Scritture
e discussione

Invita le giovani ad ascoltare il seguente versetto per individuare uno dei benefici del matrimonio celeste; leggi a voce alta Dottrina e Alleanze 131:1–4.

- Cosa dobbiamo fare per «moltiplicarci», ossia per avere dei figli in perpetuo? (Sposarci nel tempio).

Illustrazione
e discussione

Mostra l'illustrazione del tempio e spiega che il matrimonio nel tempio permette a un uomo e a sua moglie di raggiungere il grado più alto del regno celeste.

- Oltre a sposarci nel tempio, cos'altro dobbiamo fare per essere sicuri di restare uniti per l'eternità? (Vivere in modo retto, osservare i comandamenti del Padre celeste e perseverare fino alla fine).

Scritture

Leggi le parti di Dottrina e Alleanze 132:15–17, 19 che ritieni alla portata delle giovani.

Leggi Giovanni 14:2 e spiega che ogni famiglia è una unità e può ereditare una dimora nel regno del Padre celeste.

Lavagna
e discussione

A questo punto esponi sulla lavagna la silhouette di una giovane, sotto il titolo: «Nella casa di mio Padre ci sono molte dimore». Accanto alla silhouette della giovane esponi quella di un giovane. Spiega che un giorno ogni ragazza si sceglierà un giovanotto come consorte. Per poter restare insieme per l'eternità, è necessario che il giovane e la ragazza si sposino nel tempio. Esponi accanto alle due silhouette quelle dei bambini e spiega che queste figure sono il simbolo di un regno eterno. Grazie alla sua rettitudine ogni ragazza potrà ereditare una dimora nella casa del Padre celeste assieme al suo compagno eterno.

Per prepararsi al matrimonio celeste sono necessari impegno e dedizione

Discussione

- Quando dovete cominciare a prepararvi per il matrimonio celeste? (Ora). Perché?
- Che effetto avrà sul vostro futuro la decisione di sposarvi per l'eternità? Che effetto avrà sulla vostra vita eterna?

Storia

Il presidente Spencer W. Kimball raccontò la seguente storia realmente accaduta:

«Alcuni anni fa una giovane coppia dell'Utah settentrionale venne a Salt Lake City per sposarsi. Non volevano tutte le preoccupazioni del matrimonio nel tempio, o forse non si ritenevano degni, fatto sta che celebrarono solo il rito civile. Dopo la cerimonia salirono in macchina e si diressero verso casa, dove li attendeva il ricevimento di nozze. Sulla via del ritorno ebbero un incidente e, quando le lamiere poterono essere aperte, vennero trovati i cadaveri del giovane e della ragazza. Erano stati sposati solo per un paio d'ore. Il loro matrimonio ora era finito: essi credevano di amarsi e volevano vivere assieme per sempre, ma non avevano osservato quei comandamenti che avrebbero permesso loro di raggiungere il loro obiettivo. Così venne la morte e pose fine alla loro storia. Forse erano dei bravi ragazzi; io non lo so. Però, se lo erano, saranno degli angeli nei cieli. Non saranno dèi e dèe, sacerdoti e sacerdotesse, perché non osservarono i comandamenti e non fecero ciò che era stato loro richiesto.

A volte ci sono delle persone che dicono: «Sì, un giorno andrò al tempio, ma adesso non sono ancora pronto del tutto. E se muoio, qualcuno potrà fare le ordinanze a mio favore nel tempio». Questa cosa deve essere chiara per tutti noi: i templi sono fatti per i vivi, e per i morti solo se non era stato loro possibile andarci prima. Pensate che il Signore si lasci beffare e che dia a questa giovane coppia, che non si era mai curata di Lui, tutte le benedizioni del matrimonio celeste? Il Signore disse: «Tutti i contratti che non sono fatti a questo fine, cessano quando gli uomini sono morti» (DeA 132:7)» (Conference Report, Japan Area Conference, 1975, pagg. 61–62).

Domande su
cui riflettere

Invita le giovani a meditare sulle seguenti domande:

- È importante per voi il matrimonio nel tempio? Perché?
- Quanto siete decise a sposarvi nel tempio?
- Una giovane che ha deciso di sposarsi nel tempio deve essere più accorta nello scegliere i giovani che frequenta?

Storia e discussione

L'anziano LeGrand Richards raccontò la seguente storia:

«C'era una ragazza che proveniva da una delle famiglie del palo di cui ero presidente, in California . . .

Cominciò a frequentare un giovane che era stato battezzato, ma che non era attivo nella Chiesa. Dopo qualche tempo egli prese la cosa sul serio e le chiese di sposarlo. Sapete cosa gli rispose? Gli disse: «Non sposerò mai un uomo che non onora il sacerdozio che ha, né la sua appartenenza alla Chiesa. Voglio poter dire ai miei figli: «Fate come vostro padre»».

Il loro fidanzamento terminò lì. Egli non era disposto a fare lo sforzo necessario» (*How You Can Best Honor Your Parents*, Brigham Young University Speeches of the Year [Provo, 29 ottobre 1963], pagg. 4-5).

- Quando, secondo voi, quella ragazza aveva deciso di sposarsi nel tempio?
- In che modo la decisione di sposarsi nel tempio influì sulla risposta che dette al giovane?

Spiega che una giovane che ha preso l'impegno preciso di sposarsi nel tempio può fare tutto ciò che è necessario per raggiungere il suo obiettivo.

- Cosa potete fare fin d'ora per prepararvi al matrimonio nel tempio?

Lavagna e discussione

A mano a mano che le giovani rispondono, elenca le risposte sulla lavagna sotto il titolo: «Le cose che farò adesso per prepararmi per il matrimonio nel tempio». (Alcune risposte possono essere: mantenersi pure, rispettare e sostenere il sacerdozio, pagare la decima, osservare la legge del digiuno, essere oneste, osservare la Parola di Saggezza, dare il buon esempio, usare un linguaggio pulito, pregare spesso, onorare i genitori). Assicura a ogni giovane che, se seguirà i comandamenti del Signore, Egli la aiuterà a mantenere la decisione di sposarsi nel tempio.

Citazioni

Leggi alle giovani le seguenti dichiarazioni:

«I giovani devono cominciare da oggi a sistemare la propria vita in modo da poter essere giudicati degni di andare, a tempo debito, alla casa del Signore, per essere edificati e santificati dalla cerimonia del tempio» (Harold B. Lee, «Enter a Holy Temple», *Improvement Era*, giugno 1967, pag. 144).

«Io credo che ogni giovanotto e ragazza di questa chiesa non devono risparmiarsi nessuno sforzo per poter venire alla casa del Signore, per iniziare la loro vita in comune . . .

I benefici e le promesse che attendono coloro che iniziano la loro vita insieme per il tempo e l'eternità, nel tempio del Signore, non si possono ottenere in nessun altro modo, e i giovani Santi degli Ultimi Giorni che cominciano la loro vita assieme in questa maniera si accorgono che la loro unione eterna, fondata su una eterna alleanza, diventa il presupposto per avere la pace, la felicità, la virtù, l'amore, e tutti gli altri doni possibili in questa vita e in quella futura» (Heber J. Grant, «Beginning Life Together», *Improvement Era*, aprile 1936, pagg. 198-199).

Testimonianza dell'insegnante

Esprimi il desiderio che ognuna delle giovani a te affidate possa inginocchiarsi davanti all'altare del tempio, per essere suggellata a un degno giovane per questa vita e per l'eternità, in modo che insieme possano fondare un regno eterno. Porta testimonianza della divinità del matrimonio e della tua convinzione che il matrimonio nel tempio è l'unica strada, stabilita dal Signore che conduce alla felicità eterna.

Attività suggerita

Fai in modo che una sorella sposata nel tempio venga a parlare a una attività infrasettimanale sul tema: «L'inizio di un regno». Ecco alcuni temi possibili per la sorella incaricata:

1. Portare i ritratti di famiglia
2. I suoi sentimenti sull'esperienza da lei fatta nel tempio
3. L'influenza che il matrimonio nel tempio ha esercitato sul suo matrimonio
4. I benefici che scaturiscono dal matrimonio nel tempio
5. Alcune difficoltà che si incontrano nel matrimonio
6. Alcune esperienze spirituali

OBIETTIVO Ogni giovane imparerà come rendere il suo diario un resoconto interessante e importante della propria vita.

PREPARAZIONE

1. Procura carta e matite per tutte le giovani.
2. Porta in classe alcuni diari da mostrare alle giovani.
3. Porta alcuni libri o quaderni che possono essere usati per tenere un diario: raccoglitori ad anelli, blocchi per appunti, diari rilegati, agende. Porta anche vari tipi di penne.
4. Facoltativo: prepara dei volantini come suggerito nel testo della lezione.
5. Invita alcune giovani a leggere i passi delle Scritture, le storie o le citazioni di tua scelta.

SVOLGIMENTO DELLA LEZIONE

Dimostrazione e attività

Introduzione

Mostra i diari che hai portato, poi distribuisce carta e matite e chiedi a ogni giovane di scrivere qualche informazione a proposito del suo battesimo: data, luogo, officiante, sentimenti provati e così via. (Non dedicare più di qualche minuto a questa attività). Anche se alcune giovani non ricordano molto del loro battesimo, tuttavia lascia che chi è in grado di farlo esprima qualche pensiero al riguardo.

- Vi piacerebbe poter ricordare meglio quel giorno tanto importante?

Spiega che durante tutto il corso della nostra vita abbiamo occasione di vivere delle esperienze che possono rafforzare la nostra testimonianza e aiutarci nei momenti di difficoltà. Però, se vogliamo ricordarle, dobbiamo prenderne nota, altrimenti questi sentimenti si attenueranno nella memoria e alla fine potremmo dimenticarli per sempre. Il posto dove scrivere queste esperienze, questi pensieri e sentimenti e tutto ciò che ci accade è il diario.

Esposizione e Scritture

Ci è stato consigliato di tenere un resoconto della nostra vita

Spiega che i profeti antichi e moderni ci hanno consigliato di tenere un diario. Il profeta Enoc spiegò la necessità di scrivere gli avvenimenti importanti: «E la morte è sopravvenuta sui nostri padri; cionondimeno noi li conosciamo . . .

Poiché abbiamo scritto un libro di ricordo fra noi, secondo il modello datoci dal dito di Dio; ed è dato nella nostra propria lingua» (Mosè 6:45–46).

Alma consigliò a suo figlio Helaman di ampliare la propria memoria scrivendo un diario (vedere Alma 37:8).

Invita le giovani a leggere 3 Nefi 23:6–13. Fai notare come il Salvatore si preoccupasse del fatto che i Nefiti non avevano trascritto alcune delle profezie che erano state date loro. Egli chiese che gli annali fossero tenuti in modo accurato e completo.

Citazione e discussione

Il presidente Spencer W. Kimball ci diede questo consiglio: «Ogni persona deve tenere un diario e ogni persona *può* tenere un diario. Dovrà essere un diario tale da illuminare e apportare grandi benedizioni e felicità alle famiglie dei nostri posteri. Se vi è qui qualcuno che non lo sta facendo, gli chiedo di pentirsi e di cambiare, di cambiare vita» (*La Stella*, ottobre 1979, pag. 136).

- A vostro avviso, perché il presidente Kimball ci chiese di «pentirci e di cambiare», se non stiamo tenendo un diario?

Dopo che le giovani avranno proposto alcune idee, leggi e commenta la seguente citazione: «Coloro che tengono un diario personale sono più portati a rammentarsi del Signore tutti i giorni della loro vita» («President Spencer W. Kimball Speaks Out on Personal Journals», *New Era*, dicembre 1980, pag. 27).

Volantino
o lavagna
e discussione

- Che cosa potete scrivere nel vostro diario?

Commenta tutte le idee proposte dalle giovani e scriville sulla lavagna, oppure distribuisci i volantini che contengono i seguenti suggerimenti:

1. Avvenimenti importanti, impressioni e sentimenti personali.
2. Consigli, promesse e benedizioni ricevute, con le circostanze relative.
3. Morti, nascite, matrimoni, battesimi e investiture.
4. Successi personali, fallimenti e difficoltà e come vengono affrontate.
5. Avvenimenti di carattere locale, nazionale o internazionale che ci hanno colpito o che si ripercuotono sulla nostra vita.
6. Normali fatti di vita quotidiana.

Possiamo scegliere il modo in cui teniamo il diario

Esposizione

Spiega che il diario è una cosa personale e che ognuna di noi può decidere come tenerlo. I suggerimenti di coloro che stanno già tenendo un diario ci possono aiutare a fare del nostro impegno una esperienza gratificante e positiva.

Lavagna
e discussione

Passa in rassegna i seguenti suggerimenti scrivendoli sulla lavagna, oppure invita ogni giovane a trascriverli sul promemoria che hanno già ricevuto. Commenta poi alcune di queste idee, analizzando i motivi che le rendono un valido aiuto.

1. Indicare la data. Può essere importante annotare anche il giorno della settimana e l'ora.
2. Numerare le pagine.
3. Dedicare un certo periodo di tempo ogni giorno o ogni settimana a scrivere (magari il pomeriggio della domenica).
4. Tenere il diario a portata di mano, oppure portarsi appresso dei fogli, durante viaggi o riunioni particolari della Chiesa.
5. Indicare nome e cognome quando si parla di persone.

Esposizione

Spiega che dobbiamo essere creativi nel tenere il diario, in modo che esso sia lo specchio fedele della nostra personalità e dei nostri interessi. Una giovane illustrò nel modo seguente il suo metodo per rendere interessante il diario:

«Ho dato al mio diario il nome di Lucy, come quello di una delle mie migliori amiche. È piuttosto difficile parlare ad un foglio di carta, ma adesso posso parlare alla mia amica Lucy e dirle tutto ciò che ho nel cuore» (Jeree Worthen, citata da Kathleen Lubeck, «A Journal Called Lucy», *New Era*, novembre 1981, pag. 40).

Il nostro diario può essere interessante e duraturo

Storia

Clarissa Young, una delle figlie di Brigham Young, tenne un diario molto particolareggiato durante gli anni che trascorse nella casa di Salt Lake City denominata Beehive House. Questo edificio era la casa di Brigham Young. Clarissa non si limitò a descrivere ogni singola stanza della casa, ma riferì anche particolari come le tinte delle pareti, i mobili ed i soprammobili che di anno in anno venivano messi sulle mensole dei caminetti. Ritagliò addirittura un pezzo della stoffa usata per le tende della «sala grande», dove si tenevano tutte le feste ufficiali della famiglia. Nel 1954, quando la Chiesa iniziò il restauro dell'ormai centenario edificio, il diario di Clarissa fu di incalcolabile valore. Perfino il pezzo di stoffa che aveva conservato venne inviato ad una fabbrica di tende per far fare delle tende esattamente uguali a quelle originali.

Esposizione	Spiega che possiamo rendere più interessante il nostro diario aggiungendo dei disegni, citazioni o poesie che arricchiranno la nostra narrazione. Oltre al diario, molte persone tengono un album di ricordi in cui raccolgono ritagli di giornale, bollettini della Chiesa, brani di fumetti, programmi di spettacoli ai quali hanno assistito, campioni di stoffe e altri oggetti di valore sentimentale.
Storia e discussione	Spiega che per aver valore il diario deve durare nel tempo. Un'insegnante di musica dette un saggio consiglio a una giovane che si era presentata alla lezione con un nuovo libro di musica. Dopo aver parlato di quanto era costato, ella aggiunse: «La musica è costosa, ma il suo valore aumenterà a mano a mano che la studi e che diventerà parte di te. Se metti una copertina al tuo libro di musica, ti durerà per tutta la vita. Se invece lo lasci così, ogni settimana che passerà diventerà sempre più consunto, malridotto e inutile». <ul style="list-style-type: none"> • In che modo questo consiglio si può applicare anche al diario?
Dimostrazione e discussione	Mostra i libri e diari che hai portato e vari tipi di penne e matite. Commenta i pregi e i difetti dei vari tipi di libri e di penne. Spiega che un buon diario non deve necessariamente essere costoso, ma deve essere robusto per durare a lungo. Fai notare che le penne a inchiostro permanente sono migliori delle matite. Invita ogni giovane a pensare a ciò che può fare per rendere più duraturo il proprio diario.

Conclusioni

Esposizione	Spiega che una buona programmazione fatta ora può rendere il diario un vero tesoro per molte generazioni future. Se gli dedichiamo un'attenzione costante diventerà un libro di enorme valore. Inoltre, quando teniamo un resoconto della nostra vita, possiamo godere del rassicurante sentimento che deriva dalla consapevolezza che obbediamo ai comandamenti del Signore.
-------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Applicazione pratica

Incoraggia ogni giovane a scegliere un metodo personale di tenere il diario e a cominciare ad usarlo, cercando anche di renderlo interessante e duraturo.

Attività suggerite

1. Programmate una serata di attività durante la quale esaminare con maggiori dettagli alcuni aspetti relativi al diario citati nel corso della lezione.
2. Invita ogni giovane a parlare con la propria famiglia dei concetti contenuti nel volantino.

Come tenere i registri genealogici

OBIETTIVO Ogni giovane imparerà a tenere i registri genealogici.

PREPARAZIONE

1. Porta in classe un grafico dell'albero genealogico della tua famiglia — se possibile uno con le fotografie — e un registro di gruppo familiare riempito. Preparati a parlare brevemente di alcuni tuoi antenati i cui nomi compaiono nel grafico. Porta anche una matita, un grafico dell'albero genealogico in bianco e un registro di gruppo familiare pure in bianco per ogni giovane. Se non ti è possibile procurarti questi moduli, riproduci quelli che si trovano alla fine della lezione
2. Prepara una catena di carta, ritagliando almeno sette strisce di carta di vari colori delle dimensioni di circa 15 centimetri per 3. Incolla gli anelli, oppure fissali con nastro adesivo o con una cucitrice, in modo da formare la catena. Usa un colore per indicare le generazioni passate, un colore diverso per indicare quelle future e un terzo colore per l'anello di mezzo che indica la generazione attuale. Se possibile, incolla sull'anello di mezzo la fotografia di una delle giovani.
3. Scrivi su un poster o sulla lavagna: «La terra sarà colpita da maledizione a meno che non vi sia un legame di qualche tipo che possa legare i padri e i figli» (DeA 128:18).
4. Chiedi a una giovane di prepararsi a raccontare brevemente la storia di un suo antenato.
5. Incarica alcune giovani di leggere i passi delle Scritture, le storie o le citazioni di tua scelta.

Nota per l'insegnante Verifica quali sono le risorse per la ricerca genealogica che le giovani hanno a disposizione, come ad esempio documenti genealogici o organizzazioni di famiglia. Durante la lezione le giovani dovrebbero avere molte occasioni di mostrare ciò che possiedono o di partecipare in altri modi; dovrai quindi assicurarti di lasciare il tempo necessario per portare a termine le attività suggerite.

Prima della lezione assicurati di sapere compilare un grafico dell'albero genealogico e un registro di gruppo familiare. Il consulente genealogico del rione o altra persona esperta di genealogia ti potrà aiutare a esporre la lezione.

SVOLGIMENTO DELLA LEZIONE

Dimostrazione

Introduzione

Mostra la catena di carta e spiega che ogni anello rappresenta una generazione nella storia della nostra famiglia. Coloro che appartengono alle generazioni passate sono chiamati i nostri antenati e quelli che appartengono alle generazioni future sono chiamati i nostri posteri.

- Chi rappresenta l'anello centrale?

Spiega che l'anello centrale rappresenta una persona vivente che contribuisce a legare assieme le generazioni passate con quelle future tramite la ricerca genealogica e il lavoro di tempo.

Potete essere l'anello di congiunzione della catena della vostra famiglia

Dimostrazione

Rompi la catena.

Grafico dell'albero genealogico	<ul style="list-style-type: none"> • Cosa succede se non vengono celebrate le ordinanze nel tempio per le persone rappresentate da questi anelli? La catena familiare si spezza. Spiega alle giovani che oggi impareranno come possono contribuire ad unire fra loro tutte queste generazioni. <p>Mostra un grafico dell'albero genealogico compilato per spiegare alle giovani che hanno molti legami con le generazioni passate.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Quanti nonni avete? Quanti bisnonni? Fai notare che a ogni generazione questo numero si raddoppia.
Discussione	<p>Spiega che proprio come noi ci interessiamo ai nostri antenati per trarre profitto dal loro esempio e dalla loro saggezza, così i nostri posteri si rivolgeranno e si interesseranno a noi e ai documenti che teniamo.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Che tipo di informazioni avete che sarebbero importanti per i vostri posteri? <p>Ribadisci quanto sia importante dedicare particolare cura nel tenere nota e nel conservare documenti e informazioni importanti, iniziando da ora.</p> <p>Spiega che teniamo registri e documenti e raccogliamo informazioni genealogiche per poterle inviare al tempio, in modo che vengano celebrate le ordinanze per i nostri antenati. Spiega che i nostri antenati avranno il diritto di scegliere se accettare oppure no il Vangelo, però tocca a noi offrire loro tale possibilità.</p>
Citazione	<p>Leggi la seguente dichiarazione sull'importanza di questa opera e sul suo scopo:</p> <p>«Il profeta Joseph insegnò che dobbiamo diventare salvatori sul Monte Sion. Dobbiamo raccoglierci, edificare templi, cercare i nostri morti e compiere tutte le ordinanze necessarie. Questo lavoro forgia una catena eterna che ci unisce gli uni agli altri e con i nostri padri per essere esaltati come nuclei familiari.</p> <p>Il profeta Joseph disse: «È necessario . . . che abbia luogo un'intera, completa e perfetta unione e fusione delle dispensazioni . . . dai giorni di Adamo fino al tempo presente» (DeA 128:18)» (A. Theodore Tuttle, <i>La Stella</i>, ottobre 1980, pag. 75).</p>

I registri genealogici iniziano con un albero genealogico e un registro di gruppo familiare

Albero genealogico e discussione	<p>Distribuisci alle giovani i grafici dell'albero genealogico in bianco senza dare loro per ora le matite. Spiega che questo modulo è una specie di mappa o rappresentazione dei nostri antenati. Il grafico parte da una persona. Invita le giovani a indicare il posto dove va scritto il loro nome.</p> <p>Spiega che ogni generazione è indicata sul gradino che segue quella precedente e che le graffe indicano i matrimoni. Invita le giovani a indicare il posto dove devono scrivere i nomi dei loro genitori. Se hai portato il tuo albero genealogico, mostralo alle giovani.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cosa potete sapere sui vostri parenti dalle informazioni contenute nell'albero genealogico? <p>Parla brevemente di alcuni tuoi antenati attingendo ai dati contenuti nel grafico che hai portato in classe.</p> <p>Indica nuovamente l'albero genealogico.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dove mettereste i nomi dei vostri fratelli, sorelle, zie e zii? <p>Spiega che l'albero genealogico riporta <i>solamente</i> la linea ereditaria diretta, vale a dire i genitori, i nonni, i bisnonni, e così via. Gli altri figli non vengono indicati.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dove possiamo registrare i nomi di questi altri figli, cioè i fratelli, le sorelle, gli zii e le zie?
Esposizione	<p>Mostra alle giovani un registro di gruppo familiare compilato con i relativi dati, meglio se della tua famiglia. Ogni giovane scriverà il proprio nome sulla riga 1 dell'albero genealogico e poi si indicherà come figlia sul registro di gruppo familiare. I suoi genitori, che si trovano sulle righe 2 e 3 dell'albero genealogico, sono elencati sul registro di gruppo familiare come marito e moglie, ossia come genitori della sua famiglia. Risalendo di una generazione, i genitori vengono elencati ognuno come figlio su un registro di gruppo</p>

familiare separato. Ogni coppia di coniugi riportata sull'albero genealogico è indicata come marito e moglie su un registro di gruppo familiare, mentre essi sono indicati come figli su altri registri di gruppo familiare.

Le informazioni contenute nei grafici dell'albero genealogico e nei registri di gruppo familiare possono essere usate per compiere il lavoro di ordinanza per i nostri antenati defunti. I consulenti genealogici di rione dispongono di ulteriori informazioni in proposito.

Esposizione	Mostra ancora la catena di carta e l'anello che rappresenta una giovane. Spiega che ogni giovane ha il dovere di riempire tutti gli spazi in bianco che esistono nel suo albero genealogico e nei registri di gruppo familiare. Il Signore indicò chiaramente al profeta Joseph Smith come è importante per tutti svolgere la ricerca genealogica, compilare una registrazione e compiere il lavoro di tempio per i nostri antenati. Egli disse che il battesimo per i morti è un'ordinanza necessaria per tutti i figli del nostro Padre: «Poiché noi senza di loro non possiamo essere resi perfetti, né lo possono loro senza di noi» (DeA 128:18).
Poster e discussione	Mostra il poster contenente Dottrina e Alleanze 128:18 e spiega il significato di questo versetto. Mostra come l'anello rotto della catena può essere unito di nuovo agli altri anelli con la colla, del nastro adesivo o la cucitrice, poi spiega che il suggellamento nel tempio lega per sempre genitori e figli fra di loro mediante il potere del sacerdozio. Questa ordinanza di suggellamento per la sua grande santità viene celebrata soltanto nei templi.
Attività	Distribuisce alle giovani le matite e i registri di gruppo familiare in bianco; invitate a riempire il più possibile l'albero genealogico con i dati che ricordano a memoria. Invitate poi a fare lo stesso con il registro di gruppo familiare, elencando i loro genitori come marito e moglie, se stesse e i loro fratelli e sorelle come figli.

Conclusione

Esposizione	Invita la giovane precedentemente incaricata a fare una breve relazione sui suoi antenati e, se le è possibile, a mostrare alla classe dove essi si trovano sul suo albero genealogico.
-------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Applicazione pratica

Chiedi alle giovani di portare a casa il grafico dell'albero genealogico e il registro di gruppo familiare che hanno compilato e di verificarne l'esattezza. Invita ogni giovane a completare le parti mancanti quanto più è possibile ricavando le informazioni dalle registrazioni di famiglia e a riportare i moduli in classe la settimana prossima. Questa lezione dovrà incentivare ogni giovane a svolgere la ricerca necessaria per completare il proprio albero genealogico e i registri di gruppo familiare. Ogni giovane dovrà inoltre approfondire gli aspetti fondamentali della ricerca genealogica e verificare quali ordinanze del tempio sono state celebrate per i suoi antenati.

Grafico dell'albero genealogico

Grafico numero _____

Il numero 1 sul presente grafico corrisponde al numero _____ sul grafico No _____

Segnare con X le caselle pertinenti quando le ordinanze sono state eseguite

- B = Battezzato
- D = Dotato
- S = Suggellato al coniuge
- G = Suggellato ai genitori
- R = Registro di gruppo familiare (segnare con X questa casella quando la persona compare come genitore sul registro di gruppo familiare)
- F = Le ordinanze per i figli sono state eseguite (segnare con X questa casella quando tutte le ordinanze per i figli di questa coppia sono state eseguite)

Scrivere i luoghi come segue:
Monza, Milano, Italia

2

(Padre del No. 1) B D S G R F

Nato/Batt.

Luogo

Sposato

Luogo

Morto

Luogo

4

(Padre del No. 2) B D S G R F

Nato/Batt.

Luogo

Sposato

Luogo

Morto

Luogo

6

(Padre del No. 3) B D S G R F

Nato/Batt.

Luogo

Sposato

Luogo

Morto

Luogo

8

(Padre del No. 4) B D S G R F

Nato/Batt.

Luogo

Sposato

Luogo

Morto

Luogo

10

(Padre del No. 5) B D S G R F

Nato/Batt.

Luogo

Sposato

Luogo

Morto

Luogo

12

(Padre del No. 6) B D S G R F

Nato/Batt.

Luogo

Sposato

Luogo

Morto

Luogo

14

(Padre del No. 7) B D S G R F

Nato/Batt.

Luogo

Sposato

Luogo

Morto

Luogo

15

(Madre del No. 7) B D S G R F

Nato/Batt.

Luogo

Morta

Luogo

1

B D S G R F

Nato/Batt.

Luogo

Sposato

Luogo

Morto

Luogo

3

(Madre del No. 1) B D S G R F

Nato/Batt.

Luogo

Morta

Luogo

5

(Madre del No. 2) B D S G R F

Nata/Batt.

Luogo

Morta

Luogo

7

(Madre del No. 3) B D S G R F

Nata/Batt.

Luogo

Morta

Luogo

9

(Madre del No. 4) B D S G R F

Nata/Batt.

Luogo

Morta

Luogo

11

(Madre del No. 5) B D S G R F

Nata/Batt.

Luogo

Morta

Luogo

13

(Madre del No. 6) B D S G R F

Nata/Batt.

Luogo

Morta

Luogo

Persona che presenta il grafico dell'albero genealogico

Nome _____

Indirizzo _____

Numero telefonico _____

data di compilazione _____

Scrivere i nomi come segue: Giancarlo MAINARDI
Scrivere le date come segue: 4 ott 1986

Registro di gruppo familiare

Pagina _____ di _____

Informazioni sulle Ordinanze SUG
 B = Batezzato G = Dotato
 S = Soggetto al coniuge G = Soggetto al genitore

Nome del marito			
Nato	Luogo	B	
Batt.	Luogo	D	
Sposato	Luogo	S	
Morto	Luogo	G	
Sepolto	Luogo		
Padre	Madre		
Altre mogli del marito			

Nome della moglie			
Nata	Luogo	B	
Batt.	Luogo	D	
Morta	Luogo	G	
Sepolta	Luogo		
Padre	Madre		
Altri mariti della moglie			

Figli Elencare ogni figlio (vivo o morto) in ordine di nascita					
1	Nome	Coniuge			
Sesso					
Nato	Luogo	B			
Batt.	Luogo	D			
Sposato	Luogo	S			
Morto	Luogo	G			
2	Nome	Coniuge			
Sesso					
Nato	Luogo	B			
Batt.	Luogo	D			
Sposato	Luogo	S			
Morto	Luogo	G			
3	Nome	Coniuge			
Sesso					
Nato	Luogo	B			
Batt.	Luogo	D			
Sposato	Luogo	S			
Morto	Luogo	G			
4	Nome	Coniuge			
Sesso					
Nato	Luogo	B			
Batt.	Luogo	D			
Sposato	Luogo	S			
Morto	Luogo	G			
<input type="checkbox"/> Segnare questa casella se vi sono altri figli elencati sul retro.					

Ulteriori informazioni		Nome e indirizzo della persona che presenta lo stampato	
<p>Indicare sul retro:</p> <ul style="list-style-type: none"> Le fonti delle informazioni Altri matrimoni, suggellamenti e spiegazioni 			
<p>Segnare la casella di una delle seguenti scelte (vale per tutti i nominativi presentati con il presente stampato):</p> <p><input type="checkbox"/> Sceita 1 – Archivio di famiglia Inviare tutti i nominativi a un archivio di famiglia presso il tempio di _____ Provvederò a procuratori per <input type="checkbox"/> Battesimo <input type="checkbox"/> Dotazione <input type="checkbox"/> Suggellamento. Sono informato che per le ordinanze non segnare il tempio fornirà i procuratori necessari.</p> <p><input type="checkbox"/> Sceita 2 – Archivio del tempio Inviare tutti i nominativi a un tempio di vostra scelta e assegnate dei procuratori per tutte le ordinanze approvate.</p> <p><input type="checkbox"/> Sceita 3 – Archivio ancestrale Inviare tutti i nominativi a l'archivio ancestrale. Il mittente deve allegare un grafico della parentela (o il modulo richiesto). Non sarà fornita alcuna ordinanza.</p>		<p>Telefono _____ Data di compilazione _____</p> <p>Palo/Missione _____ No. di unità del palo/missione _____</p> <p>Rapporto di parentela del mittente con: marito _____ moglie _____</p>	

Scrivere i nomi come si legge
Monza, Milano, Italia

Scrivere i nomi come segue: Giancarlo MAINARDI
Scrivere le date come segue: 4 ott 1986

OBIETTIVO	Ogni giovane avrà il desiderio di costruire un retaggio di buone tradizioni.
-----------	------------------------------------------------------------------------------

PREPARAZIONE	Incarica alcune giovani di leggere i passi delle Scritture, le storie o le citazioni di tua scelta.
--------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------

SVOLGIMENTO DELLA LEZIONE	Come distinguere le tradizioni buone da quelle del mondo
Esposizione	<p>Chiedi alle giovani di pensare a un avvenimento ricorrente nella loro famiglia che procurava loro tanto piacere da bambine o che continua a rappresentare una piacevole esperienza. L'elenco può comprendere gite di famiglia in occasioni speciali, lettura in comune di libri, feste di compleanno e altre ricorrenze, scambio di doni fatti a mano, particolari attenzioni da parte dei genitori. Spiega alle giovani che queste attività ricorrenti sono chiamate tradizioni di famiglia. Quelle tradizioni che ci avvicinano di più a Dio e alla famiglia sono chiamate buone tradizioni.</p> <p>Spiega che possono esservi delle tradizioni che possono portarci a traviamiento; ma le tradizioni che sono in armonia con il vangelo di Cristo esercitano una grande influenza nel condurre le famiglie alla verità e alla rettitudine. Spiega che quasi ogni persona possiede delle tradizioni sia buone che cattive, e che crescere vuol dire anche imparare a distinguerle e decidere quali tradizioni vogliamo conservare o instaurare.</p>
Esposizione	Le buone tradizioni si costruiscono mediante le buone abitudini e i giusti obiettivi <p>Spiega che le buone abitudini o tradizioni della famiglia in cui viviamo possono costituire la base per le buone tradizioni della famiglia che avremo in futuro. Dobbiamo fissare degli obiettivi degni di lode, coltivare delle buone abitudini ed essere pronte a riconoscere quelle situazioni che possono costituire la base per una buona tradizione.</p>
Lavagna e discussione	<ul style="list-style-type: none">• Quali abitudini personali avete o potreste coltivare, che possono diventare delle buone tradizioni per voi e per la famiglia che avrete in futuro? <p>Elenca sulla lavagna le risposte delle giovani. Commenta le varie risposte, analizzando in che modo le abitudini citate possono diventare delle buone tradizioni ora e per la loro futura famiglia. Per esempio:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Una giovane che <i>prega</i> ogni giorno sarà portata a fare della preghiera familiare una buona abitudine della sua famiglia.2. Una giovane che <i>frequenta fedelmente le riunioni della Chiesa</i> cercherà di portare con sé tutte le persone della sua famiglia.3. Una giovane che <i>tiene un diario</i> potrà ricordare delle esperienze positive che potrebbero dare il via a buone tradizioni familiari.4. Una giovane che <i>legge le Scritture</i> ogni giorno molto probabilmente continuerà a farlo anche dopo essersi sposata e incoraggerà le altre persone della sua famiglia a fare altrettanto.5. Una giovane che <i>partecipa volentieri allo studio del Vangelo</i> in famiglia la domenica o durante la serata familiare sarà portata a coltivare queste buone tradizioni anche nella famiglia che avrà in futuro.
Esposizione	Spiega con la dovuta enfasi che ogni giovane può iniziare già da ora a fissare degli obiettivi di vita quotidiana che potranno protrarsi poi nella vita adulta e diventare tradizioni di famiglia.

Storia e discussione	<p>Racconta la seguente storia che mostra come il presidente Spencer W. Kimball dette il via ad una buona tradizione fin da giovane:</p> <p>Quando il presidente Spencer W. Kimball aveva quindici anni sentì un oratore a una conferenza di palo chiedere quante persone avevano letto la Bibbia da cima a fondo. Solo cinque o sei mani si alzarono, perciò l'oratore invitò tutti a tornare a casa e ad iniziare subito. «Finita la riunione, Spencer tornò a casa, prese la Bibbia di famiglia, salì le scale che conducevano alla sua cameretta nella mansarda, accese la lampada a petrolio con un fiammifero e cominciò a leggere dalla Genesi. Una sera dopo l'altra, alla luce tremolante di una lampada a petrolio e fra le pareti grezze della sua cameretta . . . continuò a voltare le pagine. A volte comprendeva solo in parte ciò che stava leggendo, però aveva preso una decisione. Sebbene certi lunghi passaggi fossero noiosi, egli proseguì. Era sicuro che la sua impresa fosse degna di lode e che avrebbe avuto almeno una idea generale di ciò che la Bibbia conteneva. Proseguì la lettura per circa un anno finché, con grande soddisfazione, poté chiudere il libro: aveva finito. Quell'esperienza rafforzò la sua fiducia in se stesso ed egli si rese conto di poter contare sulla sua forza di volontà» (Edward Kimball e Andrew E. Kimball jun., <i>Spencer W. Kimball</i>, Salt Lake City: Bookcraft, 1977, pag. 56).</p> <ul style="list-style-type: none"> • In che modo il presidente Kimball riuscì a istituire una buona tradizione nella sua vita? Che effetto può aver prodotto questa tradizione sui suoi figli e nipoti? <p>Chiedi alle giovani di suggerire altre abitudini e obiettivi che potrebbero dare origine a buone tradizioni, oppure chiedi ad alcune giovani di leggere le storie seguenti e di descrivere quale genere di buone tradizioni ognuna di esse potrebbe produrre.</p>
Storie	<ol style="list-style-type: none"> 1. Marta è una giovane madre che decise fin da quando era adolescente di insegnare ai suoi figli la gioia di aiutare gli altri. Ogni Natale Marta e i suoi figli scelgono una famiglia che si trova nel bisogno e decidono insieme quale regalo fare, e glielo portano dimostrandole affetto e considerazione. 2. Il padre di Jenny aveva istituito la tradizione di portare un cesto di frutta, una scatola di dolci o un pasto completo almeno una volta all'anno a tutte le vedove del rione. Ora che è adulta, Jenny ricorda con piacere quella tradizione e dice spesso: «Ora mio padre è morto, ma le vedove hanno sempre un posto speciale nel mio cuore. I miei figli proseguono la tradizione di mio padre, non solo a Natale, ma periodicamente durante tutto l'anno». 3. La famiglia Martin sceglie ogni anno un motto tratto dalle Scritture. Per quest'anno hanno scelto DeA 90:24. Ogni volta che qualcuno di loro ha bisogno di incoraggiamento, questo versetto lo incoraggia a perseverare. 4. Chiunque può fare dei programmi per l'anno nuovo, ad ogni inizio di anno. Può essere scelto proprio il giorno di Capodanno. Il padre può scrivere gli obiettivi che ciascun familiare avrà scelto. Alla fine dell'anno questi obiettivi verranno rilette, per vedere se sono stati raggiunti. 5. Sorella Camilla Kimball raccontò la seguente storia: «Ogni vigilia di Natale teniamo una speciale riunione di famiglia. Io leggo la storia della Natività raccontata in Luca, poi i figli e i nipoti ne fanno una rappresentazione. Ai bambini piace recitare. Il Natale scorso il presidente Kimball indossò una tunica che avevamo portato dalla Terra Santa e impersonò Giuseppe, mentre io indossai un tipico abito femminile ebraico, anch'esso portato da Gerusalemme, e impersonai Maria. Sono certa che i nostri nipoti e pronipoti ricorderanno a lungo la storia del primo Natale che essi stessi recitarono in quella occasione» (Conference Report, Denmark, Finland, Norway and Sweden Area Conference, 1974, pag. 58).
Esposizione	<p>Spiega che le tradizioni possono nascere per scelta o per caso; tuttavia spesso la spinta di partenza è data dalle nostre abitudini o dagli obiettivi che ci siamo posti.</p>

Le buone tradizioni sono un tesoro che arricchisce noi e i nostri posteri

Esposizione	<p>Spiega che le tradizioni di famiglia creano un senso di unità e di partecipazione. Sono cose che ognuno attende e su cui fa conto, che possono lasciare un buon ricordo e influire non solo su di noi, ma anche sui nostri posteri. Possiamo trasmettere ai nostri figli alcune delle tradizioni che noi stesse abbiamo ricevuto. Possiamo dare ai nostri figli delle esperienze che essi possano ricordare con la stessa gioia che proviamo noi quando ripensiamo alle tradizioni che fanno parte del nostro retaggio familiare.</p>
-------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Nel corso della storia, nel Libro di Mormon, i profeti ammonirono il popolo di Nefi a credere alle buone tradizioni insegnate loro dai loro padri. Gli insegnamenti di re Beniamino divennero parte delle buone tradizioni di questo popolo.

Scritture
e discussione

Chiedi alle giovani di leggere Mosia 26:1–4. Spiega cosa accadde alla generazione successiva che non capiva e non voleva credere alle tradizioni dei padri. Rileggi il versetto 4 e chiedi quale effetto la loro incredulità ebbe sulla generazione seguente.

Citazione

Spiega che per poter mantenere vive delle buone tradizioni di famiglia sono necessari l'intenzione di farlo e l'impegno. Leggi il seguente ammonimento dato da una delle presidentesse generali della Società di Soccorso del passato: «I modelli e le tradizioni di famiglia sono sacri. Tuttavia, per quanto solidi ed amati essi siano, non sono indistruttibili. Spesso l'egoismo, una parola scortese, una situazione insolita possono provocarne il crollo, e non saranno mai più ricostruiti o richiesti. Dobbiamo quindi impegnarci non solo a costruirli, ma anche a conservarli» (Belle S. Spafford, *Women in Today's World*, Deseret Book Co., 1971, pag. 232).

- Quali sono alcune tradizioni della vostra famiglia che desiderate mantenere vive anche in futuro?
- Perché queste tradizioni sono importanti per voi?

Conclusione

Citazione

Leggi la seguente dichiarazione: «La sfida che tutti noi abbiamo di fronte, la sfida che ognuno di noi venne sulla terra per affrontare, è il dover scegliere fra il bene e il male. Molte tradizioni della nostra società ci conducono al peccato, mentre altre ci dirigono verso una condotta retta. Se ci mettiamo dalla parte delle buone tradizioni e permettiamo loro di avere una parte nella nostra vita, possiamo essere rafforzati nella nostra testimonianza e divenire più sensibili allo Spirito. Se, invece, diamo modo alle tradizioni errate di esercitare la loro influenza su di noi, sarà molto difficile che lo Spirito possa trovare posto nel nostro cuore» (James T. Duke, *Ensign*, novembre 1972, pag. 41).

Applicazione pratica

Invita ogni giovane a scegliere un obiettivo o una buona abitudine che possano un giorno diventare una tradizione per la famiglia che avranno in futuro.

La partecipazione al lavoro missionario

OBIETTIVO	Ogni giovane si preparerà a far conoscere il Vangelo agli altri.
-----------	------------------------------------------------------------------

PREPARAZIONE	<ol style="list-style-type: none"> 1. Facoltativo: incarica alcune coppie di giovani di prepararsi a rappresentare le situazioni ipotetiche descritte all'inizio della lezione. 2. Incarica alcune giovani di leggere i passi delle Scritture, le storie o le citazioni di tua scelta.
--------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

SVOLGIMENTO DELLA LEZIONE	<p>Introduzione</p> <p>Scegli due o tre delle seguenti dichiarazioni (o altre di tua scelta) come punto di partenza per parlare dei principi del Vangelo proposti dalle giovani. In ognuno degli esempi una giovane sarà una persona che non conosce la Chiesa e che fa una domanda, e l'altra giovane sarà un membro della Chiesa che fornisce la risposta. Ogni conversazione non dovrà durare più di due o tre minuti. Invita poi le giovani a commentare ogni situazione.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. «La storia di Joseph Smith mi sembra incredibile. Come fai a crederci?» 2. «Che differenza c'è fra il matrimonio nel tempio e gli altri tipi di matrimonio?» 3. «Cosa vuol dire che la vostra chiesa è la sola vera chiesa?» 4. «Che male c'è a bere una tazza di caffè o a fumare una sigaretta?» 5. «Che differenza c'è se fai delle spese di domenica?» <p>Al termine della recitazione spiega che queste situazioni ipotetiche mostrano la necessità che ognuna di noi sia preparata e possieda <i>conoscenza, abilità e testimonianza</i>.</p>
---------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Citazione	<p>Per far conoscere il Vangelo agli altri dobbiamo sforzarci di accrescere la nostra conoscenza.</p> <p>Un ex-presidente del Centro di addestramento per missionari ha sottolineato con le seguenti parole la necessità che ogni persona sia preparata e possieda una certa <i>conoscenza</i> del Vangelo:</p> <p>«Dobbiamo essere veri studenti, studenti come nessun altro . . . Se noi in questa chiesa di laici non diventiamo competenti nello studio del vangelo di Gesù Cristo, chi altro potrà diventarlo? Se gli anziani d'Israele non diventano profondi teologi, chi altro può farlo? Se voi madri di oggi e di domani non imparate il Vangelo abbastanza da poterlo insegnare ai vostri figli, chi altro potrà farlo? Se voi missionari non imparate il messaggio che il Signore vuole che proclamiate, chi altro potrà farlo? Molti scoprono con grandi sforzi ciò che invece dovrebbe essere ovvio: non si può insegnare bene ciò che non si conosce» (Joe J. Christensen, <i>La Stella</i>, gennaio 1982, pag. 18).</p> <p>Rammenta alle giovani le situazioni ipotetiche illustrate in precedenza:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Quante di voi ritengono di conoscere abbastanza bene il Vangelo da poter rispondere a domande come queste? <p>Spiega che per aiutare il prossimo dobbiamo essere in grado di rispondere con intelligenza e precisione alle loro domande.</p>
-----------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Lavagna e discussione	<ul style="list-style-type: none"> • In quali modi possiamo aumentare la conoscenza che abbiamo del Vangelo? <p>Elenca sulla lavagna le risposte delle giovani, che potranno essere: studiare le Scritture, frequentare le lezioni del seminario, leggere <i>La Stella</i>, prestare attenzione e imparare durante la riunione sacramentale, la Scuola Domenicale, la classe delle Giovani Donne, la serata familiare.</p>
Scritture e discussione	<p>Spiega che una delle fonti più importanti di conoscenza sono le Scritture, e dobbiamo fare in modo di poterle studiare quotidianamente. Esse rappresentano la fonte più sicura e corretta per una solida conoscenza dei veri principi.</p> <p>Invita le giovani a leggere 2 Timoteo 3:15–17.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Secondo questo versetto come possono le Scritture aiutarci? (Possono renderci sagge; insegnarci le dottrine; correggerci e istruirci nella rettitudine).
Discussione	<p>Invita le giovani a proporre dei suggerimenti per riuscire a studiare ogni giorno le Scritture. Alcune idee potrebbero essere: dedicare un determinato tempo ogni giorno, avere una copia personale delle Scritture, sottolineare i versetti più interessanti. Fai notare che possono trovare un valido aiuto nella Guida alle Scritture che correda il Libro di Mormon e Dottrina e Alleanze. Incoraggia le giovani a studiare quotidianamente le Scritture.</p>
Scritture	<p>Invita le giovani a sottolineare Dottrina e Alleanze 11:21 nelle loro Scritture; poi chiedi a una di loro di leggere il versetto ad alta voce per ribadire il concetto che prima di insegnare dobbiamo imparare.</p>

Possiamo coltivare l'abilità di far conoscere il Vangelo

Esposizione	<p>Spiega che oltre ad acquisire la conoscenza, per avere successo nel far conoscere il Vangelo dobbiamo anche coltivare l'<i>abilità</i> di insegnarlo. Molte tecniche specifiche possono esserci utili, ma ne analizzeremo soltanto quattro: avere fiducia in se stessi, imparare un'altra lingua, sviluppare i propri talenti e coltivare le buone maniere.</p> <p>Elenca una alla volta queste abilità sulla lavagna e usa i suggerimenti riportati qui sotto per commentarle. Invita le giovani a dire: (1) in che modo ciascuna abilità le può aiutare a far conoscere il Vangelo e (2) come possono fare per coltivare questa abilità.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. <i>Sviluppare la fiducia in se stessi.</i> Spiega che forse troviamo difficile iniziare una conversazione sul Vangelo perché siamo timorose, pensando che non sapremo cosa dire, che la gente si offenderà o che saremo giudicate noiose.
Storie	<p>Spiega che possiamo trarre vantaggio da occasioni naturali che aprono la via ad una discussione sul Vangelo. I membri di una famiglia si divertivano a cercare il modo di parlare a qualcuno del Vangelo ogni giorno, cercando di sfruttare le occasioni che si presentavano da sole. Semplicemente tenendo occhi, orecchi e cuore aperti furono in grado di parlare del Vangelo ai loro amici, senza forzarli in nessun modo (vedere George D. Durrant, «Parlaci della tua religione», <i>La Stella</i>, novembre 1977, pag. 34–35.)</p> <p>Alcuni studenti approfittano di incarichi scolastici per parlare con gli altri dei principi del Vangelo o della Chiesa. Uno studente, dovendo preparare un saggio di storia, decise di preparare una relazione sull'esodo dei pionieri della Chiesa verso ovest; ben pochi nella sua classe conoscevano la Chiesa. Durante l'esposizione verbale della relazione ebbe la possibilità di parlare parecchio della Chiesa. Una studentessa ricevette l'incarico di tenere una relazione di scienze naturali e decise di preparare una relazione sugli effetti del fumo. Portò in classe il cuore di un vitello e lo sezionò secondo le istruzioni che aveva ricevuto da uno studente in medicina. Questa dimostrazione le fece prendere 10 e le permise anche di parlare a tutta la classe della Parola di Saggezza (vedere Dee V. Jacobs, «Predicare il Vangelo nel modo più facile», <i>La Stella</i>, giugno 1981, pag. 22–25).</p> <ol style="list-style-type: none"> 2. <i>Imparare un'altra lingua.</i> Il comandamento di predicare il Vangelo in tutto il mondo (vedere DeA 90:11) richiede che impariamo a parlare la lingua di quei popoli che non hanno ancora conosciuto il Vangelo. Non conta molto quale lingua si impara, come viene bene spiegato dalla seguente dichiarazione:

Citazione «Lo studio di *qualsiasi* seconda lingua è proficuo . . . Una terza lingua sarà molto più facile da imparare se uno ha già studiato la seconda; perché avrà già appreso dei concetti e delle impostazioni mentali che saranno difficili per chi non sa parlare altro che la lingua madre» (Steven L. Taylor, «To Every Man in His Own Tongue», *New Era*, settembre 1978, pag. 49).

I dirigenti della Chiesa hanno sempre incoraggiato i membri a studiare una lingua straniera per ottenere non solo la capacità di esprimersi in quella lingua, ma anche una maggiore padronanza della nostra lingua ed una più ampia conoscenza di altri popoli e altre culture. Conoscendo altre culture, oltre che altri linguaggi, possiamo capire meglio e amare tutti.

3. *Sviluppare i propri talenti.* Ognuna di noi ha dei talenti particolari, che ci sono stati dati perché siano un tesoro per noi e per gli altri. I talenti che possediamo sono un efficace mezzo per far conoscere il Vangelo.

Citazioni

Un giorno venne chiesto a Merrell Jenson, membro della Chiesa e musicista di professione: «Che ruolo ha avuto la musica nel lavoro missionario che ha avuto occasione di fare?»

Egli rispose: «Quando avevo quindici anni ricevetti la mia benedizione patriarcale nella quale era scritto che la musica mi avrebbe permesso di aprire delle porte che altrimenti sarebbero rimaste chiuse, e che tramite la musica avrei potuto esercitare la mia influenza sul mondo. Nel giro di alcuni anni cominciarono ad accadermi delle cose che mi aiutarono a capire meglio il significato di queste parole. Venni chiamato in missione a tempo pieno in Norvegia e, mentre ero là, suonai per otto mesi in un complesso musicale. Ormai sono passati undici anni, ma i membri della Chiesa norvegesi mi raccontano che diversi ragazzi ora sono in missione perché furono colpiti dal nostro complesso e che molte persone iniziarono a fare proselitismo subito dopo averci sentito suonare . . .

Da quando sono tornato dalla missione . . . ho avuto occasione di parlare del Vangelo a produttori, musicisti e altre persone del mondo della musica. Regalo sempre un Libro di Mormon con una foto della mia famiglia e la mia testimonianza al direttore dell'orchestra con la quale lavoro, e spesso anche alle persone che incontro sull'aereo durante le trasferte» («Music Man», *New Era*, agosto 1980, pag. 43).

Alcuni di noi sanno cantare bene oppure sanno suonare uno strumento. Altri saranno magari ottimi atleti, o bravi a lavorare con le mani. Quali che siano i nostri talenti, dobbiamo usarli per il bene nostro e della gente attorno a noi.

«Forse avete qualcosa da dare che è semplice come l'amore, la dedizione o il duro lavoro, o qualsiasi altra cosa che può mancare nella vita di una persona. Sforzatevi, fate qualcosa. Prima di agire non saprete mai cosa siete in grado di fare per qualcuno» (H. Burke Peterson, *La Stella*, giugno 1980, pag. 34).

4. *Coltivare le buone maniere.* Spiega che in ogni occasione noi rappresentiamo non solo noi stesse, ma anche la nostra famiglia, la Chiesa e il Signore.

Citazione

«È fuori dubbio che ogni persona, con i suoi modi, il suo atteggiamento, l'abito che indossa e con la sua personalità, dimostra in modo evidente ciò che è nell'anima sua. Non si può nascondere. Insegnatele, dunque, ciò che queste cose rivelano agli altri e come mostrano loro ciò che veramente è» (S. Dilworth Young, Conference Report, aprile 1972, pag. 83 o *Ensign*, luglio 1972, pag. 77).

Spiega che le buone maniere fanno una buona impressione, mentre le cattive maniere fanno una cattiva impressione. Le buone maniere si possono imparare, e dobbiamo fare il possibile per apprenderle fin da giovani. Se vogliamo essere pronte per insegnare il Vangelo, dobbiamo sapere come vestirci, come mangiare, come parlare e come comportarci con le persone di tutte le età. Se facciamo una buona impressione sulle persone, sarà più facile parlare loro del Vangelo.

