

*IL MATERIALE
È STATO IDEATO
PER ESSERE USATO
CON LE LEZIONI.*

*MATERIALE INTEGRATIVO
PER IL MANUALE 1*

Pubblicato dalla
Chiesa di Gesù Cristo dei Santi degli Ultimi Giorni
Salt Lake City, Utah (USA)

© 2008 by Intellectual Reserve, Inc.
Tutti i diritti riservati
Printed in the United States of America

Testo inglese approvato: 1/08
Approvato per la traduzione: 1/08
Traduzione dell'opera *Young Women Resource Guide 2009—Manual 1*
Italian
06754 160

Testi di riferimento per il 2009 da usare con il — Manuale 1 delle Giovani Donne

Le risorse seguenti sono state scelte per aiutare i dirigenti a rendere attuali le dottrine e i principi contenuti nel Manuale 1 delle Giovani Donne nelle situazioni affrontate dalle giovani, secondo gli insegnamenti profetici applicabili direttamente a tutte le Giovani Donne. Il materiale è stato ideato per essere usato con le lezioni. Pregate e scegliete le risorse che impegneranno tutte le giovani nell'apprendimento e che contribuiranno a rafforzare la loro fede e testimonianza.

Alcune lezioni possono essere presentate in più di una settimana o rinforzate durante le attività infrasettimanali per trattare un'esigenza specifica delle ragazze. Le attività sono un ottimo modo per applicare e fare esperienza nell'osservanza dei principi evangelici.

Lezione 1: Una figlia di Dio

DOMANDE

- Come posso comprendere la mia vera identità di figlia di Dio quando il mondo m'invia tanti messaggi contraddittori su chi sono e su chi dovrei diventare?
- Mi ritrovo a paragonarmi agli altri, e questo mi scoraggia. In che modo ricordare che sono una figlia di Dio mi aiuta a evitare questi paragoni?

ULTERIORI RISORSE

- «[La famiglia: un proclama al mondo](#)», *La Stella*, gennaio 1996, 116–117. Potreste servirvi del secondo e del terzo paragrafo del proclama (vedere il libretto *Progresso personale*, II) per sostituire le citazioni riportate nel manuale delle Giovani Donne alla fine della sezione «Eravate amate e lo siete ancora».
- Jeffrey R. Holland, «[Alle giovani donne](#)», *Ensign* e *Liahona*, novembre 2005, 28–30. L'articolo pone l'accento sulla vera identità delle donne (vedere la domanda sopra riportata).
- Mosè 1:3–7; Romani 8:16; Atti 17:28; Dottrina e Alleanze 76:23–24.

ESPERIENZE

- Progresso personale: Attività basate sul valore personale 1.
- Potreste chiedere alle ragazze di fare un libro sulle qualità virtuose, un'attività menzionata nell'articolo di Susan W. Tanner, «[Figlie del Padre celeste](#)», *Ensign* e *Liahona*, maggio 2007, 106–109.

Lezione 2: Gesù Cristo, il Salvatore

DOMANDE

- Come posso spiegare il mio punto di vista su Gesù Cristo a una persona che non crede che io sia cristiana?

ULTERIORI RISORSE

- Potreste usare il numero di [marzo 2008](#) dell'*Ensign* e della *Liahona* per reperire altro materiale per la lezione.
- Gary J. Coleman, «[Mamma, noi siamo cristiani?](#)», *Ensign* e *Liahona*, maggio 2007, 92–94.

ESPERIENZE

- Progresso personale: Attività basate sulla fede 5; Attività basate sulla natura divina 4; Progetto basato sulla fede, 1.

Lezione 3: Seguiamo l'esempio di Gesù Cristo

DOMANDE

- Alla domenica voglio seguire l'esempio di Gesù Cristo, ma durante la settimana mi distraigo per via delle influenze del mondo. Che cosa posso fare?
- So che alcuni amici non stanno seguendo l'esempio del Salvatore. Che cosa dovrei fare e come posso influenzarli in modo che seguano l'esempio del Signore?