Per insegnare bene il Vangelo dobbiamo avere una forte testimonianza

Scritture
e discussione

Spiega che una forte *testimonianza* personale è un ottimo strumento per comunicare con la gente. Al tempo di Alma il popolo della Chiesa era diventato assai malvagio e Alma

era preoccupato a tal punto che si dimise dalla carica di giudice supremo per dedicarsi completamente al ministero, rendendo testimonianza al popolo. Egli percepiva che questa era la sola maniera per convincerli a pentirsi e a tornare a servire il Signore.

Invita le giovani a leggere Alma 4:19–20 e spiega che, a seguito della testimonianza di Alma, molte persone si pentirono e iniziarono a vivere in giustizia (vedere Alma 4–6).

- Come si preparò Alma per poter portare al popolo una testimonianza così efficace?
- Cosa dobbiamo fare noi, per avere una forte testimonianza? (Studiare, vivere rettamente, pentirci, pregare, ascoltare la testimonianza degli altri).
- Quale effetto può avere sugli altri la nostra testimonianza?

Chiedi alle giovani di raccontare qualche episodio personale nel quale hanno portato la loro testimonianza o sono state colpite dalla testimonianza di altri.

Citazioni

Leggi le seguenti dichiarazioni fatte da alcuni convertiti che furono colpiti dalla testimonianza di un membro della Chiesa:

Un uomo incontrò una sorella della Chiesa all'aeroporto e cominciò a parlare con lei. «La conversazione ci portò a parlare di religione ed ella mi dette la sua testimonianza dei benefici che lei e la sua famiglia avevano ricevuto da quando si erano uniti alla Chiesa Mormone. A quel tempo non ci feci molto caso, ma il seme era stato piantato e quando, qualche tempo dopo, incontrai i missionari, ero pronto».

Un altro convertito scrisse una lettera che raccontava di una conversazione che aveva avuto con il vicino di uno zio. «Mi disse delle cose meravigliose, che non avevo mai udito prima di allora, a proposito di Dio, di ciò che Egli aveva fatto per lui e delle cose meravigliose che la Chiesa aveva portato nella sua vita. Mi disse che Joseph Smith era un profeta; che il Padre celeste vive ed ha una parte importante nella sua vita. Non so perché provai un profondo sentimento che sembrava volermi dire: «È vero»; ed io sapevo che era vero! Me lo sentivo proprio dentro» (Santiago Ofianga e Karen Lowe citati in Jay A. Parry, «Converts Tell . . . What Brought Me In», *Ensign*, febbraio 1978, pag. 41).

Spiega che tutti noi abbiamo bisogno di dare spesso la nostra testimonianza agli altri, particolarmente ai vicini e alle altre persone della nostra famiglia, affinché tutti noi possiamo esserne rafforzati.

Applicazione pratica

Invita le giovani a scegliere una o più delle seguenti attività da svolgere in gruppo o individualmente:

1. Programma e inizia uno studio regolare delle Scritture. Esponi il tuo programma alla classe durante la prossima lezione.
2. Impegnati con i tuoi genitori a studiare una lingua straniera a scuola o privatamente.
3. Tieni una lezione sulle buone maniere.
4. Alla prossima riunione di digiuno e testimonianza o in altra circostanza adatta porta la tua testimonianza.

OBIETTIVO	Ogni giovane si impegnerà ad osservare il comandamento di far conoscere il Vangelo agli altri.
-----------	------------------------------------------------------------------------------------------------

PREPARAZIONE	<ol style="list-style-type: none">1. Illustrazione 12, Alma battezza alle Acque di Mormon (62332), e illustrazione 13, Donna che presta giuramento in un tribunale, che si trovano entrambe in fondo al manuale.2. Se decidi di usare la recitazione suggerita nella lezione, prepara due targhette con su scritto «Membro della Chiesa» e altre due con su scritto «Amica». Scrivi poi le relative parti su quattro fogli di carta separati, da consegnare alle giovani che parteciperanno all'attività.3. Puoi chiedere a una persona da poco convertita alla Chiesa di parlare del lavoro missionario come di un atto d'amore. (Se hai delle difficoltà rivolgiti al dirigente del lavoro missionario del rione). Questa persona potrà parlare dei seguenti argomenti:<ol style="list-style-type: none">a. In che modo la persona (membro o missionario) che gli ha parlato del Vangelo gli ha dimostrato il suo amore.b. L'importanza che il Vangelo ha avuto nella sua vita.c. Perché è importante che ogni membro della Chiesa sia testimone di Cristo mediante il lavoro missionario.4. Chiedi ad alcune giovani di esporre le storie, le citazioni e i versetti di tua scelta.
--------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

SVOLGIMENTO DELLA LEZIONE	Ogni membro della Chiesa ha fatto giuramento di stare come testimone di Cristo
Illustrazione e discussione	Mostra l'illustrazione di un testimone che presta giuramento in un tribunale. <ul style="list-style-type: none">• Che cosa sta per fare la persona che sta prestando giuramento?• Che genere di informazioni danno i testimoni in un processo?• In che modo la testimonianza di un testimone può contribuire a far conoscere la verità?
Lavagna	Scrivi sulla lavagna «Stare come testimoni».
Illustrazione, Scritture e discussione	Spiega che il profeta Alma insegnò il Vangelo al suo popolo e, dato che molte persone accolsero il suo messaggio, egli insegnò loro l'alleanza del battesimo. Mostra l'illustrazione di Alma che battezza alle acque di Mormon e chiedi a una giovane di leggere Mosia 18:8–9. <ul style="list-style-type: none">• Cosa significa «stare come testimoni di Dio in ogni occasione, in ogni cosa ed in ogni luogo»? Chiedi a un'altra giovane di leggere Mosia 18:10. <ul style="list-style-type: none">• Secondo queste parole di Alma, che cosa avete promesso di fare entrando nelle acque del battesimo?
Esposizione	Spiega che tutti quelli che si battezzano contraggono una alleanza per servire il Padre celeste e osservare i Suoi comandamenti. Ciò vuol dire anche, proprio come ai tempi di Alma, stare come testimoni di Dio in ogni occasione e in ogni luogo.
Discussione	<ul style="list-style-type: none">• In che modo possiamo stare come testimoni di Dio? (Mediante l'esempio, parlando della Chiesa).

L'esempio e la preparazione accrescono le possibilità che una giovane ha di svolgere il lavoro missionario

Scritture
e discussione

Spiega che uno dei modi migliori per stare come testimone dei frutti del Vangelo è mostrarlo con il proprio esempio. L'apostolo Paolo, scrivendo a un giovane di nome Timoteo, lo esortò ad essere un esempio per gli altri.

Leggi 1 Timoteo 4:12.

- Secondo questo versetto, in quali modi potete essere un esempio di ciò che vuol dire essere cristiani? Quali altri modi ci sono, che non sono menzionati in questo versetto?
- In che modo il tuo esempio ti può fornire delle buone occasioni di parlare del Vangelo?

Dopo una breve discussione su questo argomento, racconta la seguente storia:

Storia

Una studentessa delle scuole superiori, che apparteneva alla Chiesa, venne scelta per essere la direttrice di una rappresentazione teatrale di fine corso. Per poter svolgere questo incarico lei e una sua amica, pure appartenente alla Chiesa, passavano parecchio tempo con un insegnante di arte drammatica. Un giorno questo insegnante le chiese: «Susan, cos'è che rende te e Laurie così diverse dalle altre?» La ragazza gli parlò brevemente della Chiesa e gli chiese se desiderava che i missionari facessero visita a lui e alla sua famiglia. L'insegnante acconsentì; ascoltò i missionari, ottenne una testimonianza del Vangelo e venne battezzato assieme alla sua famiglia. Quattro anni dopo quest'uomo venne chiamato dal Signore ad essere vescovo del suo rione.

Discussione

- In che modo Susan e Laurie si comportarono come testimoni della verità del Vangelo?
- Vi è mai capitato di poter parlare del Vangelo in conseguenza dell'esempio dato?

Invita le giovani a parlare delle loro esperienze in proposito.

Citazione

«I membri della Chiesa di tutto il mondo si devono rammentare che il Vangelo deve essere predicato con l'esempio, e non solo con la bocca. La vita di tutti i membri della Chiesa deve essere un esempio splendente del Vangelo di Gesù Cristo in azione» (William H. Bennett, Conference Report, aprile 1972, pag. 92 o *Ensign*, luglio 1972, pag. 82).

Spiega che ci sono altri modi, oltre all'esempio, per far conoscere il Vangelo.

Storie e discussione

Marilyn era venuta per partecipare ad uno spettacolo musicale estivo, al quale prendevano parte giovani di ogni parte del paese. Pensando di poter avere l'occasione di parlare del Vangelo e di rendere testimonianza del Padre celeste, infilò nella valigia tre copie del Libro di Mormon per darle a qualcuno. In effetti ebbe presto l'occasione di dire a qualcuno che faceva parte della Chiesa di Gesù Cristo dei Santi degli Ultimi Giorni e consegnò anche i Libri di Mormon. Poi si rese conto che le persone con le quali parlava avevano delle domande da farle e lei, sebbene avesse una testimonianza del Vangelo, non era in grado di rispondere. Poteva, quindi, dare la sua testimonianza, ma non riusciva a spiegare perché credeva in quelle cose.

Leggi 1 Pietro 3:15.

- Cosa dobbiamo essere pronti a fare, secondo queste parole di Pietro?
- In che modo Marilyn si sarebbe potuta preparare meglio per insegnare il Vangelo?

Chiedi alle giovani di ascoltare attentamente come un'altra giovane donna si preparò a diffondere il Vangelo.

«Ero timorosa ma non volevo darlo a vedere. Quando sentivo gli altri parlare di come avevano parlato del Vangelo, mi sembrava una cosa facile. Ma quando toccò a me, non lo fu altrettanto . . .

Tutti sapevano che ero membro della Chiesa, perché non bevevo tè né caffè e io ho davvero una testimonianza della verità del Vangelo; ciononostante non riuscivo ad esprimermi . . .

Decisi di chiedere aiuto a qualcuno. Sapevo che fratello Clarke e il vescovo Baker erano sempre pronti a parlare del Vangelo, così mi rivolsi a loro per chiedere come facevano.

Fratello Clarke è un insegnante di Dottrina Evangelica molto rinomato e la sua risposta fu: «Studia!» mi rispose senza esitazione. «È questo il segreto per diventare un

buon missionario. Se non posso spiegare il Vangelo a me stesso, certo non potrò spiegarlo a nessun altro. Per risolvere questo problema io ho studiato le Scritture con diligenza, ho esaminato altri libri della Chiesa, la fede di altre chiese e ho cercato di capire le necessità della gente attorno a me . . . »

In fine chiesi aiuto al vescovo Baker.

«Certo», egli disse, «anch'io avevo timore, all'inizio. Trascuro il lavoro missionario perché temevo di scegliere il momento sbagliato o le parole sbagliate. L'unica soluzione per il mio problema fu la preghiera. Mi resi conto che dovevo essere costantemente in sintonia con lo Spirito, per sapere se era il momento adatto per parlare del Vangelo o se stavo usando le parole giuste. Da allora sono stato raramente ispirato ad evitare una conversazione sulla religione».

Dopo aver parlato con alcuni altri missionari autodidatti, toccava a me fare il resto.

Cominciai a studiare le Scritture ogni giorno e mi resi ben presto conto che ero più sensibile alle necessità delle persone che mi stavano attorno. Durante i momenti di meditazione mi ripetevo: «Posso farlo . . . posso farlo . . . posso farlo . . . » e pregavo» (Linda Archibald, «Are You Afraid to Ask?», *Ensign*, ottobre 1975, pag. 54).

- In che modo questa ragazza si preparò per poter parlare del Vangelo?
- Cosa altro potete fare per essere pronte a insegnare il Vangelo?

Invita le giovani a riferire delle esperienze personali di condivisione del Vangelo. Poi invita alcune giovani a partecipare alla rappresentazione che segue.

Recitazione
(facoltativa)

Invita due giovani a partecipare alla seguente rappresentazione. Consegna a ciascuna di loro la targhetta di identificazione e il foglietto con le istruzioni.

Membro della Chiesa 1: Mentre stai studiando con una tua compagna che non conosce la Chiesa, le senti dire che secondo lei le chiese e la religione non hanno senso. Dille che ci sono parecchie persone che la pensano a quel modo, ma che tu hai una devozione particolare per il Vangelo e la tua Chiesa e che vorresti parlarne con lei. Puoi parlarle delle risposte che ricevi alle tue preghiere, della storia di Joseph Smith e dell'organizzazione della Chiesa, o di alcuni programmi della Chiesa, come la serata familiare, che hanno aiutato te e la tua famiglia. Continua a dimostrare affetto e comprensione alla tua amica, qualunque sia la sua reazione alle tue parole.

Amica 1: Non fai parte della Chiesa. Mentre stai studiando assieme a una giovane che appartiene alla Chiesa di Gesù Cristo dei Santi degli Ultimi Giorni, esprimi la tua idea che le chiese e la religione non hanno senso. Ascolta con cortesia la tua amica, falle delle domande, ma non cambiare opinione.

Invita le giovani a proseguire la rappresentazione per un paio di minuti e interrompila quando la conversazione rallenta. Commenta con le giovani il risultato della discussione.

Chiedi alle giovani di esprimere le loro idee in merito a ciò che possiamo fare per essere pronte a parlare della Chiesa e ad interessare le persone che non la conoscono.

Discussione

- Cosa dobbiamo fare se le persone non si mostrano interessate a ciò che crediamo? (Continuare a mostrare rispetto e amore e non aver timore a tornare sull'argomento in futuro).

Recitazione
(facoltativa)

Invita altre due giovani a partecipare alla seguente rappresentazione e consegna loro le targhette e le istruzioni.

Membro della Chiesa 2: Stai chiacchierando con una tua amica che non conosce la Chiesa. Cerca di portare la conversazione sulla religione e chiedile se le interesserebbe sapere di più sulla Chiesa.

Amica 2: Entra in conversazione con la tua amica, che appartiene alla Chiesa, e rispondi alle sue domande. Ti interessa conoscere meglio la sua Chiesa, ma non hai il coraggio di introdurre l'argomento. Dille che sei rimasta colpita dal suo modo di fare e che sei curiosa di conoscere meglio la sua fede religiosa.

Interrompi la rappresentazione dopo un paio di minuti e commenta con le giovani quanto è accaduto.

Discussione	• Perché era importante per un membro della Chiesa fare qualcosa di più che dare il buon esempio?
Ospite (facoltativo)	Presenta l'ospite alla classe e invitalo a parlare di come il lavoro missionario sia un atto di amore.

Applicazione pratica

Suggerisci alle giovani di scegliere una delle seguenti attività da attuare la prossima settimana:

1. Pregare per avere l'occasione di parlare del Vangelo.
2. Programmare insieme una attività alla quale ciascuna potrà invitare un'amica che non appartiene alla Chiesa.
3. Portare la propria testimonianza a un'amica o parente.
4. Regalare un Libro di Mormon a un'amica che non appartiene alla Chiesa.

Come sostenere i missionari con le lettere

OBIETTIVO	Ogni giovane conoscerà vari modi per incoraggiare e sostenere i giovani missionari e missionarie sul campo di missione.
-----------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

PREPARAZIONE	<ol style="list-style-type: none"> 1. Facoltativo: scrivi su altrettanti fogli di carta le sette domande proposte nella seconda parte della lezione. Inserisci i foglietti in sette buste diverse, poi mettile in un sacchetto con su scritto «Posta». 2. Incarica alcune giovani di leggere i passi delle Scritture, le storie o le citazioni di tua scelta.
--------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Nota per l'insegnante	Questa lezione riguarda l'incoraggiamento da dare agli amici e alle persone di famiglia della vostra zona che si trovano in missione a tempo pieno in un'altra località. Le attività e i suggerimenti non riguardano coloro che svolgono una missione a tempo pieno nella vostra zona.
-----------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

I missionari incontrano molti impegni e molte possibilità

Esposizione	<p>Chiedi alle giovani di immaginare di trovarsi nella seguente situazione. Vi trovate a più di tremila chilometri da casa, in una città che non avete mai visitato prima. La vostra famiglia e i vostri amici sono rimasti a casa. La gente del luogo parla una lingua diversa che voi vi sforzate di imparare per poter comunicare con loro. Il piccolo appartamento in cui vivete è molto diverso dalla casa che avete lasciato. Il cibo di questo paese ha qualità e gusti diversi da quelli a cui siete abituate. Vivete con qualcuno che un mese fa non conoscevate neppure. Tutte le persone che frequentate sono nuove conoscenze. Dovete provvedere completamente alle vostre necessità materiali e stare attente a come spendete il denaro. Dovete seguire un bilancio che vi permetta di provvedere a tutte le vostre spese personali. Dovete prepararvi i pasti, aver cura dei vostri indumenti, lavare e stirare, pulire l'appartamento.</p> <p>Ogni giorno siete indaffarate; il vostro scopo è interessare gente che non avete mai visto a conoscere meglio la Chiesa di Gesù Cristo dei Santi degli Ultimi Giorni. Alcune delle persone con le quali parlate sono molto scortesie, non vogliono ascoltare il vostro messaggio e qualche volta vi sbattono la porta in faccia. Altri sconosciuti accettano con piacere il vostro messaggio e diventano buoni amici mano a mano che esponete loro le lezioni. Vedete crescere la vostra conoscenza del Vangelo più rapidamente che in qualsiasi altro periodo della vostra vita. Studiate almeno due ore al giorno e dedicate il resto del tempo al lavoro di proselitismo. Leggete e imparate a memoria passi delle Scritture e le lezioni. State diventando un'autorità in materia spirituale poiché dovete prepararvi per le molte domande che la gente vi pone continuamente. Durante il giorno pregate spesso per avere la compagnia dello Spirito del Signore che vi è necessaria per essere efficaci nel vostro lavoro.</p>
Lavagna e discussione	<ul style="list-style-type: none"> • Quali sono alcuni doveri dei missionari? <p>Elencate le risposte delle giovani sulla lavagna.</p>
Esposizione	<p>Spiega che tutti i missionari tornati a casa riferiscono che la missione significa duro lavoro; eppure quando il missionario si impegna a svolgere questo lavoro, il tempo che trascorre sul campo di missione è uno dei periodi più felici della sua vita. I missionari devono essere diligenti, decisi e disposti a sacrificare i propri desideri per svolgere il lavoro del Signore. Devono concentrarsi e studiare diligentemente.</p> <p>La giovane che è consapevole delle responsabilità dei missionari può esercitare su di loro un'influenza positiva.</p>
Discussione	<ul style="list-style-type: none"> • Come potete aiutare i missionari ad affrontare gli impegni che li aspettano?

Le lettere possono dare sostegno e incoraggiamento ai missionari

Citazione

Spiega che le lettere fanno sapere ai missionari che i parenti e i gli amici pensano a loro.

Il presidente Gordon B. Hinckley ha detto:

«La mia simpatia va tutta a quel missionario che non riceve lettere da casa. Generalmente una lettera alla settimana è una buona regola, ma d'altra parte una corrispondenza troppo fitta può danneggiare il morale del missionario. Per essere efficace il missionario deve staccarsi dalla casa. Perciò il genere di corrispondenza che riceve avrà un grande effetto su quello che fa e su quello che sente. Le lettere che parlano dei problemi che affliggono la famiglia, che raccontano le difficoltà incontrate dai familiari, danneggiano il morale del missionario. Le persone sagge scrivono lettere che contengono sentimenti positivi, sentimenti di orgoglio per avere un missionario sul campo, la certezza che le benedizioni del Signore si stanno riversando su di loro grazie al suo lavoro nel ministero. Queste lettere portano benedizioni nella vita di un missionario» (Brian Kelly, «Alcune domande all'anziano Gordon B. Hinckley circa l'opera missionaria», *La Stella*, gennaio 1974, pag. 13).

Mostra il sacco della posta contenente le sette buste.

Indagine

Spiega che a un gruppo di missionari di ogni parte del mondo ritornati a casa dopo la missione è stato chiesto di parlare della posta che avevano ricevuto da casa mentre si trovavano in missione. Le risposte più comuni alle domande sono riportate sotto. Chiedi a ogni giovane di prendere una o più buste dal sacco e di leggere la domanda alla classe. Lascia che le altre giovani suggeriscano la possibile risposta dei missionari. Poi leggi e commenta le risposte che le giovani non hanno menzionato.

1. *Domanda:* Quando eravate in missione, da chi vi faceva più piacere ricevere delle lettere?

Risposte: Dai miei genitori.

Dagli amici più cari.

Dai parenti.

2. *Domanda:* Nelle lettere da casa quali erano gli argomenti che desideravate maggiormente sentir trattare?

Risposte: Notizie della famiglia.

Notizie di giovani che conoscevo e che erano anch'essi in missione.

Informazioni sulla Chiesa o sulle attività del rione.

Domande o commenti seri sul Vangelo e su argomenti spirituali.

Domande sul mio lavoro, sui miei contatti e sulle mie condizioni di vita.

Informazioni sulle attività scolastiche e i successi dei miei amici e parenti.

3. *Domanda:* Che genere di lettere vi aiutavano di più?

Risposte: Quelle che accrescevano la mia spiritualità.

Quelle che mi parlavano delle esperienze di altri e di come la loro testimonianza si era sviluppata.

Lettere sul Vangelo o sincere esperienze spirituali.

Lettere piene di umorismo e di notizie sulla famiglia.

4. *Domanda:* Quali lettere trovavate più deprimenti o poco utili?

Risposte: Quelle che riportavano commenti negativi, in particolare sul Vangelo.

I pettegolezzi.

Lettere scritte quando il mittente si sentiva scoraggiato.

Lettere che dicevano di farmi forza perché la missione stava per finire.

Lettere riguardanti i problemi del paese o insoddisfazione a casa.

Lettere che mi parlavano di tutte le belle cose che accadevano a casa durante la mia assenza e a cui non potevo partecipare.

5. *Domanda:* Quanto spesso dovrebbe scrivere un conoscente?

Risposte: A Natale e per il compleanno.

Ogni due o tre mesi.

6. *Domanda:* Quali erano le lettere che meno vi piaceva ricevere dalla vostra ragazza o ragazzo rimasti a casa?

Risposte: Lettere che parlavano degli appuntamenti che dava ad altre persone.

Lettere che parlavano delle feste e dei luoghi in cui andava.

Lettere in cui diceva di voler chiudere il nostro rapporto.

Lettere romantiche.

7. *Domanda:* Se il vostro ragazzo o ragazza si accorge che i suoi sentimenti verso di voi stanno cambiando, cosa vorreste che facesse?

Risposte: Che esprimesse onestamente i propri sentimenti.

Che parlasse dei suoi dubbi non appena sorgono nella mente.

Esposizione

Spiega che le lettere da casa possono esercitare un'influenza positiva su ogni missionario, ma non possiamo aspettarci che i missionari rispondano a tutta la posta che ricevono. Essi sono incoraggiati a scrivere a casa una volta alla settimana, come una volta la settimana devono scrivere al loro presidente di missione. I missionari sono molto occupati, perciò le altre persone possono aspettarsi una lettera soltanto di quando in quando.

Discussione

Se il tempo lo permette, fai parlare le giovani dei modi in cui possono personalmente incoraggiare gli amici che sono in missione.

Conclusione

Esposizione

Spiega che le lettere costituiscono una parte essenziale della vita di un missionario. Le lettere scritte con atteggiamento positivo possono aiutarlo a trovare gioia nel suo lavoro. Ricorda alle giovani di mettersi nei panni dei missionari quando gli scrivono e di parlare soltanto di quelle cose che li aiuteranno. Possono parlare dei concetti che imparano mentre studiano e sviluppano la propria testimonianza, possono dire ai missionari che pregano per loro. Il Signore le benedirà se incoraggiano i missionari con le loro lettere.

Attività suggerite

1. Nel prossimo giorno di festa la classe invierà una lettera a ciascun missionario del vostro rione; ciò può essere fatto durante un pomeriggio di attività.
2. Suggerisci che le giovani stabiliscano l'obiettivo di scrivere a un parente o a un amico in missione almeno una volta ogni tre mesi.

Accrescere la spiritualità

OBIETTIVO	Ogni giovane cercherà di vivere più vicina al Padre celeste, chiedendoGli consiglio in ogni cosa.
PREPARAZIONE	<ol style="list-style-type: none"> 1. Procura carta e matita per tutte le giovani. 2. Incarica alcune giovani di leggere i passi delle Scritture, le storie o le citazioni di tua scelta.
SVOLGIMENTO DELLA LEZIONE	<p>Ogni giovane può chiedere consiglio al Signore in ogni cosa</p>
Storia	<p>Narra la seguente storia che mostra come una giovane può chiedere consiglio al Signore:</p> <p>«Quando ero bambina vedevo accadere attorno a me molte cose tristi a causa dell'alcool. La nostra famiglia non apparteneva alla Chiesa, anzi non ne avevamo mai sentito parlare. A dodici anni cominciai a pregare il Padre celeste che mi aiutasse a trovare un marito che non bevesse.</p>
	<p>Alcuni anni dopo, terminate le scuole, trovai un posto di infermiera in un piccolo ospedale di una città molto lontana da casa nostra. Alcune settimane più tardi venne a lavorare lì anche un giovane dottore. Fin dall'inizio notai che c'era qualcosa di diverso in lui e una mia collega mi avvertì di non prenderlo in considerazione, perché era un mormone. Le chiesi cosa fosse un mormone e mi rispose che si trattava di una strana setta che non faceva uso di caffè, tè, tabacco e alcool. Terminammo il nostro caffè e tornammo al lavoro; quello fu l'ultimo caffè della mia vita. Ero impaziente di conoscere meglio i Mormoni, e il messaggio del Vangelo fu proprio ciò che avevo cercato per tutta la vita. Fui battezzata nel giro di un mese e alla fine sposai quel giovane dottore. Le mie preghiere erano state davvero esaudite e la mia vita aveva acquistato un nuovo significato».</p>
Scritture e discussione	<p>Invita la classe a leggere Alma 37:37 e scrivi in alto sulla lavagna: «Possiamo chiedere consiglio al Signore in ogni cosa».</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cosa pensate voglia dire «chiedere consiglio al Signore»? (Pregare, studiare, meditare e ascoltare con la mente e il cuore). • In quale modo la giovane protagonista della storia chiese consiglio al Signore? • Per quali cose potete chiedere consiglio al Signore? (Entra nei dettagli, facendo notare che dobbiamo chiedere aiuto sia per le piccole difficoltà quotidiane, sia per i problemi più seri e importanti).
Esposizione	<p>Spiega che chiedere consiglio al Signore vuol dire parlare con Lui, esprimerGli i desideri e i sentimenti del nostro cuore, e poi attendere la risposta. Spesso siamo tanto occupate che preghiamo e poi ci precipitiamo a fare altre cose, senza aspettare una risposta. A volte la risposta non giunge immediatamente o nella maniera che noi ci aspettavamo. Qualche volta ci viene data una risposta, ma noi non l'accettiamo perché non è quella che vogliamo ricevere.</p>
Scritture e discussione	<p>Invita la classe a leggere DeA 101:7–8.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Perché il Signore era lento a rispondere alle preghiere dei primi santi quando erano nelle difficoltà? • Perché la gente è più pronta a rivolgersi al Signore quando si trova in qualche difficoltà? • Con chi parlate quando vi capita qualcosa di bello? Pensate che il Padre celeste sarebbe contento di sentire queste cose?

Esposizione Spiega che, proprio come il nostro padre terreno è contento quando gli parliamo di quello che facciamo, gli esprimiamo la nostra gratitudine e gli chiediamo consiglio per i nostri problemi, così il Padre celeste ha piacere che Gli parliamo e ci consigliamo con Lui.

Dobbiamo sapere come comunicare con il Signore

Attività Distribuisci carta e matita alla giovani e chiedi loro di scrivere in cima al foglio la frase: «Come pregare e per che cosa pregare».

Spiega che i dirigenti della Chiesa ci hanno dato alcune eccellenti istruzioni su come pregare e per che cosa pregare.

Invita le giovani ad ascoltare le seguenti citazioni e a scrivere le idee che riescono a trarne. Al termine della lettura commentate le idee scritte dalle giovani. Forse puoi preparare delle domande che aiutino la classe a individuare i punti salienti delle varie citazioni.

Citazioni e discussione

Il presidente Ezra Taft Benson ci suggerisce alcuni modi di migliorare la nostra comunicazione con il Padre celeste:

- «1. *Dobbiamo pregare spesso.* Dobbiamo trovarci a tu per tu con il nostro Padre nei cieli almeno due o tre volte al giorno: mattina, mezzogiorno e sera, come dicono le Scritture (Alma 34:21). Ci viene anche detto di pregare sempre (2 Nefi 32:9; DeA 88:126). Ciò significa che dobbiamo avere il cuore continuamente ripieno di preghiera e rivolto al Padre celeste (Alma 34:27).
2. *Dobbiamo trovare un luogo adatto per pregare e meditare.* Ci è stato detto che possiamo meditare e pregare nelle nostre camerette, nei nostri luoghi segreti e nelle nostre solitudini (vedere Alma 34:26), ossia ovunque non ci siano distrazioni, nell'intimità (vedere 3 Nefi 13:5-6).
3. *Dobbiamo prepararci a pregare.* Se non abbiamo voglia di pregare, dobbiamo pregare finché ce ne verrà il desiderio. Dobbiamo essere umili (DeA 112:10) chiedere perdono e misericordia (Alma 34:17-18) e perdonare tutti coloro verso i quali abbiamo dei sentimenti negativi (Marco 11:25). Tuttavia le Scritture ci avvertono che le nostre preghiere saranno vane se «respingete i bisognosi e gli ignudi e non visitate i malati e gli afflitti e non impartite della vostra sostanza» (Alma 34:28).
4. *Le nostre preghiere devono essere pertinenti e sincere.* Non dobbiamo usare sempre le stesse frasi. Tutti noi ci sentiremmo a disagio se un nostro amico ci dicesse tutti i giorni le stesse parole, considerasse il nostro colloquio un dovere da compiere e non vedesse l'ora di finire per potersi dedicare alla televisione e non pensare più a noi» (Ezra Taft Benson, «Improving Communication with Our Heavenly Father», *Prayer*, [Salt Lake City: Deseret Book Co., 1977], pag. 111).

Il presidente Spencer W. Kimball ci spiegò per quali cose dobbiamo pregare: «Dobbiamo esprimere la nostra gioiosa e sincera gratitudine per le benedizioni già ricevute. Il Signore ha detto: «E dovete rendere grazie a Dio nello Spirito per tutte le benedizioni nelle quali siete benedetti» (DeA 46:32). E invero ci sentiamo pervasi da uno spirito meraviglioso e rassicurante quando esprimiamo la nostra sincera gratitudine al Padre celeste per le benedizioni ricevute: per il Vangelo e per aver ricevuto la benedizione di conoscerlo; per gli sforzi e le fatiche che i nostri genitori ed altre persone hanno sostenuto per noi; per i nostri parenti e amici; per le possibilità che abbiamo; per la mente, il corpo e la vita; per le esperienze buone e proficue che facciamo durante tutta la nostra esistenza; per tutto l'aiuto e la bontà del nostro Padre e le preghiere che Egli ha esaudito.

Possiamo pregare per i nostri dirigenti . . .

Il vasto programma missionario dovrebbe essere costante oggetto delle nostre preghiere. Preghiamo affinché le nazioni aprano le porte per poter ricevere il Vangelo, preghiamo per avere le occasioni e la guida necessaria per condividere la buona novella del Vangelo con gli altri . . .

Preghiamo per le persone frustrate, turbate, inferme, bisognose, per i peccatori. Preghiamo per quella persona che ritenevamo un nemico . . . Può un uomo avere a lungo un nemico, se prega per quelle persone verso le quali nutre sentimenti di ostilità?

Preghiamo per ottenere la saggezza, la capacità di giudicare, la capacità di comprendere. Preghiamo per avere una protezione nei luoghi pericolosi, per avere la forza nei momenti di tentazione. Ricordiamo le persone care e gli amici. Offriamo rapide preghiere con la parola o con il pensiero, ad alta voce o nel più profondo silenzio. Teniamo sempre una preghiera nel cuore per poter svolgere bene le attività della nostra giornata. Può l'uomo fare il male quando ha nel cuore o sulle labbra una preghiera sincera?

Preghiamo per la nostra famiglia, i nostri vicini, il nostro lavoro, le nostre decisioni, i nostri incarichi nella Chiesa, la nostra testimonianza, i nostri sentimenti, i nostri obiettivi . . .

Ma la preghiera è soltanto comunicazione in un senso? No! . . . Alla fine delle nostre preghiere dobbiamo ascoltare attentamente, anche per alcuni minuti. Abbiamo pregato per ottenere consiglio e aiuto. Ora dobbiamo fermarci e riconoscere che Egli è Dio (vedi Salmi 46:10)» (*La Stella*, marzo 1982, pagg. 4-5).

Il Signore ci aiuta secondo le nostre necessità, non sempre secondo i nostri desideri

Esposizione

Spiega che, sebbene le preghiere ricevano spesso la risposta attesa, a volte ciò che riceviamo è un no, oppure ci viene risposto in un modo che non comprendiamo.

Storia

Racconta la seguente storia realmente accaduta a Barbara Perry Haws, figlia dell'anziano L. Tom Perry:

«Un giorno ricevetti una telefonata interurbana da mio fratello. Dal tono della sua voce mi resi conto che qualcosa non andava, perché era molto serio e gli capita assai di rado di essere serio. Mi disse che la mamma aveva avuto un attacco cardiaco ed era ricoverata all'ospedale. La paura che provai venne acuita dal pensiero che ero a centinaia di chilometri di distanza e la sola cosa che potevo fare era pregare. Dopo aver pregato sentii un tale calore dentro di me che capii che tutto sarebbe andato bene. Alcuni minuti più tardi, però, ricevetti una seconda telefonata. Era il mio papà: la mamma era morta. Dapprima non potevo crederci, perché il sentimento che avevo provato era molto chiaro, ma poi mi resi conto che in effetti tutto era come doveva essere: mia madre era vissuta abbastanza bene per quattro anni, pur avendo un cancro, e aveva potuto vedere mio padre chiamato a far parte del Consiglio dei Dodici. Ma durante il quarto anno il cancro aveva cominciato a causare parecchi problemi. Morì serenamente mezz'ora dopo l'attacco cardiaco, al termine di una vita bella e attiva. Quando pregai per lei, non sapevo dei problemi che aveva né della morte imminente, così ricevetti una risposta chiara che tutto andava bene».

- Che aiuto ricevette questa sorella dopo aver pregato?
- Quali altri benefici possono venire da una preghiera sincera e costante?

Scritture

Rileggi ad alta voce Alma 37:37.

Conclusione

Leggi Dottrina e Alleanze 88:63, 83 e commenta la meravigliosa promessa contenuta in questi versetti.

Esperienze personali e testimonianza

Chiedi alle giovani se qualcuna di loro ha ricevuto delle risposte che vorrebbe far conoscere alla classe. Concludi dando la tua testimonianza di quanto è importante chiedere regolarmente e sinceramente consiglio al Signore. Puoi raccontare alle giovani una tua esperienza sulla preghiera. Assicurale che il Padre celeste si interessa moltissimo di loro e desidera aiutarle, ma spetta a loro chiedere il Suo aiuto.

Applicazione pratica

Esorta le giovani a cercare di vivere in maggiore sintonia con il Padre celeste mediante la preghiera.

OBIETTIVO	Ogni giovane conoscerà i benefici che scaturiscono dal digiuno.
-----------	-----------------------------------------------------------------

PREPARAZIONE	<ol style="list-style-type: none">1. Prepara per ogni giovane un elenco dei passi delle Scritture che si trovano nella sezione Introduzione. Non scrivere le risposte messe fra parentesi. Porta anche un adeguato numero di matite.2. Incarica alcune giovani di leggere i passi delle Scritture, le storie o le citazioni di tua scelta.
--------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

SVOLGIMENTO DELLA LEZIONE	Introduzione
Esercizio sulle Scritture	<p>Scrivi sulla lavagna quanto segue: «Il digiuno è _____».</p> <p>Consegna a ogni giovane una copia del seguente elenco di passi delle Scritture e una matita. Non fornire le risposte.</p> <p>Luca 2:37 (una forma di adorazione sincera) Atti 13:2-3 (un aiuto nella scelta dei dirigenti della Chiesa) Omni 26 (un modo per sentirsi più vicini al Signore) Mosia 27:22-23 (un modo per ricevere speciali benedizioni) Alma 5:46 (un modo per ottenere una testimonianza) Alma 6:6 (una forma di aiuto per il prossimo) Alma 17:3 (un modo per ricevere una rivelazione) Alma 17:9 (un modo per insegnare il Vangelo alle altre persone) Helaman 3:35 (un modo per ottenere forza spirituale e per purificarsi) Helaman 9:10 (un aiuto in tempi di difficoltà) Dottrina e Alleanze 88:76 (un comandamento di Dio)</p> <p>Invita le giovani a mettersi in coppia per trovare i vari versetti nelle Scritture e a scrivere sul loro foglio le risposte che possono completare la frase scritta sulla lavagna. Dopo che le giovani avranno finito, chiedi loro di leggere ad alta voce alcuni dei motivi indicati nella Scritture per cui dobbiamo digiunare.</p>

Discussione	Il digiuno fatto correttamente porta grandi benefici <p>Commenta con le giovani i seguenti punti per aiutarle a capire quale è il modo corretto di digiunare. Lascia che prima siano le giovani a rispondere, poi invitala a leggere il versetto o la citazione relativa.</p> <ul style="list-style-type: none">• Cosa è il digiuno? <p>Il digiuno fatto correttamente richiede l'astensione dal cibo e dalle bevande per due pasti consecutivi, la partecipazione alla riunione di digiuno e testimonianza e il versamento di una offerta generosa al vescovo per provvedere ai bisognosi.</p> <ul style="list-style-type: none">• Qual è lo scopo del digiuno mensile che facciamo? <p>«La maggior parte di noi digiuna perché appartiene alla Chiesa e osserva la sua legge del digiuno. Generalmente parlando tre sono gli scopi del digiuno. Il primo è quello di</p>
-------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

accrescere la nostra umiltà e spiritualità; il secondo è quello di aiutare i bisognosi versando un'offerta equivalente al valore del cibo non consumato; il terzo è quello di trarne anche un beneficio fisico» (Russell M. Nelson, «I Have a Question», *Ensign*, aprile 1976, pag. 32).

- Quanto è un'offerta di digiuno che viene considerata adeguata?

«La generosa offerta da fare al vescovo dovrebbe rappresentare l'equivalente in denaro di almeno due pasti. Un'offerta spontanea di questo tipo, dedicata ai poveri, nobilita l'anima e ci aiuta ad accrescere la nostra carità, che è uno degli attributi più nobili della natura umana (vedere 1 Corinzi 13)» (Russell M. Nelson, «I have a question», *Ensign*, aprile 1976, pag. 33).

Il presidente Spencer W. Kimball ebbe a dire quanto segue riguardo alla somma che dovremmo versare come offerta di digiuno: «Io credo che dovremmo essere molto generosi e dare, anziché la somma che abbiamo risparmiato digiunando per due pasti, molto di più, anche dieci volte di più, se ne abbiamo la possibilità» (Conference Report, aprile 1974, pag. 184).

- Quale altro principio viene sempre abbinato al digiuno?

Un buon digiuno inizia e finisce sempre con una preghiera. Digiunare senza pregare vuol dire astenersi semplicemente dal mangiare.

- Quando dovremmo digiunare, oltre che nel giorno del digiuno mensile?

Possiamo digiunare quando abbiamo bisogno di aiuto e di una forza maggiore per portare a termine un compito, risolvere un problema o ricevere una particolare benedizione. Il digiuno e la preghiera possono aiutarci a sviluppare una più grande umiltà e fede.

Se ne noti la necessità, a questo punto puoi far leggere la seguente dichiarazione:

«Il *Bollettino del sacerdozio* del giugno 1972 spiegava in dettaglio come sia sconsigliabile eccedere nel digiuno: «Siamo stati informati che alcune persone . . . si sottopongono a digiuni piuttosto lunghi. Non è consigliabile comportarsi in questo modo. Se c'è un motivo speciale per voler digiunare, un giorno di digiuno sarà sufficiente, e poi ci si potrà rivolgere con umiltà al Signore chiedendoGli le Sue benedizioni». Joseph F. Smith ha inoltre dato il seguente saggio consiglio: «Molti sono deboli, altri sono di salute delicata, altri ancora hanno bambini da allattare. A queste persone non è fatto obbligo di digiunare, né dovrebbero i genitori imporre il digiuno ai bambini piccoli» (*Dottrina evangelica*, pag. 218)» (Russell M. Nelson, «I Have a Question», *Ensign*, aprile 1976, pagg. 32–33).

- Quali sono i benefici che possiamo ricevere dal digiuno?

«Il digiuno, abbinato con la preghiera, è fatto per aumentare la spiritualità, per favorire uno spirito di devozione e di amore verso Dio, per aumentare la fede nel cuore dell'uomo, assicurandogli così il favore divino; per incoraggiare l'umiltà e la contrizione dell'anima, per contribuire a raggiungere la rettitudine, per insegnare all'uomo la sua nullità e la sua dipendenza da Dio; e per far allungare il passo lungo il sentiero della salvezza a quanti si attengono nel modo corretto a questa legge del digiuno» (Thorpe B. Isaacson, Conference Report, aprile 1962, pag. 67; o *Improvement Era*, giugno 1962, pag. 438).

Il digiuno è una fonte di forza

Le storie che seguono mostrano il grande potere del digiuno. Forse non avrai tempo per leggere tutte e tre queste storie.

Storia

Leggi la seguente storia accaduta all'anziano Hugh B. Brown quando era un giovane missionario in Inghilterra. L'anziano Brown andava di casa in casa a Cambridge lasciando agli occupanti degli opuscoli missionari. Una sera tornò al suo appartamento stanco e scoraggiato per il poco successo che aveva ottenuto. Poco tempo dopo un uomo venne a bussare alla sua porta, e quando gli fu aperto disse:

«Domenica sera diciassette di noi capi famiglia hanno lasciato la Chiesa Anglicana e ci siamo ritrovati a casa mia, dato che ho un salone piuttosto ampio. Abbiamo tutti parecchi figli e la stanza era piena di donne, uomini e bambini. Decidemmo di pregare per tutta la settimana affinché il Signore ci mandasse un nuovo pastore. Tornando a casa stasera ero scoraggiato perché pensavo che il Signore non avesse ascoltato le nostre preghiere; ma quando ho trovato questo opuscolo davanti alla porta, ho capito che il Signore ci aveva risposto. Vuole venire domani sera per essere il nostro nuovo pastore?»

Discussione

- Cosa avreste fatto voi in quella situazione?

Storia

Prosegui la storia:

«Non erano neppure tre giorni che ero in missione. Non sapevo quasi nulla del lavoro missionario, eppure mi chiedevano di essere il loro pastore! Ma fui abbastanza incosciente da rispondere di sì, e me ne pentii fino al momento della riunione.

Quell'uomo uscì, portandosi via tutto il mio appetito. Avvisai la padrona di casa che non volevo mangiare e mi ritirai in camera mia per andare a letto. Mi inginocchiai accanto al letto e, miei giovani fratelli e sorelle, parlai per la prima volta con Dio. Gli parlai della situazione in cui mi trovavo e implorai il Suo aiuto. Gli chiesi di guidarmi e di prendere Lui in mano la situazione. Mi rialzai e mi infilai nel letto, ma non riuscivo a dormire; tornai a pregare e continuai a farlo per tutta la notte: parlai davvero con Dio.

Il mattino dopo dissi alla signora che non avrei fatto colazione e andai a passeggiare nei giardini dell'università fino a mezzogiorno. Rincasai e le dissi che non avrei pranzato; poi uscii di nuovo per tutto il pomeriggio. La mia mente era in corto circuito e non riuscivo a pensare ad altro che a quello che mi aspettava quella sera, che dovevo andare a quella riunione per essere il loro pastore.

Tornai in camera mia verso le sei di sera e mi sedetti a meditare, preoccupato e dubbioso . . . L'ora del supplizio si avvicinava. Quando l'orologio segnò le 18 e 45 mi alzai, indossai il cappotto stile principe di Galles che si usava allora, mi misi in testa il cappello rigido che avevo acquistato a Norwich, afferrai il bastone da passeggio (che si usava a quel tempo) e i guanti di pelle, mi misi una Bibbia sotto il braccio e mi trascinai, letteralmente, verso l'edificio dov'ero atteso.

Quando fui vicino al cancello venne sull'uscio l'uomo che avevo incontrato la sera prima. Egli si inchinò con molta cortesia e mi disse: «Prego, si accomodi, reverendo». Non ero mai stato chiamato in quel modo. Entrai e vidi che la stanza era piena di gente che si alzò per salutare il nuovo pastore: io ne fui spaventato a morte.

Poi arrivò il momento in cui dovetti cominciare a pensare a ciò che dovevo fare, e mi resi conto che dovevo dire qualcosa a proposito del canto. Proposi loro di cantare «Padre mio» e vidi che tutti mi fissavano senza capire: fu un terribile assolo. Poi pensai che se avessi chiesto loro di inginocchiarsi per pregare, avrebbero smesso di fissarmi. Chiesi loro di inginocchiarsi e lo fecero subito. Si inginocchiarono tutti ed io con loro e, per la seconda volta in vita mia, parlai a Dio. Tutte le mie paure svanirono e non mi preoccupai più: stavo rimettendomi a Lui.

Fra le altre cose Gli dissi: «Padre celeste, questa gente ha lasciato la Chiesa Anglicana; sono venuti qui stasera per ascoltare la verità. Tu sai che io non sono preparato per dare loro ciò che chiedono, ma Tu lo puoi fare, o Dio; e se vuoi che io sia lo strumento tramite il quale vuoi parlare, mi sta bene; per favore, mettiti Tu al timone».

Quando ci alzammo, molti stavano piangendo, e io con loro. Rinunciai saggiamente a cantare il secondo inno e cominciai a parlare. Parlai per quarantacinque minuti, ma non ricordo ciò che dissi; era il Signore che parlava tramite me, e i fatti che seguirono lo dimostrarono. Egli parlò con tale potere che al termine della riunione quelle persone vennero da me, mi misero la mano sulla spalla e mi salutarono, dicendo: «Questo è proprio ciò che stavamo aspettando. Grazie a Dio lei è arrivato».

Se all'andata avevo dovuto letteralmente trascinarli, al ritorno quasi non toccavo terra. Ero così emozionato per come Dio aveva tolto dalle mie mani un compito che era più grande delle capacità umane!

Nel giro di tre mesi ogni uomo, donna e bambino di quella congregazione era stato battezzato nella Chiesa. Non fui io a battezzarli, perché venni trasferito prima, ma essi si unirono tutti alla Chiesa e la maggior parte di loro venne nell'Utah o nell'Idaho. Recentemente ne ho visto alcuni che ormai sono vecchi, e mi hanno detto che non hanno mai partecipato a una riunione come quella, a una riunione in cui Dio parlò a loro» (Hugh B. Brown, «*Father, Are You There?*», BYU Press, 1967, pagg. 13–15).

Discussione

Commenta il risultato del digiuno dell'anziano Brown e invita le giovani a dire cosa hanno imparato da questo episodio.

Storia

L'anziano Matthew Cowley, che fu membro del Consiglio dei Dodici, raccontò in che modo un giovane vescovo benedì un ragazzino:

«Naturalmente ci possono essere delle occasioni in cui non c'è tempo di digiunare molto; ci possono essere dei casi urgenti in cui bisogna correre. Tuttavia io credo che se avete poco tempo e volete andare a benedire qualcuno, non sarà male digiunare un pochino. Io credo che il Signore accetterà anche quel digiuno.

Abbiamo un comune amico a Honolulu, un giovane vescovo, molto ricco ma dotato di grande umiltà di cuore. Un giorno fu chiamato all'ospedale per benedire un bambino con la poliomielite. Gli aveva telefonato una sorella indigena del suo rione dicendogli: «Vescovo, vieni, il mio bambino è malato di poliomielite e vorrei che tu gli dessi una benedizione». Per tutto il giorno la donna lo aspettò, ma il vescovo non venne. La notte passò senza che egli arrivasse, e passò anche la mattina seguente. Finalmente al pomeriggio arrivò. La donna era arrabbiata con lui e lo maltrattò in tutti i modi che le vennero in mente: «Lei, che è il mio vescovo, la chiamo perché venga a benedire il mio bambino malato di poliomielite e lei, che è padrone di quello che vuole, che ha le sue belle macchine, il suo yacht e che non deve rendere conto a nessuno, lei non si fa vedere! Si fa vivo solo il giorno dopo!» Dopo che la donna ebbe esaurito tutti i rimproveri che riusciva a trovare, il vescovo le sorrise e disse: «Jeri, dopo aver messo giù il telefono, ho cominciato a digiunare e ho continuato a pregare e digiunare per ventiquattro ore. Ora sono pronto per dare la benedizione al suo ragazzo». Alle cinque di quella sera il ragazzo venne dimesso dall'ospedale, guarito dalla poliomielite . . . Questo genere di cose non succedono se non con la preghiera e il digiuno.

Dubito che le cose sarebbero andate in quel modo se il vescovo fosse andato subito all'ospedale. Io credo che la preghiera e il digiuno furono necessari» (Matthew Cowley, *Matthew Cowley Speaks*, [Salt Lake City: Deseret Book Co., 1954], pagg. 149–150).

Storia dalle Scritture

Spiega che una donna virtuosa, grazie alla sua obbedienza, poté salvare non solo se stessa, ma tutto il suo popolo. È il caso della regina Ester, la cui storia si trova nell'Antico Testamento (vedi Ester 1–10).

Ester era una donna ebrea che aveva trovato grazia agli occhi del re ed era diventata regina. In quella nazione c'era un principe influente di nome Haman che odiava a morte Mardocheo, zio di Ester, perché questi si rifiutava di inchinarsi davanti a lui. Per vendicarsi, Haman escogitò un piano per far morire tutti gli Ebrei.

Quando seppe queste cose, Mardocheo chiese ad Ester di andare dal re e di chiedere la sua protezione. Ester gli spiegò cosa diceva la legge del re: «Se qualcuno, uomo o donna che sia, entra dal re, nel cortile interno, senza essere chiamato, per una legge ch'è la stessa per tutti, ei dev'essere messo a morte, a meno che il re non stenda verso di lui il suo scettro d'oro; nel qual caso colui ha salva la vita. E io sono già trenta giorni che non sono stata chiamata per andare dal re» (Ester 4:11).

Mardocheo le spiegò che se lei non avesse fatto qualcosa, tutti gli Ebrei sarebbero periti, compresa tutta la sua famiglia. Ester comprese la situazione e rispose: «Va', raduna tutti i Giudei che si trovano a Susa e digiunate per me; state senza mangiare e senza bere per tre giorni, notte e giorno. Anch'io, con le mie donzelle, digiunerò nello stesso modo; e dopo entrerò dal re, quantunque ciò sia contro la legge; e s'io debba perire, ch'io perisca» (Ester 4:16).

Senza preoccuparsi della sua vita, Ester si presentò al re dopo aver digiunato e pregato ed egli stese lo scettro, permettendole di avvicinarsi. Venne salvata perché aveva messo la sua vita nelle mani del Signore, e il re permise agli Ebrei di difendersi e di salvarsi.

Discussione

Commenta la storia con le giovani, facendo notare come la regina Ester ebbe coraggio e forza grazie al digiuno del suo popolo.

Aiuta ogni giovane a comprendere quanta forza e coraggio possano venire a chi digiuna e prega.

Conclusione

Testimonianza

Porta testimonianza del potere del digiuno e della preghiera. Si tratta di un potere spirituale che viene solo tramite l'obbedienza. Se lo consideri opportuno, riferisci una tua esperienza personale sui benefici del digiuno e incoraggia ogni giovane a fare del digiuno un aspetto più importante della sua vita.

La rivelazione nella nostra vita di ogni giorno

Lezione

24

OBIETTIVO Ogni giovane comprenderà in che modo può ricevere rivelazioni nella vita di ogni giorno.

PREPARAZIONE

1. Procura carta e matita per tutte le giovani.
2. Prepara dei fogli di carta ognuno con su scritto uno dei seguenti riferimenti delle Scritture: 1 Nefi 10:17 (seconda metà del versetto), Matteo 7:7–8, Giacomo 1:5–7, Dottrina e Alleanze 9:8–9, Alma 37:37, 1 Nefi 17:45. Prepara fogli sufficienti per ogni giovane, anche se devi usare un riferimento più di una volta.
3. Preparati a far cantare alle giovani la prima e la terza strofa dell'inno «Insegnami a camminare nella luce» (*Innario dei bambini*)
4. Incarica alcune giovani di leggere i passi delle Scritture, le storie o le citazioni di tua scelta.

SVOLGIMENTO
DELLA
LEZIONE

Introduzione

Storia

Racconta la seguente storia e invita le giovani a cercare di individuare il principio evangelico in essa contenuto.

«I giovani di vari rioni si erano ritrovati per una riunione. Si stava facendo tardi. Molti giovani avevano portato una dolce e commovente testimonianza, quando il vescovo Rogers fece un cenno al giovane sacerdote che dirigeva la riunione che era tempo di terminare, anche se la panca era ancora piena di giovani che volevano dare la loro testimonianza. Tuttavia, visto che aveva atteso tanto per riuscire a trovare il coraggio di alzarsi, e che era la prossima nella fila, Melany non volle perdere questa occasione; si alzò e si affrettò al pulpito.

«Sapete — disse — il vescovo mi ha chiamato a presiedere a una classe di diciassette ragazze, dicendomi che ne sarei stata responsabile. Io avevo una paura da morire. Non sapevo neppure con certezza dove fossero tutte quelle ragazze! Poi il vescovo mi chiese di scegliermi due consigliere, rammentandomi che dovevo pregare e chiedere aiuto al Signore. Mi domandavo come funzionasse questa faccenda: come potevo sapere che cosa voleva il Signore da me?

Ho scritto diciassette nomi su un foglio di carta e ho pregato riguardo a questi nomi. Al termine di ogni preghiera mi sentivo spinta a cancellare uno o due nomi dalla lista. Continuai a pregare, a pensare e a cercare una decisione fino al terzo giorno. Quando restai con solo due nomi, avevo la chiara sensazione che ora sapevo ciò che il Padre celeste voleva da me. È così che funziona!» (Ardeth G. Kapp, «Yes, You Are Old Enough Girls», *New Era*, maggio 1974, pag. 14).

La rivelazione è il mezzo con cui Dio comunica con noi

Discussione

Distribuisci alle giovani carta e matita e invita ogni giovane a scrivere senza firmarla una definizione della parola «rivelazione». Raccogli i fogli di carta e commenta con le giovani le varie definizioni fornite, assicurandoti di arrivare alla seguente definizione:

«La preghiera è il mezzo tramite il quale l'uomo comunica con Dio. La rivelazione è il mezzo tramite il quale Dio comunica con l'uomo».

Citazione

Leggi la seguente dichiarazione e chiedi alle giovani di prestare attenzione e di cercare di individuare chi, nella Chiesa, ha diritto alla rivelazione:

«Voglio dirvi che *abbiamo diritto* alla rivelazione. Voglio dire che ogni membro della Chiesa, indipendentemente dalla posizione che ricopre, ha il diritto di ricevere rivelazioni dallo Spirito Santo; ha il diritto di ricevere la visita degli angeli, di godere delle visioni dell'eternità e, se vogliamo procedere fino al limite estremo, ha diritto di vedere Dio nello stesso modo in cui ogni profeta ha visto il volto della Divinità in modo reale e letterale» (Bruce R. McConkie, *How to Get Personal Revelation*, BYU Speeches of the Year, 11 ottobre 1966, pag. 4).

Lavagna
e discussione

Scrivi sulla lavagna i seguenti riferimenti, senza indicare, per ora, le varie forme di rivelazione:

<i>Passo delle Scritture</i>	<i>Forma</i>
1. 1 Nefi 11:11–13; Joseph Smith 2:17	Caratteri! Visita o visione ricevuta personalmente
2. Joseph Smith 2:33; Esodo 3:4	Parole ricevute personalmente da Dio o da un angelo
3. Esodo 28:29–30; Dottrina e Alleanze 17:1; Alma 37:38–45	Strumenti speciali come l'Urim e Thummim, la Liahona
4. 1 Nefi 2:1–2; 1 Nefi 8:2	Sogni
5. Dottrina e Alleanze 8:2; 20:26; Helaman 5:44–47	Spirito Santo

Invita ogni giovane a cercare i vari passi delle Scritture sopra citati e a individuare i vari modi in cui Dio comunica con noi. Puoi assegnare i vari riferimenti a giovani diverse. A mano a mano che le varie forme di rivelazione vengono identificate, scrivile sulla lavagna.

Chiedi alle giovani di ripensare al dono che hanno ricevuto subito dopo il battesimo, poi leggi la seguente dichiarazione del profeta Joseph Smith: «Nessuno può ricevere lo Spirito Santo senza ricevere rivelazioni. Lo Spirito Santo è un rivelatore» (*History of the Church*, 6:58).

Ognuna di noi può ricevere rivelazioni per guidarci nella vita di tutti i giorni

Esposizione

Spiega che ognuna di noi ha diritto a ricevere rivelazioni personali. Ogni giorno si presentano delle situazioni che ci mettono nella necessità di conoscere la volontà di Dio e possiamo farlo soltanto tramite la rivelazione. Poiché il Signore ci ama, possiamo avere la costante compagnia del Santo Spirito. Questo Spirito ci può ispirare e guidare alla verità.

Citazione

L'anziano Boyd K. Packer ha fatto le seguenti considerazioni su come possiamo ricevere la conoscenza spirituale:

«Non dobbiamo aspettarci che una rivelazione sostituisca l'intelligenza temporale o spirituale che abbiamo già ricevuto; essa potrà soltanto ampliarsi. Dobbiamo vivere la nostra vita normalmente, quotidianamente, seguendo le abitudini e le regole che la governano. Le regole e i comandamenti costituiscono una preziosa protezione. Se dovessimo avere bisogno di istruzioni rivelate per modificare la nostra condotta, queste istruzioni ci aspetteranno sul nostro cammino nel punto in cui ne avremo bisogno» («La candela del Signore», *La Stella*, luglio 1983, pagg. 31–32).

Studio delle Scritture

Distribuisci i fogli con i riferimenti che hai preparato e invita ogni giovane a leggere il versetto indicato e a scoprire che cosa dice a proposito della rivelazione e di come ottenerla. Spiega che l'intera classe poi risponderà alla domanda: «In quali modi ci possiamo preparare per ricevere la rivelazione?» Concedi alle giovani il tempo necessario per trovare il versetto e per leggerlo; poi chiedi loro di spiegare quello che dicono le Scritture. Ricopia sulla lavagna il seguente elenco:

In quali modi ci possiamo preparare per ricevere la rivelazione?

1. Dobbiamo desiderarla e dobbiamo chiedere aiuto al Signore. (1 Nefi 10:17, seconda metà del versetto; Matteo 7:7-8)
2. Dobbiamo avere fede. (Giacomo 1:5-7)
3. Dobbiamo studiarlo nella nostra mente e formulare una decisione provvisoria. (DeA 9:8-9)
4. Dobbiamo chiedere consiglio al Signore per vedere se la nostra decisione è quella giusta. (Alma 37:37)
5. Dobbiamo essere in sintonia con il Signore e riconoscere la risposta. (1 Nefi 17:45)

Casi di studio

Chiedi alle giovani che cosa farebbero nelle situazioni che seguono, per poter ricevere aiuto e guida. Assicurati che le giovani si rendano conto che per ricevere le rivelazioni devono impegnarsi e sforzarsi.

1. Cinzia, presidentessa di una classe delle Giovani Donne, deve scegliere una giovane per darle l'incarico di organizzare un'attività estiva molto impegnativa. Come può Cinzia ricevere un aiuto nella scelta della persona adatta per questo incarico? Cosa deve fare, oltre a pregare, per trovare la soluzione?
2. Patrizia è stata chiamata dal vescovo come presidentessa di una classe delle Giovani Donne. Patrizia ha già molti impegni di scuola e suoi personali e pensa di non avere né il tempo né le capacità per dirigere una classe. In che modo lo Spirito Santo può aiutarla a adempiere alla sua chiamata?
3. Teresa si è trasferita da poco in una nuova città. A scuola non conosce nessuno e fa fatica a trovare delle amicizie. Cosa dovrebbe fare? In che modo può chiedere e ricevere l'aiuto dello Spirito Santo?

Lettura delle Scritture e discussione

Leggi Dottrina e Alleanze 9:7-9 e 6:22-23. Invita le giovani a sottolineare questi due versetti e annotare a margine un riferimento ad altri passi delle Scritture. Discutete come una persona capisce se ha ricevuto una rivelazione. Quale forma assume di solito la rivelazione?

Citazioni

Chiedi a una giovane di leggere la seguente dichiarazione, che chiarisce ulteriormente il significato di questi versetti:

«Le risposte del Signore arrivano sottovoce, sempre sussurrate. Sono pochi a sentirle fisicamente con le orecchie, e dobbiamo ascoltare con attenzione, altrimenti non le riconosceremo. La maggior parte delle risposte che il Signore ci dà arrivano nel cuore con una sensazione di calda contentezza, oppure nella mente con pensieri improvvisi. Queste risposte giungono a coloro che sono preparati e pazienti» (H. Burke Peterson, *Conference Report*, ottobre 1973, pag. 13).

Leggi alle giovani la seguente dichiarazione del presidente Marion G. Romney e invita ogni giovane a osservare in che modo possiamo sapere se le nostre preghiere hanno avuto risposta:

«Quando ho un problema da risolvere, io esamo nella mia mente le soluzioni possibili e arrivo a concludere qual è, secondo me, la migliore. Poi, in preghiera, espongo il mio problema al Signore, Gli spiego che voglio prendere la decisione giusta e quello che secondo me dovrei fare. Poi Gli chiedo che, se la mia decisione è quella giusta, mi dia quel sentimento del cuore che arde che fu promesso a Oliver Cowdery e, se nel mio cuore sento un sentimento di pace e di illuminazione, so che il Signore mi sta dicendo di sì. Se invece provo uno stupore di pensiero, so che mi sta dicendo di no, e riprovo da capo seguendo la stessa procedura.

Riassumendo ripeto: posso sapere che il Signore mi risponde ascoltando ciò che provo dentro di me» («Q & A», *New Era*, ottobre 1975, pag. 35).

Conclusione

Esposizione

Spiega che ogni membro battezzato nella Chiesa di Gesù Cristo dei Santi degli Ultimi Giorni ha il diritto di ricevere il dono dello Spirito Santo e che ogni giovane ha questo diritto. Per trarre giovamento da questo dono, dobbiamo vivere in armonia con le leggi di Dio e avere il sincero desiderio di conoscere la Sua volontà. A queste condizioni ogni giovane ha il diritto di avere lo Spirito Santo con sé e di ricevere la Sua guida. Abbiamo il diritto alla guida dello Spirito Santo.

Chiedi a una giovane di leggere Moroni 10:4–5. Consigli a ogni giovane di mettere in pratica questo invito nella vita di ogni giorno e sottolinea quanto è importante mettere a frutto il potere dello Spirito Santo. Rammenta loro che in questa maniera esse potranno restare vicine al Signore e alla fine tornare a vivere assieme a Lui.

Inno

Concludi la lezione chiedendo alle giovani di cantare l'inno «Insegnami a camminare nella luce».

OBIETTIVO Far capire alle giovani il significato del sacrificio e l'importanza che esso ha nella vita.

PREPARAZIONE

1. Procura carta e matita per ogni giovane.
2. Prepara per ogni giovane una copia della dichiarazione dell'anziano Loren C. Dunn, che si trova nella conclusione della lezione.
3. Incarica alcune giovani di leggere i passi delle Scritture, le storie o le citazioni di tua scelta.

**SVOLGIMENTO
DELLA
LEZIONE**

Lavagna
e discussione

Le persone facevano dei sacrifici già nei tempi antichi

Scrivi alla lavagna la parola *sacrificio*. Invita le giovani a spiegare il significato di questa parola.

Spiega che sacrificio può essere definito come la rinuncia a una cosa desiderata in vista di uno scopo ritenuto più importante. Potremmo dire che sacrificarsi significa rinunciare a una cosa buona per una cosa che è migliore. Scrivi alla lavagna una definizione della parola sacrificio.

Spiega che durante tutta la storia della Chiesa ai fedeli è stato chiesto di sacrificarsi, di rinunciare a cose buone per poterne realizzare altre migliori.

- Cosa vi viene in mente quando sentite parlare degli antichi profeti che offrivano sacrifici? (Le risposte potranno includere esempi come Abrahamo che offrì Isacco, la costruzione di altari e l'offerta di animali come olocausto).
- Chi fu la prima persona che offrì dei sacrifici? (Adamo; vedi Mosè 5:5).
- Quali altri profeti offrirono sacrifici? (Noè, Mosè, Isacco, Giacobbe).

Scritture
e discussione

Invita le giovani a leggere Mosè 5:6. Potranno sottolineare l'ultima parte di questo versetto.

- Adamo sapeva per quale ragione gli era stato ordinato di offrire sacrifici? (Non all'inizio).

Chiedi ora alle giovani di leggere e commentare Mosè 5:7.

- Cosa significa *similitudine*? (Somiglianza o paragone. I sacrifici di Adamo erano un simbolo del sacrificio del Salvatore).

Spiega che tutti i sacrifici dell'antichità rappresentavano il grande sacrificio che Cristo avrebbe compiuto per espiare per i nostri peccati. Come il Salvatore fu pronto a dare la vita per noi, così noi dobbiamo essere pronte a sacrificare tutto ciò che abbiamo per Lui e per il Suo vangelo.

Invita le giovani a leggere Mosè 5:5 e Levitico 1:3.

- Quali erano le caratteristiche degli animali che gli antichi profeti offrirono in sacrificio? (Primogeniti, maschi, senza difetto e senza macchia).

Spiega che «senza macchia» vuol dire privi di imperfezioni. Soltanto gli animali migliori venivano usati per i sacrifici.

- Perché questi animali simboleggiavano il nostro Salvatore? (Perché anche Gesù era il primogenito, era perfetto e senza macchia o difetto).

Esposizione	Spiega che anticamente gli uomini dipendevano per vivere dai loro greggi e dalle loro mandrie, che venivano impiegati per trasportare carichi e per ricavarne carne, latte e pelli per vestirsi. Immaginate di vivere nei tempi antichi e che la vostra sopravvivenza dipenda dal vostro gregge di pecore.
Discussione	<ul style="list-style-type: none"> • Cosa provereste se doveste sacrificare i capi migliori del vostro gregge? • Quali attributi evangelici acquisterebbe la persona che sacrificasse regolarmente i migliori capi del suo gregge? (Fede, obbedienza, pazienza). <p>Spiega che la consuetudine di offrire sacrifici continuò per centinaia di anni e terminò con il grande ed ultimo sacrificio. Fai leggere alle giovani Alma 34:14 per conoscere quale fu l'ultimo grande sacrificio. Spiega che dopo che Cristo offrì Se stesso come sacrificio per il peccato, i membri della Chiesa non sacrificarono più animali al Signore. Ma a noi è richiesto di compiere sacrifici in altri modi.</p>

Anche a noi è chiesto di fare sacrifici ai nostri giorni

Esposizione	<p>Spiega che ai santi di ogni epoca è stato chiesto di fare dei sacrifici per l'edificazione del regno del Signore. Il vero sacrificio non è cosa facile; è una esperienza dolorosa, specialmente se quello a cui rinunciamo ci è molto caro.</p> <p>Re David così espresse questo concetto: «E non offrirò all'Eterno, al mio Dio, olocausti che non mi costino nulla» (2 Samuele 24:24).</p>
Storia	<p>La seguente storia descrive i sacrifici fatti dalle donne del primo periodo della Chiesa, mentre si stava costruendo il Tempio di Kirtland.</p> <p>«Hilda Larson stava apparecchiando la tavola per la cena quando entrò il padre che le disse: «Riponi i piatti vecchi, Hilda. Abbiamo ospiti».</p> <p>«Chi sono, John?», chiese la mamma di Hilda.</p> <p>«Heber Kimball e Brigham Young. Due uomini con cui oggi ho lavorato al tempio», egli rispose.</p> <p>Hilda e sua madre andarono in una stanzina dove, in un'alta credenza dalle spesse ante di vetro, tenevano i piatti di porcellana. Benché questi venissero usati soltanto quando c'erano ospiti o in altre occasioni, Hilda ne conosceva ogni pezzo . . .</p> <p>La mamma spiegò: «Questo servizio di porcellana apparteneva alla tua bisnonna. Quando essa partì dall'Inghilterra nel 1770, ne avvolse ogni pezzo nelle trapunte, e durante la traversata, quando c'era mare mosso, essa temeva che si rompessero i suoi piatti» . . .</p> <p>Durante la cena Hilda si divertì ad ascoltare il padre che parlava con i due uomini, i quali tra l'altro dissero che il Tempio di Kirtland, alla cui costruzione essi stavano lavorando, era quasi finito.</p> <p>«Hanno collaborato tutti i santi di Kirtland» disse fratello Kimball.</p> <p>Fratello Young ne convenne dicendo: «Forse siamo pochi e poveri, ma siamo ricchi di fede. Mentre gli uomini lavorano alla costruzione, le donne filano e tessono la tela per i nostri vestiti».</p> <p>Fratello Kimball prese una tazza di porcellana che era accanto al suo piatto dicendo: «E ora le donne donano i loro preziosi piatti». Mentre proferiva queste parole, egli guardava la madre di Hilda . . .</p> <p>Il pomeriggio seguente la mamma chiese a Hilda di andare insieme a lei nella stanzina dove c'era la credenza con il servizio di piatti. Sul pavimento, accanto alla credenza, c'era uno scatolone.</p> <p>La mamma disse: «Hilda, dobbiamo sistemare il servizio dentro quella scatola. C'è bisogno dei nostri piatti per contribuire alla costruzione del tempio». Hilda non riusciva a capire come dei piatti di porcellana potessero contribuire alla costruzione di un tempio. Dopo aver messo i piatti nella scatola, e caricata quest'ultima sul calesse, tutti e tre si diressero dove era il tempio in costruzione. Hilda scese dal calesse e seguì il padre che si recava verso una grossa vasca in cui un uomo stava mescolando qualcosa.</p>

Chinandosi, il babbo di Hilda disse qualcosa a voce alta per superare il rumore: «Stiamo preparando l'intonaco per i muri esterni del tempio e abbiamo scoperto che la porcellana contribuisce a tenere unito l'intonaco. Inoltre i muri sono molto belli, con il luccichio dei pezzetti di porcellana e di vetro».

Un uomo che era nelle vicinanze disse: «Quasi tutte le donne della Chiesa hanno donato i loro migliori pezzi di porcellana per contribuire alla costruzione del tempio!»

Quando Hilda vide che sua madre toglieva i bellissimi piatti di porcellana di Dresda dalla scatola e consegnava ogni pezzo a un uomo che era vicino alla vasca, non riusciva a credere ai suoi occhi. Egli li dispose su una tavola e li ruppe in tanti pezzettini che fece cadere nella vasca . . . Al ritorno, per tutto il tragitto in calesse lungo il versante del colle, con lo scatolone vuoto che muovendosi faceva rumore, Hilda pianse in silenzio.

Una sera, quando il tempio era ormai finito, Hilda, suo padre e sua madre andarono a piedi a vederlo. Quando Hilda ne vide i muri il sole stava tramontando, e gli ultimi raggi rendevano abbagliante la loro superficie.

«Oh, mamma», essa esclamò felice, «vedi quel bagliore azzurro attorno alla porta d'ingresso? Soltanto i nostri piatti di porcellana brillavano così!» (Iris Syndergaard, «Sparkling Walls», *Friend*, marzo 1975, pagg. 11–12).

• Che cosa provereste se vi venisse chiesto di compiere un simile sacrificio?

Storia

Più recentemente alcuni santi del Messico hanno compiuto un grande sacrificio per andare al tempio:

«Recentemente gli addetti del Tempio di Mesa hanno dato il benvenuto a un gruppo di membri della Chiesa provenienti dalle regioni interne del Messico, venuti in autobus. Il viaggio era durato cinque giorni perché l'autobus aveva avuto un guasto al motore. Per molti mesi quelle umili famiglie si erano sacrificate risparmiando i soldi necessari per pagarsi il viaggio di andata e ritorno. Avevano persino dormito sul pavimento di quell'autobus affollato. Il presidente del tempio, fratello Wright, disse che i capi di quel gruppo di fedeli erano piuttosto imbarazzati e dispiaciuti per la terribile fame sofferta da tutto il gruppo, specialmente dai bambini. Dopo aver pagato le spese per l'autobus non erano rimasti loro i soldi per comprarsi da mangiare. Ma questo non aveva importanza, perché stavano andando al tempio e finalmente ce l'avevano fatta!» (David B. Haight, «By Their Fruits Ye Shall Know Them», *Speeches of Year*, 1980, Provo: Brigham Young University Press, 1981, pag. 169).

Discussione

• Perché quelle persone erano disposte a compiere un così grande sacrificio?

Chiedi alle giovani di ascoltare la seguente dichiarazione e poi di individuare alcuni sacrifici fatti dai membri della Chiesa oggi. Elenca i sacrifici alla lavagna.

Citazione e lavagna

«I problemi attuali della Chiesa riguardano soprattutto il suo rapido sviluppo e i cambiamenti che intervengono. Impegni di vasta portata impongono ai suoi membri sacrifici di tempo, capacità e mezzi forse più grandi di quanto non sia avvenuto prima . . .

Oggi, come agli esordi della storia della Chiesa, molti Santi, quando si uniscono ad essa, sacrificano amici, famiglia e posizione.

Oggi molti si sacrificano per l'opera missionaria, sia sovvenzionando l'opera che andando personalmente stessi in missione. Attualmente noi abbiamo un numero di missionari che è il più elevato in tutta la storia della Chiesa.

Oggi la Chiesa svolge un'attività intensa e, sia che siamo chiamati a prestare la nostra opera in qualità di insegnanti della Scuola Domenicale, di vescovi, di uscieri, di addetti alla distribuzione del sacramento, di missionari, di collaboratori ai progetti di benessere, di addetti al lavoro genealogico o di esecutori di qualsiasi altro incarico affidatoci dalla Chiesa, dobbiamo riconoscere che qualunque cosa facciamo «in accordo con la volontà del Signore, è affare del Signore» (DeA 64:29).

In realtà oggi i sacrifici sono privilegi, così come è stato sempre. Ricordate la promessa del Salvatore: «Non v'è alcuno che abbia lasciato casa, o moglie, o fratelli, o genitori, o figliuoli per amor del regno di Dio, il quale non ne riceva molte volte tanto in questo tempo, e nel secolo avvenire la vita eterna» (Luca 18:29–30)» (Franklin D. Richards, «Sacrifice Brings Forth the Blessings of Heaven», *New Era*, novembre 1974, pag. 5).

Discussione	<ul style="list-style-type: none"> • Quali sacrifici per il regno di Dio vengono fatti dai fedeli del nostro rione o ramo? • Quali sacrifici può dover fare una giovane per prepararsi ad essere degna di sposarsi nel tempio? Per prepararsi per la vita eterna? <p>Se lo ritieni opportuno, racconta una tua esperienza personale che dimostri come il sacrificio ti ha portato dei benefici. Esorta le giovani a fare lo stesso.</p>
Conclusione	
Citazione	<p>Leggi la seguente dichiarazione. Se ne hai fatto delle copie per le giovani, distribuiscile e leggetela tutte insieme.</p> <p>«Quello che dobbiamo essere pronti a fare è sacrificarci ogni volta che ci viene chiesto, mettendo a disposizione degli altri il nostro tempo, i nostri talenti, i nostri beni materiali, sacrificando lodi e onori e qualsiasi altra cosa sia necessaria per fare la volontà del Signore» (Loren C. Dunn, «News of the Church», <i>Ensign</i>, febbraio 1980, pagg. 78–79).</p>
Attività	<p>Distribuisci a tutte le giovani carta e matita perché scrivano vari obiettivi che sperano di raggiungere. Chiedi che accanto a ciascun obiettivo annotino una o più cose che devono sacrificare per realizzarlo.</p>
Testimonianza dell'insegnante	<p>Rendi testimonianza che ogni giorno dobbiamo sforzarci di realizzare degli obiettivi meritevoli, sacrificandoci per migliorarci come figlie di Dio. Per essere degne di vivere per sempre con il Padre celeste dobbiamo compiere continuamente degli sforzi e dei sacrifici.</p>

OBIETTIVO Ogni giovane parteciperà con maggiore consapevolezza all'ordinanza del sacramento

PREPARAZIONE

1. Illustrazione 14, L'Ultima Cena (62174), che si trova in fondo al manuale.
2. Preparati a far cantare alle giovani l'inno «Attonito resto» (*Inni*, n. 114) alla fine della lezione.
3. Incarica alcune giovani di leggere i passi delle Scritture, le storie o le citazioni di tua scelta.

**SVOLGIMENTO
DELLA
LEZIONE**

Attività

Introduzione

Qui di seguito sono elencati alcuni episodi nella vita di Gesù Cristo. Invita le giovani ad ascoltare mentre li leggi e a scegliere quello che secondo loro riveste la maggiore importanza nella loro vita.

1. Nacque in circostanze miracolose.
2. Dopo il Suo battesimo scese su di Lui lo Spirito Santo.
3. Compì molti miracoli che testimoniano della Sua divinità.
4. Calmò il mare.
5. Durante l'Ultima Cena istituì il sacramento.
6. Soffrì per i peccati di tutta l'umanità, morì e risorse.
7. Ci insegnò il giusto modo di pregare.
8. Sfamò cinquemila persone con pochi pani e alcuni pesci.
9. Profetizzò la Sua seconda venuta.

Se ce n'è bisogno, fornisci il seguente criterio di valutazione e rileggi l'elenco. Criterio di valutazione: se non avesse fatto questo, nessuna delle altre cose sarebbe stata sufficiente.

Aiuta le giovani a capire che l'evento numero 6 (Soffrì per i peccati di tutta l'umanità, morì e risorse) è il più importante perché, senza di esso, nessuno degli altri avrebbe avuto un valore durevole.

Il sacramento ci ricorda le sofferenze di Cristo

Illustrazione

Mostra l'illustrazione dell'Ultima Cena.

- Quale occasione abbiamo ogni settimana di commemorare quello che avvenne durante l'Ultima Cena?

Discussione

Chiedi a una giovane di leggere ad alta voce Matteo 26:26–28.

- In che modo il sacramento ci ricorda le sofferenze di Gesù per i peccati dell'umanità, la Sua morte e la Sua resurrezione?

Citazione

Spiega che il Padre celeste ha per noi un grande amore. Invita le giovani ad ascoltare la seguente dichiarazione e a notare le prove di questo grande amore.

«Il nostro Padre nei cieli . . . amava Suo figlio Gesù Cristo più di quanto Abrahamo amasse Isacco, poiché il nostro Padre aveva avuto con Sé Suo Figlio, nostro Redentore, nei mondi

eterni, fedele e leale per tanto tempo, in una posizione di fiducia e di onore, e il Padre Lo amava caramente. Eppure Egli permise che questo Figlio beneamato discendesse dal Suo luogo di gloria e di onore, dove milioni di spiriti Gli rendevano omaggio, per scendere sulla terra. Questo fu un atto di generosità che l'uomo non ha il potere di comprendere. Egli venne per ricevere gli insulti, le offese e la corona di spine. Dio udì il grido di Suo Figlio in quel momento di grande dolore e di agonia nel giardino quando, si dice, i pori del Suo corpo si aprirono e ne uscirono gocce di sangue, ed Egli gridò: «Padre, se tu vuoi, allontana da me questo calice!»

Il Padre Lo guardò con grande dolore e sofferenza senza intervenire, neanche quando Egli gridò nella Sua disperazione: «Dio mio, Dio mio, perché mi hai abbandonato?» »

Discussione

• Secondo voi, che cosa proverebbero dei genitori terreni nel vedere un loro figlio che soffre come soffrì il Figlio del nostro Padre nei cieli?

Citazione

Concludi la lettura:

«Immagino di poter vedere il nostro caro Padre celeste dall'altra parte del velo mentre guarda gli ultimi momenti di vita di Suo Figlio sino a quando Egli stesso non riuscì più a sopportare quella vista; e, come la madre che dice addio al figlio morente deve essere portata fuori dalla stanza perché non veda i suoi ultimi momenti di lotta contro la morte, Egli deve aver chinato il capo e essersi nascosto in qualche parte del Suo universo, con il Suo grande cuore che stava per spezzarsi per l'amore che provava per Suo Figlio. Oh, Lo ringrazio e Lo lodo perché nel momento in cui poteva salvare Suo Figlio Egli non ci abbandonò, poiché Egli aveva nel cuore non soltanto l'amore per Suo Figlio, ma anche l'amore per noi. Gioisco perché Egli non interferì, e il Suo amore per noi gli rese possibile guardare le sofferenze di Suo Figlio e lasciarLo morire perché diventasse il nostro Salvatore e Redentore. Senza di Lui, senza il Suo sacrificio, noi saremmo rimasti quaggiù, senza poter mai arrivare glorificati alla Sua presenza. Questo fu parte di ciò che costò al nostro Padre nei cieli fare dono di Suo Figlio agli uomini» (Melvin J. Ballard, *La Stella*, giugno 1976, pag. 5–6).

Spiega che il sacramento ci aiuta a essere più riconoscenti al Padre celeste per averci donato il Suo beneamato Figliolo. Ricordiamo anche il Salvatore e impariamo ad apprezzare il Suo sacrificio e le Sue sofferenze.

Ogni giovane deve rammentare le alleanze che ha fatto

Esposizione

Spiega che il sacramento è un'occasione che ci è data ogni settimana di ricordare ciò che il Signore ha fatto per noi e quello che ci impegniamo a fare per poter ritornare alla Sua presenza.

Invita ogni giovane a ripensare, ogni volta che prende il sacramento, alle alleanze che ha fatto: prendere su di noi il nome di Cristo, rammentarci sempre di Lui e osservare i Suoi comandamenti. Vedi Dottrina e Alleanze 20:77, 79.

Ricorda alle giovani che, prendendo il sacramento, i santi che ne sono degni rinnovano l'alleanza che hanno fatto quando sono scesi nelle acque del battesimo.

Scritture e discussione

Invita le giovani ad aprire il libro di Mormon a Mosia 18:8–10 e chiedi a una di loro di leggere questo passo ad alta voce. Spiega che le alleanze che facciamo al battesimo sono le stesse che facevano quei santi alle acque di Mormon. Puoi farne un elenco alla lavagna.

Citazione

Melvin J. Ballard, apostolo del Signore del passato, descrisse nel modo seguente i sentimenti che provava quando partecipava al sacramento e stava come testimone di Dio:

«Ho bisogno del sacramento, ho bisogno di rinnovare le mie alleanze ogni settimana, ho bisogno delle benedizioni che da tali alleanze scaturiscono. So che le cose di cui parlo sono vere. Vi porto testimonianza che io so che il Signore vive, che Egli ha fatto questo sacrificio e questa espiazione. Egli mi ha fatto conoscere queste cose . . .

So che Egli vive e so che per tramite Suo gli uomini devono trovare la loro salvezza, e che noi non possiamo ignorare questa benedetta offerta che Egli ci ha dato quale mezzo per conseguire il nostro sviluppo spirituale, per prepararci a presentarci davanti a Lui senza colpa . . .

Andate al tavolo sacramentale. E' un privilegio di cui io godo. So che mi vergognerei se mi dovessi trovare alla Sua presenza e cercassi di presentare una qualsiasi scusa per non aver osservato i Suoi comandamenti e non averLo onorato, portando testimonianza davanti al Padre, davanti agli uomini, che io credo in Lui e che ho preso su di me il Suo santo nome e vivo spiritualmente in Lui e per Lui" (*La Stella*, giugno 1976, pag. 6).

La riunione sacramentale richiede una partecipazione attiva

Scritture
e discussione

Invita le giovani a leggere ciascuno dei seguenti versetti e a commentare ciò che essi ci insegnano a proposito del sacramento e di come dobbiamo prendervi parte:

Dottrina e Alleanze 59:9 (il sacramento ci aiuta a restare immacolati dalle turpitudini del mondo).

3 Nefi 9:19–20 (non dobbiamo più offrire sacrifici che comportano spargimento di sangue. Il nostro sacrificio deve essere quello di un cuore spezzato e di uno spirito contrito. Allora riceveremo lo Spirito Santo).

Giovanni 6:51, 54, 56 (il sacramento ci aiuta a essere uno con Gesù Cristo e a guadagnare la vita eterna).

1 Corinzi 11:29 (non dobbiamo prendere indegnamente il sacramento).

Spiega che prendere il sacramento non produce alcun risultato se lo facciamo passivamente, senza partecipazione attiva. Dobbiamo fare una sincera alleanza con il Signore.

Citazioni

Leggi le seguenti dichiarazioni:

«Se ci avviciniamo al sacramento con l'atteggiamento di colui che porta coscientemente un'offerta personale e definita — cioè l'umile promessa di vincere una debolezza che ci impedisce di avvicinarci al Salvatore — esso rivestirà un maggiore significato nella nostra vita. Il nostro rapporto con Cristo crescerà e si approfondirà ogni volta che faremo queste promesse e le manterremo, e progrediremo onorando le nostre alleanze sacramentali» (W. Cole Durham jun., *La Stella*, luglio 1978, pag. 15).

«Fare alleanza con il Signore di osservare i Suoi comandamenti è un obbligo serio, e rinnovare tale alleanza partecipando al sacramento è cosa altrettanto seria. I solenni momenti di meditazione che hanno luogo mentre il sacramento viene distribuito hanno un grande significato; sono momenti nei quali dobbiamo esaminarci attentamente, con introspezione e discernimento: sono momenti per riflettere e per decidere" (Howard W. Hunter, Conference Report, aprile 1977, pag. 34 o *Ensign*, maggio 1977, pag. 25).

- Cosa ci suggeriscono di fare, questi fratelli, durante la riunione sacramentale?

Storia

Narra la seguente storia:

Durante i quindici anni che aveva frequentato la Chiesa, Pamela aveva sempre preso il sacramento ogni domenica, allungando la mano per prendere il pane e l'acqua come facevano tutti gli altri accanto a lei. Era stata quasi sempre riverente e silenziosa, ma sentiva che mancava qualcosa.

Discussione

- Cosa dimenticava di fare Pamela durante la riunione sacramentale?

Storia

Prosegui la storia:

Pamela non si rese conto di cosa mancasse alla riunione sacramentale finché non partecipò a una lezione della Scuola Domenicale tenuta da un insegnante coscienzioso e devoto. Egli spiegò in dettaglio qual è lo scopo del sacramento e come dobbiamo prepararci a riceverlo. Mentre ascoltava l'insegnante, Pamela si rese conto di non aver mai avuto un cuore pentito durante la riunione sacramentale, non aveva pregato per ricevere il perdono né meditato per rinnovare le alleanze fatte il giorno del battesimo. Pamela decise di mettere in pratica quello che aveva imparato alla Scuola Domenicale già dalla domenica seguente. Sapeva di avere dei difetti sui quali si doveva impegnare, e sebbene non fosse la domenica di digiuno, quella mattina saltò la colazione. Mentre partecipava al sacramento pregò mentalmente che il Signore accettasse il suo rinnovo

delle alleanze del battesimo e si mantenne in sintonia con il Padre nei cieli. Pensò alle sofferenze di Cristo e al Suo amore per lei. Finita la riunione, Pamela provava un meraviglioso sentimento di pace e di gioia e per la prima volta nella sua vita comprese il vero significato della riunione sacramentale.

Chiedi alle giovani di pensare ai modi in cui esse possono applicare l'esperienza fatta da Pamela alla loro vita.

Conclusione

Testimonianza

Porta la tua testimonianza alle giovani che il sacramento può diventare un elemento più importante e più utile della loro vita. Esse devono prepararsi adeguatamente, rimanere riverenti, ascoltare le preghiere sacramentali, pensare alla vita del Salvatore e a come possono essere più simili a Lui, esaminare attentamente la loro vita e decidere di migliorare. Porta anche testimonianza di quanto è importante prendere il sacramento ogni settimana.

Inno

Concludi la lezione facendo cantare alle giovani l'inno «Attonito resto».

Rafforzare la testimonianza tramite l'obbedienza

Lezione
27

OBIETTIVO Ogni giovane comprenderà in che modo l'obbedienza ai principi e alle ordinanze del Vangelo rafforza la sua testimonianza.

PREPARAZIONE

1. Procura una matita per ogni giovane.
2. Facoltativo: prepara un poster che illustra i cicli descritti nell'introduzione.
3. Prepara per ogni giovane un volantino con scritti in cima i seguenti quattro titoli: «Cos'è una testimonianza?», «Come possiamo ottenerla?», «Come possiamo perderla?», «Cosa dobbiamo fare?» Sotto a ogni titolo lascia dello spazio per scrivere.
4. Scrivi sulla lavagna questi stessi titoli.
5. Facoltativo: chiedi ad alcune giovani di esporre le idee contenute nell'introduzione.
6. Incarica alcune giovani di leggere i passi delle Scritture, le storie o le citazioni di tua scelta.

**SVOLGIMENTO
DELLA
LEZIONE**

Esposizione

Introduzione

Spiega che quando creò la terra il Signore si curò di provvedere al benessere fisico dei Suoi figli e creò un elemento necessario alla vita: l'acqua.

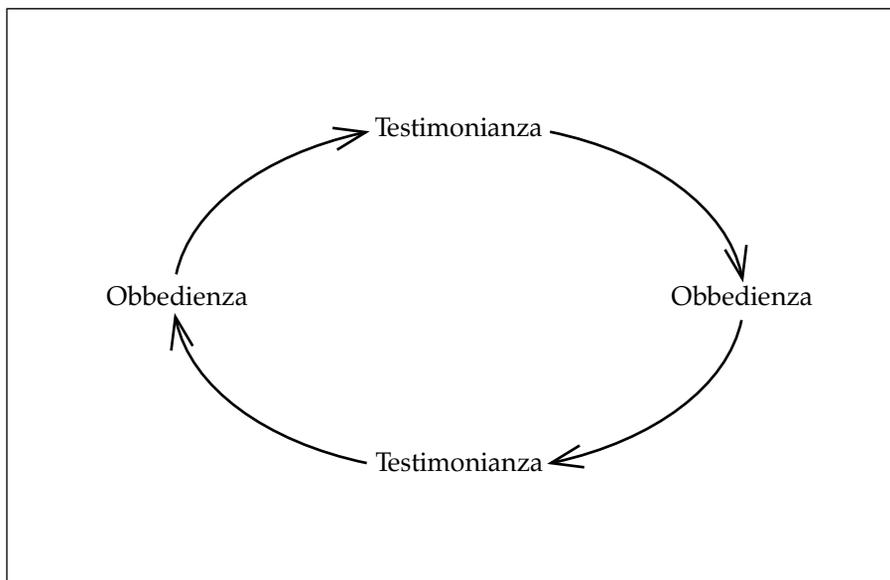
Spiega che l'acqua compie incessantemente un ciclo così riassumibile: il sole riscalda l'acqua nei mari, nei fiumi e nei laghi e la fa evaporare; poi, sotto forma di pioggia o neve, essa ritorna sulla terra e va a formare i fiumi e i mari, che tornano poi ad evaporare.

Poster (facoltativo)

Se hai preparato un poster che illustra questo ciclo, mostralo alla classe; altrimenti disegna sulla lavagna.



- Esposizione Spiega che il Signore si preoccupò anche del benessere spirituale dei Suoi figli e dette loro delle leggi per aiutarli ad avere la vita eterna. Se essi obbediscono alle Sue leggi, potranno ottenere la conoscenza e la testimonianza della verità.
- Spiega che queste leggi funzionano secondo un ciclo così riassumibile: l'obbedienza aumenta la conoscenza e la testimonianza, e la testimonianza aumenta l'obbedienza, che a sua volta porta nuova conoscenza e testimonianza. Questo ciclo continua immutabile e fornisce l'alimento vitale di cui il nostro spirito ha bisogno.
- Poster (facoltativo) Mostra alla classe il poster con il ciclo della testimonianza e dell'obbedienza, oppure traccialo sulla lavagna:



Spiega che, come il ciclo dell'acqua soddisfa una necessità fisica, così anche il ciclo dell'obbedienza e della testimonianza soddisfa una necessità spirituale.

La testimonianza viene rafforzata dall'obbedienza

Lavagna, discussione e attività

Distribuisce i volantini che hai preparato e le matite. Chiedi alle giovani: «Cos'è una testimonianza?» Scrivi sulla lavagna le loro risposte, nella prima colonna, come mostrato nella figura. Chiedi alle giovani di scrivere le risposte sotto il primo titolo nel loro foglio.

Concludi la discussione invitando una giovane a leggere la seguente definizione: «La testimonianza . . . è la *convinzione* duratura, viva e sentita delle verità rivelate nel Vangelo di Gesù Cristo» (Marion G. Romney, *La Stella*, novembre 1976, pag. 1).

Scrivi sulla lavagna, sotto le altre risposte, questa definizione riassuntiva: «La convinzione delle verità del Vangelo», e invita le giovani a fare altrettanto sul loro foglio.

Dopo aver chiarito che cosa è una testimonianza, chiedi alle giovani: «Come possiamo ottenere una testimonianza?» Scrivi le risposte sulla lavagna e invita le giovani a fare altrettanto sul loro foglio, sotto il secondo titolo. Spiega che un elemento essenziale per ottenere una testimonianza è l'*obbedienza*. Fai notare che ogni persona può ricevere una testimonianza se lo desidera ardentemente ed è disposta a osservare i comandamenti.

Scritture

Invita le giovani a leggere e a sottolineare Giovanni 7:17.

Chiedi alle giovani di spiegare il significato di questo versetto e fai notare che obbedire vuol dire fare la volontà del Signore. Questa obbedienza è indispensabile per poter conoscere la verità del Vangelo. L'obbedienza è la base di ogni testimonianza.

Citazioni

Le seguenti dichiarazioni fatte da alcuni dirigenti della Chiesa ribadiscono lo stretto legame che c'è fra l'obbedienza e la testimonianza. Invita alcune giovani a leggerle ad alta voce e a commentarle.

1. «È mediante l'adempimento dei semplici e normali doveri quotidiani che ci sono affidati, che possiamo crescere nello Spirito di Dio» (Heber J. Grant, Conference Report, aprile 1900, pag. 22).
2. «Se fra noi c'è qualcuno che non ha fede in questa causa, è perché non ha osservato i comandamenti del Signore. Se c'è qualcuno che non sa se questa è l'opera del Padre, è perché non ha fatto il proprio dovere. Io so, come so che vivo, che questa è l'opera del Signore, e questa consapevolezza è il risultato dell'obbedienza ai Suoi comandamenti» (George A. Smith, Conference Report, ottobre 1915, pagg. 27–28).
3. «Il possesso di una sicura testimonianza è la cosa più preziosa che una persona possa avere. Infatti chi la possiede ha la conoscenza, la speranza e la sicurezza di poter ricevere tutte le benedizioni promesse mediante l'obbedienza alle leggi e alle ordinanze del Vangelo» (Marion G. Romney, *La Stella*, novembre 1976, pag. 2).

Fai rileggere alle giovani le risposte scritte sulla lavagna nella colonna «Come possiamo ottenere una testimonianza» e scrivi la seguente dichiarazione riassuntiva: «Obbedienza alle leggi di Dio». Invita ogni giovane ad aggiungere questa frase sul suo foglio.

La disobbedienza indebolisce la testimonianza

Lavagna
e discussione

Spiega che il fatto di possedere una testimonianza oggi non ci garantisce che continueremo ad averla; essa può infatti crescere o diminuire, e dobbiamo stare attente a non perderla.

Chiedi alle giovani: «Come possiamo perdere la testimonianza?» Elenca le loro risposte sulla lavagna nella terza colonna e invitate a fare altrettanto sul loro foglio, sotto il terzo titolo. Spiega che possiamo perdere la testimonianza quando cessiamo di obbedire ai comandamenti di Dio. Se, da una parte, la testimonianza cresce quando obbediamo ai comandamenti, al contrario essa diminuisce quando disobbediamo.

Citazioni

Chiedi a una giovane di leggere le seguenti dichiarazioni:

1. «La testimonianza che avete oggi non sarà la vostra testimonianza di domani. La vostra testimonianza o continuerà a crescere sino a diventare splendente come il sole, o rimpicciolerà sino a scomparire del tutto, a seconda dell'uso che ne farete» (Harold B. Lee, *La Stella*, febbraio 1978, pag. 35).
2. «La testimonianza non è qualcosa che si ha oggi e si possiede per sempre. La testimonianza è una cosa fragile e difficile da conservare. È una cosa che dobbiamo riconquistare ogni giorno della nostra vita» (Harold B. Lee, *Church News*, 15 luglio 1972, pag. 4).

In calce al terzo elenco di risposte scrivi la seguente definizione riassuntiva: «Disobbedienza alle leggi di Dio». Invita le giovani a fare altrettanto sul loro foglio.

Per rafforzare la nostra testimonianza dobbiamo osservare i comandamenti

Lavagna,
discussione
e attività

Chiedi alle giovani: «Cosa dobbiamo fare per rafforzare la nostra testimonianza?» Elenca le loro risposte nell'ultima colonna della lavagna e invita ogni giovane a scrivere queste idee sul suo foglio. L'elenco delle risposte potrà essere assai vario e lungo. Incoraggia le giovani a suggerire molte maniere precise di essere obbedienti nella vita di ogni giorno da sole, con la famiglia e con gli amici.

Scritture
e discussione

Invita le giovani ad aprire la Bibbia a Matteo 22:37–40. Leggete assieme questi versetti e commenta con la classe in che maniera i suggerimenti menzionati nell'ultima colonna ci aiutano a osservare questi due comandamenti. Esorta le giovani a suggerire altre maniere in cui possono rafforzare la loro testimonianza tramite l'obbedienza a questi due grandi comandamenti.

Se il tempo lo consente, racconta il seguente esempio di come alcuni giovani rafforzarono la loro testimonianza facendo la volontà del Signore:

Citazioni

- «1. Un gruppo di studenti delle superiori . . . lavorò fianco a fianco con alcuni handicappati assunti presso le industrie Deseret. Uno di loro disse: «Non sarò più lo stesso di prima».

2. Durante le vacanze estive i diaconi di un quorum dell'Australia decisero di offrirsi volontari per i lavori di costruzione della loro nuova cappella. Ancora oggi la chiamano «la nostra cappella».
3. Una classe di Laurette si offrì di collaborare con un ospedale della zona durante le vacanze estive; dedicarono più di seicento ore al servizio del prossimo. Durante la riunione di testimonianza che si tenne alla fine dell'estate una ragazza disse: «Era come se il cielo fosse venuto sulla terra».
4. Infine il comitato dei giovani del vescovo decise di riparare la casa di una vedova. Uno dei ragazzi commentò: «Quando la vidi piangere di commozione, capii che in quel momento e in quel luogo avevo trovato il segreto della felicità». Una ragazza disse: «Non ero mai riuscita a capire, prima di allora, che cosa volessero dire i miei insegnanti quando parlavano della religione pura e immacolata dinnanzi a Dio» (vedi Giacomo 1:27)».

L'anziano Robert L. Simpson, che riferì queste esperienze, concluse dicendo: «Esempi come questi ce ne sono a centinaia in ogni angolo della Chiesa, ogni volta che in qualche parte del mondo i giovani ottengono la dolce conferma della loro testimonianza tramite il dono dello Spirito *facendo la Sua volontà*. Non basta parlarne; è necessario che ognuno faccia qualcosa» (*New Era*, marzo 1972, pag. 6).

Scrivi alla lavagna, sotto la quarta colonna, la seguente definizione riassuntiva:

«L'obbedienza rafforza la testimonianza». Invita ogni giovane a scrivere questa frase sul suo foglio.

Lavagna

Cos'è una testimonianza?	Come possiamo ottenerla?	Come possiamo perderla?	Cosa dobbiamo fare?
1.	1.	1.	1.
2.	2.	2.	2.
3.	3.	3.	3.
4.	4.	4.	4.
Convinzione delle verità del Vangelo	Obbedienza alle leggi di Dio	Disobbedienza alle leggi di Dio	L'obbedienza rafforza la testimonianza

Conclusione

Citazione

Leggi la seguente dichiarazione: «Ogni Santo degli Ultimi Giorni deve avere una testimonianza personale, una conoscenza interiore che Gesù è il Cristo, il figlio del Dio vivente, che Joseph Smith è il profeta tramite il quale il Vangelo è stato restaurato e che la Chiesa di Gesù Cristo dei Santi degli Ultimi Giorni è l'unica vera chiesa vivente sulla faccia di tutta la terra (vedi DeA 1:30).

Chiunque può ottenere questa testimonianza, se segue la procedura che il Signore ha stabilito per queste cose. Non ci sono scorciatoie, ed è indispensabile averne il desiderio. È indispensabile imparare le dottrine; se facciamo la Sua volontà questi insegnamenti diventeranno sacri per noi» (Robert L. Simpson, «How to Gain and Hold onto Your Testimony», *New Era*, marzo 1972, pag. 6).

Applicazione pratica

1. Invita ogni giovane a conservare il foglio che ha appena compilato e a rileggerlo di tanto in tanto per valutare la solidità della propria testimonianza.
2. Chiedi alle giovani di elencare su un foglio separato alcune cose che desiderano sforzarsi di fare per rafforzare la loro testimonianza. Potranno tenere per sé questo elenco e cercare di migliorare per proprio conto, oppure potranno parlarne con i genitori, con le amiche, con le insegnanti in chiesa o col vescovo, cercando di essere più obbedienti e di godere dei benefici di una più forte testimonianza.

OBIETTIVO	Ogni giovane comprenderà che ogni piccola decisione produce delle conseguenze importanti.
PREPARAZIONE	<ol style="list-style-type: none"> 1. Porta in classe alcuni semi. Vedi la sezione «Ogni scelta ha delle conseguenze». 2. Prepara un cartello con la scritta: «Avete facoltà di agire da voi stessi» (Helaman 14:30). 3. Scrivi le domande contenute nella sezione «Ogni scelta ha delle conseguenze» su altrettanti fogli di carta. 4. Incarica alcune giovani di leggere i passi delle Scritture, le storie o le citazioni di tua scelta.
SVOLGIMENTO DELLA LEZIONE	Il libero arbitrio è il diritto dato da Dio all'uomo di fare delle scelte
Esposizione	Spiega che il libero arbitrio è il diritto di fare delle scelte e di governare la nostra condotta. Noi possedevamo questo diritto nella nostra esistenza pre-terrena. Prima che venissimo su questa terra, il nostro Padre celeste presentò un piano ai Suoi figli.
Nota per l'insegnante	Durante la discussione che segue assicurati che le giovani capiscano che il Padre celeste presentò l'unico piano possibile. Gesù lo accettò e si offerse come Salvatore, mentre Lucifero lo respinse e si ribellò.
Discussione	<ul style="list-style-type: none"> • Qual era il piano presentato dal Padre celeste? Leggi Abrahamo 3:24–28. • Perché il libero arbitrio era una parte essenziale di quel piano? • Nel concilio dei cieli, chi accettò il piano del Padre celeste? • Chi lo rifiutò? • Perché Satana si ribellò? <p>Spiega che possiamo trovare una risposta a queste domande nelle Scritture, e invita una giovane a leggere Mosè 4:3. Spiega che la guerra nei cieli fu combattuta perché Satana voleva togliere il libero arbitrio all'uomo. Egli si ribellò contro il Padre celeste; egli e i figli di spirito che lo seguirono furono scacciati. Due terzi degli spiriti accettarono il piano sostenuto da Gesù Cristo e poterono godere dei benefici della vita terrena.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Come sappiamo che i figli di spirito del Padre celeste avevano il libero arbitrio nella vita pre-terrena? (Potranno scegliere se seguire Gesù o Satana). • Chi sceglieste voi di seguire? • Come lo sapete? (Fai notare che ognuna di loro ha fatto una scelta saggia nella vita pre-terrena e che grazie a quella decisione oggi si trova su questa terra).
Scritture	<p>Spiega che Dio, quando mise Adamo ed Eva nel giardino di Eden, dette loro il libero arbitrio. Questo concetto venne spiegato molti anni più tardi al profeta Enoc.</p> <p>Chiedi a una giovane di leggere Mosè 7:32.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Perché il libero arbitrio è importante per ognuna di noi?
Cartello	Mostra il cartello con su scritto: «Avete facoltà di agire da voi stessi» (Helaman 14:30).
Citazioni e discussione	Il presidente Joseph Fielding Smith spiegò nel modo seguente perché il libero arbitrio è così importante: «Come sarebbe l'uomo senza questa libertà d'azione? Egli non conterebbe più di un congegno meccanico; non avrebbe potuto agire da solo; in tutte le cose sarebbe stato guidato, e quindi senza meriti per conquistarsi una ricompensa.

Egli sarebbe stato un automa, non avrebbe potuto provare né felicità né dolore, né sensibilità né insensibilità, e un simile genere di vita a mala pena potrebbe essere considerato esistenza» (*Dottrine di salvezza*, a cura di Bruce R. McConkie, 3 vol., 1:67).

- Come saremmo se non avessimo il libero arbitrio? (Senza libertà di scelta non potremmo agire da soli e dovremmo subire la volontà altrui, come un congegno meccanico subisce la volontà di chi lo usa).

Il presidente David O. McKay disse: «Dopo il dono della vita, il dono di poter guidare la nostra vita è il dono più grande che Dio abbia dato all'uomo. La libertà di scelta è un tesoro più prezioso di qualsiasi altra ricchezza terrena» (*Improvement Era*, febbraio 1962, pag. 86).

Ogni scelta ha delle conseguenze

Lavagna
e discussione

Scrivi sulla lavagna la seguente frase, lasciando lo spazio bianco dove indicato:

Per ogni scelta c'è una _____.

Invita le giovani a suggerire la parola che potrebbe riempire lo spazio vuoto. Riempi lo spazio vuoto con la parola giusta *conseguenza*.

Dimostrazione,
Scritture
e discussione

Mostra alle giovani alcuni semi.

- Se pianto questi semi di fiori nel terreno, che cosa spunterà?
- Perché da questi semi di fiori non possono nascere cipolle, pesche e mele? (Vi sono delle leggi naturali che governano questi semi).

Spiega che, allo stesso modo, le leggi di Dio governano la nostra vita, e che ogni legge ha delle conseguenze. Invita una giovane a leggere Dottrina e Alleanze 6:33. Assicurati che tutte le giovani comprendano il significato dei termini *seminare* e *raccogliere*. (Quando il contadino pianta il seme nel terreno, *semina*; quando ne prende i frutti, *raccoglie*. I profeti hanno applicato questi termini, *seminare* e *raccogliere*, al processo di fare delle scelte).

- Cosa vuol dire la frase «tutto ciò che seminerete voi lo raccoglierete»?
- In che modo questo versetto si può applicare alle azioni e alle decisioni della nostra vita di tutti i giorni?

Spiega che ogni decisione o scelta produce delle conseguenze.

Discussione

Distribuisci i fogli che hai preparato prima della lezione. Su ogni foglio avrai scritto la serie delle domande seguenti. Se nella tua classe non vi sono abbastanza giovani donne, chiedi loro di rispondere alle domande in gruppi di due.