ULTERIORI RISORSE

- James E. Faust, «[La vostra luce: uno standard per tutte le nazioni](#)», *Ensign* e *Liahona*, maggio 2006, 111–114. L'articolo mostra come l'essere un esempio di Gesù Cristo nella vita quotidiana può influenzare il prossimo (vedere la seconda domanda sopra riportata).
- Joseph B. Wirthlin, «[Il gran comandamento](#)», *Ensign* e *Liahona*, novembre 2007, 28–31.
«Quando amiamo il Signore l'obbedienza cessa di essere un fardello e diventa una gioia. Quando Lo amiamo cerchiamo meno le cose a nostro vantaggio e volgiamo il cuore verso ciò che sarà di beneficio e edificherà gli altri» (pagina 30).

SUGGERIMENTO DIDATTICO

*Le giovani comprenderanno e applicheranno meglio le dottrine quando le studieranno e le metteranno in pratica fuori della classe. Dopo aver insegnato la dottrina la domenica, potreste lavorare durante l'attività infrasettimanale alla meta o attività corrispondente riportata nel libretto *Progresso personale*.*

ESPERIENZE

- Progresso personale: tema (pagina 5); Attività basate sulla natura divina 7.
- *Per la forza della gioventù* (libretto, 2002), 38. Scrivete un elenco degli atti quotidiani di gentilezza da fare agli altri.

Lezione 4: Cerchiamo la compagnia dello Spirito Santo

DOMANDE

- Come posso sapere quando sento lo Spirito?
- Come mi posso qualificare per avere la compagnia dello Spirito Santo, in modo da avere ogni giorno la Sua guida e protezione?

ULTERIORI RISORSE

- Robert D. Hales, «[Agiamo da noi stessi: il dono e i benefici del libero arbitrio](#)», *Ensign* e *Liahona*, maggio 2006, 4–8.

«I suggerimenti che riceviamo di fuggire dal male riflettono la comprensione del Padre celeste delle nostre forze e debolezze personali, come pure la Sua conoscenza delle circostanze imprevedibili della vita. Quando questi suggerimenti giungono, in genere non arrestano il nostro cammino, poiché lo Spirito di Dio non parla con una voce di tuono. La voce è dolce come un sussurro, giunge nella mente come un pensiero o nel cuore come un sentimento. Prestando attenzione ai suoi suggerimenti, siamo protetti dalle conseguenze distruttive del peccato. Se invece ignoriamo questi suggerimenti, la luce dello Spirito si attenua, limitiamo o annulliamo il libero arbitrio, perdiamo la fiducia in noi stessi e la capacità di agire, “cammin[iamo] nelle tenebre [spirituali] a mezzogiorno” (pagine 6–7).

- Robert D. Hales, «[La rivelazione personale: gli insegnamenti e gli esempi dei profeti](#)», *Ensign* e *Liahona*, novembre 2007, 86–89.
- Galati 5:22; 1 Re 19:12; Helaman 5:45–46; Dottrina e Alleanze 6:23.

ESPERIENZE

- Progresso personale: Attività basate sulle scelte e responsabilità 5; Attività basate sull'integrità 2.
- *Per la forza della gioventù* (libretto, 2002), 17–19. Discutete sull'influenza della musica o degli altri mass media sulla nostra capacità di sentire la compagnia dello Spirito Santo.

Lezione 5: Troviamo gioia nel nostro divino potenziale

DOMANDE

- Come la conoscenza del mio ruolo divino mi aiuta a trovare la felicità?

- I pensieri riguardanti il matrimonio e la maternità m'intimoriscono. Come posso ottenere la fiducia di cui ho bisogno per questi ruoli futuri?

ULTERIORI RISORSE

- Gordon B. Hinckley, «[La virtù adorni i tuoi pensieri senza posa](#)», *Ensign* e *Liahona*, maggio 2007, 115–117. Potreste usare il programma che consta di quattro punti del presidente Hinckley per insegnare alle ragazze come riempire il loro futuro di «opportunità e gioia» (pagina 115).
- Susan W. Tanner, «[Figlie del Padre celeste](#)», *Ensign* e *Liahona*, maggio 2007, 106–109.
- Mosia 2:41; Proverbi 31:10–31; Dottrina e Alleanze 25. Discutete come l'applicazione delle qualità e dei consigli contenuti in questi versetti darà alle giovani gioia e fiducia, mentre si preparano per i loro ruoli futuri e li adempiono.