1. Quali potrebbero essere le conseguenze del rubare un capo di vestiario da un negozio? Che conseguenze avrebbe il non rubare il capo di vestiario?
2. Quali potrebbero essere le conseguenze del non fare i compiti di scuola? Quali possono essere le conseguenze del fare i compiti di scuola?
3. Quali potrebbero essere le conseguenze del non pregare al mattino e alla sera? Quali conseguenze potrebbe avere il pregare regolarmente?
4. Quali potrebbero essere le conseguenze del bere una bevanda alcolica a una festa? Quali conseguenze potrebbe avere il non bere quella bevanda alcolica?
5. Quali potrebbero essere le conseguenze del frequentare assiduamente dei giovani che tengono un comportamento discutibile? Quali potrebbero essere le conseguenze del non frequentare queste persone?

Invita ogni giovane a meditare per ogni situazione su quanto segue:

1. Quali sarebbero le conseguenze immediate di ogni decisione.
2. Come ogni decisione può influire sulla sua vita futura.
3. Le conseguenze eterne di ogni decisione.

Concedi alle giovani alcuni minuti per meditare sulle situazioni che hai proposto, poi invita ognuna di loro a dare la sua risposta.

- In tutte queste situazioni, chi sarà responsabile delle conseguenze che verranno?

Dopo aver commentato le varie situazioni, spiega che alcune decisioni sono più serie di altre. Per esempio, rubare nei negozi o violare altri comandamenti può avere gravi conseguenze negative. La decisione di pregare sinceramente può arricchire la nostra vita e aiutarci lungo il cammino verso la vita eterna.

Citazione	Leggi la seguente dichiarazione del presidente N. Eldon Tanner: «Siete <i>liberi</i> di scegliere <i>esattamente</i> quello che volete fare, fintantoché non limitate o violate i diritti e le libertà altrui; ma dovete essere pronti a rendere conto di ciò che fate e a subirne le conseguenze» (N. Eldon Tanner, Conference Report, aprile 1970, pag. 61 o <i>Improvement Era</i> , giugno 1970, pag. 30).
Storia	Spiega che quando osserviamo una legge spirituale o obbediamo ad un comandamento, otteniamo di conseguenza dei benefici che producono gioia e felicità. Leggi la seguente lettera e poi chiedendo alle giovani di cercare di immaginare quali erano i sentimenti della persona che l'ha scritta e perché erano tali. «Cara Rosanna, mi dispiace che ieri ti sia arrabbiata. La tua amicizia mi interessa molto, ma non potevo comportarmi diversamente. Spero che tu possa capire. Quando mi hai sfidato a prendere quel braccialetto dalla vetrina del negozio, mi hai detto che sarebbe stato facile perché nessuno stava guardando o passando da quella parte. Mi hai anche detto che tu non eri mai stata presa e che non c'era da avere paura; ma io sapevo che, anche se non fossi mai stata scoperta, non avrei mai potuto dimenticare che ero stata disonesta. Non avrei mai avuto il coraggio di indossare quel braccialetto, e sarebbe rimasto per sempre il triste ricordo di una decisione sbagliata. Quando poi te ne sei andata arrabbiata, dicendo che con me non ci si poteva divertire, ci sono rimasta male. Anche adesso mi dispiace, tuttavia è meglio così. È meglio stare male nei tuoi confronti che non poter più entrare in quel negozio senza sentirmi in colpa, o non avere più il coraggio di guardare in faccia i miei genitori e il mio vescovo, ed essere scontenta di me a causa di una cosa che ho fatto».
Discussione	<ul style="list-style-type: none">• Secondo voi quali erano i sentimenti di quella ragazza mentre scriveva quella lettera? Perché?• Che conseguenza ebbe sulla sua libertà e sulla sua felicità la decisione che prese quel giorno? Che effetto avrà sulla libertà e felicità nella vita futura?• Che effetto avrà la sua decisione sulla sua amicizia con Rosanna? Con i suoi genitori? Con il Padre celeste?
Esposizione	Spiega che ogni volta che prendiamo la decisione di osservare la Parola di Saggezza, di mantenerci moralmente pure, di osservare la santità della domenica o di obbedire alle leggi di Dio conosciamo la gioia, la felicità e la contentezza.
Citazione	«Tutte le leggi di Dio, quelle della natura e quelle del Paese sono state fatte per il bene dell'uomo, per sua comodità, sicurezza, godimento e benessere; e tocca ad ognuno di noi conoscere queste leggi e stabilire se vogliamo goderne i benefici, osservandole e obbedendo ai comandamenti» (N. Eldon Tanner, Conference Report, aprile 1970, pag. 62 o <i>Improvement Era</i> , giugno 1970, pag. 31).

Conclusione

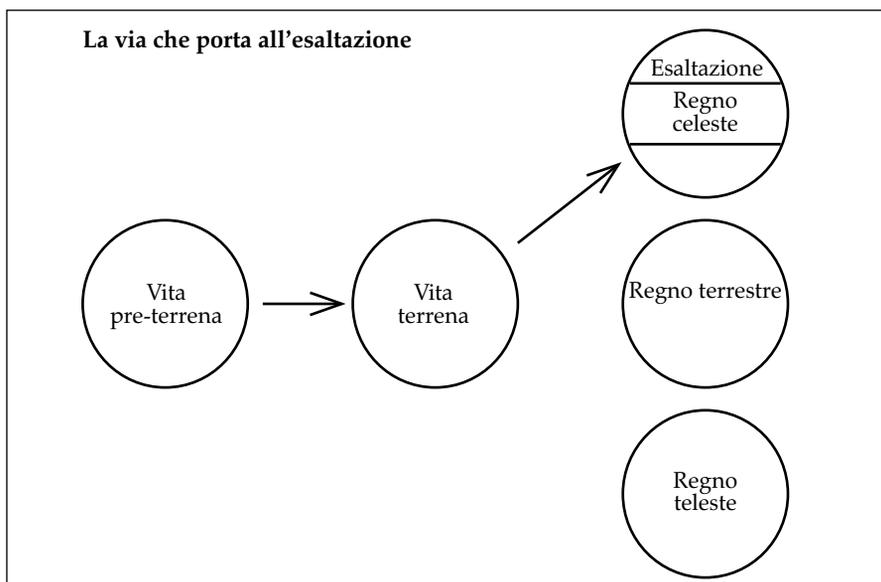
Esposizione	Spiega che il Padre celeste ha dato ai Suoi figli il diritto di scegliere e di usare il libero arbitrio; questo significa, però, che siamo responsabili delle scelte che facciamo. Coloro che prendono le decisioni giuste trovano felicità ed evitano il dolore e la delusione causati dal peccato.
Citazione	Leggi la seguente dichiarazione: «Dopo la vita stessa, il libero arbitrio è il dono più grande che Dio ha fatto all'uomo, perché fornisce ai figli di Dio le maggiori occasioni per progredire in questo secondo stato della vita terrena» (Harold B. Lee, <i>Stand Ye in Holy Places</i> , [Salt Lake City: Deseret Book Co., 1975], pag. 235).
Esposizione	Elogia ancora le giovani per il saggio uso che hanno fatto del libero arbitrio nell'esistenza pre-terrena. Esprimi la certezza che se continueranno a prendere le giuste decisioni, potranno avere pace e felicità per tutta la vita.

OBIETTIVO

Ogni giovane sentirà il desiderio di raggiungere l'esaltazione.

PREPARAZIONE

1. Prepara due cartelli. Su uno scrivi «*L'immortalità* è la resurrezione del corpo di carne ed ossa a una vita senza più fine. È un dono gratuito dato a tutti gli abitanti della terra ed è il risultato della resurrezione di Gesù Cristo». Sull'altro cartello scrivi: «*L'esaltazione* è la vita eterna, il genere di vita che vive Dio Padre. È il proseguimento dell'unità familiare per tutta l'eternità. Coloro che la ottengono devono essere obbedienti ai comandamenti di Dio. Essi acquistano un'eredità nel più alto dei tre cieli del regno celeste».
2. Prima della lezione disegna alla lavagna il seguente diagramma:



3. Incarica alcune giovani di leggere i passi delle Scritture, le storie o le citazioni di tua scelta.

SVOLGIMENTO DELLA LEZIONE

Esposizione

Tutti quelli che sono nati sulla terra riceveranno l'immortalità, ma solo chi è obbediente riceverà l'esaltazione

Spiega che per centinaia di anni gli uomini e le donne di tutta la terra si sono chiesti che cosa ci fosse dopo la morte. Ci sono delle persone che non credono nella vita dopo la morte, mentre altri sperano che ci sarà una esistenza di qualche tipo.

Cartello e discussione

Mostra il cartello che spiega che cosa è l'immortalità. Il cartello contiene la risposta alle seguenti domande:

- Cosa si deve fare per ricevere l'immortalità? (Nulla; è un dono gratuito).
- Chi otterrà l'immortalità? (Tutti coloro che vivono sulla terra).
- Chi ha reso possibile questo regalo? (Gesù Cristo).
- In che modo questo dono è stato reso possibile? (Mediante la risurrezione del Salvatore).

Mostra il secondo cartello e spiega che sia l'immortalità che l'esaltazione sono doni del Padre celeste.

- Per quali aspetti l'esaltazione è diversa dall'immortalità?
- Che cosa si deve fare per ottenere l'esaltazione?

Fai un confronto fra i requisiti necessari per ottenere l'immortalità e quelli necessari per ricevere l'esaltazione.

Scritture
e discussione

Spiega che Dottrina e Alleanze 14:7 spiega il valore dell'esaltazione, o vita eterna, come vien a volte viene chiamata. Chiedi a una giovane di leggere questo versetto ad alta voce.

- Secondo questo versetto, cosa dobbiamo fare per ottenere l'esaltazione? (Osservare i comandamenti e perseverare sino alla fine).

Dobbiamo ricevere delle ordinanze e fare delle alleanze

Discussione

Spiega che per ottenere l'esaltazione dobbiamo ricevere delle ordinanze e fare delle alleanze.

- Cos'è un'ordinanza? (Un rito esteriore di natura fisica, come ad esempio il battesimo, che simboleggia una convinzione e un impegno interiore).
- Cosa è una alleanza? (Una promessa fra Dio e l'uomo, dove l'uomo promette di fare certe cose e Dio promette certe conseguenze).

Citazioni
e discussione

Il presidente Kimball ha parlato di una alleanza che tutti noi facemmo parecchi anni fa. Ascoltate con attenzione e cercate di capire *cosa* promettemmo al Padre celeste e *quando* lo facemmo.

«Abbiamo fatto dei voti, voti solenni, nei cieli prima di venire in questa vita terrena . . . Abbiamo fatto delle alleanze, prima di accettare le condizioni che avremmo avuto qui sulla terra . . . Abbiamo promesso al Padre celeste che se ci avesse mandato sulla terra e ci avesse dato un corpo, con tutte le preziose occasioni che la vita può offrire, noi avremmo vissuto una vita pura, ci saremmo sposati nel tempio e avremmo allevato dei figli e avremmo insegnato loro a vivere nella rettitudine. Questo fu un solenne giuramento, una promessa solenne» («Be Ye Therefore Perfect», discorso tenuto a una riunione di devozione all'Istituto di religione dell'Università dell'Utah il 10 gennaio 1975).

- Quando avete fatto l'alleanza di cui parla il presidente Kimball?
- Che cosa avete promesso al Padre celeste?

Lavagna

Scrivi le risposte sulla lavagna sotto al titolo «Vita pre-terrena» (vedi l'esempio riportato sulla lavagna).

Spiega che ora che siamo sulla terra, ci sono cose che dobbiamo fare per ricevere il dono dell'esaltazione. Il presidente Howard W. Hunter ha illustrato alcune di queste cose:

«Il sentiero che porta all'esaltazione è ben tracciato. Ci viene detto di avere fede, fede nel Signore Gesù Cristo, e pentirci di ciò che non è conforme ai Suoi insegnamenti. Dopo questo mutamento di atteggiamento mentale dobbiamo dichiarare a noi stessi, con ferma risoluzione, entrando nelle acque del battesimo e stipulando così un'alleanza con il Signore, che osserveremo i Suoi comandamenti» (Conference Report, ottobre 1960, pag. 109 o *Improvement Era*, novembre 1960, pag. 949).

Lavagna
e discussione

- Secondo questa dichiarazione, quali sono alcune delle cose che dobbiamo fare per raggiungere l'esaltazione? (Elenca le risposte sulla lavagna, sotto il titolo «Vita terrena», come illustrato nell'esempio).

Spiega che per ottenere l'esaltazione dobbiamo ricevere l'ordinanza del battesimo. Dobbiamo anche ricevere il dono dello Spirito Santo.

- In che modo lo Spirito Santo vi può aiutare a raggiungere l'esaltazione? (Ci spinge a fare il bene, ci insegna ogni cosa e ci aiuta a conoscere Dio e Gesù Cristo).

Spiega che un'altra ordinanza necessaria per raggiungere l'esaltazione è l'investitura che si riceve nel tempio. L'investitura ci dà particolari doni spirituali che ci aiutano a prepararci a entrare nel regno di Dio. Ogni persona quando riceve l'investitura fa delle alleanze.

Invita le giovani ad ascoltare attentamente quali sono le promesse che esse faranno quando andranno al tempio.

Citazione

Ognuno promette al Signore di «osservare la legge della stretta virtù e della castità, di essere caritatevole, benevolo, tollerante e puro; di dedicare sia i propri talenti che i propri mezzi materiali alla propagazione della verità e all'elevazione della specie umana; di mantenersi devoto alla causa della verità e di cercare in ogni modo di contribuire alla grande preparazione, onde la terra possa essere preparata a ricevere il suo Re, il Signore Gesù Cristo» (*La casa del Signore*, pag. 66).

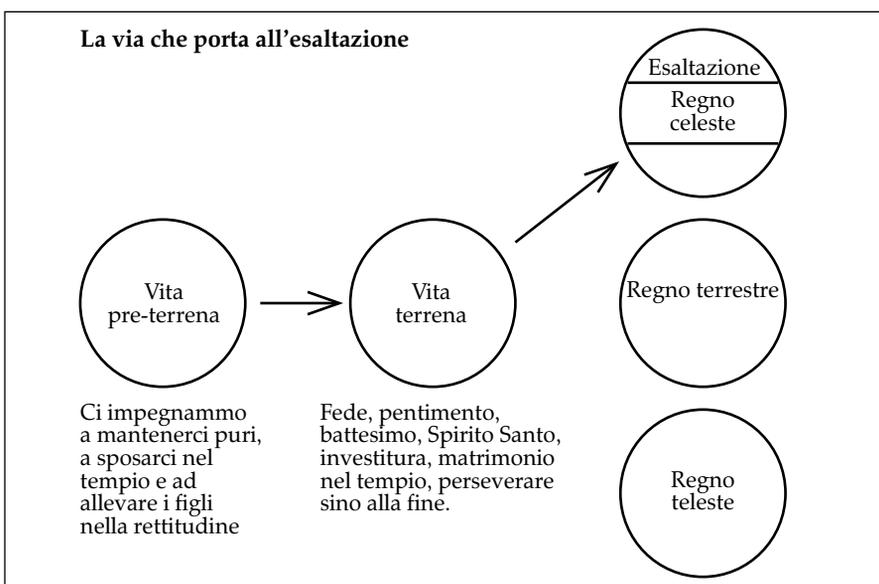
- Quali sono alcune delle cose che prometterete di fare quando riceverete la vostra investitura?
- Dopo l'investitura, quale altra ordinanza che si celebra nel tempio è necessaria per ottenere l'esaltazione? (Il matrimonio nel tempio. Vedi DeA 131:1-4).

Scritture

Spiega che il fatto di aver ricevuto tutte le ordinanze e di aver stipulato tutte queste alleanze non garantisce di ottenere l'esaltazione. Per vedere cos'altro è necessario fare, invita una giovane a rileggere Dottrina e Alleanze 14:7

- Cosa dovete fare, dopo aver ricevuto tutte le ordinanze necessarie, dopo aver fatto le alleanze e dopo aver iniziato a osservare i comandamenti? (Perseverare sino alla fine).
- Cosa significa perseverare sino alla fine?

Alla fine della discussione la lavagna dovrebbe presentarsi più o meno così:



L'esaltazione vale ogni nostro sforzo

Scritture e discussione

Spiega che alcuni dei benefici dell'esaltazione sono spiegati in Dottrina e Alleanze 132:20-24. Invita una giovane a leggere questo passo ad alta voce.

- Quali benefici attendono coloro che vivono in maniera da meritarsi l'esaltazione? (Divenire simili a Dio, avere potestà su tutte le cose, avere potestà sugli angeli, avere ogni potere, vivere con Gesù Cristo). Spiega che anche noi, come Gesù Cristo, potremo avere tutto ciò che ha il Padre celeste, potremo ricevere ogni potere e dominio, divenendo creatori di altri spiriti e di altri mondi.

Per aiutare le giovani a comprendere quanto grande sia la gloria e la felicità di coloro che raggiungono l'esaltazione, leggi la seguente esperienza fatta dall'anziano Melvin J. Ballard il quale, quando era apostolo, ebbe un meraviglioso sogno o visione:

Citazione

«Nella riserva di Fort Peck, dove stavo svolgendo il mio lavoro di proselitismo assieme ad alcuni fratelli lavorando fra gli Indiani, chiedendo al Signore che ci illuminasse perché potessimo decidere cosa fare in merito al nostro lavoro, ed avendo ricevuto da Lui una

conferma che stavamo comportandoci in accordo con la Sua volontà, mi trovai una notte, in sogno, all'interno di quel sacro edificio: il tempio. Dopo qualche tempo dedicato alla preghiera e alla gioiosa constatazione di dove ero, mi venne detto che avrei avuto il privilegio di entrare in una di quelle stanze per incontrare un glorioso Personaggio; appena varcai l'uscio, vidi, seduto su un piedistallo, l'Essere più glorioso che i miei occhi abbiano mai veduto o che avessi mai immaginato potesse esistere nei mondi eterni. Quando mi avvicinai per esserGli presentato, Egli si alzò e si avvicinò a me con le braccia tese e sorrise, pronunciando dolcemente il mio nome. Se dovessi vivere fino ad avere un milione d'anni, non potrei mai dimenticare quel sorriso. Mi prese fra le Sue braccia e mi baciò; mi strinse sul petto e mi benedisse, finché il midollo mi sembrò sciogliersi nelle ossa. Quando ebbe terminato caddi ai Suoi piedi e, mentre li bagnavo con le mie lacrime e li baciavo, vidi i segni dei chiodi sui piedi del Redentore del mondo. Il sentimento che provai alla presenza di Colui che ha ogni cosa nelle Sue mani, nell'aver il Suo affetto, il Suo amore e la Sua benedizione fu tale che, se riuscissi mai a ricevere ciò di cui non ho assaggiato che un briciolo, darei tutto ciò che sono, tutto ciò che spero di poter essere, per poter provare ciò che provai in quella occasione» (Melvin J. Ballard, *Crusader for Righteousness*, [Salt Lake City: Bookcraft, 1966], pagg. 138–139).

Invita ogni giovane a chiudere gli occhi e a immaginare di trovarsi in un ambiente il più bello possibile assieme alla famiglia, alle amiche e alle persone amate; assieme ai grandi profeti del passato, come Abrahamo, Joseph Smith, Adamo, e con il Padre celeste e Gesù Cristo, in una atmosfera di amore, di bellezza e di rettitudine per sempre. Puoi invitare alcune giovani a parlare alla classe dei loro sentimenti. Spiega che ora non possiamo neppure immaginare quanto sia meravigliosa l'esaltazione.

Conclusione

Scritture
e discussione

Chiedi a una giovane di leggere 1 Corinzi 2:9.

- Secondo questo versetto, quali sono le cose che sono preparate per coloro che obbediscono ai comandamenti del Signore? (Non possiamo neppure immaginare quanto saranno gloriose).

Sottolinea che l'esaltazione è un dono meraviglioso che viene offerto a quanti sono disposti a riceverlo — più grande di quanto possiamo immaginare.

Assicura alle giovani che se si sforzeranno onestamente di osservare i comandamenti, di tener fede alle loro alleanze e di amare il prossimo, esse potranno raggiungere l'esaltazione, che è il dono più grande del nostro affettuoso Padre celeste che ci ama. Se ne senti il desiderio, porta la tua testimonianza.

Rafforzare la testimonianza tramite il servizio

Lezione

30

OBIETTIVO Ogni giovane si renderà conto di poter rafforzare la propria testimonianza del Vangelo di Gesù Cristo tramite il servizio.

PREPARAZIONE

1. Porta carta e matita per ogni giovane.
2. Leggi e studia bene Mosia 2.
3. Chiedi ad alcune giovani di leggere o di raccontare le storie delle ragazze che hanno trovato gioia nel servire il prossimo. Puoi utilizzare anche storie sul servizio prestato da giovani della tua zona.
4. Incarica alcune giovani di leggere i passi delle Scritture, le storie o le citazioni di tua scelta.

**SVOLGIMENTO
DELLA
LEZIONE**

Lettura delle
Scritture
e discussione

Serviamo il Salvatore servendo l'umanità

Invita le giovani a trovare il capitolo 2 di Mosia e a tenersi pronte a leggere alcuni versetti tutte assieme. Spiega che in questo passo delle Scritture re Beniamino dice al suo popolo come li aveva serviti mentre era loro re. Chiedi ad alcune giovani di leggere questi versetti.

Leggete il versetto 11 e commentate il modo in cui re Beniamino servì il suo popolo.

Leggete i versetti 12 e 14 e commentate per quale motivo re Beniamino non chiese né oro né argento al suo popolo. Chiedi alle giovani se piacerebbe loro essere governate da un uomo come re Beniamino.

Leggete i versetti 16 e 17 e commentate cosa significa servire Dio.

Leggete il versetto 18 e commentate l'esempio dato dal re Beniamino.

Leggete i versetti da 19 a 21 e commentate come le giovani possono mettere in pratica questi concetti nella vita di ogni giorno.

Citazione

Leggi la seguente dichiarazione del presidente Spencer W. Kimball e commentala con le giovani. Aiutale a capire come possono mettere in pratica nella vita di ogni giorno le parole del presidente Kimball.

«Servendo si impara a servire. Quando siamo occupati a servire i nostri simili, non soltanto svolgiamo un'opera meritevole, ma siamo in grado di vedere i nostri problemi da un punto di vista diverso. Quando ci preoccupiamo maggiormente degli altri, abbiamo meno tempo per preoccuparci di noi stessi. Nel miracolo del servizio troviamo la promessa di Gesù che, perdendo noi stessi, troveremo noi stessi.

Non soltanto noi «troviamo» noi stessi perché riconosciamo una guida nella nostra vita ma, più serviamo i nostri simili nel modo giusto, più la nostra anima acquista sostanza. Servendo gli altri diventiamo persone migliori e diventa per noi più facile conoscere la nostra vera natura, poiché c'è molto di più da scoprire in noi.

George McDonald dichiarò che «è amando, e non essendo amati, che ci si può avvicinare di più all'anima di un'altra persona». Naturalmente tutti abbiamo bisogno di essere amati, ma dobbiamo dare e non soltanto ricevere, se vogliamo avere una vita completa e un maggior senso di appagamento.

Qualche volta la soluzione non è cambiare le circostanze, ma cambiare il nostro atteggiamento verso di esse; le difficoltà spesso sono occasioni di servizio . . .

Dio si cura di noi, Egli veglia su di noi, ma di solito è per il tramite di un'altra persona che Egli soddisfa le nostre necessità. Pertanto è essenziale che, nel regno, ci serviamo gli uni gli altri. I membri della Chiesa devono aiutarsi, incoraggiarsi e rafforzarsi reciprocamente, come in una comunità di credenti o un gruppo di discepoli. Nella Dottrina e Alleanze si legge quanto è importante soccorrere i deboli, rialzare le braccia stanche e fortificare le ginocchia vacillanti (vedere DeA 81:5). Molto spesso i nostri atti di servizio consistono in un semplice incoraggiamento, o in un aiuto mondano, dato per svolgere compiti mondani; ma molte gloriose conseguenze possono derivare dagli atti mondani e dalle altre nostre azioni, piccole ma deliberate.

Con l'aumentare dei contrasti fra le vie del mondo e le vie di Dio a causa delle circostanze, la fede dei membri della Chiesa viene messa sempre più alla prova. Una delle cose più vitali che possiamo fare è esprimere la nostra testimonianza mediante il servizio che, a sua volta, ci darà un progresso spirituale, un maggior impegno ed una più grande capacità di osservare i comandamenti» (*La Stella*, agosto 1975, pag. 2-3).

Citazione

Leggi la seguente dichiarazione dell'anziano L. Tom Perry e spiegate l'importanza per le giovani della tua classe.

«Sono sicuro che il Signore è compiaciuto dei giovani che ci sono oggi nella Chiesa. Siete stati tenuti in serbo per venire sulla terra in questo momento cruciale. Egli conta su di voi per edificare il Suo regno quaggiù. Egli vi ha istruiti, educati ed equipaggiati più di ogni altra generazione, ed ora si aspetta sicuramente che facciate il vostro dovere . . . Possa il Signore continuare a rafforzarvi e benedirvi con la fede ed il desiderio di servire come Egli vi comanderà. Fatelo con tutto l'entusiasmo che la vostra anima può provare, e vi prometto che riceverete quella gioia che viene solo come risultato del servizio nel regno del Padre celeste» (Conference Report, Buenos Aires Conference 1975, pag. 39).

Possiamo servire il prossimo in molte maniere

Citazione

Leggi la seguente citazione del presidente Spencer W. Kimball:

«Se vi fosse chiesto di citare due individui che hanno esercitato la maggiore influenza nella vostra vita, non scegliereste queste persone per ciò che hanno fatto per aiutarvi nei momenti più critici o importanti della vostra esistenza? Dopo qualche minuto di meditazione probabilmente concluderete che tali persone si sono curate veramente di voi, che vi hanno dedicato il loro tempo, che vi hanno insegnato qualcosa che dovevate conoscere. Riflettete ora sulla vostra prestazione, come io faccio sulla mia, e determinate se attualmente incorporate o no, nel vostro ministero, questi attributi fondamentali. Se frughiamo nella nostra memoria, è assai meno probabile che ricorderemo una persona per la particolare influenza esercitata grazie ad una tecnica di insegnamento. Assai più spesso ricordiamo qualcuno che ci ha servito e ci ha aiutato, dandoci il suo amore e la sua comprensione, dedicandoci il suo tempo e mostrandoci la retta via con la luce del suo esempio.

Pertanto non credo di esagerare se dico che è molto importante che noi facciamo queste stesse cose per coloro che oggi dipendono da noi, proprio come hanno fatto coloro che ci hanno servito nel passato» (*La Stella*, agosto 1975, pag. 4).

Attività

Distribuisci carta e matita alle giovani e invitate a ripensare alla propria vita passata e a elencare sul foglio due o tre persone che hanno esercitato su di loro un'influenza più profonda. Chiedi alle giovani di parlare di una di queste persone e fai notare come sia stato il servizio a rendere questa persona tanto importante nella loro vita.

Invita ogni giovane a scrivere sul proprio foglio le parole *famiglia, chiesa e amici*. Fai notare che la famiglia è l'unità più piccola e più importante della Chiesa. Chiedi alle giovani di scrivere sotto ad ogni nome alcuni modi in cui possono servire le persone comprese in queste tre categorie. Concedi da tre a quattro minuti per questa attività, poi invita le giovani a riferire alla classe le loro idee per servire.

Il servizio sincero porta alla gioia

Storia

Leggi, o invita una giovane a farlo, le seguenti storie di giovani che hanno servito il prossimo. Puoi anche riferire storie sul servizio reso dalle giovani della tua zona. Invita le giovani a notare in che modo il servizio ha rafforzato la testimonianza di queste ragazze.

«Alcuni anni fa, verso sera, accadde qualcosa di particolare ad un gruppo di ragazze. Prima di quel pomeriggio avevano dedicato intere ore a preparare i biscotti, tentare nuove ricette, stendere un programma, scrivere nuove canzoni, fare nuove amicizie e molte, molte chiacchiere: da quanto mi ricordo, si passava più tempo a parlare che ad ascoltare. Qualunque osservatore avrebbe detto che erano molto attive, ma avrebbe anche potuto chiedersi che cosa si cercava di insegnare a quelle ragazze.

Nel giorno prefissato tutti i piani per la consegna dei biscotti e la presentazione del programma vennero portati a termine come stabilito, in mezzo alle risatine, all'allegria e all'entusiasmo delle ragazze, ognuna volendo essere protagonista. L'unico inconveniente della giornata furono alcuni sacchetti di biscotti che rimasero in avanzo, dopo che tutto era finito. Cosa fare con tutti questi biscotti? Non mancarono le proposte: mangiamoceli noi, portiamoli agli Scout, oppure vendiamoli.

Poi la voce della presidentessa della classe, con un tono serio, si impose su tutte le altre voci: «So io cosa fare. Andiamo a vedere se qualcuno dei vecchi della casa di ricovero ne vorrebbe un po'. Non credo che ne abbiano».

Dopo una veloce telefonata per combinare l'appuntamento, alcune ragazze si presentarono davanti al portone di una casa di ricovero, un po' meno entusiaste di prima per la loro grande idea. Quando la porta si aprì, ogni ragazza cercò di spingerne avanti un'altra, in modo da non essere la prima ad entrare. Per qualche attimo ci fu ripensamento e imbarazzo: «Perché mai siamo venute qui?». Tre ragazze depositarono in fretta i sacchetti di biscotti che avevano portato, appoggiandoli sul vecchio tavolino che sembrava essere l'unico mobile di quella stanza, oltre ai letti e alle sedie a rotelle dove stavano i ricoverati.

Quando le ragazze iniziarono a cantare le canzoni che avevano preparato, con un tono alquanto sommesso e con la dolcezza della gioventù, si videro una o due persone raddrizzarsi da una posizione che si sarebbe potuta dire permanente, per ascoltare meglio. Alcuni pazienti si avvicinarono, spingendo anche qualche carrozzella. Vedendo che il loro canto era ben accolto, le ragazze presero maggior coraggio ed iniziarono un'altra canzone.

Ben presto cominciò a prodursi un miracolo: l'espressione sul viso di quei vecchi cominciò a cambiare, lentamente ma in modo inequivocabile; i volti si rasserenarono e gli occhi si riempivano di lacrime. Quando le ragazze intonarono una terza canzone, qualche vecchio cominciò ad accompagnarli mormorando le note. Poi, mentre le altre l'accompagnavano a bocca chiusa, una delle ragazze cantò una vecchia melodia in tedesco. Solo in quel momento un vecchio, curvo e malandato, si girò sul letto appena visibile di una stanza adiacente e cominciò a mormorare, in tono sommesso ma udibile, le parole di quella canzone, nella sua lingua nativa.

Molti si voltarono a guardare e parecchi avevano le lacrime agli occhi; molti cuori furono commossi e qualcosa cambiò nella vita di alcune persone. Dopo alcune parole di ringraziamento le ragazze se ne andarono. Mentre scendevano le scale del vecchio edificio erano ben diverse da quando erano entrate. Oh, come spiegare la commozione che quelle ragazze provavano durante il viaggio di ritorno! «Cosa è successo?» si chiedevano; «Non mi sono mai sentita così». Un'altra ragazza commentò: «Quando possiamo venirci di nuovo?» e la sua voce era quasi un sussurro. In quella giornata le mie ragazze ed io vivemmo in pratica le parole di Giovanni: «Se uno vuol fare la volontà di lui, conoscerà se questa dottrina è da Dio o se io parlo di mio» (Giovanni 7:17). In quell'occasione avevamo vissuto un principio di vita cristiana e avevamo il desiderio impellente di farlo ancora.

Quando siete al servizio dei vostri simili, non siete che al servizio del vostro Dio. Noi eravamo al Suo servizio e sentimmo la Sua presenza» (Ardeth G. Kapp, *Remarkable Stories from the Lives of Latter-day Saint Women*, [Salt Lake City: Deseret Book Co., 1973-1975], pagg. 125-127).

Storia

La costruzione del tempio di Jordan River nell'Utah fu un motivo per far partecipare le giovani del palo di Draper in un progetto che durò sei mesi e procurò gioia e amore nel servire il prossimo. Per parecchi mesi prima della dedicazione, le ragazze e le loro dirigenti furono impegnate nella confezione di giocattoli ed altri oggetti per neonati, destinati all'asilo nido del tempio: costruirono una casetta per le bambole, completa di bambole e di mobili, un tavolino con quattro piccole sedie, una culla dipinta a mano,

molti libri di favole, libri di stoffa per i più piccoli e giochi a incastro; c'erano anche molti blocchetti per costruzioni assai ben rifiniti, animali di peluche, simpatiche trapunte, cuscini e copertine per neonati.

Le molte ore passate lavorando insieme contribuirono in modo notevole ad accrescere l'amicizia fra le ragazze; alcune impararono a conoscersi meglio, altre scoprirono di avere dei talenti dei quali non si erano mai rese conto.

«È stato un divertimento» concordarono tutte alla fine, «e abbiamo fatto anche molte belle esperienze spirituali». Una di loro in particolare disse: «Non dimenticherò mai la sera in cui portammo i nostri doni alla moglie del presidente del tempio; c'era la presidenza del tempio al completo. Gli oratori parlarono delle meravigliose esperienze che avevano fatto e portarono la loro testimonianza del lavoro di tempio. C'era un'atmosfera speciale!»

- In che modo il servizio ha rafforzato la vostra testimonianza?

Conclusione

Poesia e discussione

Leggi alle giovani la seguente poesia e invitate a riflettere sul significato delle sue parole:

Se oggi fosse l'ultimo giorno della tua vita,
l'ultimo miglio del cammino che hai intrapreso,
dopo aver passato tutte queste battaglie,
quanto pensi di valere?

Quanto puoi riportare a Dio?
Non contare sull'oro o l'argento,
che domani resteranno qui.

Tutto ciò che ti appartiene davvero
è il servizio che hai dato all'umanità.

(Anonimo, citato da David O. McKay in *Treasures of Life*, [Salt Lake City: Deseret Book Co., 1962], pagg. 395–396).

- Quali sono le cose che potete riportare al Padre celeste?
- Se oggi fosse il vostro ultimo giorno di vita, cosa potreste riportare a Dio?

Testimonianza

Porta la tua testimonianza sul valore del servizio. Puoi raccontare un'esperienza che hai fatto nel dare o nel ricevere un servizio.

Attività suggerita

Questa lezione si presta in modo particolare per sviluppare una attività di servizio delle giovani.

OBIETTIVO Ogni giovane comprenderà quanto è importante sostenere le leggi del proprio paese.

PREPARAZIONE

1. Illustrazione 15, Cartelli stradali, che si trova in fondo al manuale.
2. Facoltativo: procurati dalla biblioteca della casa di riunione il cartello del dodicesimo Articolo di fede (65012).
3. Prepara per ogni giovane una copia del volantino «Attività suggerite», che si trova in fondo alla lezione.
4. Porta in classe una copia delle opere canoniche per esibirla. Porta anche delle matite in numero sufficiente per tutte le giovani.
5. Porta una bandiera o un'illustrazione della bandiera del tuo paese che terrai esposta durante tutta la lezione.
6. Prima della lezione informati sul significato dei vari colori della bandiera.
7. Incarica alcune giovani di leggere i passi delle Scritture, le storie o le citazione di tua scelta.

**SVOLGIMENTO
DELLA
LEZIONE**

Le leggi garantiscono la pace e l'ordine nella nazione

Illustrazione
e discussione

Mostra l'illustrazione dei cartelli stradali e spiega a cosa servono, che cosa spiegano e perché sono necessari.

- Cosa potrebbe accadere in una grande città nelle ore di punta se i cartelli stradali, i semafori o i vigili urbani venissero a mancare?
- Quali altre leggi sono necessarie per mantenere la pace e l'ordine in una nazione?
- Cosa accadrebbe se non ci fossero queste leggi?

Scritture
e discussione

Mostra alle giovani le opere canoniche.

- Cosa hanno in comune questi libri con le leggi del nostro Paese? (Gli uni contengono le leggi religiose, le altre contengono le leggi civili). Spiega che il Signore ha istruito i membri della Chiesa a proposito di questi due tipi di leggi. Chiedi a una giovane di leggere Dottrina e Alleanze 58:21.
- In che modo il fatto di osservare le leggi di Dio ci può aiutare ad obbedire alle leggi del Paese?
- Perché abbiamo bisogno di un governo statale? Perché non possiamo starcene ognuno per conto nostro?

Citazione
e discussione

Dopo che le giovani avranno risposto alle domande, leggi la seguente dichiarazione:

«I primi pionieri si resero ben presto conto che la maggior parte del loro tempo e delle loro energie veniva spesa per difendere se stessi, le loro proprietà e la libertà. Per poter prosperare, l'uomo ha bisogno di non doversi preoccupare di proteggere continuamente la sua famiglia, le sue proprietà e la sua terra dagli attacchi e dalle rapine. E quando egli si mette d'accordo con altri uomini per arruolare un poliziotto, è nato il governo. Il cittadino delega al poliziotto la protezione dei suoi inalienabili diritti, e questi esegue a loro favore solo ciò che essi stessi farebbero, e nulla di più . . .

In termini generali, quindi, il giusto ruolo del governo comprende quelle attività che mirano ad avere una forza nazionale, militare e locale di polizia, che garantisca la protezione del cittadino contro le aggressioni alla vita, alla proprietà e alla libertà, operate da criminali del nostro Paese o da dittatori stranieri» (Ezra Taft Benson, Conference Report, ottobre 1968, pagg. 18–19 o *Improvement Era*, dicembre 1968, pagg. 51–52).

- Per quali altri motivi è necessario avere un governo e delle leggi?

Citazione
e discussione

Dottrina e Alleanze 134:1 afferma quanto segue: «Noi crediamo che i governi furono istituiti da Dio, per il beneficio dell'uomo».

Il presidente N. Eldon Tanner riaffermò questa idea nella seguente dichiarazione:

«Tutte le leggi di Dio, le leggi della natura e le leggi del Paese sono state fatte per il beneficio dell'uomo, per il suo benessere, godimento, sicurezza e comodità; spetta all'individuo conoscerle e stabilire se vuole godere dei benefici che ne vengono. Il mio obiettivo è quello di mostrare che la legge ci è data per il nostro bene, e che per essere felici e avere successo nella vita dobbiamo obbedire alle leggi e ai regolamenti che governano la nostra attività; e queste leggi agiranno per il nostro bene, oppure per il nostro male, a seconda di come ci comportiamo» (Conference Report, aprile 1970, pag. 62 o *Improvement Era*, giugno 1970, pag. 31).

- Quali sono alcune leggi che hanno come obiettivo il nostro benessere, la nostra sicurezza e la nostra comodità?

Dio chiederà conto ai Suoi figli di come hanno sostenuto le leggi del loro Paese

Scritture
e discussione

Invita le giovani a leggere Dottrina e Alleanze 134:1.

- Che cosa vuol dire «tiene gli uomini responsabili»?

Cartello

Leggi il dodicesimo Articolo di fede. (Mostra il cartello).

- In che modo si possono obbedire, onorare e sostenere le leggi?

Casi di studio
e discussione

Invita le giovani ad analizzare le seguenti situazioni e a stabilire in che modo potrebbero obbedire, onorare e sostenere le leggi in queste circostanze.

1. Siete in macchina con altri ragazzi e il guidatore sta superando i limiti di velocità oppure vi incita a guidare, anche se non avete la patente.
2. Un vigile urbano sta parlando alla vostra scuola e un gruppo di studenti, che non concorda con quanto sta dicendo, disturba la sua esposizione gridando e battendo i piedi.
3. Siete in un supermercato e vedete che una vostra amica si è infilata un pacchetto sotto il cappotto.
4. Un giovane, per strada, vi consegna un volantino che parla male del governo su un argomento che non conoscete bene.

Domande su
cui riflettere

- Nella vostra vita di ogni giorno siete un esempio di persona che obbedisce, onora e sostiene le leggi del nostro paese?

L'amore per la Patria si dimostra con il comportamento quotidiano

Citazione

«Il profeta Joseph Smith disse che il patriottismo dovrebbe essere una componente del retto vivere. Non vi pare una cosa interessante? Non potete essere davvero patriottici se non siete religiosi, e nessuno può essere un buon Santo degli Ultimi Giorni se non è leale verso i migliori interessi e il benessere della sua nazione» (Hartman Rector jun., «The Land Choice Above All», *Speeches of the Year, 1974*, [Provo: Brigham Young University Press, 1975], pag. 423).

- Che cosa vuol dire essere patriottici?

La seguente dichiarazione potrà aiutare le giovani a trovare la risposta:

«Il vero patriottismo è qualcosa di più di un agitar di bandiere e di parate militari. È il modo in cui rispondiamo alle questioni pubbliche. Se ci limitiamo a chiedere: «Quali

vantaggi ne ricavo? – Cosa ci guadagno? → non siamo patriottici e non siamo buoni cittadini. Ma se chiediamo: «È giusto? – Il Paese ci guadagna? – Difende e rafforza le nostre istituzioni? → allora abbiamo il diritto di essere contati tra i grandi patriotti. Patriottismo significa sforzarsi sempre di dare al Paese più di quanto da esso riceviamo. È rendere un servizio altruista» (Ezra Taft Benson, *The Red Carpet* [Salt Lake City: Bookcraft, 1962], pag. 96).

Lavagna
e discussione

- Quali possono essere alcune azioni che dimostrano quanto amiamo il nostro paese?

Scrivi le risposte sulla lavagna le risposte delle giovani, tra le quali potranno esservi quelle che seguono:

1. Cantare con rispetto l'inno nazionale.
2. Mostrare rispetto per la bandiera nazionale.
3. Conoscere meglio la storia e le tradizioni del nostro popolo.
4. Sostenere la campagna elettorale degli uomini politici dei quali condividete le idee.
5. Partecipare a progetti civici o altre attività patrocinate dalle autorità comunali o statali.
6. Obbedire alle leggi.
7. Rispettare i pubblici ufficiali e le pubbliche proprietà.
8. Rispettare le opinioni politiche diverse dalle vostre.

Bandiera

Indica la bandiera che hai portato in classe.

- Che cosa rappresentano i vari colori?
- Perché la bandiera è importante per noi?
- Cosa potete fare per promuovere l'osservanza dei valori simboleggiati nella bandiera nazionale?

Se è il caso, puoi ripetere il giuramento di fedeltà prestato dalle forze armate o dal Presidente della Repubblica e commentarne il significato.

Applicazione pratica

Volantino

Distribuisci alle giovani una copia dell'elenco delle attività suggerite che hai preparato. Leggi l'elenco assieme alla classe e invita le giovani ad aggiungere ogni altra idea personale. Suggestisci loro di tenere questo elenco come un prontuario di attività civiche, per eventuali future necessità. Chiedi alle giovani di scegliere una delle attività suggerite, da fare come progetto di gruppo. Tieniti pronta ad aiutarle nell'organizzazione dell'attività prescelta, in modo che ne possano trarre un'esperienza positiva.

Attività suggerite

1. Studiare la storia e la geografia o altre caratteristiche della nostra zona.
2. Conoscere meglio le località della nostra regione.
3. Cucire o acquistare una bandiera nazionale. Volendo potrà essere donata a qualcuno.
4. Visitare una località di interesse storico.
5. Conoscere meglio i dirigenti politici attuali sia a livello nazionale che locale.
6. Scrivere una lettera a un uomo politico, esponendo un problema che vi sta a cuore.
7. Scrivere una lettera a un uomo politico, ringraziandolo per qualcosa di buono che ha fatto.
8. Partecipare ad una attività di pulizia nella comunità.
9. Partecipare a qualche progetto di ripristino ecologico.
10. Conoscere le norme del traffico e incoraggiare amici e parenti a rispettarle.
11. Tenere un corso sulle precauzioni da osservare quando si va in bicicletta per i bambini del vicinato.
12. Assistere a una riunione del consiglio comunale.
13. Partecipare a una riunione del consiglio scolastico.
14. Proporsi di aiutare un candidato a qualche elezione.

Vivere una vita virtuosa

Nota per
l'insegnante

In ogni dispensazione il Signore ha insegnato tramite le Scritture e i profeti le Sue norme di moralità. Il deterioramento delle norme morali nel mondo di oggi ha creato un profondo divario fra ciò che il mondo accetta e ciò che il Signore approva. Per poter osservare i principi morali di Dio dobbiamo innanzitutto conoscerli.

Quando insegnerai le lezioni contenute in questa sezione dovrai fare attenzione a esporre le norme di moralità del Signore in forma corretta e accorta, adatta al grado di sviluppo e di preparazione delle giovani. Uno stretto rapporto tra le consulenti e le giovani spesso porta a conversazioni amichevoli su particolari tentazioni morali o a domande. Come consulente il tuo ruolo è quello di rispondere in modo idoneo alle domande, rimandando sempre la giovane ai suoi genitori.

Per aiutarti a essere pronta a rispondere correttamente, leggi attentamente l'opuscolo *Per la forza della gioventù* (34285 160). Anche l'opuscolo *Prontuario per i genitori* (31125 160) ti sarà utile come testo sussidiario. È una pubblicazione che ha lo scopo di aiutare i genitori a istruire i loro figli sulle intimità fisiche e a prepararli a seguire il piano del Signore per quanto riguarda l'intimità fisica.

Ricorda che soltanto il vescovo può fare delle domande riguardo alla castità e alle questioni morali ad essa collegate nell'intervista con le giovani (vedi il *Manuale di istruzioni per le dirigenti delle Giovani Donne*, pag. 16, e il *Manuale di istruzioni per i dirigenti del Sacerdozio di Melchisedec*, pag. 20). Esorta le giovani a rivolgersi al vescovo se vogliono parlare della correttezza del loro comportamento.

Nell'esporre queste lezioni affidati alla guida dello Spirito per sapere cosa insegnare, come insegnare e quando insegnare alle giovani certi argomenti. La discussione deve essere circoscritta soltanto agli argomenti che sono stati menzionati dai profeti e che sono contenuti nelle lezioni del presente manuale.

L'esposizione *Moralità per i giovani* contenuta nella videocassetta *Venite a me* (53146 160) costituisce un'ottima introduzione o conclusione per questo ciclo di lezioni. Il tempo disponibile per una lezione non permette di vedere il film, commentarlo e anche tenere la lezione del manuale; suggeriamo pertanto di dedicare una lezione appositamente alla proiezione del film e alla sua discussione.

OBIETTIVO Ogni giovane comprenderà e apprezzerà il valore della vita, specialmente della vita degli esseri umani.

PREPARAZIONE

1. Figura 16, Giovane donna e il Salvatore, che si trova in fondo al manuale.
2. Procurati fotografie di bellissime scene naturali, come tramonti, animali o montagne. Esponi queste immagini davanti alla classe.
3. Incarica alcune giovani di leggere i passi delle Scritture, le storie o le citazioni di tua scelta.

**SVOLGIMENTO
DELLA
LEZIONE**

Storia

Ogni giovane deve imparare ad apprezzare quello che Dio ha creato

Racconta la seguente storia:

Molti anni fa i coniugi Arthur e Kate Keller ebbero una figlia sana e robusta. I genitori, che vivevano nel sud degli Stati Uniti, dettero alla bambina il nome di Helen ed erano felicissimi per quell'amore di creatura. Poi, all'età di diciotto mesi, la piccola Helen soffrì di una grave malattia che la lasciò sorda e cieca. Tuttavia, grazie all'amore e alla pazienza dei suoi genitori e di una insegnante che essi avevano chiamato, di nome Anne Sullivan, Helen imparò a leggere e a parlare. Si diplomò con onore e dedicò tutta la sua vita a servire e ad aiutare il prossimo.

Il presidente David O. McKay un giorno riferì una esperienza fatta da Helen Keller con le seguenti parole:

«Avete mai letto ciò che rispose Helen Keller a una ragazza che aveva appena fatto una passeggiata nei boschi e che alla domanda di Helen: «Che cosa hai notato?» aveva risposto: «Nulla di particolare?»

«Come è possibile» le chiese Helen «passeggiare per i boschi per un'ora senza notare nulla che sia degno di attenzione? Io, che non posso vedere, trovo centinaia di cose che mi interessano al solo toccarle. Sento la delicata simmetria di una foglia, passo la mano delicatamente sulla liscia corteccia delle betulle, o su quella rugosa e ruvida dei pini. In primavera passo le dita sui rami, sperando di trovare una gemma, primo segno del risveglio della natura dopo il sonno invernale. A volte, quando sono fortunata, appoggio dolcemente le mani su un alberello e sento l'allegro cinguettio di un uccello che canta a voce piena.

Certe volte il mio cuore piange per il desiderio di poter vedere con gli occhi tutte queste cose; se posso provare un tale piacere solamente toccandole, quanto deve essere bello poterle vedere. Ho perfino immaginato che cosa vorrei poter vedere, se mi fosse concesso l'uso degli occhi anche solo per tre giorni» (*Treasures of Life*, [Salt Lake City: Deseret Book Co., 1962], pagg. 394-395).

Discussione

- Se poteste avere l'uso degli occhi solo per altri tre giorni, cosa vorreste vedere? (Lascia che le giovani riflettano per alcuni minuti su ciò che vorrebbero poter vedere.
- Che cosa provate quando vedete qualcosa che vi piace?
- Perché è importante ricordare che il Padre celeste ha creato la terra sulla quale viviamo?

**Scritture
e discussione**

Chiedi alle giovani di aprire Dottrina e Alleanze al capitolo 59, versetti 16–20, e chiedi a una di loro di leggere ad alta voce questo passo. Fai notare i motivi per cui il Signore ci ha dato le cose buone e belle della terra. Illustra questi motivi con l'aiuto delle fotografie

che hai disposto davanti alla classe. Assicurati che le giovani comprendano che il Signore non ci ha dato queste cose semplicemente per fornirci cibo e indumenti.

Chiedi a una giovane di rileggere il versetto 20 e commentatene insieme il significato rispondendo alle seguenti domande o ad altre di tua scelta:

- Cosa pensa il Signore del fatto di averci dato tutte queste cose buone della terra?
- Come dobbiamo usare le cose che il Padre celeste ci ha dato?

Chiedi alle giovani di aprire le loro Scritture a Mosè 2 e spiega che in questo capitolo si parla del modo in cui il Padre celeste creò la terra, le piante e gli animali. Spiega anche in che modo pose Adamo ed Eva su questa terra. Chiedi a una giovane di leggere ad alta voce i versetti da 28 a 31.

Al termine della lettura spiega che Adamo ed Eva e tutti i loro posteri, e quindi anche ognuna delle giovani della tua classe, hanno ricevuto l'incarico di assoggettare la terra e di dominarla. Questo significa che il Padre celeste si aspetta che noi la governiamo e che abbiamo cura di ciò che Egli ha creato.

La donna svolge un ruolo divino nel processo creativo

Illustrazione
e lavagna

Mostra l'immagine della giovane e il Salvatore e scrivi sulla lavagna la frase: «Siete una delle più grandi creazioni di Dio».

Citazioni

Un profeta di Dio ha detto: «Io dico che l'uomo, essendo progenie di Dio, è la più grande delle Sue creazioni. È più grande della luna, del sole e delle stelle, che sono l'opera della mano di Dio» (Joseph Fielding Smith, *Dottrine di salvezza*, a cura di Bruce R. McConkie, 1:65).

Spiega che le donne possono partecipare a quest'opera di creazione del nostro Padre in cielo.

Leggi le seguenti dichiarazioni

«Fornire ai figli spirituali del Padre celeste l'occasione di venire sulla terra e guadagnarsi la propria salvezza è uno dei privilegi e degli obblighi più sacri» (Heber J. Grant, «A Promise of Possibilities», *Improvement Era*, giugno 1941, pag. 329).

«La missione più grande della donna è dare la vita, la vita terrena, mediante un onorevole matrimonio, ai figli spirituali del Padre celeste che stanno aspettando con ansia di venire ad abitare in questa vita terrena. Tutto l'onore e la gloria che può venire a un uomo o a una donna . . . non è che una pallida cosa il cui splendore è destinato a scomparire, a paragone del grande onore, della gloria eterna e della perenne felicità che verranno alla donna che avrà adempiuto al primo e maggiore dovere che le è stato affidato, di divenire la madre dei figli e delle figlie di Dio» (Melvin J. Ballard, *Sermons and Missionary Service of Melvin J. Ballard*, Deseret Book Co., 1949, pagg. 203–204).

- Che cosa provate al pensiero del grande ruolo che avrete nel portare su questa terra i figli di spirito del Padre celeste?

Ogni forma di vita è sacra

Lavagna

Aggiungi alla lavagna, sotto la frase «Siete una delle più grandi creazioni di Dio», le parole: «La vita è sacra».

Citazioni
e discussione

Spiega che distruggere una vita umana è un grave peccato

Leggi le seguenti dichiarazioni relative all'aborto:

«L'aborto deve essere considerato una delle pratiche più rivoltanti e peccaminose della nostra epoca . . . Interferire con qualsiasi processo di procreazione dei figli vuol dire violare uno dei più sacri comandamenti di Dio: quello di moltiplicarsi e riempire la terra (Genesi 1:26)» (Spencer W. Kimball, Conference Report, aprile 1975, pag. 8 o *Ensign*, maggio 1975, pag. 7).

«Ancora una volta vogliamo condannare l'aborto, un male che continua a crescere. È certo che il terribile peccato dell'aborto volontario è molto difficile da giustificare. È quasi inconcepibile che esso venga eseguito per salvare la faccia o per togliersi dall'imbarazzo, per eliminare i guai o le situazioni spiacevoli, o per sfuggire alle proprie responsabilità» (Spencer W. Kimball, Conference Report, aprile 1974, pag. 8 o *Ensign*, maggio 1974, pag. 7).

Commenta brevemente con le giovani i motivi per cui l'aborto è un peccato tanto grave.

Leggi alle giovani la storia seguente. Invitale a pensare ai motivi per cui ogni essere umano è importante:

«Mi chiamo Cindy. Rido molto. Mi piacciono i fiori, i cani ed i gatti, anche se papà dice che li amo troppo. Mi piace anche soffiare sulle candeline della torta di compleanno. Adesso ho venti anni. Guardo Topolino alla televisione e anche altri cartoni animati. Sono capace di allacciarmi le scarpe da sola. Sono felice quando sento la gente ridere. Allora rido anch'io.

Sapete che cosa mi fa ridere di più? Quando la mia mamma mi dice che mi chiamava «la sua piccola bambola cinese»; a quel tempo ero una bambina. Non mi ricordo molto di quel tempo, ma mi ricordo di alcuni bambini che dicevano: «Cindy, Cindy, Cindy, hué, hué, hué e facevano delle facce buffe, e la mia mamma li mandava via e poi mi stringeva forte, piangendo. Anche adesso non capisco perché.

Sono capace di andare molto in alto con l'altalena e mi piace fare la doccia e farmi cadere l'acqua sulla testa.

Mi ricordo quando il mio papà lavorava nella cappella tutte le sere e mi portava con lui. Lui era il vescovo. Mi dava un secchiello e io raccoglievo delle cose. Per tornare a casa mi faceva salire sulle spalle. Anche quello mi faceva ridere.

«Cindy mi ha aiutato a costruire la cappella» diceva alla mamma. «È anche la cappella di Cindy, adesso».

Queste cose mi facevano sentire strana e qualche volta mi sembrava di scoppiare; ma anche se mi sforzavo, le parole non mi uscivano giuste e la mamma diventava triste e si girava da un'altra parte. Anche io ero triste, perché non potevano capire quello che stavo dicendo.

Sono stata a cavallo, una volta, ed ho anche visto un circo. Avevo paura dell'elefante, ma non avevo paura dei pagliacci. Cadevano sempre e io ridevo.

Mi ricordo di quando venne un uomo strano a casa nostra, dopo che la cappella fu finita. Veniva da Salt Lake City.

«È un apostolo di Dio» mi disse papà, e io rimasi a guardarlo e gli pizzicai la mano finché mia mamma mi portò via.

«Non dare fastidio a fratello Kirkham», mi disse.

«Non si preoccupi, sorella Abbott» disse lui. I suoi occhi brillarono e mi prese in braccio. Mise la sua mano sopra la mia.

«Cindy non mi dà fastidio». Sorrise ed io mi sentii come un caldo dentro.

«Fratello e sorella Abbott, questo spirito è talmente speciale agli occhi di Dio — disse — che è stata mandata su questa terra per ricevere il suo corpo fisico in una maniera tale che non può essere tentata da questo mondo. Tornerà a Dio pura come quando è venuta qui. Voi siete stati scelti per prendervi cura di questo spirito speciale. Cercate di capirla, perché ella sicuramente è molto vicina a Dio».

Dopo che l'apostolo andò via la mamma non pianse più tanto e papà cominciò a fischiettare. I bambini non dicevano più «Cindy, Cindy, Cindy, hué, hué, hué». Mi prendevano per la mano e dicevano «vieni a giocare con noi, Cindy».

Una volta ho seguito i bambini a scuola, ma non mi lasciavano entrare, così la mamma mi portò un libro con delle figure. Erano delle figure di Joseph Smith, Oliver Cowdery e Brigham Young e io li guardavo continuamente, mentre la mamma mi raccontava delle storie. Certe volte, alla sera, cercavo di ricordarmi delle figure e delle storie che la mamma mi aveva raccontato.

In chiesa, quando sentivo un nome che conoscevo, lo cercavo nel mio libro e poi tiravo la manica della mamma.

«Bravissima» mi diceva, e rideva.

Volevo alzarmi alla riunione di testimonianza per dire che sapevo che la Chiesa è vera, ma quando cercavo di alzarmi la mamma e il papà mi tiravano giù.

«I bambini rideranno di te, Cindy» mi diceva la mamma, ma io piangevo finché mi portavano fuori.

Adesso posso andare a scuola e ci vado in bicicletta. Ho imparato a chiudere le buste ed ho anche dei soldi in banca.

Ogni domenica di testimonianza cercavo di alzarmi e la mamma continuava a portarmi fuori. Una domenica pomeriggio, dopo la riunione di testimonianza, dopo che avevo pianto per tutto il pomeriggio, la mamma disse che non sapeva più che cosa fare con me. Forse era meglio che non mi portasse più alla riunione di testimonianza. Nessuno sembrava capire. L'agitazione che sentivo dentro di me era troppo grande e non sapevo che cosa fare, ma sapevo che dovevo alzarmi a dare la mia testimonianza. Poi, all'improvviso, ci fu una luce nella mia camera, ma sapevo che la mamma aveva spento la luce. Mi alzai per vedere se era la luna che splendeva. Mi sentivo così strana. La luce intorno a me era tiepida e mi inginocchiai per pregare. Poi sentii una mano che toccava la mia ed era soffice e calda come la luce che c'era nella stanza.

«Cindy, Cindy, che cosa c'è?»; sentivo la mamma che mi parlava. Mi aiutò ad alzarmi e papà mi mise un braccio sulle spalle, perché stavo piangendo. Per molto tempo papà e mamma restarono seduti accanto al letto, parlando di come potevano aiutarmi e io volevo parlare loro della luce e della mano che mi aveva toccato.

«Se Cindy ha tanta voglia di dare la sua testimonianza — disse papà — il mese prossimo potrà alzarsi. Certo non possiamo negarle il diritto e il privilegio di condividere con gli altri la sua testimonianza».

Mi sentii più calma e andai a dormire.

Io vado ai pic-nic con la scuola e andiamo con degli autobus gialli. Ho degli amici e ridiamo insieme.

Sembrava che ci volesse moltissimo tempo prima che venisse di nuovo una riunione di testimonianza e stavo seduta calma ad ascoltare. Poi la mamma mi dette il microfono e sorrise. Io mi alzai in piedi.

«Io voglio bene al mio papà. Io voglio bene alla mia mamma e anche ai miei fratelli e sorelle. Nel nome di Gesù Cristo. Amen».

Erano le stesse cose che avevo sentito dire agli altri bambini. Nessuno rise. Ci fu silenzio per un po' di tempo. La mamma piangeva. Anche papà piangeva. Poi un uomo si alzò davanti a noi.

«Questi spiriti sono speciali agli occhi di Dio», disse. «Sono stati mandati sulla terra per ottenere il loro corpo in una maniera tale che non possono essere tentati da questo mondo. Cindy tornerà al Padre pura come quando è venuta. Noi non sappiamo quanto siano profonde le sue emozioni, ma sappiamo che questi figliuoli speciali sono molto vicini a Dio».

Sentii una mano calda sopra la mia. Questa volta era la mano di papà» (Storia raccontata da Cindy Abbott a Verna W. Holt, *New Era*, febbraio 1973, pagg. 48-49).

Discussione

Al termine della storia, chiedi alle giovani di esprimere i loro sentimenti sul valore della vita umana. Aiutale a considerare il motivo perché è tanto importante dare anche agli altri spiriti la possibilità di venire sulla terra.

Conclusione

Citazione

Rileggi la dichiarazione dell'anziano Melvin J. Ballard.

Invita ogni giovane a pregare e a meditare sul valore della vita e del ruolo creativo che le è stato affidato dal Padre nei cieli. Suggestiscile di esprimere al Padre celeste e ai suoi genitori terreni la sua gratitudine per la vita di cui gode.

OBIETTIVO	Ogni giovane imparerà ad apprezzare di più il proprio corpo e il divino potere di procreare.
PREPARAZIONE	<ol style="list-style-type: none"> 1. Illustrazione 17, Boyd K. Packer (64332); illustrazione 18, Giovane donna; illustrazione 19, Giovane coppia con bambini; illustrazione 20, Gruppo di adolescenti; illustrazione 21, Coppia davanti al tempio, che si trovano tutte in fondo al manuale. 2. Se possibile invita il consigliere del vescovato responsabile delle giovani donne a venire nella tua classe per leggere il discorso dell'anziano Boyd K. Packer contenuto nella lezione. Usa le immagini sopra elencate per illustrare i vari concetti a mano a mano che vengono menzionati nel discorso. 3. Prepara per ogni giovane un cartoncino con la dichiarazione dell'anziano Mark E. Petersen. 4. Incarica alcune giovani di leggere i passi delle Scritture, le storie o le citazioni di tua scelta.
SVOLGIMENTO DELLA LEZIONE Discussione e citazione	<p>Il potere di procreare deve essere usato secondo il piano di Dio</p> <p>Poni alle giovani le seguenti domande:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Chi ordinò il matrimonio? (Dio). • Qual è lo scopo del matrimonio? (Formare delle famiglie in questa vita e nell'aldilà). • Perché osservare la castità è importante, mentre vi preparate a sposarvi e a creare una famiglia? <p>Leggi la seguente dichiarazione del presidente Spencer W. Kimball:</p> <p>«La terra non potrebbe giustificare né proseguire la sua esistenza se non ci fossero il matrimonio e la famiglia. Il sesso senza il matrimonio per ogni persona, sia giovane che adulta, è una abominazione agli occhi del Signore, ed è molto triste che molti abbiano accecato i propri occhi nei confronti di queste grandi verità» (Conference Report, ottobre 1974, pag. 9 o <i>Ensign</i>, novembre 1974, pag. 8).</p> <ul style="list-style-type: none"> • Che cosa significa per voi la parola «castità»? <p>«Gli stimoli sessuali sono forti e naturali, vale a dire sono stati dati da Dio, e non sono quindi un male in se stessi. Perché questi stimoli possano essere controllati e guidati entro i canali appositi, devono essere assecondati solo nell'ambito del sacramento istituito da Dio, il matrimonio» (Hugh B. Brown, <i>The Abundant Life</i>, [Salt Lake City: Bookcraft, 1965], pag. 70).</p>
DISCORSO	<p>Chiedi al tuo ospite di leggere il seguente discorso dell'anziano Boyd K. Packer. Durante la lettura del testo mostra alle giovani le varie immagini che si trovano in fondo al manuale, secondo le istruzioni inserite nel testo.</p> <p>[Mostra la figura dell'anziano Boyd K. Packer]. Il messaggio che voglio darvi riveste per voi una grande importanza, perché riguarda la vostra futura felicità. E' un argomento che deve avere una grande importanza per voi: perché rimanere moralmente puri. Affronto questo argomento con la più profonda riverenza.</p> <p>Nel principio, prima di nascere su questa terra, avete vissuto con il nostro Padre che è nei cieli. Egli è un Essere reale; Egli vive, e io ne do testimonianza.</p>

Egli vi conosceva e, dato che vi amava, era desideroso che voi poteste avere felicità e progresso eterno. Egli voleva che voi foste liberi di scegliere e che poteste crescere mediante il potere delle giuste decisioni, in modo da poter diventare molto simili a Lui. Per poter ottenere tutto questo era necessario che ci allontanassimo dalla Sua presenza, un po' come quando andiamo a scuola, fuori di casa. Ci venne proposto un piano, e tutti noi acconsentimmo a lasciare la presenza del Padre celeste per vivere la nostra esperienza di una vita terrena.

Quando venimmo in questo mondo vi trovammo due cose principali. Primo, avremmo ricevuto un corpo fisico, creato a immagine di Dio [mostra la figura di una giovane donna]. Grazie ad esso, tramite il necessario controllo, potremo godere la vita eterna e l'eterna felicità. Secondo, saremmo stati messi alla prova in modo da poter crescere in forza e in capacità spirituale.

Secondo il piano prefissato Adamo ed Eva furono mandati per primi sulla terra, in modo da poter preparare dei corpi fisici che potessero permettere ai primi spiriti di entrare in questa vita.

Il nostro corpo venne fornito della capacità di creare, e questo è un sacro potere: è una luce, per così dire, che ha il potere di accendere altre luci. È un potere sacro e importante. È un potere buono.

Voi che vi trovate nell'adolescenza, come tutti gli altri figli e figlie di Adamo ed Eva, avete in voi questo potere.

Il potere di creare, o possiamo dire di procreare, non è soltanto una parte accessoria del piano; ne è invece una componente fondamentale. Senza di esso il piano non potrebbe procedere, e il suo cattivo uso potrebbe rovinarlo.

Gran parte della felicità che potrete avere in questa vita dipende da come userete questo potere creativo. Il fatto che voi, ragazzi, potrete diventare padri e che voi, ragazze, potrete diventare madri, riveste somma importanza per voi. [Mostra la figura della giovane coppia con bambini]. Quando questo potere si sviluppa in voi, esso vi spinge alla ricerca di un compagno e vi mette in grado di amarlo e di trattenerlo.

Vi ripeto, questo potere di agire nel processo di creazione della vita è sacro. Un giorno potrete avere una famiglia vostra. Mediante l'uso di questo potere voi potrete invitare delle giovani vite a vivere con voi: piccoli bambini e bambine tutti vostri, creati in un certo senso a vostra immagine. Potrete creare una casa, un centro di potere, di influenza e di occasioni. Tutto questo porta con sé molte responsabilità. Questo potere di creare genera in noi forti desideri e passioni. Voi li avete già sentiti, quando avete modificato il vostro atteggiamento e i vostri interessi.

[Mostra la figura di un gruppo di adolescenti]. Mentre vivete gli anni della vostra adolescenza, quasi improvvisamente un ragazzo o una ragazza diventano per voi qualcosa di nuovo ed estremamente interessante. Notate i cambiamenti di forma e di aspetto nel vostro corpo e in quello degli altri e sentite il primo sussurrare del desiderio fisico.

Era necessario che questo potere di creare avesse almeno due aspetti: primo, doveva essere forte; secondo, doveva essere più o meno costante.

Questo potere deve essere forte perché se non fosse per la suadente persuasione di questi sentimenti, l'uomo sarebbe riluttante ad accettare la responsabilità di mantenere una casa e una famiglia. Questo potere deve essere anche costante, perché divenga un legame fondamentale nella vita familiare.

Penso che siate abbastanza grandi da potervi guardare intorno, nel regno animale; vi renderete presto conto che, dove questo potere di creare è una cosa passeggera, dove si esprime soltanto stagionalmente, non vi è una vita familiare.

È tramite questo potere che la vita continua. Un mondo pieno di prove, timori e delusioni può essere trasformato in un regno di speranza, gioia e felicità. Ogni volta che nasce un bambino, il mondo viene in qualche modo rinnovato nell'innocenza.

Voglio ripetere di nuovo che questo potere che avete è buono. È un dono di Dio nostro Padre, e in nulla come nel giusto uso di questo potere noi possiamo avvicinarci di più a Lui.

Possiamo avere in piccola misura molte delle cose che il nostro Padre nei cieli possiede, mentre governa su di noi, Suoi figli. Non è possibile immaginare una scuola o un campo di prova più grande di questo.

[Mostra la figura della coppia davanti al tempio]. Ci deve forse meravigliare, quindi, se nella Chiesa il matrimonio è così sacro e importante? Riuscite a comprendere il motivo per cui il vostro matrimonio, che libera questi poteri di creare perché ne facciate uso, deve essere il passo più attentamente programmato e più solennemente ponderato della vostra vita? Dobbiamo forse ritenere strano il fatto che il Signore ha ordinato che venissero edificati dei templi allo scopo di celebrare le cerimonie nuziali?

Ora vi sono altre cose che vi voglio dire come avvertimento. Nel principio ci fu tra noi qualcuno che si ribellò contro il piano del nostro Padre celeste e giurò di distruggere il piano e impedirne la realizzazione.

Gli fu proibito di prendere un corpo fisico e venne cacciato; gli fu per sempre negata la possibilità di fondare un suo regno. Egli divenne diabolicamente geloso. Egli sa che questo potere di creare non è soltanto un aspetto accessorio del piano, ma ne è invece la chiave.

Egli sa che se riuscirà a convincerci a usare prematuramente questo potere, a usarlo troppo presto o ad abusarne in qualsiasi maniera, potremo benissimo perdere la possibilità di progredire eternamente.

Egli è un essere reale, proveniente dal mondo invisibile, ed ha un grande potere che userà per persuadervi a trasgredire le leggi che sono state emanate per proteggere il sacro potere di creare.

Nel passato egli era troppo astuto per rivolgere ad una persona un aperto invito all'immoralità. Egli, invece, insinuandosi silenziosamente, tentava giovani e vecchi a considerare con superficialità questi sacri poteri, per abbassare ad un livello volgare o comune ciò che invece è sacro e bello.

Le sue tattiche ora sono cambiate. Egli lo descrive come un appetito da soddisfare. Egli insegna che non vi sono responsabilità collegate all'uso di questo potere. Il piacere — egli vi dirà — è il suo solo fine.

I suoi inviti diabolici vengono trasformati in storielle salaci e inclusi nelle parole delle canzoni; sono portati sulle scene della televisione e del teatro. Ormai sono contenuti nella maggior parte delle riviste.

Voi state crescendo in una società che vi mette continuamente davanti agli occhi l'invito a corrompere questi sacri poteri.

Desidero ammonirvi e voglio che vi ricordiate queste parole. Non lasciate che nessuno tocchi o accarezzi il vostro corpo, proprio nessuno! Coloro che vi dicono altrimenti, stanno cercando di coinvolgervi nelle loro colpe. Noi vi insegnamo a conservare la vostra innocenza.

Allontanatevi da coloro che vorrebbero persuadervi a giocare con questi poteri vitali.

L'unico uso corretto di questo potere si trova nell'alleanza matrimoniale.

Non fate mai cattivo uso di questi poteri.

Ed ora devo dirvi, con tutta semplicità e molto seriamente, che Dio ha dichiarato con parole molto chiare che lutti e dolori seguiranno la violazione della legge della castità. «La malvagità non fu mai felicità» (Alma 41:10). Queste leggi vennero emanate perché guidassero tutti i Suoi figli nell'uso di questo dono.

Non è necessario che Egli sia crudele o vendicativo, perché alla violazione del codice morale segue il castigo: le leggi esistono di per sé.

Una immensa gloria vi aspetta se saprete vivere degnamente. La perdita stessa di questa gloria può benissimo essere un castigo abbastanza severo. Spesso, molto spesso, siamo puniti tanto dai nostri peccati quanto a causa di essi.

Forse, fra quanti mi ascoltano, ci potrà essere qualcuno che ha già commesso una trasgressione. Qualcuno, pur non avendone la chiara intenzione, persuaso dalle seduzioni e dalle tentazioni, ha già fatto un cattivo uso di questo potere. Sappiate quindi che c'è un grande potere di purificazione. Sappiatelo, potete tornare puri.

Se non fate parte della Chiesa, la stessa alleanza del battesimo rappresenta, fra le altre cose, un lavaggio e una purificazione.

Per coloro che sono già nella Chiesa c'è una via, non del tutto facile, ma sicuramente possibile. Potete presentarvi a Lui puri ed immacolati. La colpa uscirà da voi e vi troverete in pace. Andate dal vostro vescovo: egli detiene le chiavi di questo potere purificatore.

Poi, un giorno, potrete conoscere l'espressione piena e giusta di questi poteri e la felicità e la gioia che accompagnano la vita familiare vissuta nella rettitudine. A tempo debito, nell'ambito del vincolo matrimoniale, potrete abbandonarvi a queste sacre espressioni di amore che hanno come obiettivo la nascita della vita.

[Mostra la figura di una giovane coppia con bambini] Un giorno terrete fra le braccia un bambino e saprete che avete agito, assieme al vostro coniuge, in società con il Padre celeste per creare una vita. E dato che quella giovane vita appartiene a voi, arriverete ad amare qualcuno più di quanto amate voi stessi.

Questa esperienza si può realizzare, per quanto ne so io, solo quando avrete figli vostri, o forse tramite l'adozione di bambini nati da altri genitori e legati a voi dal vincolo familiare.

Alcuni di voi forse non troveranno le benedizioni del matrimonio. Proteggete ugualmente questi sacri poteri di creare, perché c'è un grande potere di compensazione che si potrà sicuramente applicare a voi.

Tramite questa esperienza di amare un altro più di voi stessi, voi diventerete dei veri cristiani. Allora conoscerete, come pochi altri conoscono, il significato della parola «Padre» come viene usata nelle Scritture. Allora forse sentirete qualcosa dell'amore e della cura che Egli ha per noi.

Dovrebbe avere un gran significato il fatto che, fra tutti i titoli di rispetto, di onore e di ammirazione che potrebbero esserGli dati, Dio stesso, il più grande di tutti, ha scelto di essere chiamato semplicemente «Padre».

Protegete questo dono e state in guardia. È in gioco la vostra reale felicità. La vita familiare eterna, ora soltanto nei vostri sogni e speranze, può essere raggiunta perché il Padre che è nei cieli ha dato questo grande dono a tutti voi: il potere di creare. È la chiave stessa della felicità. Considerate questo dono una cosa sacra e pura e usatelo soltanto come il Signore ha decretato.

Prego che le benedizioni di Dio si riversino su di voi. Possa il nostro Padre nei cieli vegliare su di voi e sostenervi in modo che, nell'espressione di questo sacro dono, possiate avvicinarvi a Lui. Egli vive. Egli è il nostro Padre. Di questo vi porto testimonianza nel nome di Gesù Cristo. Amen.

Discussione

Commenta le seguenti domande:

- Quali due grandi cose erano in serbo per noi quando venimmo su questo mondo? (Ricevere un corpo fisico e essere messi alla prova in modo che potessimo progredire).
- Qual è lo scopo del sacro potere di procreare nel piano del Padre celeste?
- Perché questo potere deve essere forte e costante?
- Che cosa avete il dovere di fare ora, per prepararvi per l'alleanza matrimoniale che farete con il vostro futuro marito?
- Perché dovete mantenervi moralmente pure?
- Come può una persona che abusa del potere di procreare purificarsi di questo peccato?

Esposizione

Spiega che l'alleanza matrimoniale richiede che una giovane dimostri lealtà e fedeltà al suo futuro marito mantenendosi moralmente pura ora e per tutta la sua vita.

Spiega che per ottenere una raccomandazione per il tempio il candidato deve rispondere a diverse domande che il vescovo o il presidente del ramo gli pone per verificare la sua dignità.

La castità porta la felicità

Discussione	Invita le giovani a rispondere alle seguenti domande: <ul style="list-style-type: none">• Quali benefici riceve la giovane che onora se stessa mantenendosi moralmente pura?• Quali benefici riceverà la sua famiglia perché ella osserva la legge della castità del Signore?
Citazioni	<p>Spiega che la legge della castità, come tutte le altre leggi di Dio, è stata data per portare la felicità. Il sesso è una cosa bella e sacra, se viene usato correttamente nell'ambito del matrimonio. Leggi le seguenti dichiarazioni.</p> <p>«Il sesso è talmente sacro e divino che, quando viene usato nella maniera corretta, coloro che ne partecipano divengono creatori al pari di Dio. Divengono collaboratori con l'Onnipotente nella grande impresa di creare la vita» (Mark E. Petersen, <i>Our Moral Challenge</i>, [Salt Lake City: Deseret Book Co. 1965], pag. 13).</p> <p>«La fonte dell'armonia e della felicità nella famiglia è la castità durante gli anni che precedono il matrimonio, non l'indulgenza. La castità è anche il fattore che può contribuire alla buona salute e alla perpetuazione della specie. Tutte le virtù che rendono bello il carattere, la lealtà, l'affidabilità, la fiducia, il rispetto, l'amore per Dio e la fedeltà per le persone, si accompagnano a questo diadema, a coronamento della virtuosa femminilità e della virile mascolinità» (David O. McKay, <i>Treasures of Life</i>, [Salt Lake City: Deseret Book Co. 1962], pag. 94).</p> <p>«Questa relazione molto intima fra un uomo e una donna, autorizzata da Dio nell'ambito del vincolo matrimoniale, non è solo fisica o biologica. Coinvolge, piuttosto, la personalità intera e tocca la complessa natura dell'uomo e della donna. Questa relazione, nell'ambito del matrimonio e con gli obblighi che esso comporta, rende l'uomo e la donna una sola cosa negli interessi, nei desideri, nelle aspirazioni e nei doveri. Se essi si mantengono fedeli ai voti che hanno fatto fra di loro, con i loro figli e a Dio, il loro essere si fonde con l'altro ed essi divengono uno mentalmente e spiritualmente, e la famiglia che essi formano diventa una unità eterna. L'amore profondo e duraturo è un requisito necessario per questo matrimonio ideale, e richiede purezza di pensiero, di parole e di azioni; richiede devozione, lealtà, sacrificio, integrità, fedeltà, onestà e, di nuovo, virtù immacolata. Non c'è una vera modestia senza la virtù e non c'è vera felicità senza modestia» (Hugh B. Brown, <i>You and Your Marriage</i>, [Salt Lake City: Bookcraft, 1960], pag. 81).</p>
Nota per l'insegnante	Stai molto attenta, nel caso che alcune giovani abbiano avuto problemi nel campo della castità. Incoraggiale e aiutale a capire che possono purificarsi. Rammenta loro le parole dell'anziano Packer: «Andate dal vostro vescovo, che ha le chiavi di questo potere purificatore».
Testimonianza	Concludi con la tua testimonianza dei benefici del mantenersi moralmente pure.

MATERIALE SUSSIDIARIO

Qualche volta i giovani non capiscono il significato preciso delle parole che sentono usare per descrivere l'immoralità. Se durante la discussione dovessero sorgere delle domande, puoi usare le seguenti definizioni date dal presidente Spencer W. Kimball.

Masturbazione: autostimolazione sessuale. «La masturbazione non è approvata dal Signore né dalla Sua chiesa, a prescindere da quello che possano dire altri le cui «norme» sono meno esigenti» (Spencer W. Kimball, *President Kimball Speaks Out* [Salt Lake City: Deseret Book Co., 1981], pag. 10).

Omosessualità: «Desiderio sessuale per i membri dello stesso sesso o rapporto sessuale tra individui dello stesso sesso, sia uomini che donne» (Spencer W. Kimball, *Il miracolo del perdono*, pag. 78).

Adulterio: rapporto sessuale con una persona che non è il proprio legittimo marito o moglie.

Fornicazione: rapporto sessuale tra persone non sposate (vedi *President Kimball Speaks Out*, pagg. 11, 12).

OBIETTIVO Ogni giovane si renderà conto di quanto è importante tenersi stretta alle norme stabilite dal Signore.

PREPARAZIONE

1. Prepara per ogni giovane una copia del volantino contenuto nella terza sezione della lezione. Arrotola ogni volantino e legalo con un robusto pezzo di spago.
2. Facoltativo: Prepara i seguenti cartelli: «Li mena con una sottile corda di lino», «Trasforma la verità in menzogna».
3. Incarica alcune giovani di leggere i passi delle Scritture, le storie o le citazioni di tua scelta.

SVOLGIMENTO DELLA LEZIONE

Introduzione

Nel 1946 un forte maremoto colpì la città di Hilo, nelle isole Hawaii, con onde che arrivavano a più di dodici metri di altezza. Il presidente Spencer W. Kimball descrisse quella devastazione con le seguenti parole: «Le case erano state rovesciate e frantumate; recinti ed orti erano scomparsi, ponti e strade spazzati via. Vasche da bagno, frigoriferi, macchine distrutte ricoprivano le strade. Ove sorgeva una delle nostre cappelle si vedevano soltanto le fondamenta. Più di cento persone avevano perduto la vita e altrettante erano rimaste ferite. I senzatetto erano migliaia.

Una donna raccontò di aver ricevuto una telefonata da alcuni amici che la invitavano a lasciare la casa per mettersi in salvo, giacché il maremoto stava per colpire quella zona. Ella aveva guardato fuori dalla finestra e aveva visto un'onda alta come una montagna che si stava avvicinando alla costa. La donna e suo marito avevano preso il figlio più piccolo e, correndo a perdifiato, si erano messi in salvo sulla collina. Tuttavia due figliolette erano fuori intente a giocare vicino a un gruppo di alberi di lauhala. Le bambine videro avvicinarsi l'ondata, corsero nel boschetto e si aggrapparono tenacemente agli alberi.

La prima ondata gigantesca le sommerse, ma esse trattennero il fiato e si tennero strette con tutta la loro forza fino a quando l'acqua si ritirò ed esse poterono nuovamente respirare. Poi, rapidamente, corsero verso la collina, prima dell'arrivo delle ondate successive. Insieme la famiglia osservò dall'alto della collina la loro casa che scompariva sotto i colpi delle onde».

Il presidente Kimball proseguì: «Anche noi dobbiamo affrontare possenti forze distruttive scatenate dall'avversario. Ondate di peccato, d'immoralità e di malvagità, di degradazione, di tirannide, di inganno, di cospirazione e di disonestà ci minacciano da ogni parte. Esse si precipitano su di noi con grande forza e rapidità e ci distruggeranno, se non stiamo attenti» (*La Stella*, aprile 1979, pagg. 7-9).

Discussione Elenca sulla lavagna i mali menzionati dal presidente Kimball. Se vi sono delle domande riguardo ai termini usati, chiariscine il significato.

- Dove potete vedere queste cose, attorno a voi?
-

L'avversario cerca di impedirvi di osservare le norme del Signore

Scritture e discussione

Leggete assieme Helaman 5:12.

- In che modo la descrizione che Helaman fa dell'uragano di malvagità assomiglia a quella fatta dal presidente Kimball?

Leggi 2 Nefi 28:19-22 e indica un modo in cui il diavolo acquisisce potere su di noi.

Cartello e discussione	<p>Mostra il cartello che dice «Li mena con una sottile corda di lino».</p> <p>Spiega che se ci avvolgiamo un filo sottile attorno a una mano, al primo giro sarà tanto delicato che quasi non ce ne accorgiamo; se continuiamo ad avvolgerlo, diventerà invece una robusta corda che non si può più spezzare.</p>
Discussione	<ul style="list-style-type: none"> • Per quali aspetti il peccato è come una sottile corda di lino? <p>Invita le giovani a individuare alcune cose peccaminose che sembrano di poco conto ma che possono portarci a peccati più gravi. Le loro risposte potranno includere l'immodestia nel vestire, le mezze verità, guardare programmi televisivi videocassette o film di dubbio contenuto, ascoltare musica violenta, leggere libri o riviste degradanti, bere alcoolici.</p> <ul style="list-style-type: none"> • In che modo queste cose portano a peccati più gravi?
Cartello e citazione	<p>Mostra il cartello «Trasforma la verità in menzogna».</p> <p>Spiega che il presidente Spencer W. Kimball parlò di un altro modo in cui Satana acquisisce potere su di noi: Signore: «Tutti quelli che studiano le Scritture sanno di Satana, il padre di ogni menzogna. Sanno come egli trasforma la verità in errore. <i>Egli adorna il male fino a farlo sembrare bello, piacevole, facile e perfino buono</i>» («The Blessings and Responsibilities of Womanhood», <i>Ensign</i>, marzo 1976, pag. 70; corsivo dell'autore).</p> <p>Chiedi alle giovani quali pratiche immorali vengono fatte apparire belle, piacevoli, facili e perfino buone nella società odierna. Leggi le seguenti dichiarazioni che mostrano in che modo Satana distorce la verità per raggiungere i suoi fini malvagi: «Lo fanno tutti», «Se mi vuoi bene, dimostramelo», «Reprimere questi stimoli naturali fa male alla salute», «Perché vuoi sentirti in colpa per una cosa che è innata?», «Perché non la smetti di voler essere diversa dalle altre?», «Dai, è ora che ti metta al passo con i tempi», «In fondo non sto facendo del male a nessuno», «Ho bisogno di sentirmi libera», «È divertente! Provaci anche tu».</p>
Esposizione	<p>Spiega che quando giustifichiamo il nostro comportamento e troviamo delle scuse diventiamo soggette alla corda di lino di Satana, e finiremo con l'essere legate dalle sue pesanti catene.</p>
Discussione	<ul style="list-style-type: none"> • Quali sono alcune conseguenze del continuo peccare? Includi nella discussione i seguenti punti: strascichi emotivi, amarezza, danni permanenti alla salute, difficoltà di restare in amicizia con chi si è mantenuto puro, la perdita dello Spirito Santo. Potremo inoltre venire sospese o scomunicate.
Citazione	<p>Il presidente Gordon B. Hinckley ha sottolineato l'importanza di osservare le norme stabilite dal Signore: «Le norme in genere possono fluttuare, ma noi membri della Chiesa siamo senza scuse se ci lasciamo trascinare nello stesso modo. Noi abbiamo delle norme che sono vere, sicure ed efficaci. Fintantoché le osserviamo, potremo progredire; ma se le ignoriamo, freneremo il nostro progresso e porremo ostacoli alla parola del Signore. Queste norme ci provengono da Lui. Forse alcune possono sembrare un tantino fuori moda nella nostra società, ma ciò nulla toglie alla loro validità né diminuisce i frutti che esse producono. I subdoli ragionamenti dell'uomo, per quanto possano sembrare intelligenti o plausibili, non potranno mai travalicare la saggezza dei decreti divini» (Conference Report, aprile 1970, pag. 21) o <i>Improvement Era</i>, giugno 1970, pag. 40).</p>

Possiamo migliorare la nostra capacità di mantenerci fedeli alle norme stabilite dal Signore

Esposizione	<p>Invita le giovani a ripensare all'episodio dell'inondazione nelle isole Hawaii e a cercare di immaginare le due bambine che correvano verso gli alberi, mentre l'ondata si stava avvicinando.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Come riuscirono a sopravvivere alla furia delle acque? Dove possiamo rifugiarsi noi per sfuggire al male?
Citazione	<p>Il presidente Spencer W. Kimball risponde a queste domande: «Ma è già stato suonato l'allarme. È opportuno stare all'erta, ascoltare e sfuggire il male per non perdere la vita eterna. <i>Senza aiuto non possiamo resistere</i>. Dobbiamo rifugiarsi sulle alture o tenerci stretti a ciò che può impedire che siamo spazzati via dalla marea. Ciò a cui dobbiamo tenerci stretti per la nostra salvezza è il Vangelo di Gesù Cristo: è la <i>nostra protezione</i> da qualsiasi forza che il male possa esercitare contro di noi» (<i>La Stella</i>, aprile 1979, pag. 9).</p>

Discussione	<ul style="list-style-type: none"> • A quali «alberi» possiamo aggrapparci per trovare la salvezza? (I profeti, le Scritture, lo Spirito Santo, i dirigenti della Chiesa, i genitori, la preghiera, la coscienza). Scrivi le risposte delle giovani sulla lavagna.
Esposizione	<p>Spiega che questi sono gli alberi ai quali possiamo aggrapparci per essere al sicuro. Anche se le onde del male dovessero sommergerci completamente, come avvenne per quelle bambine, possiamo salvarci se non molliamo la presa e, quando l'ondata è passata, ci mettiamo in salvo su un terreno più sicuro.</p>
Discussione	<p>Distribuisci a ogni giovane una copia del volantino. Leggi e commenta brevemente le domande. Chiedi alle giovani di rispondere in silenzio a ognuna di esse.</p> <p>So, da quello che dicono le Scritture, che cos'è la legge della castità del Signore?</p> <p>So che cosa hanno detto i profeti riguardo a come affrontare le influenze maligne?</p> <p>Leggo spesso la mia benedizione patriarcale e ne medito gli insegnamenti?</p> <p>Chiedo consiglio ai miei genitori e li metto in pratica? Oppure al mio vescovo o al presidente di ramo?</p> <p>Presto attenzione alle impressioni che lo Spirito Santo mi dà e agisco di conseguenza?</p> <p>Ho preso l'impegno di tenermi stretta alle norme stabilite dal Signore <i>prima</i> di trovarmi di fronte alla tentazione?</p>
Casi di studio e discussione	<p>Leggi i seguenti casi di studio, oppure consegna il testo ad alcune giovani perché li esponano. Fai riferimento all'elenco scritto sulla lavagna per trovare le risposte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • A quale albero potrebbero aggrapparsi le giovani nelle seguenti situazioni, per resistere alle tentazioni che Satana sta usando per cercare di distruggerle? <ol style="list-style-type: none"> 1. Maria è attiva nella Chiesa ed ha una forte testimonianza. Durante una attività scolastica ha conosciuto Carlo, che non è attivo nella Chiesa e non vive secondo le norme elevate di Maria. Carlo ha mostrato di apprezzare la compagnia di Maria e la ricopre di attenzioni. Cosa può fare Maria per tenersi stretta alle norme che le sono state insegnate? A quale albero può aggrapparsi per non lasciarsi trascinare nell'inattività dietro a Carlo? 2. Loredana si rende conto che non dovrebbe uscire da sola con un ragazzo prima di avere sedici anni; ma uno dei ragazzi più simpatici della scuola l'ha appena invitata ad andare con lui a una festa, dicendole che ci sarebbero stati tutti i loro amici. Cosa dovrebbe rispondere? A quale albero potrebbe aggrapparsi? 3. Un insegnante di Gianna dice spesso che, con la sua mente vivace e portata per la scienza, sarebbe un peccato se lei si rinchiudesse fra quattro mura a fare la casalinga. In che modo questo suggerimento contrasta con i consigli che il Signore ci ha dato? Come può Gianna mettere a buon frutto le sue doti per adempiere al suo divino ruolo? A quale albero dovrebbe aggrapparsi per poter decidere del suo futuro? 4. Una compagna di classe ha invitato Rita ad andare a una festa, dicendole che sarà molto divertente. Gigi porterà qualcosa che la farà sentire in maniera favolosa. Sarà eccitante provarci, solo per una volta. Se Rita avrà <i>già deciso in precedenza</i> di osservare la Parola di Saggezza e di astenersi da ogni droga, perché questa decisione le sarà di aiuto? 5. Il ragazzo di Barbara dice: «Ma certo che ti voglio bene. Però, prima di sposarci, è meglio vedere se siamo sessualmente compatibili». Quali sono le norme del Signore a proposito dei rapporti prematrimoniali? Se foste al posto di Barbara, come vi comportereste? A quale albero si può aggrappare Barbara? 6. Susanna si trova con un gruppo di amici che vogliono andare a vedere un film vietato ai minori. Susanna pensa che sia sbagliato farlo. Cosa può proporre o dire? Cosa fareste voi in una situazione simile? 7. Rachele va a fare acquisti con un'amica la quale continua a insistere perché compri dei vestiti che sono o troppo corti o troppo attillati. I modelli sono molto attraenti, e a Rachele farebbe comodo avere qualcosa di nuovo da indossare per le occasioni speciali. Cosa dovrebbe fare Rachele? Quali sono le norme stabilite dal Signore riguardo alla modestia dell'abbigliamento?

8. Patrizia ha creduto al messaggio dei missionari e si è fatta battezzare. È l'unica componente della sua famiglia che si è unita alla Chiesa. Anche se a volte osservare i comandamenti è difficile, ella è rimasta fedele ed ha rafforzato la sua determinazione di obbedire alle norme di rettitudine stabilite dal Signore. A quale albero può aggrapparsi Patrizia per mettere in pratica il Vangelo quando i suoi familiari le rendono difficili le cose?

Conclusione

Citazione

Il presidente Kimball fece notare che possiamo tenerci strette al Vangelo nei momenti di pericolo:

«Il Signore ha fatto una gloriosa promessa a coloro che Lo amano e che dimostrano questo amore mediante un servizio fedele e devoto e mediante il rispetto dei Suoi principi eterni. Quando i venti del cambiamento soffiano tempestosi e le onde irrompono contro di noi, abbiamo una verga alla quale possiamo tenerci stretti per vivere in sicurezza. È il vangelo di Gesù Cristo che è stato restaurato sulla terra nella sua pienezza» (*La Stella*, aprile 1979, pag. 10).

Suggerisci a ogni giovane di trascrivere sul proprio diario l'impegno a tenersi stretta alle norme stabilite dal Signore in fatto di moralità.

OBIETTIVO Ogni giovane comprenderà quanto è importante fare le scelte giuste.

PREPARAZIONE Incarica alcune giovani di leggere i passi delle Scritture, le storie o le citazioni di tua scelta.

SVOLGIMENTO DELLA LEZIONE

Introduzione

Citazione

«Se qualcuno, sia intenzionalmente che involontariamente, senza rendersene conto o per sbaglio, tocca una stufa accesa o un filo elettrico esposto, resterà ustionato in grado più o meno grave a seconda della durata del contatto. Se per una ragione qualsiasi uno si mette davanti a un'auto in corsa, fosse anche per salvare la vita a qualcun altro, resterà ferito o anche ucciso. Potremmo citare molti altri esempi per dimostrare che siamo soggetti a determinate leggi, indipendentemente da quello che siamo e quali che siano le nostre intenzioni. Non possiamo cambiare le leggi della natura.

Quando arriviamo a comprendere le leggi della natura e le rispettiamo, possiamo usarle a nostro vantaggio. Se violiamo la legge ne subiamo le conseguenze, se la osserviamo ne ricaviamo un beneficio!» (N. Eldon Tanner, *Seek Ye First the Kingdom of God*, [Salt Lake City: Deseret Book Co., 1973], pag. 117).

Discussione

- Come vi comportereste se qualcuno vi chiedesse di toccare una stufa rovente o un filo dell'alta tensione? Spiega brevemente le conseguenze di tali atti.
- Come reagireste se qualcuno vi chiedesse di fare qualcosa di immorale? Ne conoscete le conseguenze?
- Che somiglianza c'è fra le leggi fisiche e quelle di Dio? (Le leggi di ambedue i tipi, se violate, portano a conseguenze negative; se le osserviamo, ne ricaviamo dei benefici).

Abbiamo il diritto di fare delle scelte, e dobbiamo accettarne le conseguenze

Citazioni

Leggi la seguente dichiarazione del presidente N. Eldon Tanner:

«Uno dei doni più grandi che Dio ha fatto all'uomo è la libertà di scegliere.

Già nei primi anni del suo viaggio nella vita, l'uomo si trova davanti a un bivio e deve scegliere una delle due grandi strade che ha di fronte: quella giusta, che porta al progresso e alla felicità, e quella sbagliata, che porta alla stasi e al dolore. Esiste questa eterna legge secondo la quale ogni essere umano plasma, mediante le scelte che fa, il proprio destino. Il successo o il fallimento, la pace o lo sconforto, la felicità o la disperazione, dipendono dalle scelte che facciamo ogni giorno . . .

Recentemente stavo parlando con un giovane che mi diceva in pratica: «Sono stufo di sentirmi dire che *devo* fare questo o che *devo* fare quello. Voglio essere libero di decidere io quello che voglio fare».

La mia risposta fu: «Tu sei *libero* di scegliere esattamente quello che vuoi, fintantoché non infrangi o non limiti i diritti o le libertà altrui, però dovrai essere anche responsabile di quello che fai e assumerne le conseguenze» (*Seek Ye First the Kingdom of God*, pagg. 83, 116).

Lavagna e discussione

- Quando maturano le conseguenze di ciò che facciamo?

Aiuta le giovani a capire che le conseguenze delle loro scelte non sono sempre immediate.

- Quali sono alcune scelte tra il bene e il male che dovete fare ogni giorno?

Elenca alla lavagna le risposte delle giovani (vedi più avanti l'esempio di come dovrebbe apparire la lavagna). Fra le risposte ci potranno essere le seguenti: fumare, usare droga, imbrogliare, usare un linguaggio volgare, vedere programmi non adatti, uscire sempre con lo stesso ragazzo, obbedire ai genitori, scegliersi dei buoni amici, osservare le regole della scuola, rifiutare le carezze intime o gli amoreggiamenti, ecc.

- Quali conseguenze potrebbero venire se facessimo la scelta sbagliata in ciascuna di queste situazioni? Scrivi anche queste risposte sulla lavagna, come indicato.
- Che benefici potremo ricevere se facciamo le scelte giuste? Scrivi anche queste risposte sulla lavagna.

Lavagna

<i>Occasioni di scegliere</i>	<i>Conseguenze delle nostre scelte</i>	<i>Benefici delle giuste scelte.</i>
Fumare	Rischi per la salute, vita più breve, possibili rischi per i nascituri.	Buona salute, vita più lunga.
Imbrogliare	Abitudine alla disonestà, debolezza di carattere.	Maggior forza di carattere.

Esposizione

Spiega che Satana vorrebbe far credere che una persona, per essere veramente libera e godersi la vita, deve poter fare tutto quello che le aggrada. L'Avversario vorrebbe farci credere che possiamo pensare quello che vogliamo e agire come più ci aggrada, e farlo senza poi subirne le conseguenze.

Spiega che il peccato, alla fine, porta alla schiavitù, non alla libertà. Per fare un esempio chiedi alle giovani di considerare la situazione di una giovane che ritiene che per essere libera deve poter avere rapporti sessuali prima del matrimonio.

- In quali modi ella si ridurrà in schiavitù a causa della sua scelta di comportarsi immoralmente? (Non sarà più libera di avere con sé lo Spirito Santo in ogni momento, non avrà più diritto ad avere la coscienza tranquilla al cospetto di Dio senza un sincero pentimento, potrebbe restare incinta e assumersi la responsabilità di dare alla luce una creatura priva di una vera famiglia in cui crescere).

Spiega che, ci piaccia o no, quando facciamo una scelta dobbiamo anche accettarne la responsabilità e subirne le conseguenze.

Discussione dei casi di studio

Puoi esaminare le seguenti situazioni ipotetiche con tutta la classe, oppure puoi dividere le giovani in alcuni gruppi ed affidare un caso a ciascuno. Al termine di ogni esposizione poni alle giovani le seguenti domande:

- Cosa avrebbe dovuto fare questa giovane prima di fare la sua prima scelta?
- Quali scuse ha adottato per giustificare il suo comportamento? A chi ha dato la colpa?
- Quali conseguenze dovrà forse sopportare come risultato della sua scelta?

Caso di studio 1

Paola è andata a lavorare in un'altra città ed è stata invitata a un ricevimento offerto dalla ditta. Fra le persone presenti nessuno sa che lei è membro della Chiesa e se lo sapessero probabilmente non la capirebbero. Le viene offerto da bere e, per non offendere i presenti e gli ospiti, lei accetta.

Caso di studio 2

Anna sa che molte delle sue compagne di scuola copiano i compiti in classe. Ora deve fare un compito di matematica e la sera precedente non ha potuto studiare perché ha dovuto badare ai bambini dei vicini. Ha deciso così di copiare anche lei, questa volta. Con suo grande imbarazzo, l'insegnante se ne accorge e Anna cerca di difendersi dicendo che anche le altre ragazze copiano, che per lei questa è la prima volta e non lo farà più, ma viene punita lo stesso. Anna ritiene che l'insegnante sia stata ingiusta a darle un castigo.

Caso di studio 3

Giovanna è invitata ad andare al cinema con alcuni amici e amiche le cui famiglie vivono secondo gli stessi suoi principi. La proposta iniziale era di andare a vedere un film di buon gusto ma, davanti al cinema, si accorgono che quel film non è più in programmazione e che ne danno un altro di dubbio contenuto. Giovanna si accoda agli altri ed entra, ma poi dà la colpa ai suoi amici perché l'hanno convinta ad andare.

Caso di studio 4

Cinzia fu invitata a una festa alla quale c'erano tutti i ragazzi e le ragazze più simpatici della scuola. Una ragazza raccontò una storiella che dette il via a parecchi commenti volgari e insinuazioni oscene. Quel gioco sembrò divenire l'attività principale della serata. Cinzia non condivideva quel modo di esprimersi, ma decise di non dire nulla per non fare la figura della noiosa. Si trovò ben presto a partecipare al gioco e cercò di giustificarsi dicendo che in fondo non era stata lei a cominciare. Pensava anche che sarebbe stata una villania abbandonare la festa.

Esposizione

Riassumi i concetti ricordando alle giovani che sebbene siamo liberi di agire come vogliamo, non siamo però liberi di scegliere le conseguenze.

Principi retti e intelligenza ci aiutano a fare scelte sagge

Esposizione

Invita le giovani a leggere e a sottolineare 2 Nefi 10:23.

Spiega che non siamo lasciati nell'oscurità nel fare quelle scelte di cui parla Nefi. Abbiamo ricevuto comandamenti e leggi e anche l'esempio del Salvatore, che ci possono aiutare a trovare la felicità e il successo. Faremo scelte sagge solo se impariamo ad osservare i comandamenti del Signore e a seguire gli insegnamenti dei profeti moderni.

Storia

Racconta la seguente storia di una famiglia che comprese quanto è importante avere una guida che conosce la strada.

Una mattina di buon'ora la famiglia Olson si recò a esplorare una grande grotta scarsamente illuminata. A mano a mano che si inoltravano, ascoltavano la guida che illustrava gli aspetti più interessanti del luogo quando, ad un certo punto, le luci si spensero. La guida li rassicurò dicendo: «Non abbiate paura! Vi vogliamo far vedere che cosa voglia dire stare al buio. Questa sarebbe la situazione se non ci fossero lampadine. Prima di riaccendere la luce vorrei farvi fare un esperimento. In questo momento vi trovate nella parte più interna della caverna. Chi pensa che riuscirebbe a ritrovare al buio la strada per uscire? Provate a indicare con il braccio la direzione che prendereste e tenete il braccio in quella direzione finché avrò riacceso le luci». Quando le luci vennero riaccese, tutti stavano indicando direzioni diverse. Al buio avrebbero sicuramente perso la strada.

Gesù disse: «Io sono la luce del mondo; chi mi seguita non camminerà nelle tenebre, ma avrà la luce della vita» (Giovanni 18:12).

- In che senso Gesù è la luce del mondo? (Egli ci insegna ciò che dobbiamo fare per evitare le tenebre del peccato; i Suoi comandamenti sono per noi come una luce per guidarci lungo il nostro cammino sulla terra, per ricondurci a Lui).

Spiega che se seguiamo i comandamenti che il Signore ci ha dato nelle Scritture, tramite la bocca dei profeti e con la rivelazione personale, potremo fare sempre la scelta più saggia.

- Secondo voi, com'è la persona che sceglie sempre di fare le cose giuste? Invita le giovani a descrivere le caratteristiche di tale persona.
- Secondo voi, com'è la persona che sceglie sempre di fare il male?

Leggi la seguente dichiarazione del presidente Spencer W. Kimball:

«La vita lascia a tutti la scelta. Se volete, potete essere soddisfatti della semplice mediocrità. Potete essere una persona comune, ordinaria, insipida, sciatta: oppure potete indirizzare la vostra vita in modo che essa diventi pulita, vibrante, edificante, utile, piena di attività e ricca. Voi potete macchiare la vostra fedina penale, contaminare la vostra anima, calpestare sotto i piedi la virtù, l'onore e la bontà e rinunciare così all'esaltazione nel regno di Dio. Oppure potete essere retti, autorevoli, ottenere il rispetto e l'ammirazione dei vostri compagni in ogni aspetto della vita, oltre a godere dell'amore del Signore. Il vostro destino è nelle vostre mani e spetta a voi prendere tutte le decisioni importanti che vi riguardano» (*Il miracolo del perdono*, pag. 221).

Conclusione

Spiega che verrà il giorno in cui ognuna delle giovani presenti si troverà davanti a Dio per essere giudicata a seconda delle scelte e delle azioni che ha fatto nella vita. La vera libertà viene dall'usare il nostro libero arbitrio per obbedire, mentre chi sceglie la disobbedienza finisce col perdere la libertà. Concludi la lezione leggendo i seguenti versi che fanno parte del testo di un inno famoso:

Sappi questo, che ogni anima è libera
di scegliere la sua vita e ciò che avverrà;
poiché questa eterna verità c'è stata data,
che Iddio non spingerà nessuno in cielo.

Ci chiamerà, convincerà, dirigerà nel bene,
e ci benedirà con saggezza, amore e luce,
in ogni modo sarà buono e gentile,
ma non forzerà giammai la mente umana.

Applicazione pratica

Invita le giovani a valutare il tipo di decisioni che devono prendere ogni giorno e a stabilire se stanno camminando nella luce. Incoraggia ognuna di loro ad affidarsi alle norme del retto vivere per prendere le decisioni giuste.

OBIETTIVO	Ogni giovane comprenderà quanto è importante essere onesta in ogni occasione.
-----------	-------------------------------------------------------------------------------

PREPARAZIONE	Incarica alcune giovani di leggere i passi delle Scritture, le storie o le citazioni di tua scelta.
--------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------

SVOLGIMENTO
DELLA
LEZIONE

Storia

L'onestà porta alla felicità

Ardeth G. Kapp, ex-presidentessa generale delle Giovani Donne, ha raccontato un'episodio che le accadde, che riguarda il principio dell'onestà. Quando era studentessa all'Università Brigham Young, dimenticò la borsetta in una cabina telefonica. La borsetta conteneva dieci dollari, che era tutto il denaro che in quel momento possedeva. Non ritrovò più la borsetta, ma nove anni dopo ricevette un biglietto da una donna che diceva di voler «sistemare una faccenda che aveva lasciato in sospeso all'Università Brigham Young». Sorella Kapp telefonò alla donna e scoprì quello che era accaduto alla sua borsetta.

«Appresi che quella giovane donna, ora sposata e con bambini, aveva frequentato un corso di infermiera alla BYU. Era andata a lavorare per pagarsi la retta, ma le mancavano ancora dieci dollari, che aveva chiesto al suo fidanzato. Gli aveva promesso di restituirgli il denaro entro il venerdì seguente, ma quando il venerdì arrivò, nonostante tutte le sue preghiere, era ancora senza soldi.

Per caso era passata vicino a un telefono pubblico e aveva trovato una vecchia borsetta. Mi spiegò come il suo cuore avesse cominciato a battere, perché non le era mai capitato, prima di allora, di essere tentata in tal modo. Aprì il portamonete trattenendo il fiato e vi trovò una sola banconota: dieci dollari. Venne allora la difficile domanda: era forse la risposta alle sue preghiere?

Interruppe un attimo il suo fiume di parole per spiegare che aveva poi imparato che Satana sa bene quando ci deve tentare e quando è che siamo più deboli. Possiamo stare sicuri che, se c'è anche una sola possibilità di farci cadere, egli ci proverà.

Proseguì poi raccontandomi che aveva preso i dieci dollari, aveva pagato il debito con il ragazzo che poi era diventato suo marito, si era diplomata infermiera ed ora stava allevando una bella famiglia che godeva della gioia del Vangelo.

La sua voce tremò per l'emozione quando mi raccontò i particolari di quella vecchia borsetta. Mi disse subito che le era stato insegnato a distinguere il bene dal male e che sapeva ben distinguere che cosa era onesto e che cosa non lo era. La sua coscienza l'aveva ammonita, ma aveva preferito ascoltare il suggerimento dell'altra voce, e aveva fatto una cosa che era in contrasto con i suoi principi. Spiegò che, date le circostanze, si era giustificata per aver preso quel denaro e non voleva considerarlo un peccato, ma per nove anni la sua fedele coscienza aveva continuato a tormentarla su questo punto . . .

Per nove anni, nonostante diversi traslochi, quel vecchio fardello era rimasto nascosto in fondo al cassetto più alto del comò; sebbene ci avesse pensato parecchie volte, non riusciva a decidersi a buttare via quella vecchia borsetta. Non si può buttare via un errore commesso e, per quanto ci pensasse, non sapeva come fare a restituire la borsetta.

Un giorno, sistemando il cassetto, aveva ritrovato la borsetta e questa volta si era decisa a disfarsene, ma nel modo giusto. Col passare degli anni aveva imparato molte lezioni, ed era sicura che anche questa aveva avuto un suo scopo.

Riaprendo ancora una volta, con maggiore cura, la borsetta, aveva notato una tasca interna che non aveva mai visto prima, e all'interno trovò una scheda arancione che si

rivelò essere il mezzo per sollevarla dal suo cruccio. Nella scheda c'era l'indirizzo della clinica di Calgary, in Canada, dove avevo fatto gli esami medici per ottenere il permesso di soggiorno come studente. Un pensiero improvvisò la entusiasmò, rendendosi conto che finalmente avrebbe potuto ripulire fino in fondo anche quel cassetto.

Con una preghiera nel cuore decise di tentare e mandò una lettera, indirizzata «A chi di competenza», con la preghiera di farla pervenire alla destinataria se fosse possibile. La lettera era stata recapitata dapprima ai miei genitori in Canada e poi era giunta fino a me, a Salt Lake City. Il contatto era stato stabilito, ma la borsetta era ancora là; durante la telefonata mi disse che avrebbe spedito la borsetta per posta quel giorno stesso».

Sorella Kapp chiese alla donna di venire nel suo ufficio per consegnarle la borsetta di persona. L'invito fu accettato.

«Come se avesse immaginato centinaia di volte quella scena, mi stese la mano con aria decisa, mi guardò in viso e mi consegnò la borsetta. Il suo sguardo tranquillo rispecchiava il brillare di una vita buona ed onesta.

Poi abbassò gli occhi e mormorò: «La prego di perdonarmi. Voglio essere onesta». Altre parole non vennero. Riuscii solo a stringerle la mano e ad annuire in silenzio. Dalla mia scrivania la seguii con lo sguardo mentre usciva dalla porta principale.

«Ecco, colui che si è pentito dei suoi peccati è perdonato ed Io, il Signore, non li rammento più» (DeA 58:42).

Mi avvicinai alla finestra e la guardai mentre camminava, con le spalle dritte, la testa eretta, finché, con passo elegante, voltò l'angolo e sparì alla mia vista. Mentre tornavo alla scrivania mi risuonarono nella mente le sue parole: «La prego di perdonarmi. Voglio essere onesta» (Ardeth G. Kapp, «Will You Please Forgive Me? I want to Be Honest», *New Era*, luglio 1976, pag. 7-9).

Discussione

- Chi soffrì di più per il furto della borsetta? Perché?
- Perché l'onestà rende più felice la nostra vita? (Le persone possono fidarsi di noi, e noi abbiamo la coscienza tranquilla e siamo in pace con noi stesse).
- Perché è importante potersi fidare delle persone con le quali abbiamo a che fare in casa, a scuola e sul posto di lavoro?
- Perché volete che gli altri, compresi i vostri genitori, si fidino di voi?

Chiedi alle giovani di parlare di esperienze che hanno fatto nel decidere di essere oneste. Chiedi:- Per quali motivi la scelta di essere oneste vi ha portato la felicità?

Dobbiamo seguire l'esempio di onestà del Salvatore

Discussione

- Come potremmo definire l'onestà?

Il presidente Marion G. Romney formulò la seguente definizione: «Essere onesti vuol dire essere liberi dalla menzogna, dall'imbroglione, dal furto e dalla falsa testimonianza» (Conference Report, ottobre 1976, pag. 50 o *Ensign*, novembre 1976, pag. 36).

- Vi è mai capitato di dire a qualcuno che avreste fatto una cosa e poi per qualche motivo non l'avete fatta? È onesto tale comportamento? In quali altri modi siamo tentati ad essere disonesti?

Scritture

Spiega che una persona che è veramente onesta ama la verità e ricerca quanto di buono c'è nella vita, come spiega il tredicesimo Articolo di fede. Chiedi a una giovane di leggere ad alta voce questo Articolo di fede che si trova in fondo a Perla di Gran Prezzo.

Scritture e discussione

Spiega che dobbiamo tutte cercare di assomigliare sempre di più al nostro Signore e Salvatore, Gesù Cristo. Chiedi alle giovani di cercare i seguenti passi delle Scritture e di commentare quello che essi dicono riguardo al Salvatore.

Alma 7:20

Ether 3:11-12

Mosè 4:30

Aiuta ogni giovane a capire che il Signore è assolutamente onesto. Qualunque cosa dica di voler fare, la farà.

Esposizione	<p>Spiega che per essere oneste dobbiamo mantenerci fedeli ai nostri principi e alle nostre norme. Potranno esservi delle occasioni nella vita di una giovane in cui essere onesta non le frutterà la simpatia degli altri, occasioni in cui ella sarà evitata dagli altri perché rimane fedele alle sue norme. Ogni persona sente il bisogno di essere amata e accettata; tuttavia cedere alle pressioni dell'ambiente, abbandonando i propri ideali, non procura a nessuno una fama di persona rispettabile. Potrà essere ammirata per qualche momento, ma non rispettata.</p> <p>Chiedi alle giovani di parlare di occasioni in cui hanno tenuto fede alle loro norme nonostante le pressioni dell'ambiente e invitale a spiegare come si sono sentite in quelle occasioni.</p>
Discussione	<ul style="list-style-type: none"> • Perché molte persone che non appartengono alla nostra fede ci rispettano quando rispettiamo le nostre norme? • Quali danni causate a voi stessi e agli altri quando mancate di tener fede alle vostre norme personali?
Scritture e discussione	<p>Invita le giovani a leggere Dottrina e Alleanze 3:7–8 e commentatene il significato.</p> <ul style="list-style-type: none"> • In che modo il cedere all'ambiente che frequentiamo vuol dire temere l'uomo più di Dio?
Testimonianza	<p>Spiega che, per essere amata e ammirata, una giovane non ha bisogno di venir meno alle proprie convinzioni e che, anzi, l'integrità e la determinazione di decidere e comportarsi secondo le proprie idee le guadagnerà alla fine la stima di tutte le persone per bene. L'integrità vale molto di più della simpatia dei coetanei. La giovane che si sforza di sviluppare l'integrità di carattere ha il diritto di invocare l'aiuto del Signore, ed Egli l'aiuterà e la sosterrà.</p>

Conclusione

Citazione	<p>Leggi la seguente dichiarazione del presidente Gordon B. Hinckley:</p> <p>«Il Signore chiede al Suo popolo di essere onesto. Prego che possiamo desiderare con tutto il cuore di essere onesti in tutti i rapporti con gli altri, in tutte le cose che facciamo. Dio ci aiuterà se cerchiamo di ricevere la forza che proviene da Lui. Dolce sarà allora la pace della nostra mente, serena la nostra vita quotidiana. Beati saranno coloro con i quali vivremo e che frequenteremo. E Dio ci benedirà e ci guiderà con la Sua cura affettuosa» («Noi crediamo di dover essere onesti», <i>La Stella</i>, giugno 1993, pag. 7).</p>
-----------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

OBIETTIVO Ogni giovane deciderà di essere casta.

PREPARAZIONE

1. Procura carta e matita per ogni giovane.
2. Incarica alcune giovani di leggere i passi delle Scritture, le storie o le citazioni di tua scelta.

SVOLGIMENTO
DELLA
LEZIONE

Storia

Introduzione

Racconta la seguente storia:

«Un cammello e il suo padrone stavano viaggiando nel deserto, quando sopraggiunse una tempesta di sabbia. Il viandante piantò in fretta la sua tenda e vi si rinchiuse, abbassando il telo per proteggersi della violenza dei granelli di sabbia spinti dal vento. Il cammello, naturalmente, rimase fuori e ben presto cominciò ad essere tormentato dalla sabbia che lo colpiva sul corpo, sugli occhi e nelle narici. Alla fine il cammello si decise a chiedere al suo padrone di poter entrare nella tenda.

«C'è posto solo per me», disse il viandante.

«Posso almeno mettere dentro il naso, così potrò respirare aria pulita, invece che sabbia?» chiese il cammello.

«Be', questo è possibile», rispose il viandante, e aprì il telo della tenda quel tantino che bastava per far entrare il lungo naso della bestia. Come stava bene adesso il cammello! Ben presto, però, cominciò a stancarsi di sentire la sabbia che gli colpiva le orecchie e gli occhi e decise di fare un'altra richiesta.

«La sabbia soffiata dal vento è come una raspa sulla mia testa. Non potrei infilare solo la testa?»

Il viandante pensò dentro di sé che in fondo la testa dell'animale non gli avrebbe recato noia, perché avrebbe occupato solo lo spazio in alto, sopra la sua testa. Così il cammello poté infilare la testa nella tenda e per qualche tempo fu soddisfatto.

«Solo la parte anteriore del corpo», gli chiese poi; e il viandante acconsentì a questa ulteriore richiesta, e ben presto il collo, le spalle e le gambe anteriori del cammello si trovarono nella tenda. Infine, sempre chiedendo l'uno e cedendo l'altro, anche il corpo e le gambe posteriori entrarono nella tenda. Ma ora nella tenda non c'era spazio sufficiente per entrambi, e il cammello spinse il viaggiatore fuori, nel vento e nella tempesta» (Spencer W. Kimball, *Il miracolo del perdono*, pagg. 201–202).

L'obbedienza ai principi del Vangelo è il segreto per essere caste

Esposizione

Spiega che i principi del Vangelo possono essere paragonati alla tenda di quel viaggiatore. Quando ci circondiamo con i principi del Vangelo e ci rifugiamo nella loro protezione, siamo al sicuro dalle forze distruttrici di Satana. Se invece permettiamo che un certo grado di male entri nella nostra vita, arriveremo alla fine a perdere la nostra purezza. Questo sistema di cedere un poco alla volta alle tentazioni di Satana è uno dei più seguiti dai giovani che perdono la purezza.

Discussione

- Cosa possiamo imparare da questa storia del cammello, a proposito di come dobbiamo mantenerci caste?

Storia	<p>La storia seguente mostra come una ragazza giunse a perdere la castità, per non avere obbedito ai principi del Vangelo.</p> <p>Elisa era felicissima di essere stata invitata a quella festa! Tutti i suoi nuovi amici sarebbero stati là e, anche se parecchi di loro erano abituati a bere alcoolici, era sicura che non sarebbe stato difficile dire semplicemente «No, grazie».</p> <p>Durante la festa infatti molti le offrirono da bere. Le prime volte rifiutò, ma alla fine acconsentì a bere un bicchierino. Col passare del tempo quel bicchierino fu seguito da molti altri, finché Elisa perse completamente il controllo della mente e del corpo. Questo le causò un danno irreparabile, perché alla fine Elisa si rese conto di non aver perso solo il controllo di sé, ma anche la castità.</p>
Lavagna e discussione	<p>Invita le giovani a indicare alcuni principi del Vangelo che aiutano i giovani a salvaguardare la loro castità e chiedi come questi principi le possono aiutare. (Elenca i suggerimenti delle giovani sulla lavagna).</p> <p>Segue un elenco di alcuni dei principi da prendere in esame:</p> <p>La Parola di Saggezza L'obbedienza al Signore e ai genitori La modestia nel parlare, nel vestire e nell'agire Il servizio La preghiera Il digiuno L'amore di Dio, di se stessa e del prossimo Lo studio delle Scritture</p>
Esposizione	<p>Spiega che dobbiamo obbedire sempre al Vangelo, perché se ce ne allontaniamo, per quanto poco, potremo arrivare un po' alla volta a raccogliere l'infelicità.</p> <p>Una giovane coppia raccontò al presidente Kimball come avevano ignorato i principi del Vangelo e perduto la castità.</p>
Storia	<p>«Tutto ebbe inizio a un ballo per i giovani. La festa cominciò molto bene. Ma, con il senno di poi, si dimostrò per noi un evento tragico, l'inizio dei nostri guai. Quella sera, quando la vidi scendere le scale di casa, pensai che nessuna ragazza era mai stata così bella e dolce. Ballammo per tutta la sera; poi rimanemmo seduti in macchina a lungo e in silenzio e non riuscii più a controllare i miei pensieri; i nostri atti diventarono sempre più spinti.</p> <p>Nessuno dei due aveva idea di ciò che ci stava accadendo — continuò — ma erano presenti tutti gli elementi necessari per abbattere ogni resistenza. Non eravamo coscienti del tempo. Le ore passavano; i semplici baci che ci eravamo spesso scambiati gradualmente si trasformarono in carezze. Quella sera ci fermammo a quel punto, ma ci furono poi altre sere, e le barriere caddero ad una ad una. Ci amavamo molto, sicché ci convinchemmo che accarezzarci semplicemente non era una cosa tanto brutta in quanto, per così dire, appartenevamo l'uno all'altra. Il punto in cui ci fermavamo ogni sera era il punto di partenza della sera successiva. E continuammo sino a quando successe come se avessimo perso il controllo di noi stessi; tra noi ci fu un rapporto completo. Ne avevamo parlato, ed eravamo rimasti d'accordo che, qualsiasi cosa avessimo fatto, non saremmo mai arrivati a quel punto. E poi, quando era tardi, troppo tardi, terribilmente tardi, ci rendemmo conto del significato di ciò che avevamo fatto».</p>
Citazione	<p>Il presidente Kimball dette poi il seguente consiglio alla giovane coppia: «L'immoralità non comincia con l'adulterio o la perversione; comincia con le piccole indiscrezioni come pensieri sul sesso, discussioni sul sesso, baci appassionati, carezze e cose simili, che crescono di intensità ad ogni incontro. La piccola indiscrezione sembra incapace di dominare un corpo robusto, una mente forte, il dolce spirito della gioventù che cede alla prima tentazione. Ma ben presto chi è forte diventa debole. Il padrone diventa schiavo e lo sviluppo spirituale diminuisce. Ma, se alla prima azione scorretta non si dessero mai radici, l'albero crescerebbe fino ad arrivare alla stupenda maturità e la vostra giovane vita si avvicinerrebbe a Dio nostro Padre» (<i>La Stella</i>, aprile 1981, pag. 199).</p>
Discussione	<p>Fai riferimento a quanto scritto sulla lavagna e chiedi alle giovani di indicare quali principi del Vangelo quella giovane coppia aveva ignorato.</p>

Attività sulle
Scritture

Scrivi sulla lavagna i seguenti riferimenti:

Dottrina e Alleanze 121:45–46 (pensieri puri)

Dottrina e Alleanze 58:2 (obbedienza)

Dottrina e Alleanze 93:49 (preghiera)

Dottrina e Alleanze 59:9 (sacramento e giorno del Signore)

Chiedi alle giovani di leggere assieme questi passi e di commentare come i principi in essi esposti le aiutano a mantenersi caste.

La castità è il risultato delle buone attività e abitudini quotidiane

Spiega che dobbiamo sviluppare l'abitudine di osservare ogni giorno i comandamenti, perché un impegno saltuario non ci aiuterà a mantenerci pure.

Storia

Racconta la seguente storia per illustrare quanto è importante obbedire ogni giorno ai comandamenti.

Monica si appoggiò alla parete accanto alla porta del preside della scuola e pianse. Offrì in silenzio una preghiera di ringraziamento al Padre celeste. Il preside le aveva appena comunicato che era stata scelta per ricevere una borsa di studio fra le più importanti che la scuola offriva. Le sue qualifiche accademiche erano simili a quelle di altre candidate, ma il comitato che doveva decidere l'assegnazione della borsa di studio aveva considerato altre doti, di diversa natura. Il preside le aveva spiegato come avessero preso in considerazione anche le abitudini che aveva mostrato di avere e le attività alle quali si dedicava.

Una insegnante aveva fatto notare che mai una volta, durante le esercitazioni di laboratorio, l'aveva sentita usare un linguaggio volgare, né l'aveva vista ridere alle storielle spinte che venivano raccontate. Un insegnante aggiunse che Monica si vestiva sempre decentemente e trattava con cortesia e correttezza i ragazzi. Un professore disse di averla sempre vista attenta e ben preparata in classe, a differenza di molti altri che venivano a scuola impreparati e si mostravano poco interessati alle lezioni, pensando più a fumare e bere che a studiare.

Alla sera, mentre stava in ginocchio per la preghiera serale, Monica ripensò a quello che le aveva detto il preside e si rese conto che il vero motivo per cui aveva ricevuto questo riconoscimento era stata la sua determinazione di vivere ogni giorno secondo i comandamenti del Vangelo. Non poté fare a meno di ringraziare il Padre celeste per averle fatto conoscere questi principi e per averla aiutata a metterli in pratica.

Dopo che ebbe finito di pregare, le parole di 3 Nefi 13:33 si impressero nella sua mente e nel suo cuore.

Scritture

Chiedi alle giovani di cercare e leggere 3 Nefi 13:33.

Invita le giovani a indicare quali principi scritti sulla lavagna influirono sul comportamento e sulle attività di Monica.

Citazioni

Leggi la seguente dichiarazione:

«Le buone abitudini non si acquistano semplicemente facendo dei buoni propositi, sebbene il pensiero debba necessariamente precedere l'azione. Le buone abitudini nascono nell'officina del nostro comportamento quotidiano. Non è durante i grandi momenti di prova o di difficoltà che si costruisce il carattere. In quelle occasioni ognuno dimostra ciò che è già. Le abitudini che guidano la nostra vita e formano il nostro carattere vengono forgiate dalla ininterrotta sequenza dei piccoli avvenimenti senza importanza che viviamo ogni giorno» (Delbert L. Stapley, Conference Report, ottobre 1974, pag. 25 o *Ensign*, novembre 1974, pag. 20).

L'anziano Boyd K. Packer ci ha dato alcuni buoni suggerimenti su come eliminare le cattive abitudini e svilupparne di buone.

«Non cercate semplicemente di *cacciare via* una cattiva abitudine o un pensiero impuro. *Sostituiteli* con qualcosa di diverso. Quando cercate di eliminare una cattiva abitudine, se lasciate il suo posto vuoto, essa si insinuerà e scivolerà di nuovo dov'era prima. Quello è il suo posto, lì è cresciuta e lì cercherà di tornare. Quando la cacciate via, riempite il posto che essa lascia con qualcosa di buono. Sostituitela con un pensiero edificante o con

una azione altruista. Allora, se la cattiva abitudine vorrà ritornare, dovrà combattere per attirare la vostra attenzione. A volte potrà riuscirci; ci possono essere pensieri che devono essere sradicati centinaia di volte o anche migliaia. Ma, anche se doveste sradicarli diecimila volte, non arrendetevi: siete voi che comandate. Ve lo ripeto: è molto, molto difficile eliminare una cattiva abitudine semplicemente cacciandola via. Dovete sostituirla con qualcos'altro» («To the One», *Speeches of the Year, 1978*, [Provo: Brigham Young University Press, 1979], pag. 39).

- Avete mai avuto delle difficoltà nel liberarvi di una cattiva abitudine?
- Secondo voi, in quali modi il consiglio dell'anziano Packer vi può essere di aiuto?

Storia

Una ragazza un giorno decise di valutare le proprie attività quotidiane e di stabilire degli obiettivi che l'aiutassero a vivere secondo le sue convinzioni. Ella si rendeva conto che la sua felicità presente e futura dipendeva dalla sua capacità di rimanere casta. Racconta la storia che segue:

Tiziana accettò l'invito del Profeta a tenere un diario. Prima di cominciare a uscire con i ragazzi, decise di scrivere sul suo diario ciò che si riprometteva di fare per comportarsi bene durante gli appuntamenti. Decise di uscire soltanto con ragazzi che osservavano le sue stesse norme. Non si sarebbe mai isolata in macchina con un ragazzo, non vi sarebbero stati abbracci appassionati né carezze intime, e avrebbe sempre pregato per conto suo prima di ogni appuntamento, per chiedere la forza di mantenere gli impegni che aveva preso.

Dopo essere uscita con qualcuno, scriveva nel diario quello che aveva provato e come era riuscita a mantenere le sue norme nonostante le pressioni che le venivano fatte. In questo modo riuscì a rimanere fedele ai proponimenti che aveva scritto nel diario.

Durante gli anni dell'università Tiziana conobbe un bravo ragazzo appartenente alla Chiesa e cominciò a passare parecchio tempo con lui, chiacchierando e parlando, fino a diventare buoni amici.

Un giorno, durante la conversazione, il discorso cadde sul diario di Tiziana e sugli impegni che aveva preso alcuni anni prima e che era riuscita a rispettare fino ad allora. Fu a quel punto che il giovane decise di cercare di trasformare la loro amicizia in un legame eterno: una ragazza che aveva avuto la forza di scegliere delle norme così elevate e di osservarle era proprio il tipo di donna che lui stava cercando.

Conclusione

Esposizione

Rammenta alle giovani che esse possono mantenersi caste e pure solo obbedendo ai principi del Vangelo e coltivando delle buone abitudini e attività quotidiane. Se lo faranno, potranno provare la gioia che il Signore ha promesso a coloro che Gli sono fedeli.

Citazione

Leggi la seguente dichiarazione:

«Alcuni a volte possono pensare che i comandamenti del Signore siano un impedimento alla felicità, ma non è così. Nel profondo del nostro cuore tutti sappiamo che, fintanto ci atteniamo a questi comandamenti, otterremo le benedizioni promesse a chi rimane fedele, altrettanto sicuramente di come il giorno segue sempre la notte. Ricordate ciò che disse il Signore:

«Io, il Signore, sono impegnato, quando fate ciò ch'io dico; ma quando non fate ciò ch'io dico, non avete più alcuna promessa (DeA 82:10)» (O. Leslie Stone, *La Stella*, maggio 1980, pag. 118).

Applicazione pratica

Attività

Distribuisci carta e matita alle giovani.

Esortale a scrivere il loro impegno a rimanere fedeli alle loro norme durante gli appuntamenti, come fece Tiziana, e incoraggiale inoltre a scrivere questo impegno nel loro diario e a metterlo in un posto bene in vista, in modo da potersi ricordare sempre che solo grazie a una vita retta si possono mantenere pure.

Mantenersi in buona salute

OBIETTIVO Ogni giovane comprenderà quali sono le responsabilità che ha di conservarsi in buona salute per poter compiere la sua missione terrena.

PREPARAZIONE

1. Procura carta e matita per ogni giovane.
2. Prepara un vassoio contenente una sveglia, un paio di scarpe da ginnastica, un frutto, dei cereali (o loro derivati, come pane o pasta), un piccolo pezzo di carne e una saponetta.
3. Con l'approvazione del vescovo o del dirigente del sacerdozio, invita una giovane mamma a venire in classe con il suo bambino (vedere la seconda parte della lezione).
4. Incarica alcune giovani di leggere i passi delle Scritture, le storie o le citazioni di tua scelta.

**SVOLGIMENTO
DELLA
LEZIONE**

Lavagna
e attività sulle
Scritture

Le Scritture contengono chiare istruzioni su come possiamo curare il corpo

Mostra il vassoio contenente vari oggetti e spiega che ora farete un'attività basata sulle Scritture. Scrivi in cima alla lavagna le parole «Oggetto», «Versetto» e «Comandamento». Scrivi il primo riferimento sotto il titolo «Versetto» e chiedi alle giovani di leggere in silenzio questo passo e a decidere qual è l'oggetto nel vassoio che ha attinenza con quanto dice il versetto. Quando l'hanno scelto chiedi a una di loro di scriverne il nome sotto «Oggetto» e il comandamento relativo sotto il terzo titolo, «Comandamento». Scrivi i versetti nella sequenza indicata nell'esempio.

Quando avrete concluso l'attività, la lavagna dovrebbe apparire più o meno così:

Oggetto	Versetto	Comandamento
Sapone	DeA 38:42	Mantenersi pulite (dentro e fuori)
Sveglia	DeA 88:124	Andare a letto presto e alzarsi presto
Frutto	DeA 89:11	Nella loro stagione
Carne	DeA 89:12	Nutrimo principale
Cereali	DeA 89:14	Con parsimonia
Scarpe	DeA 89:20	Correre senza stancarsi

Scritture
e domande
su cui riflettere

- Perché pensate che il Padre celeste ci abbia dato questi consigli?

Chiedi alle giovani di leggere 1 Corinzi 3:16–17.

- Come vi fa sentire il pensiero di essere il tempio di Dio e che lo Spirito di Dio può dimorare in voi?
- Che cosa fate per aver cura del vostro tempio?

Esposizione

Spiega che il benessere fisico influisce su tutti gli aspetti della nostra vita. Se vogliamo gestire efficacemente la nostra vita, il nostro corpo deve poter fare fronte a tutti gli impegni che gli vengono richiesti. Essere sempre stanche e trovarsi in difficoltà nell'affrontare le esigenze della vita è un ostacolo al nostro successo. Il benessere fisico migliora la concentrazione e la prontezza mentale, allevia le tensioni e l'ansietà. Alcuni educatori ritengono che gli studenti siano più svegli e attenti quando sono in buone condizioni fisiche e che in tali condizioni imparino meglio. I datori di lavoro si sono resi conto che l'efficacia di un dipendente è strettamente collegata alle sue condizioni di salute. Le nostre condizioni fisiche influiscono anche sulla nostra capacità di reagire positivamente nei contatti con le altre persone. Tutte possiamo essere affette da debolezze fisiche che non possiamo eliminare completamente, ma la maggior parte di noi può raggiungere delle condizioni fisiche migliori di quelle attuali.

Spiega che vi sono almeno tre campi in cui dobbiamo sviluppare delle sane abitudini. Dobbiamo fare la giusta quantità di esercizi, concederci il giusto riposo e seguire una dieta equilibrata. Esamina insieme alle giovani le seguenti informazioni:

1. Un esercizio regolare è di grande beneficio per il nostro corpo. Segue un sommario di come l'esercizio influisce sugli apparati:

L'esercizio rafforza i muscoli. Muscoli più forti forniscono un migliore sostegno al sistema osseo. Muscoli forti e solidi tengono le ossa del corpo nella giusta posizione, diminuiscono lo stress e il danno che possono scaturire dalle cattive posizioni che a volte teniamo. Il mal di schiena e la rigidità delle giunture possono in gran parte essere dovuti all'inattività. Inoltre una corretta posizione della spina dorsale consente alla testa, alle braccia e alle gambe di muoversi con maggiore facilità. Un corretto programma di esercizi fisici mantiene più sciolto tutto il corpo. I muscoli e le giunture usati raramente tendono a irrigidirsi, a perdere la loro flessibilità. Un'adeguata attività contribuisce anche a mantenere forti le ossa. Circa dopo i vent'anni le ossa cominciano a indebolirsi. Un regolare esercizio può fermare questo declino e impedire alle ossa di diventare fragili, condizione che spesso si accompagna alla vecchiaia.

L'esercizio influisce sul metabolismo. L'esercizio rafforza il corpo e lo aiuta a funzionare più efficacemente. L'esercizio consuma calorie, di solito senza portare un aumento dell'appetito. Molte persone che svolgono un regolare programma di esercizi si accorgono di mangiare meno di coloro che non lo fanno. L'esercizio e la moderazione nel mangiare contribuiscono a far raggiungere e mantenere il giusto peso corporeo.

L'esercizio migliora il sistema nervoso. Un esercizio vigoroso migliora il coordinamento generale del corpo. Libera anche la tensione nervosa e stimola e schiarisce la mente. Molte persone usano un periodo di esercizi quotidiani per programmare la giornata, acquisire una migliore prospettiva della vita o semplicemente per svagarsi. L'esercizio fisico stanca i muscoli e allevia la tensione, e pertanto aiuta molte persone a dormire meglio.

- Cosa fate per esercitare il vostro corpo? Come potete far diventare l'esercizio fisico una regolare abitudine della vostra vita?

2. Il corpo ha bisogno di rilassarsi e rinvigorirsi dopo il lavoro, lo stress e l'esercizio. Questo recupero può essere effettuato mediante il sonno, il riposo o la partecipazione ad un'attività rilassante.

Tutti devono godere di un periodo di riposo o di relax ogni giorno, quando è possibile. Un breve periodo di sonno, la lettura, l'ascolto della musica, lo studio delle Scritture o qualche passatempo o leggera attività manuale possono rinvigorire il corpo e lo spirito.

La necessità di sonno varia da una persona all'altra, secondo le condizioni di salute e la personalità. Ogni persona deve cercare di dormire abbastanza ogni notte. Il corpo funziona meglio se una persona va a dormire e si sveglia circa alla stessa ora ogni giorno.

• Cosa fate per riposarvi e rilassarvi? Con quale fedeltà seguite il consiglio contenuto in Dottrina e Alleanze 88:124?

3. È importante che ogni persona osservi una dieta equilibrata. Il corpo non funziona correttamente se nella dieta mancano gli elementi nutritivi necessari. La buona salute dipende in gran parte dal genere di cibo che consumiamo.

Nella maggior parte dei paesi si è sviluppata una dieta basata su gruppi di alimenti, usando i prodotti maggiormente disponibili in ogni paese. Ogni giorno si dovrebbe consumare la giusta quantità di alimenti appartenenti a questi gruppi.

Cibi che ricostruiscono il corpo: carne, legumi, pesce, pollame, uova, latte.

Cibi che proteggono il corpo dalle malattie: frutta e verdura.

Cibi che producono energia: cereali e derivati, come pane, riso o pasta.

Consumando regolarmente la giusta quantità di alimenti appartenenti a questi gruppi, possiamo aumentare considerevolmente le probabilità di godere di buona salute.

Chiedi alle giovani di pensare a ciò che hanno mangiato ieri.

• Avete consumato alimenti appartenenti a ognuno dei gruppi sopra citati? Come potete rendere più equilibrata la vostra dieta?

Citazione

«Se ci lasciamo dominare dall'appetito o se trascuriamo di mantenere il corpo e la mente nelle migliori condizioni possibili, forse non stiamo trasgredendo la lettera della Parola di Sapienza, ma stiamo trascurando la sacra responsabilità che il Signore ci ha dato quando ci ha fornito questo meraviglioso corpo» (Lindsay R. Curtis, «I Have a Question», *Ensign*, giugno 1975, pag. 21).

Chi cura la propria salute riceve grandi benefici per sé e per i suoi figli

Ospite

Invita la madre con il bambino a venire davanti alla classe, presentali alle giovani e leggi la seguente dichiarazione: «La donna deve essere intelligente e pura, perché è la fonte viva dalla quale sgorga la sorgente della specie umana. Chi avvelena o inquina questa sorgente con tabacco, droga o germi che possono aggredire chi non è ancora nato, è sleale verso il proprio sesso e nemica della forza e della propagazione della specie umana» (David O. McKay, «These Two Together», *Improvement Era*, maggio 1969, pag. 2).

Chiedi alla madre di spiegare brevemente quanto è importante curare nella maniera adeguata la sua salute e quella del bambino. Ella potrà toccare i seguenti punti:

1. I benefici che derivano dalla cura della propria salute prima del matrimonio (magari citando la Parola di Sapienza, l'alimentazione, il riposo e l'esercizio fisico).
2. I benefici che derivano dalla cura della propria salute durante la gravidanza (indicando anche la necessità di seguire i consigli del medico e di astenersi da ogni tipo di medicinali pericolosi).
3. In che modo la conoscenza delle buone regole di salute è stata di aiuto a lei e a suo figlio.

Al termine dell'esposizione potrai dedicare qualche minuto ad una sessione di domande e risposte.

Conclusione

Testimonianza

Rendi testimonianza che il Padre celeste si aspetta che noi abbiamo cura del nostro corpo, in modo da poter compiere la missione per la quale siamo venute sulla terra.

Applicazione pratica

Suggerisci alle giovani di mangiare in maniera adeguata, riposare e fare esercizi nella giusta misura ed evitare tutto ciò che può danneggiare il corpo o la mente.

Attività suggerite

1. Con l'approvazione del tuo dirigente del sacerdozio invita qualche oratore particolarmente idoneo a questo compito a tenere un seminario informativo infrasettimanale su uno dei seguenti argomenti:
 - La sana alimentazione
 - Un buon programma di esercizi fisici
 - Gli effetti dannosi dell'alcool, del tabacco, della droga e di altre sostanze
 - Altri argomenti connessi alla salute che possano interessare le giovani
2. Organizza una attività di esercizio fisico per la classe.
3. Tieni una dimostrazione di come si cura la salute dei bambini. (Questa attività è indicata in modo particolare se le giovani hanno dei fratellini o dei bambini a cui badare).

OBIETTIVO	Ogni giovane imparerà alcuni modi per evitare le malattie.
-----------	------------------------------------------------------------

PREPARAZIONE	Incarica alcune giovani di leggere i passi delle Scritture, le storie o le citazioni di tua scelta. Adatta la lezione alle effettive condizioni presenti nella zona dove vivete. Se in classe c'è qualcuno che ha dei problemi di salute, fai attenzione a come esponi la lezione, affinché sia di incoraggiamento e di aiuto.
--------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

SVOLGIMENTO DELLA LEZIONE	Introduzione
Esposizione	<p>Spiega che uno dei motivi per cui siamo venute sulla terra è per ottenere un corpo fisico. Il presidente Brigham Young dichiarò: «Il nostro corpo fisico è di somma importanza per noi; senza di esso non potremmo mai essere glorificati nell'eternità a venire» (<i>Discorsi di Brigham Young</i>, pag. 57).</p> <p>Spiega che il nostro corpo sarà perfetto solo dopo la resurrezione (vedi Alma 11:42–44). Ma in questa vita siamo soggetti alle malattie, al dolore e a ferite di vario genere. Alcune persone rimangono menomate per un certo tempo, altre restano così per tutta la vita. Tuttavia, quali che siano le condizioni in cui si trova, il corpo è sempre importante perché ci aiuta a progredire verso la perfezione.</p> <p>Siamo fatte di materia e di spirito, e non possiamo raggiungere il nostro pieno potenziale senza il corpo o senza lo spirito. Lo spirito non può entrare nell'esaltazione se non è unito a un corpo (vedi DeA 93:33–34).</p>

	Le buone abitudini ci aiutano ad evitare molte malattie
Storia	<p>Invita le giovani ad ascoltare la seguente storia e a pensare perché è importante prevenire l'insorgere delle malattie.</p> <p>Marta Molina aveva solo otto mesi quando si ammalò gravemente. Questa adorabile bambina fu seriamente debilitata e perse molto peso nel giro di pochi giorni. La bocca le si seccò, gli occhi persero lucidità e la parte molle sulla sommità del cranio si infossò. Non sapendo cosa fare, i suoi genitori seguirono ciò che le tradizioni locali suggerivano loro, ma queste tradizioni non avevano alcun fondamento medico.</p> <p>Come succede a molte persone in tutto il mondo, Marta Molina si ammalò a causa di fattori che i suoi genitori non erano in grado di riconoscere e di conseguenza non sapevano come prevenire la malattia né come curarla.</p>
Discussione	<ul style="list-style-type: none">• Perché è importante sapere che cosa è che provoca le malattie e come prevenirle? <p>Commenta con le giovani le seguenti informazioni:</p> <p>Molti anni fa la gente non sapeva che cosa provocasse le malattie; alcuni pensavano che la causa fosse l'inosservanza di determinati sacrifici; altri erano convinti che si trattasse di maledizioni lanciate dai loro nemici. In tempi più recenti i medici e gli scienziati hanno scoperto quali sono le cause della maggior parte delle malattie esistenti. Dal 1830, quando il Vangelo è stato restaurato, sono stati fatti molti passi avanti in questo campo. Lo Spirito del Signore che è stato sparso su tutta la terra ha permesso che venissero fatte molte scoperte che ci possono aiutare a mantenerci in buona salute.</p>

Oggi sappiamo che la maggior parte delle malattie è provocata da micro-organismi che vivono attorno a noi. Sono talmente piccoli che non si possono vedere. Alcuni vivono sospesi nell'aria, altri vengono trasmessi da una persona a un'altra; altri ancora si trasmettono dagli animali, o dagli insetti, all'uomo. Quando entrano nel nostro corpo, questi micro-organismi possono provocare una serie di malattie; perciò, se vogliamo eliminare le malattie, non dobbiamo venire a contatto dei micro-organismi che le causano.

Lavagna
e discussione

Commenta con le giovani alcuni metodi per impedire la propagazione dei microbi che provocano le malattie. Elenca i metodi sulla lavagna. (Puoi anche parlare delle malattie più comuni nella vostra zona).

1. Pulire la casa regolarmente, specialmente gli ambienti caldi, umidi, bui e maleodoranti, dove più facilmente i microbi si annidano.
2. Proteggere il cibo, coprendolo in maniera adeguata. Sarebbe meglio conservare sempre in frigorifero i cibi deperibili.
3. Lavare bene il cibo.
4. Lavarsi bene le mani prima di mangiare, prima di maneggiare del cibo e dopo essere stati in bagno.
5. Lavarsi i denti dopo ogni pasto per prevenire la carie e altre malattie dei denti.
6. Coprirsi sempre la bocca quando si deve starnutire o tossire.
7. Indossare sempre scarpe, sandali o ciabatte, in modo che i piedi non raccolgano microbi da terra.
8. Alimentarsi in maniera adeguata e riposare quanto necessario. I microbi hanno minori possibilità di infettare un corpo in buona salute.
9. Accertarsi che acqua, latte e altri cibi siano sicuri per il consumo.
10. Proteggersi contro alcune malattie facendosi vaccinare.
11. Osservare la legge della castità.

Le buone abitudini ci donano la buona salute

Citazione

Il presidente David O. McKay disse:

«La persona sana che si prende cura del proprio corpo possiede forza e vitalità; il suo corpo è un luogo adatto dove lo spirito può dimorare . . .

Le indisposizioni fisiche ci impediscono di usare pienamente le nostre facoltà, di godere dei nostri privilegi e a volte di continuare a vivere. È quindi necessario che abbiamo cura del corpo e che osserviamo le leggi che regolano la salute e la felicità» («The Whole Man», *Improvement Era*, aprile 1952, pag. 221).

Discussione

- Che vantaggi abbiamo quando siamo forti e in buona salute? Alcune risposte potrebbero essere: possiamo godere meglio la vita, abbiamo maggiore energia da dedicare allo studio e al gioco, impariamo con maggiore facilità.

Lavagna

Spiega che, oltre a questi vantaggi immediati, se osserviamo delle buone abitudini in fatto di salute e se evitiamo le malattie, ne ricaveremo altri benefici. Elenca sulla lavagna e commentali uno alla volta.

1. Siamo maggiormente in grado di servire la nostra famiglia, i nostri amici e il Padre nei cieli.
 - Perché siamo più pronte ad aiutare il prossimo se siamo in buona salute?
2. Possiamo essere migliori dirigenti.
 - Perché è importante che i dirigenti siano in buona salute?
3. Abbiamo un migliore concetto di noi stesse.
 - Che rapporto c'è fra il sentirsi bene e l'amare noi stessi e gli altri?
4. Possiamo svolgere meglio i nostri compiti.
 - Cosa accade alle nostre incombenze quotidiane, quando siamo ammalate?

Spiega che siamo sulla terra per fare avverare la salvezza nostra e del nostro prossimo. Per poterlo fare abbiamo bisogno di un corpo e di una mente sani. Abbiamo a disposizione molte risorse che ci permettono di prevenire o di curare la maggior parte delle malattie. Il Signore si aspetta quindi che usiamo tutte le risorse che ci sono state messe a disposizione.

Citazione

«Joseph Smith insegnò che «è volontà di Dio che l'uomo si pente e Lo serva essendo sano e nel pieno della sua forza e del suo vigore mentale, in modo da ottenere le Sue benedizioni» (*Insegnamenti*, pag. 153). Di solito una persona sana e vigorosa è in condizioni assai più favorevoli per fare realizzare la propria salvezza e per essere uno strumento efficace per fare progredire i grandi disegni divini» (Bruce R. McConkie, *Mormon Doctrine* [Salt Lake City: Bookcraft, 1966], pag. 346).

Conclusione

Citazione

Sorella Barbara Smith, che è stata presidentessa generale della Società di Soccorso, ebbe a dire: «Lo stato della nostra salute influisce su tutti gli aspetti della nostra vita: il senso di benessere personale, l'atteggiamento verso il lavoro e i rapporti con le altre persone, e anche il servizio reso al Signore» (*Ensign*, novembre 1978, pag. 77).

Rammenta alle giovani che il corpo che hanno è un dono prezioso che il Signore ha dato loro ed è una parte essenziale del progresso che devono fare per raggiungere l'esaltazione. Devono quindi averne cura nel miglior modo possibile.

Applicazione pratica

1. Suggestisci a ogni giovane di esaminare l'elenco scritto sulla lavagna dei modi per controllare le malattie e di identificare ogni aspetto igienico-sanitario in cui deve migliorare. Invitala quindi a sforzarsi di seguire queste buone abitudini con continuità nella sua vita.
2. Con l'approvazione del tuo dirigente del sacerdozio, puoi invitare una persona qualificata (come un medico, un'infermiera o un farmacista) a tenere una lezione infrasettimanalmente per spiegare alle giovani come avvengono le infezioni, che effetto hanno sul corpo umano e come possono essere evitate.

Il nostro sviluppo sociale ed emotivo

OBIETTIVO	Ogni giovane comprenderà che l'autocontrollo è alla base della vera felicità.
PREPARAZIONE	<ol style="list-style-type: none"> 1. Porta in classe carta e matita per ogni giovane 2. Porta in classe cinque o sei palline o altri oggetti di piccole dimensioni. 3. Porta in classe una bambola e una catenella da usare nell'introduzione. 4. Prepara un poster per il gioco del completamento delle frasi, omettendo le parole fra parentesi ma lasciando gli spazi necessari per inserirle. Scrivi le parole omesse su quattro strisce di carta. 5. Prepara quattro fogli da distribuire alle giovani, ognuno contenente uno dei quattro passi da compiere per raggiungere l'autocontrollo, come spiegato nella sezione «Le Scritture e i dirigenti della Chiesa ci insegnano a sviluppare l'autocontrollo». Ometti le parole fra parentesi. 6. Incarica alcune giovani di leggere i passi delle Scritture, le storie o le citazioni di tua scelta.
SVOLGIMENTO DELLA LEZIONE	Introduzione
Dimostrazione	Mostra la bambola e spiega che rappresenta una giovane che ha cominciato ad avere una cattiva abitudine. Menziona alcune cattive abitudini come dire bugie, rimandare, mangiare troppo, essere pigra, dire volgarità, ecc. e nello stesso tempo gira la catenella attorno al collo e alle spalle della bambola, fino a stringerla strettamente.
Discussione	Fai le seguenti domande: <ul style="list-style-type: none"> • Cosa è accaduto a questa giovane? • Che effetto hanno sulla nostra vita le cattive abitudini? • Come possiamo spezzare queste catene? • Può qualcun altro spezzare queste catene al posto nostro?
Scritture	Leggi 2 Nefi 1:13 e spiega che questa lezione ci aiuterà a capire in che modo possiamo spezzare queste catene che rappresentano le cattive abitudini.
Attività	<p>Mediante l'autocontrollo possiamo eliminare le cattive abitudini</p> <p>Mostra il poster e le strisce con le parole che hai preparato.</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 10px; margin: 10px 0;"> <p>Seminiamo (<i>pensieri</i>) e raccogliamo (<i>azioni</i>)</p> <p>Seminiamo (<i>azioni</i>) e raccogliamo (<i>abitudini</i>)</p> <p>Seminiamo (<i>abitudini</i>) e raccogliamo (<i>carattere</i>)</p> <p>Seminiamo (<i>carattere</i>) e raccogliamo (<i>il nostro destino</i>)</p> </div>

	Chiedi alle giovani di inserire le parole scritte sulle strisce di carta negli spazi vuoti corrispondenti.
Discussione	<ul style="list-style-type: none"> • Da che cosa scaturiscono le abitudini, siano buone o cattive? (Dai nostri pensieri). • Perché i cattivi pensieri portano alle catene delle cattive abitudini? • Come possiamo cambiare una cattiva abitudine? • Quali abitudini avete attualmente, che vorreste eliminare?
Scritture e discussione	<p>Spiega che in Proverbi 16:32 troviamo un consiglio su come vincere le cattive abitudini. Leggi questo passo ad alta voce.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Chi è migliore del prode guerriero? • Chi è più grande di colui che governa una città? • Quali altri termini possiamo usare per dire che governiamo il nostro spirito? (Autocontrollo, autodisciplina, padronanza di se stessi). <p>Aiuta le giovani a capire che possiamo vincere le cattive abitudini sviluppando l'autocontrollo.</p>
Citazioni	<p>Le due dichiarazioni che seguono ci aiutano a capire l'importanza dell'autocontrollo:</p> <p>«L'autodisciplina, che è la chiave per la vita eterna, vuol dire fare ciò che deve essere fatto, anche se non lo troviamo comodo. L'autodisciplina nasce di solito dall'intimo convincimento, dalla speranza interiore e dai desideri che abbiamo» (Robert L. Simpson, «Your 1975 Game Plan», <i>Speeches of the Year 1975</i>, [Provo: Brigham Young University Press, 1976], pag. 321).</p> <p>Il presidente Spencer W. Kimball citò un autore ignoto nel modo seguente:</p> <p>«La grandezza del successo di un uomo si misura dalla padronanza che egli ha di se stesso. La profondità del suo fallimento si giudica dalla sua mancanza di controllo . . . <i>Colui che non riesce ad istituire un controllo sul proprio essere non avrà nessun controllo sugli altri. Colui che ha la padronanza di se stesso diventerà un re</i>» (<i>Il miracolo del perdono</i>, pag. 163).</p>
Lavagna e discussione	<ul style="list-style-type: none"> • Quali sono alcune cattive abitudini che possiamo vincere mediante l'autocontrollo? <p>Elenca le risposte sulla lavagna.</p>
Attività	Distribuisci alle giovani carta e matita e invita ogni giovane a indicare tre campi nei quali desidera raggiungere una maggiore autodisciplina.
Dimostrazione	<p>Tieni in mano cinque o sei palline o altri oggetti di piccole dimensioni e spiega alle giovani che rappresentano un certo numero di debolezze. Scegli una giovane e dille che vuoi vedere se è capace di eliminarle, prendendole al volo. Poi lancia tutte le palline assieme verso di lei. Probabilmente non riuscirà a prenderle.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cosa vi fa pensare questo esempio, a proposito del metodo che dobbiamo usare per eliminare le nostre debolezze? <p>Lancia nuovamente le palline verso la giovane, ma questa volta ad una ad una, finché le avrà prese tutte. Fai notare che possiamo sviluppare il controllo di noi stesse concentrandoci su una abitudine alla volta, senza pretendere da noi la perfezione fin dall'inizio.</p>
Scritture	Spiega che re Beniamino ci ha dato degli ottimi consigli che ci possono essere molto utili quando cerchiamo di eliminare le nostre cattive abitudini. Invita le giovani a leggere Mosia 4:27 e di pensare alle tre abitudini elencate sul loro foglio, sottolineando quella dalla quale vogliono iniziare subito.

Le Scritture e i dirigenti della Chiesa ci insegnano a sviluppare l'autocontrollo

Citazione	Una ragazza che ebbe successo nello sviluppare l'autocontrollo scrisse questa lettera di risposta:
-----------	----------------------------------------------------------------------------------------------------

«Ho letto la sua lettera molte volte, compresi i quattro segreti che Lei ha citato, e devo dire che mi hanno aiutato a tirarmi su quando ero depressa. Ormai li sto mettendo in pratica da più di due settimane e mia madre ha già detto che ha notato un cambiamento nel mio modo di comportarmi. Ora mi sento più sicura di me stessa. Quando ho ricevuto la sua lettera mi sono chiusa in camera e ho fissato gli obiettivi che volevo raggiungere; ecco quali sono: 1. Pregare ogni mattina e ogni sera; 2. Pagare la decima; 3. Non imprecare».

I quattro segreti ai quali si riferisce questa ragazza sono i seguenti:

«Il primo segreto si trova in Proverbi 3:5-6. (Chiedi a una giovane di leggere questi versetti).

Il secondo segreto, ugualmente importante, è di credere in noi stessi, rendendoci conto di essere figli di Dio, in possesso di attributi divini che devono essere scoperti e coltivati.

Il terzo segreto è avere uno scopo nobile a cui tendere, degno di un impegno totale, quasi un'ossessione, per poter comprendere e realizzare i vari passi che sono necessari per raggiungerlo.

Il quarto segreto può essere illustrato dall'esperienza di un bambino che, cercando di imparare a pattinare, cade e si sbuccia un ginocchio. Le sue grida di dolore fanno accorrere subito la mamma ma, quando la mamma è lì vicino, il bambino smette di piangere. Quando la mamma gli chiede sorpresa come mai ha smesso di piangere così in fretta, il bambino risponde: «Mi sono detto di smettere e poi mi sono obbedito». Il quarto segreto è stabilire che cosa vogliamo fare, e poi decidere quali sono i passi necessari per raggiungere il nostro scopo, cioè decidere di obbedire a voi stessi» (Ardeth G. Kapp, *Miracles in Pinafores and Bluejeans*, [Salt Lake City: Deseret Book Co., 1977], pag. 78).

Discussione

Distribuisci alle giovani i fogli che hai preparato e chiedi a ciascuna di loro di leggere la sua frase ad alta voce. Invita poi tutta la classe a commentare i suggerimenti per sviluppare l'autocontrollo. A mano a mano che ogni idea viene commentata, elencane il concetto principale (fra parentesi) sulla lavagna.

1. Avere un obiettivo e un piano per raggiungerlo. Esser decisi e impegnarsi per attenersi a quanto si è deciso. (Stabilire un obiettivo e impegnarsi).
2. Scegliere una persona che sia un grande esempio degli attributi che si desiderano sviluppare. Cercare di agire come agisce questa persona. (Scegliere un esempio ed emularlo).
3. Chiedersi: «Cosa farebbe Gesù se fosse qui oggi?» e cercare di agire come Egli agirebbe. (Cercare di seguire l'esempio di Cristo).
4. Pregare il Padre celeste per riceverne l'aiuto e per meglio tenere sotto controllo i sentimenti e le azioni. (Pregare).

Puoi suggerire alle giovani di elencare queste idee sul loro foglio, sotto le tre debolezze che hanno già individuato.

Scritture
e discussione

Il Salvatore ci ha promesso che, se noi faremo del nostro meglio per vincere le nostre debolezze, Egli ci aiuterà e ci darà forza. Chiedi a una giovane di leggere Ether 12:27.

- Come vi sentite al pensiero che il Salvatore è così disposto ad aiutarvi a vincere le vostre debolezze, trasformandole in punti di forza?

L'autocontrollo è la base della felicità e della stima di se stessi

Discussione

- Quali sono i risultati che si ottengono sviluppando l'autocontrollo?
- Come vi sentite quando avete agito esercitando l'autocontrollo?

Invita le giovani a riferire qualche episodio nel quale sono riuscite a dimostrare di possedere l'autocontrollo.

Dopo che alcune giovani avranno raccontato le loro esperienze, leggi la seguente dichiarazione:

«Un adeguato autocontrollo è una grande virtù che può portare una persona ad avere un giusto orgoglio di sé. Chi è orgoglioso di se stesso ha una spinta interiore che nasce dal sapere chi è e che lo spinge ad agire di conseguenza. Essere creati a immagine di Dio è invero una grande benedizione che porta con sé preziose responsabilità . . . Dobbiamo rammentarci sempre che siamo figli di Dio. Egli ci conosce e ci ascolta. Egli ci ama» (Marvin J. Ashton, Conference Report, ottobre 1976, pag. 124–125 o *Ensign*, novembre 1976, pag. 84).

Puoi esprimere i tuoi sentimenti su come l'autocontrollo ti ha portato grandi benefici.

Applicazione pratica

Invita le giovani a mettere in pratica i metodi esaminati nella lezione per liberarsi delle debolezze che hanno individuato.

OBIETTIVO Ogni giovane cercherà di sviluppare un atteggiamento allegro e ottimista.

PREPARAZIONE

1. Prepara per ogni giovane una copia del «Test attitudinale».
2. Facoltativo: Prepara per ogni giovane una copia della poesia di Emily Dickinson che si trova alla fine della lezione.
3. Incarica alcune giovani di leggere i passi delle Scritture, le storie o le citazioni di tua scelta.

**SVOLGIMENTO
DELLA
LEZIONE**

Test

Introduzione

Consegna a ogni giovane una copia del test attitudinale e spiega che questo esame le aiuterà a comprendere che tipo di atteggiamento tengono di solito e come possono eventualmente modificarlo. Concedi loro il tempo necessario per rispondere alle domande.

Test attitudinale

1. Hai spesso un'espressione scontenta?
2. Ti scordi spesso le molte cose belle che hai nella vita, per pensare alle poche cose che ti mancano?
3. Compiangi te stessa?
4. Pensi più a te stessa che agli altri?
5. Pensi di aver troppo da fare?
6. Ti aspetti che le cose vadano male?
7. Dai la colpa agli altri quando sei di malumore o quando non ti comporti bene?
8. Pensi che la vita sia stata ingiusta con te?

Esposizione

Chiedi alle giovani di valutare se in loro dominano i pensieri negativi o quelli positivi. Spiega che a volte la maggior parte delle persone sono di cattivo umore, ma che se ci capita troppo spesso di avere un atteggiamento pessimista, possiamo cambiare questo atteggiamento.

Un atteggiamento ottimista apre la strada ai benefici

Esposizione

Spiega che ognuna di noi avrà dei momenti belli e dei momenti brutti; ma non c'è veramente motivo di assumere un atteggiamento negativo quando le cose si fanno difficili. È sempre possibile trovare in ogni situazione un lato positivo e trasformarla in una occasione per migliorare noi stesse e per aiutare gli altri.

Storia

Racconta la seguente storia.

Marilena abitava con la sua famiglia in una città in cui vi sono molti membri della Chiesa. I nonni e gli zii abitavano poco lontano e lei passava molto tempo con loro. Le piaceva andare a scuola, e in modo particolare apprezzava il corso del seminario, che era molto ben organizzato; aveva molte amiche con le quali si trovava bene. Un giorno, appena

finita la scuola, suo padre annunciò alla famiglia che aveva deciso di accettare un lavoro che gli avrebbe richiesto di trasferire la famiglia in una città piuttosto lontana. Il nuovo lavoro gli avrebbe fornito quelle possibilità di miglioramento che andava cercando da tanto tempo e, sebbene non gli andasse l'idea di sradicare la famiglia dal suo ambiente, era convinto che il cambiamento sarebbe stato un passo in avanti.

Marilena era disperata. Non riusciva a capacitarsi di dover abbandonare tutto quello che amava per andare in qualche posto sconosciuto e andare in una scuola dove non conosceva nessuno. Non riusciva a fare a meno di pensare continuamente a tutto quello che avrebbe dovuto lasciare e, nonostante gli sforzi dei genitori che cercavano di consolarla, passava tutte le sere a piangere.

Una sera sua madre venne a sedersi accanto a lei, sul letto, dicendole che voleva fare quattro chiacchiere. Le disse poi che anche lei era vissuta per tutta la vita in quella città, che amava le persone che conosceva nel vicinato e che le era dispiaciuto immensamente quando aveva preso, assieme al marito, la decisione di trasferirsi. Però aveva poi riflettuto che sarebbe stato egoista da parte sua far pesare sulla famiglia i suoi sentimenti di dispiacere e di sconforto. Aveva così deciso di considerare quel trasferimento come una avventura, una occasione per servire il Signore e il prossimo in un modo che fino ad allora non le era mai capitato.

Marilena ascoltò sorpresa sua madre mentre esternava i suoi sentimenti; le era sembrato che lei non avesse altro sentimento che l'entusiasmo per la nuova prospettiva. Considerando meglio i propri sentimenti, Marilena si rese conto di non aver mai cercato veramente di capire quali vantaggi sarebbero venuti a seguito del trasferimento: sarebbe vissuta tra molte persone alle quali avrebbe potuto parlare del Vangelo; nei primi tempi non avrebbe avuto molte amiche, ma poi le avrebbe trovate e nel frattempo avrebbe potuto passare più tempo con i suoi fratelli e le sue sorelle. Decise allora di cambiare il suo atteggiamento nei confronti dell'imminente trasferimento e di cercare di trasformarlo nella migliore esperienza possibile.

Chiedi alle giovani se è mai capitato loro di trovarsi in una situazione che le facesse sentire depresse ed infelici. Se lo desiderano, chiedi ad alcune giovani di spiegare che cosa hanno fatto in quell'occasione.

- Secondo voi, queste situazioni vi hanno fornito delle occasioni di crescere e migliorare?

Casi di studio

Invita le giovani ad ascoltare i seguenti esempi pratici e di cercare di trovare in che modo la protagonista della storia potrebbe trasformare la difficoltà in una occasione di crescita per se stessa e per gli altri, cambiando il proprio atteggiamento.

Caso di studio 1

Laura frequentava un ragazzo da quando aveva sedici anni e ne era innamoratissima. Aveva sempre dato per scontato che si sarebbero sposati non appena lui sarebbe tornato dalla missione. Ma un giorno il suo ragazzo le disse che aveva conosciuto un'altra ragazza molto interessante e che non sarebbe più uscito con lei. Laura si sentì come se il mondo le fosse crollato addosso.

Caso di studio 2

Donatella era cresciuta in una casa dove si era sentita sempre amata. Aveva sempre avuto piacere di tornare a casa e stare con i suoi cari. Ad un certo momento però suo padre cominciò a diradare la frequenza alle riunioni e ben presto in famiglia cominciarono a nascere battibecchi e litigi. Donatella cominciò a non desiderare più di stare in casa e si sentiva depressa ogni volta che andava in chiesa senza suo padre. Aveva la sensazione che la sua vita fosse cambiata in maniera irreparabile e che non avrebbe più potuto essere felice.

Citazione

Leggi la seguente dichiarazione:

«Dobbiamo preoccuparci di più di come reagiamo a ciò che ci capita, che di quello che ci capita» (Marvin J. Ashton, *La Stella*, giugno 1975, pag. 2).

I pensieri negativi danneggiano il corpo e la mente

- Esposizione Spiega che quando siamo di malumore e pessimiste, perdiamo ogni entusiasmo per la vita. Gli atteggiamenti negativi, anche quelli più lievi, ci privano di energia e ci spingono a comportarci in maniera inadeguata. Possono provocare perfino complicazioni fisiche come mal di testa, ulcera, pressione alta, problemi di stomaco e disturbi al cuore.
- Discussione Commenta con le giovani in che modo un atteggiamento negativo può influire sull'attività nella Chiesa, sulla capacità di coltivare buone amicizie, di trovare un buon lavoro o di sviluppare una testimonianza. Puoi toccare i seguenti punti:
1. A nessuno piace stare in compagnia di una persona che è sempre di malumore o pessimista.
 2. Le attività nella Chiesa, come ogni altra attività, non possono aver successo se chi le dirige non ne è entusiasta.
 3. Nessun datore di lavoro è disposto ad assumere qualcuno che dimostra un atteggiamento negativo e uno scarso entusiasmo.
 4. Chi ha un atteggiamento negativo farà molta fatica ad avere fede e ad ottenere una testimonianza.
-

Possiamo imparare ad essere allegre e ottimiste

- Storia Racconta la seguente storia:
- «Una giovane studentessa delle superiori, allegra e vivace, venne informata dai medici che avrebbero dovuto amputarle una gamba, colpita da cancro. Dopo l'operazione la ragazza tornò a scuola con le stampelle, ma sempre piena di vita e intenzionata a viverla fino in fondo. Poi le venne detto che l'operazione non aveva arrestato il male e che non le restava ormai più molto da vivere.
- Anziché reagire con amarezza nei confronti della sorte che la vita le aveva riservato, ella fu motivo di ispirazione per tutta la famiglia a causa del suo meraviglioso atteggiamento. Parlando di se stessa disse: «Sono grata per tutte le benedizioni che ho ricevuto durante tutta la mia vita e per i meravigliosi genitori che ho avuto. Sono grata in modo particolare del Vangelo e per coloro che dedicarono il loro tempo a insegnarcelo . . .
- Prima dell'operazione ho pregato perché la gamba potesse essere salvata, ma il Signore mi rispose di no. Più tardi mi resi conto di quanto poco spirituale ed egoista fosse stata la mia preghiera. Potevo vedere solo il presente, e non riuscivo in effetti a vedere come potevo trarre vantaggio dal perdere una gamba. Il Signore poteva vedere molto più lontano e si cura del nostro bene non solo nel futuro, ma anche nell'eternità» (Victor L. Brown, «Take an Attitude Test», *Instructor*, marzo 1965, pagg. 90-91).
- Quale fu il motivo principale che aiutò questa ragazza a restare ottimista? (Aveva fede che il Signore stava guidando la sua vita per il suo bene).
- Scritture Invita le giovani a leggere Dottrina e Alleanze 90:24. Spiega che il Signore ha promesso che, nonostante quello che ci può capitare, se ci affidiamo a Lui e viviamo rettamente, Egli farà sì che ogni cosa avvenga per il nostro bene.
- In che modo il contenuto di questo versetto vi aiuta a restare ottimiste anche quando vi trovate in situazioni difficili?
 - Cosa potete imparare dalle situazioni che a prima vista possono sembrare negative?
 - Quali altre cose vi aiutano ad essere ottimiste?
- Lavagna e discussione Elenca sulla lavagna le idee delle giovani. Puoi includere le seguenti idee:
1. Pensa a tutte le cose belle che hai.
 2. Impara ad apprezzare il potere di un sano umorismo.
 3. Gusta la buona musica e i libri che possono elevare il tuo spirito.
 4. Cerca il bello in tutto ciò che vedi, nella natura, nell'arte e nel volto dei tuoi cari.

5. Cerca di migliorare un poco ogni giorno.
6. Scopri quanto vi è di buono in ogni cosa.
7. Impara a comprendere e a mettere in pratica il Vangelo, «perché chi vive rettamente non può avere rimorso di coscienza» (Bruce R. McConkie, *Mormon Doctrine*, 2a. edizione [Salt Lake City: Bookcraft, 1966], pag. 124).

Conclusioni

Esposizione

Spiega che non possiamo sempre esercitare il controllo sulle circostanze della nostra vita, ma che possiamo sicuramente controllare l'atteggiamento che abbiamo verso di esse. È possibile acquisire un atteggiamento più allegro e ottimista che ci procurerà una migliore salute, maggiore bellezza esteriore e interiore, amicizie più sincere e maggiori occasioni di servire il Signore e il nostro prossimo.

Applicazione pratica

Invita le giovani a cercare di sorridere più spesso durante la settimana prossima. Forse vorranno appendere la seguente poesia sul loro specchio.

Forse non hanno bisogno di me.

Forse non hanno bisogno di me, ma forse sì;
cercherò quindi di essere sempre lì.

Un sorriso, anche se piccolo come il mio,
potrebbe essere quello che han chiesto a Dio.
(Emily Dickinson)

La gratitudine e il ringraziamento

OBIETTIVO Ogni giovane comprenderà che ci sono molti modi di dimostrare la nostra gratitudine e proverà la gioia che viene a chi mostra la sua riconoscenza per gli altri.

PREPARAZIONE

1. Porta carta e matita per tutte le giovani.
2. Facoltativo: Prepara dei segnalibri da distribuire alle giovani, come mostrato nell'esempio: usa del cartoncino, feltro o altro materiale adatto.

*La felicità è un cuore pieno
di gratitudine*



3. Prepara un biglietto di ringraziamento per ogni giovane della classe. Esprimi i tuoi sinceri sentimenti di apprezzamento per ciò che ognuna di loro rappresenta per te. Parla di cose ben precise. Distribuisci questi biglietti al termine della lezione.
4. Incarica alcune giovani di leggere i passi delle Scritture, le storie o le citazioni di tua scelta.

SVOLGIMENTO DELLE LEZIONE

Citazione

Dobbiamo essere riconoscenti per le buone cose che possediamo

Inizia la lezione leggendo i seguenti consigli impartiti dal presidente Ezra Taft Benson:

«Qualcuno ha detto che un uomo ingrato è come un maiale che mangia le mele cadute dall'albero, senza mai alzare gli occhi per vedere da dove provengono. Alziamo mai gli occhi per vedere da dove provengono i nostri doni?

Si dice che il profeta Joseph Smith una volta abbia dichiarato che uno dei peccati più gravi di cui si possono macchiare i Santi degli Ultimi Giorni è quello dell'ingratitude. Ritengo che la maggior parte di noi non consideri l'ingratitude un peccato grave. Tutti noi abbiamo la tendenza, nelle nostre preghiere, nelle nostre invocazioni al Signore, a chiedere ulteriori benedizioni. Qualche volta penso che dobbiamo dedicare una parte più grande delle nostre preghiere ad espressioni di gratitudine e di ringraziamento per le benedizioni che già abbiamo ricevuto . . .

Per otto anni, lavorando alle dipendenze dell'Università dell'Idaho, ebbi modo di percorrere quello stato in lungo e in largo. Ritengo di aver visto ogni singola città e ogni singolo paese della regione. Non era insolito che rimanessi in viaggio per due settimane. Poi tornavo a casa e, come dirigente di palo . . . mi cambiavo e andavo a una riunione di palo . . . Una volta una delle mie figlie mi accompagnò alla porta e mi salutò con queste parole: «Torna di nuovo a farci visita, papà!»

Sentivo molto la mancanza della mia famiglia, una volta che mi trovavo a Pocatello di domenica. Cominciai a pensare alla mia famiglia lontana, e pensai: «Farei bene ad andare giù a Whitney [dove vivono alcuni miei parenti] e vedere se posso partecipare alla riunione sacramentale laggiù». Arrivai alla cappella proprio quando la riunione era sul punto di cominciare. Il vescovo mi invitò a sedere con lui sul podio.

La riunione ebbe inizio, diretta dal consigliere. Egli mi invitò a dire alcune parole. Mentre mi trovavo seduto sul podio mi ero detto: «Non sarebbe meraviglioso se potessi essere a casa ogni domenica e andare in chiesa con la mia famiglia? Quale gioia sarebbe!» Ebbene,

per presentarmi il consigliere disse: «Fratelli e sorelle, non sarebbe meraviglioso che tutti avessimo un lavoro come quello di fratello Benson? Non fa che viaggiare». Allora pensai: «È proprio vero che l'erba del vicino è sempre più verde».

Spero che noi possiamo essere felici dove ci troviamo ed essere grati per le benedizioni che riceviamo ora, in questo momento, e che accettiamo la sfida che ci è stata data di svolgere il nostro lavoro al meglio delle nostre capacità, senza invidiare gli altri . . .

Dio ci aiuti ad essere riconoscenti per i doni che riceviamo e a non renderci mai colpevoli del peccato dell'ingratitude.

«E colui che riceve ogni cosa con gratitudine, sarà reso glorioso; e le cose di questa terra gli saranno date per giunta, anzi centuplicate, sì, e più ancora» (*La Stella*, marzo 1978, pagg. 14-16).

Lavagna
e discussione

Spiega che molto spesso non ci soffermiamo a pensare ai molti benefici che abbiamo ricevuto e non proviamo per essi né apprezzamento né gratitudine. Chiedi alle giovani di pensare per un attimo ai benefici di cui godono, per i quali dovrebbero essere grate. A mano a mano che vengono citati, trascrivi questi benefici sulla lavagna. Lascia l'elenco sulla lavagna fino al termine della lezione. Alcune risposte potrebbero essere le seguenti:

Benefici di cui godiamo

- | | |
|---------------------|-------------------------------|
| 1. Buona salute | 7. Una buona famiglia |
| 2. Un profeta | 8. Il vescovo |
| 3. Buone amiche | 9. La missione di Gesù Cristo |
| 4. La Chiesa | 10. Il Vangelo |
| 5. La testimonianza | |
| 6. Buoni insegnanti | |

Incoraggia le giovani a rammentarsi di tutte quelle piccole cose che qualcuno fa per loro ogni giorno — fratelli, sorelle, genitori, altri parenti, insegnanti premurosi, buoni amici. Fai notare che dovrebbero essere grate in modo particolare per il fatto di fare parte della Chiesa di Gesù Cristo dei Santi degli Ultimi Giorni, che consente loro di sapere qual è lo scopo della vita e di godere di grandi benefici.

Scritture
e discussione

Leggi Dottrina e Alleanze 59:21 assieme alle giovani.

• Perché secondo voi la gratitudine è tanto importante? In che modo essere grate vi è di aiuto? Quale effetto avete sulle altre persone quando esprimete loro la vostra gratitudine?

Come si esprimono i sentimenti di gratitudine

Lavagna
e discussione

Scrivi sulla lavagna la parola «GRAZIE» e poni alle giovani le seguenti domande:

- Cosa provate quando qualcuno vi dice questa parola?
- Quante volte la dite voi agli altri?

Chiedi alle giovani di indicare in quali modi possiamo esprimere la nostra gratitudine agli altri.

Sull'altro lato della lavagna elenca le idee proposte dalle giovani. Le risposte potranno coincidere con quelle che seguono. In caso contrario, aggiungete all'elenco e commentate secondo necessità. (Dovrai scrivere solo la parte in corsivo).

«1. *Scrivete un biglietto*. Fatelo breve, e magari alquanto decorativo. Non è necessario che sia di carta raffinata; perché non un foglio di carta colorata ritagliato con forbici seghettate? Senza essere esagerate e sdolciate, scrivete qualche parola di ringraziamento . . . Speditelo per posta, in modo da non essere presenti quando verrà letto.

2. *Fate un favore.* Questo è un modo nascosto di ringraziare e potete usarlo con le amiche migliori o con i membri della vostra famiglia. Solo uno spirito attento saprà riconoscere questa azione come un «grazie». Alzatevi mezz'ora prima e lucidate le scarpe di papà. Oppure preparate un dolce e datelo al ragazzo che vi ha aiutato con i compiti per casa.
3. *Fate una telefonata.* Fatela appena ne sentite l'impulso, in modo da essere più sincere. Non siate imbarazzate, ma preoccupatevi che chi sta dall'altra parte del filo capisca che gli siete grate . . .
4. *Mostrate un'espressione gioiosa.* Come è bello mostrare gratitudine con il viso! Basta un sorriso immediato, un brillare degli occhi o una espressione cordiale. Per molte persone questo è il miglior ringraziamento che possono ricevere, e spesso questo rimane un segreto fra voi e loro. Non è necessario borbottare qualcosa, né preoccuparsi di cosa dire.
5. *Fate un regalino.* Senza spendere troppo! Infilate un bastoncino di liquirizia nella cartella del fratellino che vi ha prestato la sua penna. Appendete alcuni cioccolatini alla racchetta prestata da vostra sorella, prima di rimetterla nell'armadio. Mettete delle tavolette di gomma da masticare fra le pagine del libro, prima di restituirlo» (Winnifred C. Jardine, «Thanks a Million», *Improvement Era*, settembre 1960, sezione «Era of Youth»).
6. *Sassi dipinti.* Raccogliete alcuni sassi piatti e lisci, sui quali potrete dipingere o scrivere qualcosa. È un bel modo per dire a qualcuno che gli siete riconoscenti per quello che ha fatto per voi.

Storia

Spiega che ci sono molti modi per dire grazie ed esprimere gratitudine a coloro che ci hanno aiutato. L'importante è fare qualcosa. Chi riceverà il ringraziamento sarà sicuramente soddisfatto.

Quella che segue è la storia di una anziana signora che venne ringraziata per i molti anni che aveva dedicato all'insegnamento. Anni dopo essere andata in pensione, ricevette una lettera di ringraziamento da parte di uno dei suoi studenti. Ecco come rispose l'anziana signora:

«Mio caro Willie, non so dirti quanto mi abbia fatto piacere il tuo biglietto. Sono ormai sull'ottantina e vivo da sola in una piccola stanza e mi preparo da mangiare senza nessuno che mi faccia compagnia. Mi sembra di essere come l'ultima foglia che cade da un albero, che è rimasta appesa fino a quando non c'è più nessuno che stia con lei. Forse ti farà piacere sapere che ho insegnato per cinquant'anni e che il tuo è stato il primo biglietto di ringraziamento che abbia mai ricevuto. L'ho ricevuto in una mattinata triste e fredda e mi ha fatto sentire allegra come non mi capitava più da parecchi anni».

Pensate: un'insegnante, una buona insegnante, insegna per cinquant'anni e nessuno si preoccupa di dirle una parola di incoraggiamento . . .

Costa così poco dire grazie, e significa così tanto! Perciò dite o scrivete il vostro grazie» (Bryant S. Hinckley, *Not By Bread Alone*, [Salt Lake City: Bookcraft 1955], pag. 93).

Scritture
e discussione

Invita le giovani ad aprire la Bibbia a Luca 17:11-19 e chiedi a una di loro di leggere a voce alta l'episodio dei dieci lebbrosi. Commenta poi l'episodio, usando le domande seguenti o altre di tua scelta:

- Quanti lebbrosi tornarono indietro per ringraziare il Salvatore?
- Cosa disse Gesù al lebbroso che venne a ringraziarlo?
- Come definireste il comportamento degli altri nove lebbrosi che non ringraziarono il Salvatore?

Spiega che, sebbene nove lebbrosi non fossero tornati, Gesù fu grato che almeno uno fosse tornato per ringraziarlo. Al ringraziamento del lebbroso Gesù rispose facendogli capire che era stato tramite la sua fede che egli era stato guarito.

Domande su
cui riflettere

- Di tutti i favori che vi sono stati fatti durante la settimana, per quanti avete detto grazie?
- Come potete mostrare la vostra riconoscenza al Signore per avervi dato queste benedizioni?

Discussione	<p>Richiama l'attenzione delle giovani su quanto è scritto sulla lavagna e poni la seguente domanda:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Di tutti i benefici per i quali avete indicato di essere grate, quale vi sembra il più importante in questo momento? Perché?
Attività	<p>Distribuisci carta e matita alle giovani e invitale a usare il tempo rimanente della lezione per scrivere qualche parola di ringraziamento a qualcuno che le ha aiutate di recente. Potrebbe essere un genitore, una amica, un insegnante, il vescovo o qualsiasi altro. Invitale ad essere precise nel ringraziare. Invitale poi a recapitare i biglietti personalmente o per posta.</p>

	<p>Conclusion</p>
Volantino	<p>Distribuisci alle giovani i biglietti che hai scritto per loro.</p> <p>Distribuisci i segnalibri che hai preparato e intanto porta la tua testimonianza sul fatto che, se impareranno a esprimere la loro gratitudine ora che sono giovani, avranno un cuore grato per il resto della loro vita.</p>

Applicazione pratica

Incoraggia le giovani ad essere più pronte in futuro ad esprimere la loro gratitudine a quanti sono gentili con loro o le aiutano. Prometti loro che se faranno così avranno maggior gioia e serenità nel loro rapporto con gli altri.

L' amministrazione delle risorse personali

OBIETTIVO

Ogni giovane cercherà di usare saggiamente il proprio tempo libero.

PREPARAZIONE

1. Porta carta e matita per ogni giovane.
2. Facoltativo: ritaglia da qualche rivista delle immagini di ragazze che leggono, nuotano, lavorano a maglia, suonano qualche strumento musicale, studiano le Scritture, tengono un diario, sono indaffarate con qualche attività artistica o con altre ragazze. Poni tutte queste illustrazioni dentro un cestino o una scatola bene decorata.
3. Prepara un cartello con la scritta: «Il tempo è il tesoro dell'uomo saggio».
4. Chiedi ad alcune giovani di esporre le storie, i versetti o le citazioni che riterrai opportuno.

SVOLGIMENTO DELLA LEZIONE**Storia****Introduzione**

«Poco tempo fa ho letto un articolo interessante a proposito di un gentiluomo cinese che venne a fare visita al nostro Paese. Fra le altre cose gli venne mostrata la nuova casa del suo amico americano, alquanto benestante. Il gentiluomo era molto interessato a ciò che vedeva e ascoltò attentamente mentre gli venivano illustrate le meraviglie di tutti gli elettrodomestici e la notevole quantità di tempo che facevano risparmiare. Al termine della visita il gentiluomo cinese chiese al suo ospite: «E cosa fate di tutto questo tempo che risparmiate?»» (Sterling W. Sill, *The Law of the Harvest*, [Salt Lake City: Bookcraft 1963], pag. 337).

- Come chiamate quella porzione di tempo nel quale non avete nessun compito da svolgere? (Tempo libero).
- A cosa pensate quando sentite parlare di tempo libero?

Lavagna e discussione**Il tempo libero è un aspetto importante della vita**

- Perché pensate sia importante avere del tempo libero?

Scrivi sulla lavagna le risposte delle giovani, che potrebbero essere le seguenti:

1. Abbiamo bisogno di dedicare del tempo ad attività diverse dai nostri doveri quotidiani.
2. Nel tempo libero possiamo coltivare i nostri talenti.
3. Abbiamo bisogno di tempo da passare in famiglia e con i nostri amici, in un'atmosfera tranquilla.
4. Nel tempo libero possiamo pensare a come siamo vivendo o vorremo vivere la nostra vita.

Citazione Il presidente Brigham Young fece la seguente dichiarazione a proposito del tempo libero: «Lo svago è necessario per il nostro benessere quanto lo sono le cose più serie della vita. Non esiste al mondo un uomo che, se lo si lascia sempre operare nello stesso ramo di affari o di studio, non diventi come una macchina. I nostri interessi dovrebbero essere talmente vari da permetterci di sviluppare ogni tratto del carattere e di coltivare vari talenti» (*Discorsi di Brigham Young*, pagg. 239–240).

Attività Distribuisci carta e matita e chiedi ad ogni giovane di pensare a ciò che fa nel corso della settimana; chiedi loro di calcolare, più o meno, quanto tempo libero hanno a disposizione, contando come tale tutto quel tempo nel quale possono scegliere che cosa vogliono fare.

- Vi pare di trarre un buon profitto da tutto questo tempo libero che avete?

Dobbiamo usare saggiamente il nostro tempo libero

Attività Appendi il cartello con la scritta «Il tempo è il tesoro dell'uomo saggio» e mostra il cesto o la scatola che hai preparato. Tira fuori le illustrazioni una alla volta, spiegando che ognuna di esse rappresenta delle attività che si possono fare durante il tempo libero. Se non sei riuscita a procurarti delle illustrazioni adeguate, invita le giovani a citare alcune attività adatte, secondo la loro esperienza. Spiega che queste attività non sono che alcuni esempi e che ci sono molti altri modi di mettere a buon frutto il nostro tempo libero.

Esposizione Spiega che, quando pensiamo al tempo libero, spesso immaginiamo passatempi passivi come guardare la televisione o andare al cinema. A volte trascuriamo tutte quelle attività che richiedono un impegno fisico o uno sforzo mentale. Molti divertimenti hanno il vantaggio di insegnare qualcosa, pur divertendo, oltre a ricrearci e a rinfrescarci la mente.

Citazione La seguente dichiarazione ci fa capire che cosa vuol dire usare saggiamente il tempo libero:

«Che cosa possiamo dire del tempo libero? Come dobbiamo usare le ore che ci rimangono dopo il lavoro, il sonno e i pasti? Questa è una cosa importante per la nostra felicità quanto le nostre attività di lavoro. Il giusto uso del tempo libero richiede giudizio. Queste ore, infatti, devono servirci per *rinnovare lo spirito, la mente e il corpo*. Devono servirci per pregare, per occuparci della famiglia, per servire il prossimo, per lo studio, per godere di una sana ricreazione. È questo l'equilibrio che porta l'armonia nella vita.

Tempo libero non significa ozio. Il Signore condanna l'indolenza. Egli dice: «Tu non sprecherai il tuo tempo, né seppellirai il talento ricevuto» (DeA 60:13). L'indolenza, sotto qualsiasi forma, porta alla noia, alla discordia e all'infelicità. Crea un senso di vuoto, una mancanza di valori, un terreno fertile per il male. È nemica del progresso e della salvezza» (J. Richard Clarke, *La Stella*, ottobre 1982, pag. 155).

Discussione • Perché è importante usare con saggezza il nostro tempo libero?

• Come possiamo approfittare del tempo che abbiamo a disposizione?

Discuti assieme alle giovani la differenza che c'è fra tempo libero e ozio.

• Che cosa provoca l'ozio?

Attività Invita le giovani a scrivere sul foglio che hai dato loro il modo in cui hanno utilizzato il tempo libero nel corso della settimana scorsa.

Lavagna e discussione Chiedi ad alcune giovani di leggere a voce alta alcune delle attività che hanno trascritto sul loro foglio e scrivi sulla lavagna un elenco di tali attività. Commentale ad una ad una con le giovani, invitandole a dire se sono una scelta giudiziosa oppure no. Chiedi alle giovani di motivare il loro giudizio positivo o negativo.

Nella discussione potrai usare qualcuno dei seguenti argomenti:

1. *Leggere*. Leggere dei buoni libri è uno di modi migliori per imparare nuovi concetti e conoscere luoghi e persone. È una attività rilassante, fa di te una persona più interessante e istruita e può essere fatto dovunque. Se non sapete che libri leggere, potete chiedere un consiglio ai vostri genitori, agli insegnanti o ai librai. Più una persona legge, più apprezza la buona letteratura.

2. *Suonare uno strumento musicale.* La musica può elevare, ispirare e rilassare lo spirito come niente altro è in grado di fare. Imparare a suonare uno strumento è un valido metodo per sviluppare disciplina, imparare ad apprezzare la buona musica e allietare gli altri quando suoniamo in pubblico.
3. *Fare dello sport.* Fare dello sport è una maniera divertente per stare assieme agli altri, fare un poco di ginnastica ed eliminare la tensione accumulata durante il giorno. Lo sport sviluppa il coordinamento del corpo, la capacità di lavorare assieme ad altre persone e l'amore per l'aria aperta.
4. *Ammirare la natura.* Il Signore ci ha detto che le cose belle della terra sono state fatte «per il beneficio e l'uso dell'uomo, per piacere all'occhio e per rallegrare il cuore . . . per fortificare il corpo e ravvivare l'anima» (DeA 59:18-19). Fare delle passeggiate, andare in campeggio o a fare dei pic-nic, dedicare qualche attimo, durante la giornata, a guardare il cielo e gli alberi, sono tutte cose che ci aiutano a sentirci più vicino a Dio e a ravvivare il nostro spirito.
5. *Stare con la famiglia e gli amici.* La maggior parte delle persone considera la propria famiglia la cosa più cara che ha. Se dedichiamo una parte del nostro tempo libero a coltivare l'amicizia dei nostri cari, potremo rafforzare i legami di affetto che ci legano a loro.
6. *Fare la genealogia.* Se dedichiamo parte del nostro tempo a conoscere i nostri antenati, non solo li aiutiamo fornendo loro la possibilità di accettare le ordinanze del Vangelo, ma troveremo noi stesse una profonda gioia nel metterci al loro servizio.
7. *Aiutare i vicini.* Attorno a noi ci sono molte persone che hanno bisogno di un aiuto fisico o morale. Ad alcuni basterebbe una visita, per rincuorarli. Se cerchiamo di venire incontro alle necessità dei nostri vicini e lo facciamo con cuore sincero, ne ricaveremo una soddisfazione ulteriore.

Esposizione

Spiega che dobbiamo avere equilibrio nell'uso del tempo libero. Se ci dedichiamo solo allo sport o solo alla lettura, non cresceremo in maniera equilibrata né potremo essere d'aiuto al prossimo come potremmo fare se ci dedicassimo a varie attività. Se riempiamo la mente con idee edificanti e se aiutiamo il corpo ad essere in buona salute, avremo maggiori possibilità di coltivare e di sviluppare tutti i talenti e le doti che abbiamo ricevuto.

Cartello

Fai ancora riferimento al cartello con la scritta «Il tempo è il tesoro dell'uomo saggio».

- Pensate che sia il caso di cambiare il modo in cui state utilizzando il vostro tempo libero? Avete qualche nuova idea su ciò che potreste fare in queste ore preziose?

Conclusione

Esposizione

Spiega che il valore della nostra vita dipende in larga misura da quello che facciamo durante il tempo libero. Lo scopo della vita non è vivere a lungo, ma vivere bene. La vita è un dono e dobbiamo usarla con saggezza e considerarla come un tesoro.

Applicazione pratica

Invita ogni giovane a scegliere una attività che vorrà mettere in pratica per fare un uso migliore del suo tempo libero.

OBIETTIVO Ogni giovane si renderà conto dei talenti che possiede e cercherà di coltivarli.

PREPARAZIONE

1. Porta in classe carta e matita per ogni giovane.
2. Fai un elenco dei talenti delle giovani della tua classe. Se necessario, puoi prendere contatto con le loro madri per conoscerli meglio. Questo elenco sarà usato durante l'attività all'inizio della lezione.
3. Dall'elenco di talenti che hai preparato scegli per ogni giovane uno dei meno evidenti e trascrivilo su un bigliettino. Metti il foglietto in un pacchettino e chiudilo come fosse un regalo. Scrivi il nome di ogni giovane sul relativo pacchettino.
4. Prepara un foglietto per ogni passo delle Scritture contenuto nel diagramma «Caccia alle Scritture». Numera questi foglietti secondo la sequenza osservata nella lezione, mettili in una scatola e chiudila come fosse un regalo.
5. Chiedi a una giovane di prepararsi a raccontare o a leggere la parabola dei talenti, riportata in Matteo 25:14–30.
6. Incarica alcune giovani di leggere i passi delle Scritture, le storie o le citazioni di tua scelta.

**SVOLGIMENTO
DELLA
LEZIONE**

Attività

Introduzione

Metti uno sgabello o una sedia al centro della stanza. Distribuisci alle giovani carta e matita. Spiega che metterai a fuoco i particolari talenti che ognuna di loro ha ricevuto. Invita ogni giovane a venirsi a sedere a turno sullo sgabello. Consegnale il pacchetto che hai preparato e invitale ad aprirlo e a leggere ad alta voce il talento che vi è descritto.

Dopo che la giovane avrà letto il talento scritto sul foglietto, invitale a indicare un altro talento che ritiene di possedere. Sarà utile al buon svolgimento dell'attività porle le seguenti domande:

1. C'è qualcosa che ti piace fare e che ti fa sentire soddisfatta di te stessa?
2. C'è qualcosa che sei in grado di fare oggi, ma che non avresti saputo fare tre anni fa?
3. C'è qualcosa che fai e che gli altri in genere non fanno?

Se la giovane non riesce a trovare un'altra dote che possiede, aiutale tu, leggendone una dall'elenco che hai preparato.

Chiedi poi alla classe di indicare un altro talento che la giovane possiede. Per ogni giovane si dovranno indicare tre doni che saranno scritti sul suo foglio.

Prosegui l'attività finché avrai individuato almeno tre talenti per ciascuna giovane presente in classe.

Dobbiamo conoscere i talenti e gli interessi che abbiamo

Scritture

Chiedi alle giovani di leggere ad alta voce Dottrina e Alleanze 46:8–9 e di commentarne brevemente il significato. Scrivi sulla lavagna «Cercate ardentemente i migliori doni».

- Discussione Invita le giovani a identificare altri talenti o doti che pensano di avere o che vorrebbero avere, che non siano già scritti sul foglio.
- Chiedi loro di aggiungere questi talenti sul loro foglio, incoraggiandole a inserire anche le doti meno appariscenti, come i tratti positivi del carattere.
- Caccia alle Scritture Spiega che il Padre celeste ci ha dato talenti e doti da utilizzare. Chiedi se qualcuna ricorda qualche passo delle Scritture dove si parla di talenti.
- Apri l'altra scatola e invita ogni giovane a estrarre un foglietto. Ognuna di loro cercherà e leggerà il versetto che le è capitato, seguendo l'ordine indicato dal numero progressivo riportato prima del riferimento. Dopo che avrà letto il versetto, chiedi alla giovane di riassumerne il concetto e scrivilo sulla lavagna.

CACCIA ALLE SCRITTURE

Riferimento

1. Dottrina e Alleanze 46:11–12
2. Dottrina e Alleanze 60:2
3. Dottrina e Alleanze 67:3
4. Dottrina e Alleanze 60:13
5. 1 Timoteo 4:14
6. Dottrina e Alleanze 82:3

Concetto

1. Tutti hanno un dono.
2. Alcuni nascondono il loro talento per timore.
3. Alcuni hanno paura.
4. Non seppellire il tuo talento.
5. Non trascurare il dono.
6. Ogni dono porta con sé una responsabilità.

Dobbiamo sviluppare i nostri talenti

Parabola
e discussione

Chiedi alla giovane che hai incaricato di leggere o raccontare la parabola dei talenti contenuta in Matteo 25:14–30. Commenta con le giovani la parabola, usando le seguenti domande o altre di tua scelta:

- Cosa accadde a coloro che misero a frutto i loro talenti?
- Cosa accadde a quello che nascose il suo talento e non lo mise a frutto?
- Cosa pensate che abbia spinto i servi intraprendenti a mettere a frutto i loro talenti?
- Che ricompensa ne ebbero?

Lavagna
e discussione

Spiega che se coltiviamo e sviluppiamo i talenti e le doti che abbiamo, non solo potremo riceverne altri, ma saremo anche soddisfatte di noi stesse.

- Cosa possiamo fare per sviluppare i talenti che abbiamo?

Scrivi le idee proposte dalle giovani sulla lavagna. Tra le idee potranno esservi quelle sotto elencate:

1. Sentirne il desiderio.
2. Stabilire obiettivi raggiungibili.
3. Stabilire un programma di sviluppo di un talento alla volta.
4. Parlare con qualcuno che possiede un talento. Scoprire come lo ha sviluppato o acquisito.
5. Pregare per avere un aiuto.
6. Avere fede.

7. Esercitarsi.
8. Riferire a qualcuno i progressi conseguiti.
9. Perseverare.

Chiedi alle giovani come si sentirebbero se facessero un dono a qualcuno, e questo qualcuno mostrasse di non gradirlo o non ne facesse mai uso.

Scrivi sulla lavagna: Dottrina e Alleanze 88:33 e invita una giovane a leggere questo versetto ad alta voce.

Cosa dovremmo provare in merito ai doni che il Signore ci dà?

Conclusioni

Scritture
e discussione

Chiedi alle giovani di rileggere DeA 46:8-9 e invitala a prendere a cuore l'ammonimento a cercare «ardentemente i migliori doni» e a rammentare il motivo per cui tutti i doni ci vengono dati, ossia per il beneficio di coloro che ci amano.

Spiega che ci sono altri talenti, oltre a quelli di cui abbiamo parlato oggi (vedere DeA 46:13-26) e ci sono tutti dati per il nostro bene. Se li accetteremo, li useremo e li coltiveremo a favore del prossimo, ne trarremo grande gioia e profonda soddisfazione. Così come i servi della parabola ricevettero una ricompensa dal loro padrone per essere stati diligenti, anche noi possiamo provare la stessa gioia se coltiviamo i talenti che il nostro Signore ci ha dato.

Applicazione pratica

Suggerisci a ogni giovane di evitare di seppellire i propri talenti scegliendo una dote che vorrebbe possedere e scrivendola sul suo foglio. Invitala a ricopiare dalla lavagna i passi necessari per sviluppare quella dote, aggiungendovi i propri progetti e un piano d'azione. (Questa attività potrebbe essere una buona occasione per aiutare ogni giovane individualmente a stabilire degli obiettivi e fissare un piano d'azione).

Attività suggerite

Prendi in considerazione le seguenti attività che possono aiutare le giovani a sviluppare e a condividere i loro talenti:

1. Programma e organizza alcune sessioni di lavoro. Con l'approvazione del tuo dirigente del sacerdozio invita degli esperti che possano illustrare alle giovani alcune doti o abilità in cui hanno espresso il desiderio di migliorare. Questa attività potrà essere individuale, per piccoli gruppi o per tutta la classe.
2. Programma una uscita per visitare una biblioteca, ascoltare un esperto o ottenere altre informazioni in un determinato campo di interesse.
3. Programma una attività infrasettimanale per apprendere una abilità specifica: lavorare a maglia o all'uncinetto, cucire, cucinare, ecc. Se è il caso, il prodotto dell'attività potrà essere donato a qualcuno (una vedova, i genitori di un neonato, ecc.), mettendo così in risalto l'importanza di usare i nostri talenti per aiutare il prossimo.
4. Programma e organizza una serata di talenti a favore di anziani, bambini o ammalati, ricoverati in case di riposo o all'ospedale.

La partecipazione alle attività artistiche e culturali

OBIETTIVO	Ogni giovane si sforzerà di partecipare maggiormente alle attività artistiche e culturali.
PREPARAZIONE	<ol style="list-style-type: none"> 1. Facoltativo: procurati dalla biblioteca della casa di riunione il cartello con il tredicesimo Articolo di fede (65013 160). 2. Raccogli oggetti come dipinti, libri, piccole sculture e strumenti musicali da esporre in classe. Puoi includere opere d'arte o scritti fatti dalle giovani stesse. 3. Incarica due giovani di esporre la seconda sezione della lezione. Chiedi a ogni giovane della classe di mostrare e descrivere un'opera d'arte o di raccontare un'esperienza che ha fatto partecipando ad attività artistiche e culturali. 4. Se lo desideri, preparati a raccontare le esperienze che hai fatto in attività artistiche e culturali, oppure chiedi a un membro del rione di farlo al tuo posto. 5. Incarica alcune giovani di leggere i passi delle Scritture, le storie o le citazioni di tua scelta.
SVOLGIMENTO DELLA LEZIONE	<p>L'arte e la cultura possono arricchire la nostra vita</p> <p>Scrivi alla lavagna le parole <i>Attività artistiche e culturali</i>. Spiega che le attività artistiche e culturali comprendono espressioni come la letteratura, il teatro, la musica classica, il ballo, la scultura e la pittura. Elenca queste espressioni di arte e cultura alla lavagna. Chiedi alle giovani di parlare dei modi in cui hanno recentemente avuto contatto con il mondo dell'arte e della cultura.</p> <p>Chiedi alle giovani di ricordare e ripetere il tredicesimo Articolo di fede. Esponi il cartello. Sottolinea l'ultima parte: «Se vi sono cose virtuose, amabili, di buona reputazione o degne di lode, queste sono le cose a cui noi aspiriamo».</p> <ul style="list-style-type: none"> • Secondo voi, l'arte e la cultura possono essere considerate cose «virtuose, amabili, di buona reputazione o degne di lode»? Perché? • Perché l'arte e la cultura possono esercitare su di noi un'influenza edificante? <p>Esposizione</p> <p>Spiega che l'arte e la cultura hanno un profondo effetto sulla nostra mente e sul nostro spirito. Possono influire sul nostro spirito come le sole parole a volte non riescono a fare, e il loro effetto è spesso più duraturo. Chiedi alle giovani di pensare alle parole che descrivono le esperienze positive che l'arte e la cultura hanno esercitato su di loro.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Come vi sentite dopo aver letto una bellissima poesia o un racconto, o aver ascoltato o eseguito un bel brano musicale? <p>Scrivi sulla lavagna le risposte date dalle giovani, che possono includere aggettivi come: felici, ispirate, soddisfatte, edificate, incoraggiate.</p> <p>Spiega che le espressioni artistiche e culturali di alta qualità possono portare una maggiore perfezione nella nostra vita. Assolvono la necessità umana fondamentale di godere e partecipare alla bellezza che ci circonda e che fa parte del nostro retaggio culturale.</p> <p>Il presidente Spencer W. Kimball disse: «Ogni membro della Chiesa deve sviluppare talenti, leggere buona letteratura, dedicarsi ad attività culturali di alta qualità» (<i>La Stella</i>, ottobre 1978, pag. 178).</p>

La partecipazione alle attività artistiche e culturali può portarci grandi benefici

Esperienze
delle giovani

Chiedi alle due giovani incaricate in precedenza di tenere la loro esposizione. La prima dovrà cominciare leggendo Dottrina e Alleanze 88:118 e poi raccontare un'esperienza personale con le buone letture. Ella potrà leggere un passo di un'opera letteraria che le è particolarmente piaciuta e commentarne il significato, oppure potrà esporre qualcosa che ha scritto ella stessa.

La seconda giovane dovrà cominciare leggendo Dottrina e Alleanze 136:28. Potrà parlare di un'esperienza personale che ha fatto nel campo della musica classica o della danza, oppure potrà far ascoltare o vedere l'esecuzione di alcuni esempi di queste arti e spiegare come esse hanno arricchito la sua vita.

Dopo queste esposizioni chiedi alle altre giovani di parlare di un'esperienza che le ha aiutate ad apprezzare l'arte e la cultura, o a mostrare o parlare di un'opera d'arte che ha arricchito la loro vita.

Se lo desideri, puoi parlare tu stessa delle esperienze che hai fatto nel mondo dell'arte e della cultura, o chiedere a un membro del rione di farlo al tuo posto.

Alla fine delle esposizioni spiega che la nostra partecipazione alle attività artistiche e culturali non soltanto arricchisce la nostra vita, ma ci prepara ad arricchire anche quella degli altri. Narra la seguente esperienza fatta da una giovane donna:

Storia

«La mamma fu ispirata a instillare in ognuno di noi un grande amore per le opere di William Shakespeare. Così all'età di dodici anni, insieme ai miei fratelli e sorelle più piccoli (il più giovane aveva appena tre anni), cominciai ad esplorare il regno di questo grande scrittore.

Dopo aver studiato personalmente l'*Otello* la mamma, con grande fede, ci propose l'idea che tutti insieme potevamo esibirci nella rappresentazione di questo dramma sotto forma di teatro dei lettori. Acconsentimmo tutti, e durante i due mesi successivi lavorammo per conoscere e imparare a memoria l'opera. Ricordo che rimasi alzata sino a tardi molte volte per leggere ad alta voce la parte di Desdemona, cercando di dare alle parole la giusta intonazione e enfasi che richiedevano.

Lo studio non si limitava alle righe e alle frasi. Ci rendemmo conto anche del potere distruttivo della gelosia attraverso il carattere di Otello, del danno causato dalle parole ingannatrici di Iago, il cattivo dell'opera, e dell'importanza del rispetto e della reputazione tramite il buon Cassio. Lo studio di quest'opera servì anche a ribadire gli insegnamenti della Parola di Saggezza, quando imparammo che il vino priva gli uomini del loro cervello.

Anche se rappresentammo l'opera soltanto due volte, una volta nella nostra serata familiare e un'altra in una scuola privata, ricevemmo molti benefici sia spirituali che materiali dai nostri sforzi. . . . Mamma e papà continuano ad aiutare a mettere in pratica il principio di cercare «nei migliori libri le parole di saggezza» (DeA 88:118)» (Eric G. Stephan e Judith Stephan Smith, *What Happy Families Are Doing* [Salt Lake City: Deseret Book Co., 1981], pag. 70).

Discussione

Commenta i benefici che quella giovane ricevette grazie allo studio di Shakespeare.

- Secondo voi, in che modo la sua nuova conoscenza e l'amore per la buona letteratura furono di beneficio alla sua futura famiglia e ad altre persone?

Richiama l'attenzione della classe sul tredicesimo Articolo di fede. Chiedi alle giovani di pensare ai modi in cui possono cercare di migliorare la loro vita mediante attività artistiche e culturali e prepararsi ad arricchire la vita dei loro figli e di altre persone. Tra le idee proposte potranno esserci le seguenti:

- Andare in biblioteca e scegliere un'opera classica della letteratura da leggere da sola o con un'amica.
- Leggere ad alta voce insieme alla famiglia.
- Leggere una poesia preferita alla famiglia o ascoltare insieme l'esecuzione di un brano musicale e spiegare i motivi perché lo apprezzate in modo particolare.

- Scrivere personalmente una poesia o il testo di una canzone.
- Scrivere il copione di un lavoro teatrale basato su una storia delle Scritture per la loro classe o famiglia.
- Fare un inventario della musica e dei libri che possiedono ed eliminare quelli che non sono edificanti.
- Cominciare ad aggiungere alla loro raccolta musica o libri di qualità.
- Incorniciare per la loro stanza un'opera d'arte particolarmente interessante.
- Provare a disegnare, dipingere, scolpire, ecc.
- Studiare un'opera teatrale, una composizione musicale o un'opera, prima di assistere a una sua rappresentazione.
- Scegliere con maggiore cura gli spettacoli televisivi che seguono e approfittare di ogni programma educativo e culturale.

Conclusione

Il presidente Spencer W. Kimball ci ha lasciato un ispirato incoraggiamento a sviluppare una nostra arte e cultura come membri della Chiesa:

Citazione

«Noi siamo orgogliosi del retaggio artistico che la Chiesa ci ha dato nei suoi primi anni di vita, ma la storia completa del Mormonismo non è mai stata scritta, né dipinta, né scolpita, né narrata. Il compimento di quest'opera è riservato a cuori e talenti ispirati che ancora non si sono rivelati. Questi uomini e queste donne devono essere membri della Chiesa, fedeli, ispirati e attivi per poter dare vita, sentimento e prospettiva veritiera a un argomento tanto meritevole. Questi capolavori devono essere programmati per mesi in ogni cinematografo, in ogni teatro, in ogni parte del mondo, in ogni lingua degli uomini; devono essere scritti da grandi artisti e purificati dai migliori critici» («La visione delle arti nel Vangelo», *La Stella*, marzo 1978, pag. 4).

Esorta le giovani a partecipare alle attività artistiche e culturali. Spiega loro che così facendo porteranno grandi benefici a se stesse e agli altri.

Applicazione pratica

Suggerisci che, come classe o individualmente, le giovani scelgano un modo di partecipare ad attività artistiche e culturali durante le prossime settimane. Esse potranno accettare l'esortazione del presidente Kimball a contribuire a scrivere, dipingere o scolpire certi aspetti della storia della Chiesa. Esse possono partecipare a festival artistici, agli spettacoli viaggianti, opere teatrali o altri avvenimenti artistici e culturali del loro rione o ramo, partecipare a una competizione patrocinata dalle riviste della Chiesa o far conoscere a familiari o amici i loro talenti.

La responsabilità nell'uso delle risorse economiche

Lezione

46

OBIETTIVO	Ogni giovane comprenderà quanto sia importante essere coscienziosa nell'uso delle risorse economiche.
-----------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------

PREPARAZIONE	<ol style="list-style-type: none">1. Prepara per ogni giovane una copia del volantino «La responsabilità nell'uso delle risorse economiche», che si trova in fondo alla lezione. Porta anche in classe un numero adeguato di matite.2. Prepara un cartello con la seguente scritta: Vivere saggiamente vuol dire essere piene di «buon senso, frugali, prudenti, al fine di preparare una scorta per il futuro, senza trascurare le necessità del presente».3. Chiedi a una giovane di parlare dei lavori che ha fatto, sia per guadagnare dei soldi che per aiutare la sua famiglia. Chiedile di parlare di come questi lavori l'hanno aiutata a prepararsi per il futuro e come ha usato il denaro che ha guadagnato.4. Porta in classe un esempio di bilancio o un quaderno di computisteria per mostrare come si annotano le entrate e le uscite.5. Incarica alcune giovani di leggere i passi delle Scritture, le storie o le citazioni di tua scelta.
--------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

SVOLGIMENTO DELLA LEZIONE	Introduzione
Volantino	Distribuisci alle giovani le matite e il volantino invitandole a rispondere alle domande in esso contenute. Rassicurale sul fatto che nessuno vedrà le risposte che daranno ed esortale a tenere presenti queste domande durante tutto lo svolgimento della lezione.
Esposizione	Dobbiamo imparare ad avere senso di responsabilità nell'uso del nostro denaro Spiega che dobbiamo imparare ad essere coscienziose nell'uso che facciamo delle nostre risorse finanziarie. Grande o piccola che sia la somma, dobbiamo imparare ad amministrarla, in modo da ricevere da essa tutti i benefici che può dare.
Citazione	Leggi la seguente dichiarazione: «Se c'è una cosa che può portare serenità e soddisfazione al cuore dell'uomo e alla sua famiglia è il vivere nell'ambito delle proprie entrate. E se c'è una cosa che è tormentosa e scoraggiante è l'aver dei debiti e degli impegni che non siamo in grado di assolvere» (Heber J. Grant, <i>Gospel Standards</i> , [Salt Lake City: Deseret Book Co., 1941], pag. 111).
Discussione	Invita ogni giovane a meditare su quello che potrebbe succedere in ciascuna delle seguenti situazioni: (1) se la famiglia subisse un improvviso tracollo finanziario; (2) se il papà morisse improvvisamente; (3) se il papà perdesse il lavoro; (4) se una improvvisa malattia grave richiedesse grosse spese. Cosa accadrebbe alla vostra famiglia se succedesse qualcuna di queste eventualità? In che maniera potreste essere di aiuto voi? Le vostre spese attuali sarebbero troppo elevate per la vostra famiglia, in quelle condizioni? Avete mai pensato che qualcosa del genere potrebbe succedere e avete preso qualche provvedimento? • C'è qualcuna che ha avuto delle esperienze simili a queste, che vorrebbe riferire alla classe? Spiega che se saremo in grado di provvedere alle nostre necessità e di assumere le nostre responsabilità nel campo economico, saremo sulla buona strada per vivere una vita previdente.

Cartello e citazione	<ul style="list-style-type: none"> • Cosa vuol dire «vivere una vita previdente»? <p>Mostra il cartello e spiega che sorella Barbara B. Smith definì la vita previdente come «piena di buon senso, frugale, prudente, al fine di preparare una scorta per il futuro, senza trascurare le necessità del presente» (<i>La Stella</i>, ottobre 1976, pag. 110).</p>
Discussione	<p>Verifica se le giovani comprendono bene il significato delle parole «frugale» e «prudente». Spiega che, sebbene la loro possibilità di guadagnare sia per ora alquanto limitata, ogni giovane può fin d'ora «prepararsi per il futuro, senza trascurare le necessità del presente». Invita ogni giovane a considerare le risposte che ha dato al questionario: in che campo dovrebbero migliorare per poter essere più previdenti, più responsabili e per amministrare meglio le loro attuali risorse?</p>
Esposizione della giovane	<p>Chiedi alla giovane incaricata in precedenza di parlare dei lavori che ha fatto. Chiedile di spiegare come impiega il denaro che guadagna.</p>
Discussione	<p>In che modo il lavoro svolto aiuta questa giovane a prepararsi per il futuro?</p> <p>Chiedi alle giovani di proporre dei modi saggi e meritevoli in cui potrebbero usare il denaro che guadagnano.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Quali sono alcuni modi efficaci di risparmiare denaro per il futuro? • Quali generi di acquisti sono saggi e previdenti?
Dimostrazione	<p>Mostra un bilancio o un libro contabile. Chiedi alle giovani di esaminare lo schema di bilancio sul volantino.</p>
Esposizione	<p>Spiega che per amministrare accuratamente il denaro è indispensabile tenere una corretta documentazione. Se non vogliamo gettare le nostre risorse, dobbiamo avere una specie di registro o un quaderno sul quale registrare le entrate e le spese. Queste informazioni ci saranno utili quando sarà il momento di prevedere le spese future. Ci sono diversi modi di tenere un registro contabile, ma tutti hanno alcuni principi fondamentali in comune.</p> <p>Mostra l'esempio di bilancio. Spiega che il bilancio consente a una persona di tenere conto di quanto guadagna e di controllare quanto spende.</p> <ul style="list-style-type: none"> • In che maniera un registro così semplice vi può aiutare ad essere più responsabili nell'uso del denaro? (Si sa sempre quanto denaro abbiamo a disposizione, quando è stato ricevuto, speso o risparmiato e se viviamo nell'ambito delle nostre entrate oppure no). • Quali altri vantaggi possono derivare dalla buona abitudine di tenere una corretta documentazione?

Gestire le finanze ci aiuta a diventare autosufficienti

Esposizione	<p>Spiega che i dirigenti della Chiesa ci consigliano di essere indipendenti e autosufficienti, a prescindere dalla situazione economica, imparando a gestire con responsabilità il nostro denaro. Leggi e commenta le seguenti dichiarazioni:</p>
Citazioni	<p>«Il Signore desidera che i santi siano liberi e indipendenti nei giorni difficili che ci attendono; ma non si può essere liberi se si hanno impedimenti economici» (Ezra Taft Benson, Conference Report, ottobre 1973, pag. 90, o <i>Ensign</i>, gennaio 1974, pag. 69).</p> <p>«Dobbiamo renderci conto che i problemi economici sono la causa di molta infelicità e rappresentano sicuramente uno dei fattori che più di altri provocano disarmonie nelle famiglie e divorzi.</p> <p>Il Signore ci ha detto che se saremo preparati noi non temeremo (vedere DeA 38:30). Che grande benedizione è l'essere liberi da ogni preoccupazione economica!» (Franklin D. Richards, <i>La Stella</i>, ottobre 1979, pag. 64).</p>
Discussione	<ul style="list-style-type: none"> • Quali altre qualità dobbiamo sviluppare per poter gestire con responsabilità le nostre risorse, oltre a familiarizzarci con le tecniche e i principi della buona amministrazione? Quando le giovani avranno risposto a questa domanda, scrivi sulla lavagna le tre doti seguenti, e commentale con l'aiuto delle informazioni suggerite. <ol style="list-style-type: none"> 1. <i>Esercitare la disciplina.</i> Siamo stati ripetutamente ammoniti ad evitare i debiti e a non permettere che le spese superino le entrate. È necessario esercitare la disciplina per pagare la decima e le offerte, per risparmiare regolarmente e per restare nell'ambito delle entrate.

Citazione	<p>«Il segreto per spendere meno di quanto guadagniamo è semplice: si chiama disciplina. Che sia all'inizio della vita o nella vecchiaia, dobbiamo tutti imparare a disciplinarci, a controllare i nostri appetiti e i nostri desideri di beni materiali» (N. Eldon Tanner, <i>La Stella</i>, maggio 1982, pag. 15).</p> <ul style="list-style-type: none"> • In che modo il tenere un bilancio delle entrate e delle uscite ci può aiutare a disciplinare noi stesse?
Scrittura	<p>2. <i>Essere altruisti</i>. Le Scritture contengono saggi consigli a questo proposito. Leggete insieme e sottolineate i seguenti due passi delle Scritture: Dottrina e Alleanze 68:31 e Giacobbe 2:18–19.</p>
Discussione	<ul style="list-style-type: none"> • In che modo il fatto di pagare la decima e le offerte ci aiuta a seguire questi consigli che troviamo nelle Scritture? Quali altre organizzazioni esistono nella nostra comunità, che meritano il nostro contributo finanziario?
Storia	<p>3. <i>Usare il buon senso</i>. Una donna che si trovò improvvisamente vedova espresse con le seguenti parole i suoi sentimenti circa l'importanza che ha per ogni giovane l'imparare molto presto a usare buon senso nel programmare e nel gestire le proprie risorse.</p> <p>«Non credo che essere una madre che lavora sia la condizione ideale . . . ma ci sono delle circostanze che ti obbligano a darti da fare per poter mantenere la tua famiglia. Mi sono perciò preoccupata di aiutare le mie figlie ad essere pronte ad assumersi delle responsabilità di carattere economico, se si dovessero trovare nella necessità di farlo. Quando i miei figli cominciarono a uscire con le ragazze, li consigliai di cercare una ragazza che potesse essere in grado di mantenere da sola i suoi figli» (Maren E. Hardy, «Widow Discovers Her Own Potential, Gains Successes», <i>Church News</i>, 10 luglio 1982, pag. 7).</p>
Discussione	<ul style="list-style-type: none"> • In che modo questi suggerimenti ci possono aiutare a usare il buon senso nell'amministrare il denaro e nel fare piani per il futuro? • Perché è importante che impariamo ad essere autosufficienti in campo economico?
Casi di studio	<p>Chiedi alle giovani di esaminare i seguenti esempi pratici e di dire in quale, fra queste tre doti, le ragazze di queste storie hanno bisogno di migliorare. Cosa avrebbe potuto fare ciascuna ragazza per evitare di trovarsi nei guai e per essere più autosufficiente?</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Cristina aveva sempre desiderato seguire un corso di danza, ma quando andò a iscriversi si rese conto di non avere il denaro necessario per la retta. 2. I genitori di Tamara le chiesero se poteva contribuire con il suo denaro all'offerta di digiuno mensile, ma lei preferì usare i suoi soldi per acquistare un long playing uscito da poco. 3. Marta propose ai suoi genitori di pagarsi metà della retta necessaria per il corso di pianoforte, se loro avessero messo l'altra metà. Per due mesi riuscì a mantenere il proprio impegno, ma poi non fu più in grado di farlo. 4. Sara decise che, dato che la scuola sarebbe iniziata il mese dopo, avrebbe aspettato fino ad allora a pagare la decima, visto che allora avrebbe avuto sicuramente meno occasioni di spendere. 5. Teresa voleva comperare un abito nuovo per andare al matrimonio di una sua cara amica, ma si rese conto di non avere soldi sufficienti per pagarsi l'abito e anche per comperarle il regalo di nozze, così chiese ai suoi genitori se poteva addebitare il regalo sulla loro carta di credito. 6. Luisa ha speso i suoi ultimi soldi per comperarsi delle paste, nonostante si lamenti spesso di non avere abbastanza soldi per comperarsi abiti e altri oggetti necessari.

Conclusione

Esposizione	<p>Ribadisci quanto è importante che ognuna di noi impari ad assumere le proprie responsabilità nella gestione delle risorse economiche. Possiamo usare saggiamente le nostre risorse ed evitare così le difficoltà finanziarie sia adesso che in futuro. Potremo imparare ad essere autosufficienti, a non avere preoccupazioni di ordine economico, provare la gioia di possedere qualcosa di nostro, avere un buon concetto di noi stesse e godere della gioia e della serenità che arridono a chi sa vivere in maniera previdente.</p>
-------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Applicazione pratica

Incoraggia ogni giovane a prendere un quaderno o un mastro contabile e ad iniziare a tenere accurate registrazioni delle entrate e delle spese. Invitalo a portare a casa il volantino e ad esaminarlo con i loro genitori, chiedendo il loro aiuto per imparare ad essere personalmente più responsabili delle proprie risorse economiche.

La responsabilità nell'uso delle risorse economiche

1. Cosa faccio per guadagnare del denaro?
2. Quanto guadagno? O quanto ricevo dalla mia famiglia?
3. Come spendo il denaro che guadagno?
4. Quanto riesco a risparmiare e dove metto i miei risparmi?
5. Ho dei debiti con qualcuno? Quanto?
6. Quanto spendo soltanto per me? e quanto spendo per gli altri?
7. Quali capacità sto sviluppando che mi aiuteranno a guadagnare il denaro di cui avrò bisogno per realizzare i miei futuri obiettivi?
8. Tengo un libro dei conti?

Bilancio personale

<i>Entrate previste</i>												
	Gen	Feb	Mar	Apr	Mag	Giu	Lug	Ago	Set	Ott	Nov	Dic
Stipendio												
Lavoro in proprio												
Altre												
Totale												
<i>Spese previste</i>												
	Gen	Feb	Mar	Apr	Mag	Giu	Lug	Ago	Set	Ott	Nov	Dic
Decima												
Offerte di digiuno												
Risparmi												
Abbigliamento												
Aiuto alla famiglia												
Regali												
Altre												
Totale												

OBIETTIVO Ogni giovane cercherà di creare un'atmosfera edificante nella sua vita sia ora che in futuro.

PREPARAZIONE

1. Illustrazioni da 22 a 25: Casa di riunione, Casa, Attività ricreative, Paesaggio, che si trovano tutte in fondo al manuale.
2. Facoltativo: Prepara un cartello con la definizione di *ambiente*, come indicato nell'introduzione.
3. Incarica alcune giovani di leggere i passi delle Scritture, le storie o le citazioni di tua scelta.

**SVOLGIMENTO
DELLA
LEZIONE**

Illustrazione
e discussione

Introduzione

Mostra le illustrazioni di diversi tipi di ambiente e chiedi alle giovani di dare una definizione del termine *ambiente*. Poi mostra il cartello.

Cartello

Ambiente: L'insieme delle condizioni che influiscono sulla vita di una persona o di una comunità.

Lavagna
e discussione

Spiega che molti fattori nel nostro ambiente sono indipendenti da noi. Chiedi alle giovani di individuare questi fattori ed elencali sulla lavagna sotto al titolo «Indipendenti da noi».

L'elenco potrà contenere i seguenti fattori:

Indipendenti da noi

- Zona geografica
- Clima
- Dimensioni e
condizioni della
famiglia
- Tipo di casa
- Professione dei genitori
- Posto nella famiglia
- Atteggiamento dei
genitori

Esposizione

Spiega che i fattori incontrollabili dell'ambiente in cui viviamo hanno una grande influenza sulla nostra vita. Ci sono però dei fattori che noi *possiamo* controllare, ed è di questi che dobbiamo preoccuparci. Dobbiamo sforzarci di migliorare il nostro ambiente laddove ci è possibile.

Come creare un ambiente favorevole

Lavagna
e discussione

Invita le giovani ad analizzare ora i vari fattori del loro ambiente sui quali possono esercitare un controllo. Aggiungi i loro suggerimenti all'elenco sulla lavagna sotto il titolo «Controllabili». Fai in modo di inserire i seguenti fattori:

<i>Indipendenti da noi</i>	<i>Controllabili</i>
Zona geografica	Amicizie
Clima	Interessi
Dimensioni e condizioni della famiglia	Impiego del tempo
Tipo di casa	Atteggiamento personale
Professione dei genitori	Genere di letture e di spettacoli seguiti
Posto nella famiglia	Pulizia
Atteggiamento dei genitori	

Citazione

Leggi la seguente dichiarazione:

«Per quanto riguarda l'ambiente, i santi devono affrontare due obblighi: primo, creare per se stessi e per la loro famiglia un ambiente il più sano e edificante possibile, in modo da diminuire le possibilità che qualcuno della famiglia cada in trasgressione; secondo, ergersi contro ogni tipo di ambiente insano che possano incontrare nel corso di questa esistenza terrena . . .

I santi devono avere pace e amore in famiglia; devono partecipare solamente ad attività ricreative di buona reputazione, sbrigare i loro lavori quotidiani nell'ambiente più pulito e sano che sia possibile e cercare di vivere di un'atmosfera improntata alla rettitudine e alla fede. Avere a che fare abitualmente con situazioni volgari o di bassa levatura porta inevitabilmente l'anima umana verso la depravazione» (Bruce R. McConkie, *Mormon Doctrine*, seconda edizione, [Salt Lake City: Bookcraft, 1966], pag. 229).

Domanda

• Secondo l'anziano McConkie qual è l'obbligo principale che abbiamo per quanto attiene al nostro ambiente?

Storia

Racconta la seguente storia che mostra in che modo una giovane può contribuire a migliorare l'ambiente in cui si trova.

Carla e Alice erano due sorelle che dormivano nella stessa stanza, ma si circondavano di una atmosfera completamente diversa. Carla aveva appeso accanto al suo letto dei poster di cantanti e di attori del cinema. Quando era in casa, il giradischi andava sempre a tutto volume; abiti e indumenti erano sparsi sulle sedie, sui mobili o appesi sulla porta. Quando doveva trovare un paio di scarpe aveva un bel daffare, perché il mobiletto era sempre sottosopra, per non parlare di quello che c'era sotto il letto. La biancheria sporca si mescolava con quella pulita, e a volte non era facile stabilire quale fosse quella pulita. Il letto era quasi sempre disfatto.

Alice invece aveva messo sulle pareti del suo angolino dei quadretti e le fotografie delle persone più care. Sopra il letto aveva una gigantografia del tempio e due quadretti raffiguranti il Salvatore e Joseph Smith. Sebbene non fosse maniaca dell'ordine, i suoi cassetti erano sempre a posto e il letto era sempre ben fatto. Di solito le tende della stanza erano aperte, in modo che il sole potesse entrare più liberamente.

Discussione

Commenta con la classe il diverso tipo di ambiente che ciascuna giovane si era creato.

- Che effetto potrà avere ciascun tipo di atmosfera sulle due giovani e sul loro carattere?
- Sui loro studi?
- Sull'attività nella Chiesa?
- Sulla capacità di andare d'accordo con gli altri?

Articolo di fede

Chiedi alle giovani di ripetere a voce alta il tredicesimo Articolo di fede.

- Cosa dice questo Articolo di fede riguardo al genere di ambiente che dobbiamo sforzarci di creare?

Scritture

Chiedi alle giovani di leggere Filippesi 4:8.

Spiega che le Scritture e il tredicesimo Articolo di fede sottolineano alcune virtù che i fedeli Santi degli Ultimi Giorni devono cercare di possedere.

- Quali possono essere le cose amabili, di buona reputazione o degne di lode?
- In che modo queste cose ci possono rendere migliori?
- Come possiamo farle diventare parte della nostra vita?
- In che modo le nostre amiche ci possono aiutare a trovare questo tipo di cose?

Storia

La seguente storia parla di una giovane che riuscì a migliorare il suo ambiente:

Luisa faceva parte di una famiglia numerosa. La situazione economica era difficile e il padre portava a casa uno stipendio piuttosto basso. La loro modesta casa aveva solo due stanze e un portico sul retro. Dato che in casa c'erano solo due letti, Luisa e gli altri undici fratelli e sorelle dovevano dormire per terra. Durante l'estate i ragazzi dormivano all'aperto o sotto il portico. Nonostante che l'ambiente in cui vivevano denotasse povertà e bisogno, i figli di questa famiglia usavano tutta la loro fantasia per rendere piacevole lo stare in casa.

Luisa raccontò spesso di come, quando era piccola, non vedeva l'ora che venisse il giovedì sera, perché quello era il giorno assegnato a lei e a sua sorella per dormire nel letto. In quella sera potevano anche fare le prove della loro «orchestra». Pur senza avere strumenti, ciascuno di loro si sceglieva lo strumento immaginario che preferiva e passava il resto della serata canticchiando o riproducendo con la voce il tamburo, il violino, il banjo, il sassofono, il clarinetto o il contrabbasso. Ma lo strumento preferito da tutti era il piano a coda. Le bambine più piccole facevano a turno per sedersi su una vecchia sedia davanti al letto (l'unico mobile metallico di tutta la casa), passando le dita sopra la rete come se fosse una tastiera. Luisa adorava quel pianoforte! Nessuna sonata di Bach o di Beethoven poté mai uguagliare le melodiose scale che lei traeva da quei tasti immaginari.

Dovettero passare molti anni, prima che Luisa potesse permettersi di avere un piano vero. Aveva dovuto lottare per poter studiare, e poi si era sposata, ma la passione per il pianoforte non le era venuta meno. Non aveva mai potuto realizzare il suo sogno, ma alla fine ebbe la grande gioia e soddisfazione di ascoltare molti grandi artisti, fra i quali le sue figlie, che si erano diplomate al conservatorio. Fu davvero l'adempimento di un sogno fatto da una bambina che viveva in umili condizioni, ma che aveva un cuore sempre pronto a rincorrere le cose più belle.

- In quale modo quella giovane donna portò una nota di bellezza nel suo ambiente?

È possibile elevarci al di sopra di un cattivo ambiente

- Qual è il nostro secondo dovere menzionato dall'anziano McConkie?

Esposizione

Spiega che noi che apparteniamo alla Chiesa a volte ci possiamo trovare in un ambiente poco edificante che non è in armonia con le nostre norme morali. La seguente storia mostra come possiamo affrontare una situazione di questo tipo.

Caso di studio

«Una sera d'estate, quando ero matricola all'università, avevo un appuntamento con un ragazzo che mi piaceva in modo particolare. Non lo conoscevo ancora molto bene, ma mi piaceva il suo modo di fare.

Venne a prendermi per andare al cinema e, dato che non aveva la macchina, ci incamminammo verso il cinema. Passammo una bella mezz'ora imparando a conoscerci meglio. Poi, quando iniziò il film, cominciai a sentirmi a disagio. Sebbene il giudizio della critica fosse abbastanza positivo, il dialogo cominciò ad assumere toni sempre più volgari ed io mi trovai a sprofondare sempre più nella poltrona.

E sapete che cosa mi disse lui? Anche se non erano passati più di dieci minuti, mi disse: «Questo film non mi piace. Ti dispiace se ce ne andiamo?» Non fece tante storie: solo mi chiese se potevamo andarcene. Ho sempre ripensato a quel ragazzo e alla sua integrità. È questo il tipo di uomo che voglio sposare».

Aggiungete a questa storia innumerevoli altre assai simili, e avrete un esempio di come i giovani Santi degli Ultimi Giorni possono scegliere di comportarsi: uscendo, spegnendo la radio o la televisione, quando ciò che vedono è offensivo per i loro ideali» (Kathleen Lubeck, «The Turn-off Walk-out Factor», *New Era*, giugno 1981, pag. 26).

- Discussione
- Quali altre soluzioni c'erano in questo caso?
 - In che modo la loro decisione di andarsene fu un segno di reciproco rispetto?
 - Cosa fareste voi, se vi trovaste in una situazione simile?
 - In quali altri ambienti poco edificanti si trovano a volte i giovani?
 - Come si può uscire da queste situazioni incresciose?
-

Esposizione

Conclusioni

Spiega che possiamo contribuire a creare un ambiente edificante per noi, per i nostri amici e per tutta la nostra famiglia. La nostra casa può essere una capanna di legno, una baracca o una villetta o anche un grande palazzo; ma quale che sia la nostra situazione, dobbiamo fare tutto il possibile per vincere le influenze negative e creare un ambiente edificante in cui vivere.

Applicazione pratica

Suggerisci a ogni giovane di dare uno sguardo alla propria stanza o di individuare altri campi che potrebbe migliorare per vivere in un ambiente più edificante. Invitalo a fare tutto il possibile per fare della loro casa un luogo bello in cui vivere.

Lo sviluppo delle capacità direttive

OBIETTIVO	Ogni giovane diventerà una dirigente più efficace a mano a mano che imparerà a comunicare meglio.
-----------	---------------------------------------------------------------------------------------------------

PREPARAZIONE	<ol style="list-style-type: none"> 1. Prepara per ogni giovane una copia del volantino che si trova alla fine della lezione 2. Programma assieme alla presidentessa della classe l'attività introduttiva della lezione. Avrai bisogno di una benda, cerotto, cotone e uno spago. Invita la presidentessa a tenersi pronta a spiegare, al termine della lezione, i sentimenti che provava durante l'esperienza iniziale. 3. Incarica alcune giovani di esporre i modi in cui hanno svolto un ruolo di dirigente in casa, in chiesa, a scuola o nella società. Invitale a spiegare come queste esperienze direttive hanno aiutato loro stesse e gli altri. 4. Elenca su altrettanti fogli di carta i riferimenti alle Scritture e le citazioni che si trovano nella terza parte della lezione. 5. Incarica alcune giovani di leggere i passi delle Scritture, le storie o le citazioni di tua scelta.
--------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

SVOLGIMENTO DELLA LEZIONE	<p>Introduzione</p> <p>All'inizio della lezione fai trovare la presidentessa della classe seduta su una sedia, con una benda sugli occhi, del cotone nelle orecchie, un cerotto sulla bocca e le mani e i piedi legati con uno spago. Senza prestare attenzione alle sue proteste, inizia la lezione annunciando con tono perentorio alcune cose che vuoi che le giovani facciano. Per esempio: «Questa lezione è molto importante. Per aiutarvi a capirla bene vi ordino di mettervi tutte in fila. Luisa, siediti vicino a Laura. Rosanna, siediti da sola nell'ultima fila. State sedute erette, con i piedi ben appoggiati per terra. Fate silenzio». Non badare alle eventuali proteste della classe e continua a dare degli ordini, senza concedere alternative e senza ascoltare le loro lamentele.</p> <p>Dopo questa breve dimostrazione di' alla classe: «Ho idea che non vi piaccia il modo in cui tengo la lezione, così lascerò la classe nelle mani della presidentessa».</p> <p>La giovane non sarà in grado di fare nulla. Potrebbe fare dei movimenti e cercare di liberarsi, ma sarà ben presto evidente che non ha nessuna possibilità di riuscire. Poi toglile la benda, il cotone e le altre cose.</p>
Dimostrazione	
Discussione	<p>Poni le seguenti domande:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Perché non vi è piaciuto il modo in cui dirigevo la classe? • Perché la presidentessa non poteva dirigere? (Perché non poteva comunicare con noi). • Cosa possiamo capire da questo esempio, a proposito di come dobbiamo guidare gli altri? (È necessario il giusto genere di comunicazione. I dirigenti devono essere disposti e capaci di comunicare con coloro che dirigono).

Lavagna e discussione	<p>Tutte possiamo essere dirigenti</p> <p>Chiedi alle giovani di indicare alcune caratteristiche di una buona dirigente e fanne un elenco sulla lavagna. I suggerimenti potranno più o meno essere i seguenti:</p>
-----------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Una dirigente è una persona che:

- Ascolta
- Non fa richieste irragionevoli
- Comunica con noi
- Consente agli altri di partecipare
- Dimostra affetto e interesse
- Non fa soltanto quello che vuole lei
- È sensibile verso gli altri

- Perché queste caratteristiche sono importanti in una dirigente?
- Quali sono alcuni modi in cui potete essere delle dirigenti nella vostra casa? (Dando l'esempio, insegnando ai fratelli e alle sorelle minori, dirigendo la serata familiare).
- Quali sono alcuni modi in cui potete essere delle dirigenti nella Chiesa?
- Quali sono alcuni modi in cui potete essere delle dirigenti nella vostra scuola o comunità?

Chiedi alle giovani incaricate di parlare delle loro esperienze direttive.

Fai notare che tutte saremo delle dirigenti in almeno uno dei tre campi sopra elencati, e probabilmente in tutti e tre. Acquisire le capacità proprie di una dirigente è importante per tutte le giovani.

La capacità di comunicare è la base di un'efficace direzione

Esposizione

Fai riferimento all'elenco delle caratteristiche scritto sulla lavagna e spiega che, sebbene tutte queste caratteristiche siano importanti in una dirigente, in questa lezione parleremo solo di un concetto: comunicare con efficacia. L'esempio introduttivo della lezione ci ha fatto capire due cose a proposito dell'arte di comunicare:

1. La comunicazione negativa o in un solo senso non è propria della buona dirigente.
2. Per poter guidare è necessario poter comunicare.

Spiega che la capacità di comunicare è la base di un'efficace direzione

Invita la classe a cercare di definire che cosa è la comunicazione. Spiega che è uno scambio reciproco di idee, atteggiamenti, informazioni e sentimenti.

Scritture

Distribuisce alla classe i seguenti riferimenti alle Scritture e la citazione invitandole a leggerli ad alta voce e a cercare di individuare i principi di una buona comunicazione. Elenca questi principi sulla lavagna.

Efesini 4:15

1. Corinzi 14:9

2. Nefi 31:3

Efesini 4:31

Giacomo 3:2

Proverbi 15:1

L'anziano Jacob de Jager raccontò che dopo un lungo seminario di istruzione il presidente Marion G. Romney gli chiese in che modo pensava di insegnare a sua volta tutto ciò che aveva imparato. L'anziano de Jager rispose: «Insegnerò in modo che tutti comprendano».

Il presidente Romney rispose: «Non basta; dovrai insegnare in modo che nessuno fraintenda» (*La Stella*, aprile 1979, pag. 129).

Dire la verità con amore
 Scegliere parole facili da capire
 Essere chiari
 Evitare l'ira e il parlar male
 Non offendere
 Parlare con tono calmo per evitare l'ira
 Evitare i malintesi

- Discussione Spiega che oltre a essere in grado di esprimere chiaramente il nostro messaggio dobbiamo anche saper ascoltare attentamente gli altri. Poni le seguenti domande alle giovani.
1. Perché a volte non ascoltiamo quello che ci dicono gli altri? (Non facciamo attenzione, pensiamo ad altro, ci prepariamo la risposta, pensiamo di sapere già dove vuole arrivare, non siamo d'accordo, non abbiamo rispetto per chi sta parlando, siamo troppo indaffarate a parlare).
 2. Perché a volte ascoltiamo le parole che qualcuno ci dice, ma non ne comprendiamo il significato? (È difficile trasmettere i sentimenti, ci fermiamo al significato delle parole senza cercare di comprendere i sentimenti, le stesse parole a volte hanno significati diversi per diverse persone).
- Discussione Esamina con la classe alcuni modi mediante i quali possiamo far capire che stiamo ascoltando: espressioni del viso, movimenti del corpo (come accennare di sì con il capo), guardare negli occhi, fare delle domande per vedere se abbiamo capito bene.

L'arte di guidare richiede amore

- Discussione Spiega che uno dei grandi messaggi del Salvatore è quello di amarci gli uni gli altri.
- Perché ascoltando dimostriamo il nostro amore? (Se si ama veramente una persona si desidera ascoltarla. L'amore ci consente di ascoltare con sincerità).
 - Cosa provate quando vi accorgete che qualcuno si sforza sinceramente di capire come vi sentite e quello che state dicendo?
- Lavagna Rammenta alle giovani che la cosa più importante che devono comunicare al prossimo è il loro amore e il loro interessamento per gli altri. Scrivi sulla lavagna le due seguenti dichiarazioni:
- «L'amore è la lingua universale»
 «L'arte di guidare richiede amore»
- Chiedi alle giovani come questi concetti possono aiutarle ad essere delle dirigenti migliori.
- Esperienza personale Chiedi alla presidentessa della classe di dire che sentimenti ha provato all'inizio della lezione, quando era imbavagliata e legata. Dovrebbe dire che non poteva comunicare, che si sentiva frustrata, che non poteva svolgere il suo incarico. Invitala anche a dire, invece, quanto è felice quando può comunicare con le altre giovani e ottenere le loro risposte.
- Esposizione Spiega che tutte avremo la possibilità di dirigere e di servire il prossimo, e che potremo mostrare il nostro affetto e il nostro interesse nel modo in cui parleremo e ascolteremo. Se sapremo comunicare meglio, saremo delle migliori dirigenti e potremo trarre maggiore gioia e soddisfazione dal servizio reso al prossimo.

Applicazione pratica

Invita ogni giovane a fare attenzione durante la prossima settimana al modo in cui comunica con gli altri. Distribuisci le copie del volantino che hai preparato. Chiedi alle giovani di rileggere le domande ogni sera durante tutta la prossima settimana.

Comunicare per guidare

Ogni sera effettua una valutazione del tuo comportamento ponendoti le seguenti domande:

	Sempre	Di solito	Qualche volta	Mai
Ho detto la verità parlando con affetto?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ho scelto parole facili da capire?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ho evitato di adirarmi e di parlare male?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ho evitato di offendere?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ho ascoltato veramente?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ho cercato di capire anche i sentimenti, oltre alle parole?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ho cercato di far capire che stavo veramente ascoltando?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ho comunicato affetto e interessamento a chi mi ascoltava?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Apprezziamo e incoraggiamo i portatori di handicap

OBIETTIVO	Ogni giovane rispetterà e apprezzerà il contributo dato alla società dai portatori di handicap.
PREPARAZIONE	<ol style="list-style-type: none"> 1. Prepara per ogni giovane un foglio con su scritto a grosse lettere la parola <i>DIFFERENZE</i>. 2. Porta in classe matite sufficienti per tutte le giovani.
SVOLGIMENTO DELLA LEZIONE	Possiamo capire i disabili
Esposizione	<p>Spiega che fra tutti noi sono più numerose le somiglianze che le differenze.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Quali sono alcuni degli aspetti per cui siamo tutti simili? (Abbiamo tutti bisogno di cibo, vestiti e casa, abbiamo bisogno di essere amati, vogliamo sviluppare i nostri talenti, vogliamo servire il prossimo). • Quali sono alcuni aspetti per cui siamo diversi? (Abbiamo interessi diversi, capacità diverse e condizioni di vita diverse). Fai notare che alcune persone presentano anche la differenza causata dagli handicap.
Attività e discussione	<p>Distribuisci le matite e le copie del foglio con su scritto <i>DIFFERENZE</i>.</p> <p>Chiedi alle giovani di tracciare le lettere di questa parola con la mano che di solito non usano per scrivere. Chiedi loro di farlo accuratamente, ma il più rapidamente possibile. Dovrebbero trovare questo processo lento e difficile. Concedi loro un limite di tempo ed esortale ad affrettarsi. Loda le giovani che lavorano bene e fai fretta a quelle che rimangono indietro.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cosa avete provato a lavorare sotto pressione per svolgere un compito superiore alle vostre capacità o che non sapete fare bene? <p>Spiega che questo è ciò che prova spesso una persona che ha difficoltà a imparare nella sua classe, a scuola o in chiesa.</p>
Scritture e discussione	<p>Chiedi a una giovane di leggere Giovanni 13:34–35.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Come sa la gente che noi siamo discepoli di Cristo? <p>Spiega che tutto attorno a noi vi sono persone portatrici di handicap. In alcuni casi si tratta di handicap fisici, in alcuni casi di handicap mentali e in altri ancora di handicap emotivi. Alcuni handicap sono facili da vedere, altri rimangono invisibili sino a quando si impara a conoscere bene il portatore. Le nostre azioni e il nostro atteggiamento devono avere un effetto positivo sui disabili. Dobbiamo mostrare che ci curiamo di loro e non fare cose che potrebbero metterli in imbarazzo o offendere i loro sentimenti.</p> <p>Cosa possiamo fare per mostrare ai disabili che li accettiamo e ci interessiamo di loro? (Guardarli negli occhi, sorridere, comunicare al loro livello di comprensione, come faremmo con qualsiasi altra persona).</p>
Esposizione	<p>Spiega che Alice, una studentessa di legge che ha perduto la vista, dice: «Posso fare la maggior parte delle cose che fanno gli altri, ma devo usare strumenti diversi e modi diversi per farle. Aiutatemi a trovare gli strumenti e i metodi necessari. Non fate le cose per me, ma aiutatemi ad usare le mie capacità».</p> <p>Incoraggia le giovani a parlare con le persone portatrici di handicap. Esortale a chiedere a queste persone cosa è loro di aiuto e cosa invece non lo è.</p>

Esempi
e discussione

Commenta i seguenti esempi e rispondi alle domande assieme con le giovani.

Una ragazza, che può camminare soltanto con l'ausilio degli apparecchi ortopedici, dice: «Quando cammino lungo il corridoio le persone mi passano accanto senza guardarmi. È come se dicessero: «Non posso aiutarti a tornare «normale», così faccio finta che tu e le tue difficoltà non esistiate»».

- Cosa possiamo fare, invece di evitare le persone portatrici di un evidente handicap? (Tutte abbiamo una curiosità naturale verso le cose che non ci sono familiari. Dobbiamo parlare alle persone dei loro handicap senza sentirci troppo imbarazzate nel far loro sapere che le abbiamo notate e che siamo interessate al loro benessere).

Un ragazzo, che soffre di una menomazione intellettuale, dice: «Tutti parlano davanti a me come se non esistessi, chiedendo ai miei genitori o ai miei amici come mi sento e cosa mi piace fare. Perché non parlano con me, quando sono proprio lì davanti a loro, invece di chiedere: «Giacomo vuole questo?»»

- Come possiamo trattare in modo diverso queste persone?

Una giovane non udente dice: «La gente mi saluta, poi si affretta per la sua strada. Mi farebbe tanto piacere se qualcuno iniziasse una conversazione con me. Se una persona mi guarda in volto mentre parla, senza coprirsi la bocca, so leggere molto bene i movimenti delle sue labbra e sono in grado di dare una risposta del tutto comprensibile. L'amicizia nasce quando si comincia a parlare gli uni con gli altri».

- Come possiamo comunicare meglio con queste persone?

Sottolinea che dobbiamo sempre sforzarci di trattare i portatori di handicap proprio come tratteremmo chiunque altro. È molto importante ricordare che fra noi ci sono più somiglianze che differenze.

Lavagna
e esposizione

Spiega che alcune persone usano termini negativi o offensivi quando parlano dei disabili. Scrivi sulla lavagna le seguenti frasi e spiega come questo modo di esprimersi evita di mettere in imbarazzo o offendere una persona portatrice di handicap.

- Persona che usa la sedia a rotelle
- Persona che usa stampelle, apparecchi ortopedici o deambulatori
- Persona affetta da malattia mentale o da turbe emotive
- Persona afflitta da una menomazione intellettuale
- Persona non udente o debole d'udito
- Persona con disturbi del linguaggio

Non dobbiamo usare frasi che indicano che le persone che non sono portatrici di handicap sono «normali». Dobbiamo semplicemente chiamarle persone non portatrici di handicap.

Come apprezzare e servire i disabili

Storia

Narra la seguente storia vera di Jenny Ireland:

«Salve! Questa è Radio Halton. Parla Jenny. Siete pronti a cominciare? Oggi ho in serbo per voi cose meravigliose. Ma prima ascoltiamo un po' di musica».

Questo allegro annuncio saluta i pazienti dell'ospedale generale Halton a Runcorn, in Inghilterra, quando per alcune ore di ogni settimana si sintonizzano sulla frequenza usata da Jenny Ireland, la loro disc jockey di diciassette anni.

Ma molti di questi pazienti non sanno che Jenny fa funzionare le complesse apparecchiature radio-trasmittenti senza braccia . . .

«Vorrei essere amica di tutti», ammette. «Ho una grande ambizione: diventare animatrice radiofonica, trasmettere e comunicare con il pubblico. Si può raggiungere il cuore di molte persone in questo modo».

Ma Jenny aiuta già molte persone. Nessun ostacolo è per lei troppo arduo. È riuscita anche a soddisfare i duri requisiti fisici per ricevere un premio di prestanza fisica nazionale, dando così uno stupefacente esempio ai suoi compagni di classe. L'escursione conclusiva nella regione di Snowdonia, nel Galles, fu davvero un'impresa. Giorni e giorni

di trekking tra le montagne con ogni tempo, con l'unico sussidio di una bussola e di una cartina. Oltre ad essere priva di braccia, Jenny non ha i legamenti di un ginocchio, il che le causa qualche difficoltà. Ma ella è decisa a continuare a vivere una vita «normale».

La sua natura socievole aiuta Jenny a fare subito amicizia con la gente e a portare una forte testimonianza del vangelo di Gesù Cristo. Ella non si vergogna davvero del Vangelo.

Jenny sa veramente mettere a suo agio le persone, anche quelle che si sentono imbarazzate dalla sua menomazione.

«Qualche volta i bambini mi segnano a dito e parlano alle mie spalle o mi prendono in giro. Ma questo non mi turba. Mi limito a sorridere. La mancanza di braccia per me non rappresenta una difficoltà. Se credo in me stessa, allora posso fare tutto quello che fanno gli altri.

Non vi sono spiegazioni mediche per la mia menomazione. Non è colpa di nessuno. Al Seminario ho imparato molto su me stessa. Sento di aver molte cose da fare, e la mia menomazione non è una prova, ma un mezzo per aiutare il prossimo. Mi fa sentire molto più forte, molto più paziente e serve a tenere unita la mia famiglia . . .

Naturalmente vi sono dei giorni in cui mi sento scoraggiata e abbattuta», confessa Jenny, «ma i miei genitori mi hanno insegnato che il mio migliore amico è il Padre celeste e che Egli è sempre accanto a me quando ho bisogno di Lui . . . »

La scuola ha posto a Jenny molti problemi. Ma i programmi della Chiesa e l'affetto dei genitori e dei dirigenti l'hanno aiutata a sviluppare una grande stima di sé, cosicché nulla può minacciare il suo progresso» (Anne C. Bradshaw, «Alla conquista delle onde dell'etere», *La Stella*, aprile 1992, pagg. 11-13).

Discussione

- In che modo Jenny esercita un'influenza positiva sugli altri? (Porta la sua forte testimonianza del Vangelo, mantiene un atteggiamento positivo e il suo buon umore, aiuta le persone a capire la sua menomazione, aiuta gli altri lavorando in ospedale, partecipa a tutte le attività nonostante la sua menomazione).

Spiega che le persone portatrici di handicap, proprio come coloro che non sono disabili, hanno bisogno dell'aiuto degli altri per fare le cose che non sono in grado di fare da sé.

- Come possiamo servire i disabili? Di quale genere di aiuto possono aver bisogno?

Le risposte date dalle giovani potranno comprendere quelle che seguono:

- Aiutarli quando devono leggere o partecipare ad altre attività a scuola o in chiesa.
- Aiutarli ad andare alle attività della scuola o della Chiesa e sedere accanto a loro per assisterli, se necessario.
- Aiutarli a capire il modo indicato di agire nelle varie situazioni in società.
- Informarsi direttamente dall'interessato o dai suoi genitori sul particolare handicap che lo affligge e cosa potete fare per aiutarlo. Per esempio, se l'interessato ha una crisi, cosa potete fare?

Conclusione

Sottolinea che le persone sono molto simili le une alle altre. Dobbiamo trovare il modo di fare amicizia con i portatori di handicap, aiutarli a realizzare il più possibile i loro sogni e rispettarli per i talenti che possiedono. Dobbiamo mettere in pratica il consiglio del Salvatore: «Io vi do un nuovo comandamento: che vi amiate gli uni gli altri. Com'io v'ho amati, anche voi amatevi gli uni gli altri» (Giovanni 13:34).

Applicazione pratica

Chiedi alle giovani di fare quanto segue, individualmente o come classe:

- Individuare una giovane, a scuola o in chiesa, afflitta da una menomazione o bisognosa di particolare aiuto.
- Fare tutto il possibile per aiutarla e includerla nelle loro attività.
- Apprezzare il prezioso contributo che ella può portare alla vita sociale e aiutarla a partecipare alle attività della scuola, della Chiesa e della comunità.

Per l'insegnante: Come preparare le lezioni basate sui discorsi tenuti alle conferenze generali

Le parole dei profeti viventi sono ottime fonti di argomenti da usare per preparare e tenere ulteriori lezioni. Quando hai bisogno di altre lezioni scegli i discorsi tenuti alla più recente conferenza generale e pubblicati ne *La Stella*. La preparazione e l'esposizione di queste lezioni ti darà innumerevoli occasioni di lasciarti guidare dallo Spirito per rispondere alle specifiche necessità delle giovani. Informa le giovani in anticipo di quali discorsi verranno esaminati nel corso della lezione, in modo che possano prepararsi a commentarli. Nel preparare queste lezioni attingi agli insegnamenti delle Autorità generali, ai discorsi tenuti alle conferenze e alle Scritture.

Per preparare e esporre queste lezioni segui le stesse procedure che usi per le lezioni contenute nel presente manuale. Inoltre può esserti utile nella preparazione seguire le fasi indicate qui appresso:

1. Prega per riconoscere quale principio del Vangelo o concetto principale è esposto nel discorso scelto. Individua due o tre idee a sostegno del concetto più importante.
2. Stabilisci quale risultato vuoi ottenere dall'esposizione della lezione. Per esempio, vuoi aiutare le giovani a comprendere meglio un principio, ad accrescere la loro fede, a sviluppare un certo atteggiamento o ad essere motivate a cambiare comportamento?
3. Disponi il materiale nell'ordine in cui lo esporrai; cerca altri passi delle Scritture consultando la Guida alle Scritture. Chiedi al bibliotecario della casa di riunione altri sussidi didattici utili.
4. Prepara delle domande basate sui brani scelti e sulle citazioni delle Scritture che trovi nel discorso. Quale concetto intendono sottolineare questi brani del discorso e queste citazioni delle Scritture? Fai in modo di renderli interessanti per le giovani (vedi 1 Nefi 19:23).
5. Scegli dei metodi di insegnamento che richiedano la partecipazione delle giovani ed esortale a intervenire. Puoi trovare la spiegazione di questi metodi in *Insegnare: non c'è chiamata più grande* (33043 160).

Le seguenti informazioni ti saranno utili per preparare una lezione basata su un discorso.

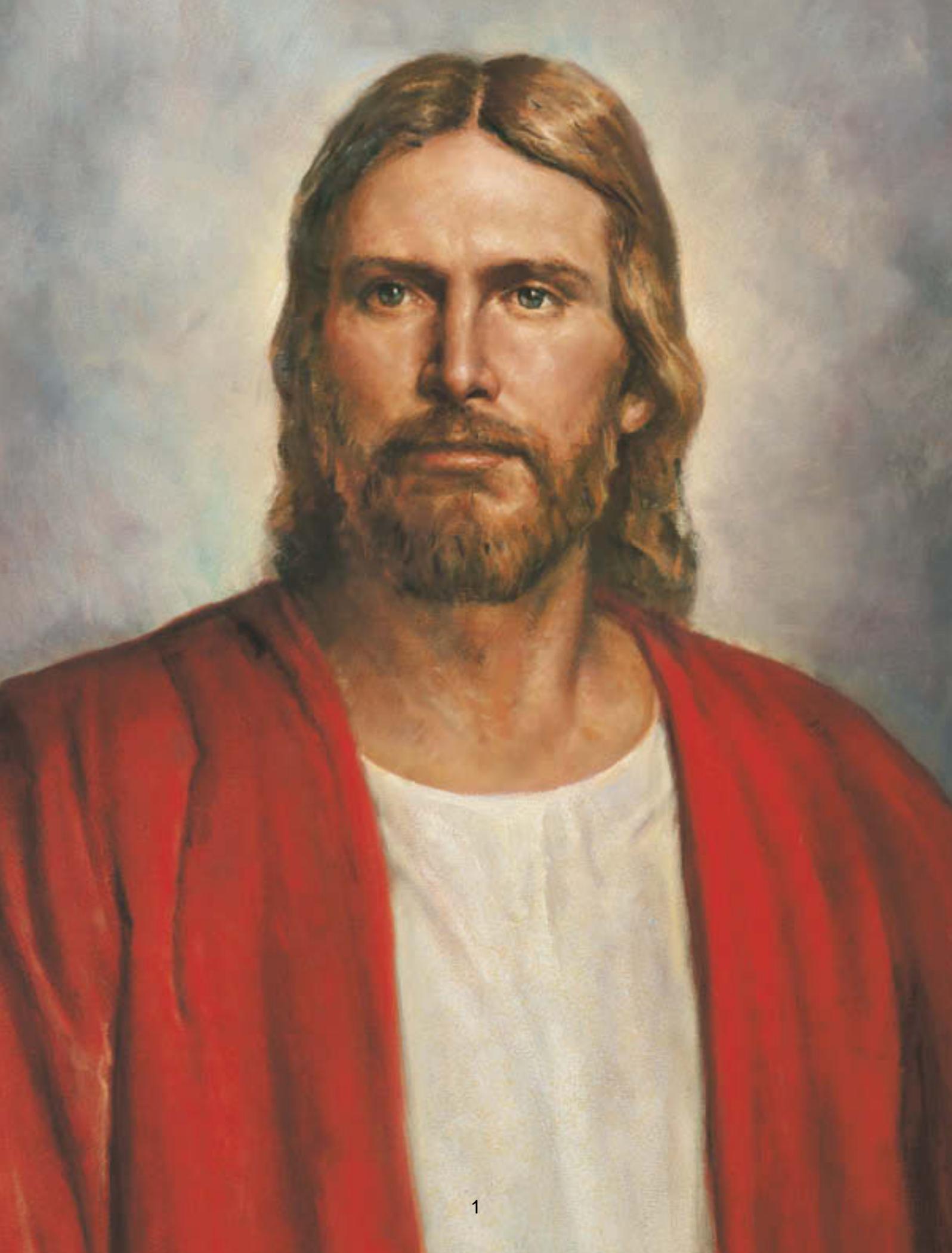
Titolo del discorso: _____

Principio del Vangelo o idea principale: _____

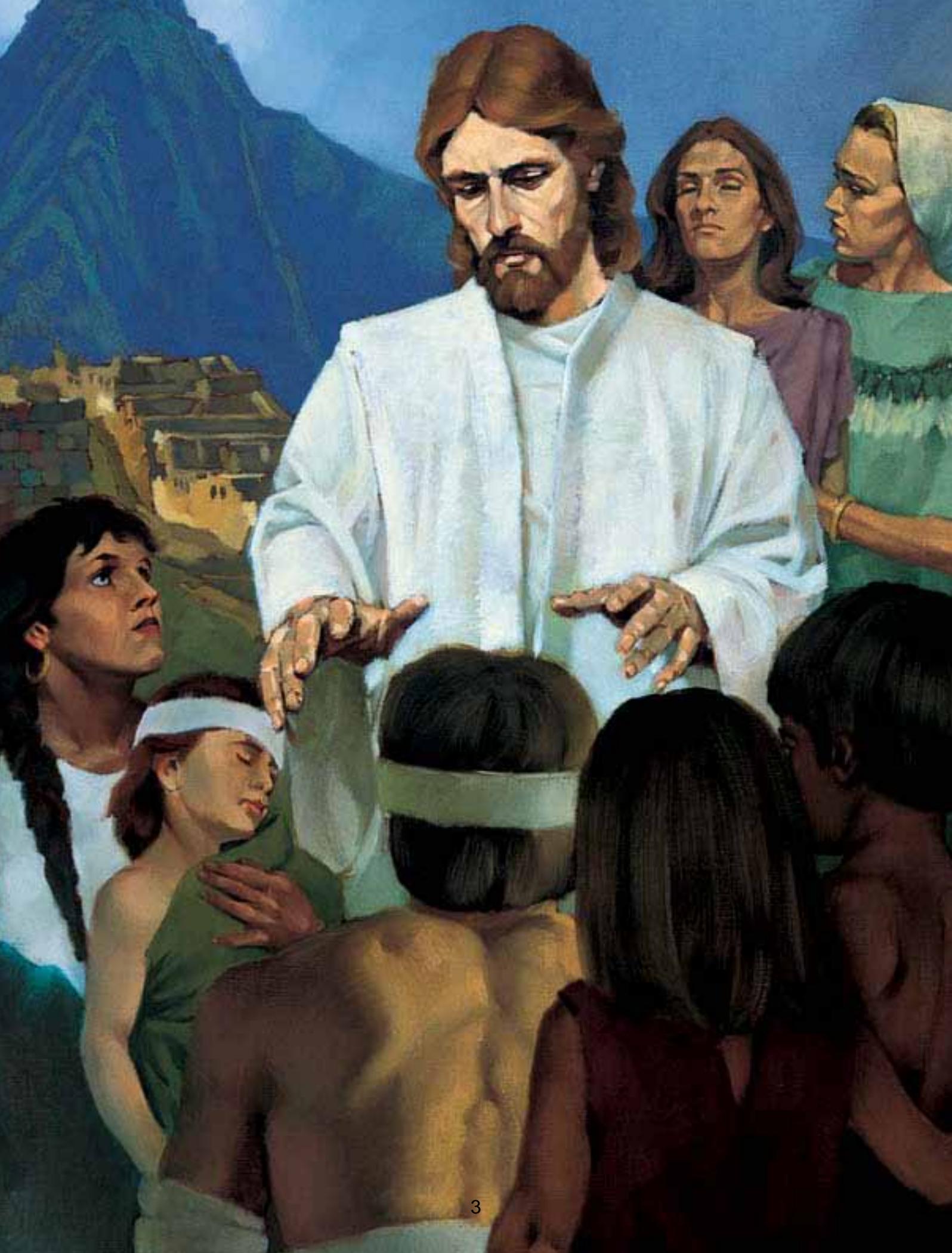
Idee a sostegno: _____

1. Presenta il principio del Vangelo e le idee a sostegno.
 - Scrivi alla lavagna il principio del Vangelo e le idee a sostegno. Usa, per introdurre la lezione, una dimostrazione, una storia, un'illustrazione, un passo delle Scritture o una domanda su cui riflettere.
2. Esponi il testo della lezione.
 - Cerca e commenta i passi delle Scritture citati nel discorso e altri passi di tua scelta per chiarire il principio del Vangelo.
 - Chiedi cosa hanno detto il Signore e i Suoi profeti su questo principio del Vangelo.
 - Poni delle domande su citazioni tratte dal discorso. Narra storie e commenta gli esempi menzionati nel discorso per illustrare un particolare principio del Vangelo.
 - Spiega come l'osservanza di questo principio può accrescere la nostra fede e aiutarci a prendere le giuste decisioni e risolvere i nostri problemi.

- Poni delle domande e modera la discussione in modo da aiutare le giovani a mettere in pratica i principi del Vangelo.
 - Esorta le giovani a parlare delle loro esperienze, a esprimere i loro sentimenti e a portare testimonianza della verità del principio oggetto della discussione. Esprimi anche tu i tuoi sentimenti in merito.
3. Concludi riassumendo gli insegnamenti impartiti.
- Porta testimonianza della verità del principio del Vangelo che hai esposto e del grande valore che ha per te.

















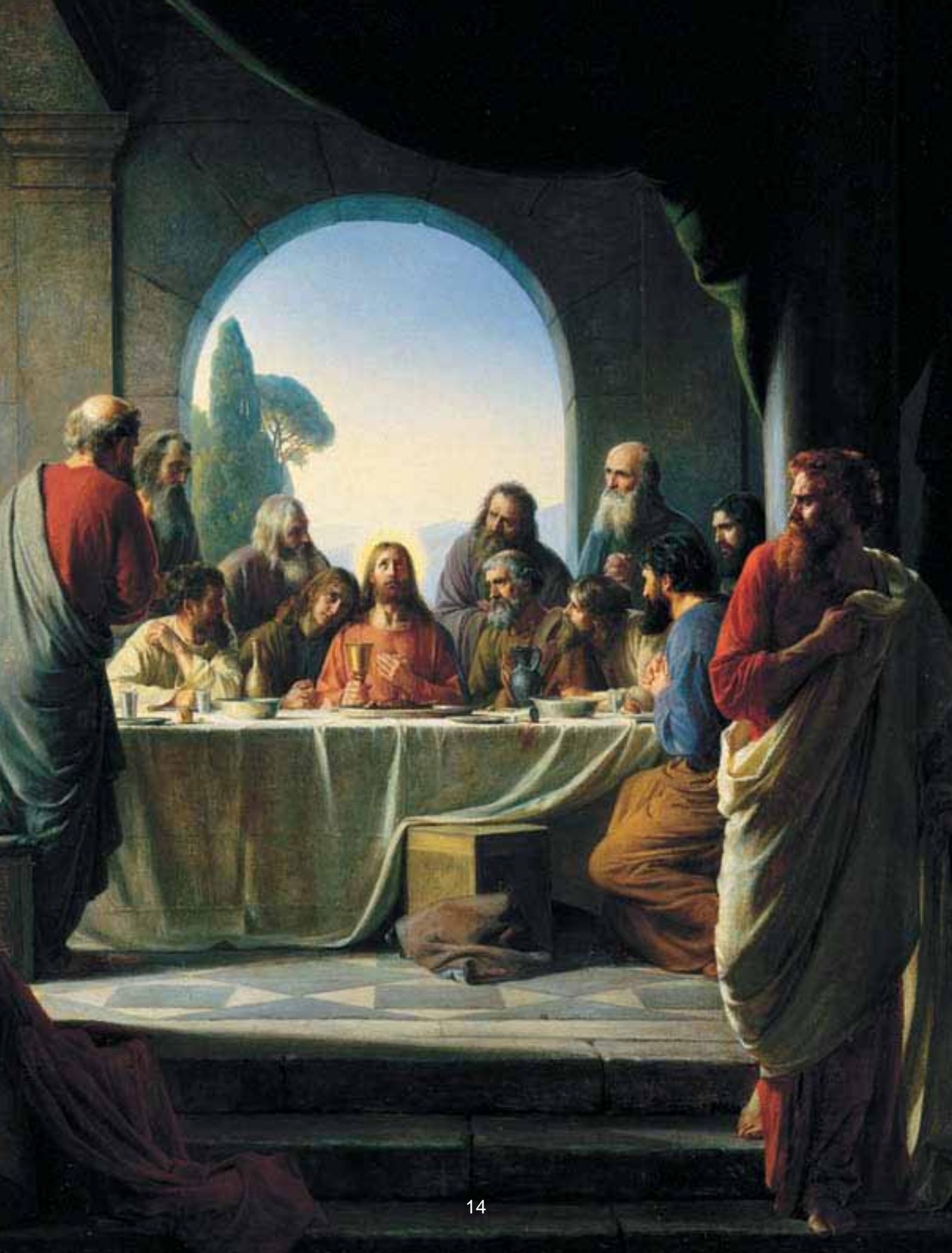
































CHIESA DI
GESÙ CRISTO
DEI SANTI
DEGLI ULTIMI GIORNI