ESPERIENZE

- Progresso personale: Attività basate sulla natura divina 2; Attività basate sul valore personale 2.
- Potreste far studiare il proclama sulla famiglia (vedere il Progresso personale, II) affinché apprendano meglio il ruolo e il potenziale divino delle donne.

SUGGERIMENTO DIDATTICO

È più probabile che le giovani partecipino in maniera significativa quando vengono poste loro domande efficaci, lasciando poi del tempo per pensare prima di rispondere. Per lasciare sufficiente tempo, potreste scrivere le domande alla lavagna o chiedere alle ragazze di scrivere le risposte su un foglio (vedere Insegnare: non c'è chiamata più grande [2000], 68–70).

Lezione 6: Conoscere la gioia oggi

DOMANDE

- Moltissime persone sembrano avere una visione negativa della vita. Che cosa posso fare per evitare ciò e aiutare gli altri ad avere una visione positiva?
- Sembra che la vita degli altri ragazzi sia bella e divertente, mentre la mia è piena di problemi. Come giovane donna della Chiesa di Gesù Cristo dei Santi degli Ultimi Giorni, che cosa so od ho che può aiutarmi a sentirmi felice e ad avere gioia?

ULTERIORI RISORSE

- Thomas S. Monson, «[Il pericolo dei cunei nascosti](#)», *Ensign* e *Liahona*, luglio 2007, 2–7. Potreste sostituire la citazione «La creazione» con l'analogia del presidente Monson e discutere su come rimuovere i cunei nascosti potrebbe aiutare le ragazze a trovare ora la gioia.

ESPERIENZE

- Potreste fare un diario della gratitudine.

Lezione 7: Il governo della casa

DOMANDE

- Che sentimenti desidero che regnino nella mia casa futura?
- Quali sono i doni e i talenti che mi aiuteranno a contribuire ora e in futuro ad avere una casa felice?
- Che capacità ho bisogno di sviluppare per avere una casa felice e di successo?

ULTERIORI RISORSE

- Julie B. Beck, «[Madri che sanno](#)», *Ensign* e *Liahona*, novembre 2007, 76–78.
- «[La famiglia: un proclama al mondo](#)», *La Stella*, gennaio 1996, 116–117.
- Proverbi 31:11–31; Dottrina e Alleanze 88:119.

ESPERIENZE

- Progresso personale: Progetto basato sulla natura divina, 1, 4; Attività basate sul valore personale 2, 7; Attività basate sulla conoscenza 2; Progetto basato sulla conoscenza, 1, 5.
- Condividete con un'altra giovane donna una qualità che ammirate in lei e che pensate che l'aiuterà a diventare una brava madre.
- Invitate le sorelle del rione o ramo a insegnare mestieri o talenti che le ragazze vorrebbero apprendere.

Lezione 8: *L'atteggiamento da tenere verso i nostri ruoli divini*

DOMANDE

- La visione del mondo sul ruolo delle donne mi confonde. Come posso sapere che sto scegliendo il piano che il Padre celeste ha per me?
- I profeti mi hanno consigliato d'istruirmi. Come l'istruzione può aiutarmi a adempiere i miei ruoli divini?

ULTERIORI RISORSE

- Thomas S. Monson, «[Tre obiettivi che vi guidino](#)», *Ensign* e *Liahona*, novembre 2007, 118–121.
- Gordon B. Hinckley, «[La virtù adorni i tuoi pensieri senza posa](#)», *Ensign* e *Liahona*, maggio 2007, 115–117. Usate l'articolo per rispondere alla seconda domanda sopra riportata.
- Julie B. Beck, «[Quello che le donne Sante degli Ultimi Giorni fanno meglio: essere forti e inamovibili](#)», *Ensign* e *Liahona*, novembre 2007, 109–112.

«Credo che le donne di questa chiesa siano tra le più brave e capaci al mondo ...»

Conoscere e difendere i divini ruoli delle donne è molto importante in un mondo in cui le donne sono bombardate da falsi messaggi sulla loro identità» (pagine 109, 110).

ESPERIENZE

- Progresso personale: Attività basate sulla natura divina 3; Progetto basato sulla natura divina, 3.
- Invitate le ragazze a leggere il settimo paragrafo del proclama sulla famiglia e a individuare i principi relativi ai loro ruoli divini.

Lezione 9: *Onorare i genitori*

DOMANDE

- Che cosa posso fare a casa per incoraggiare i genitori e i fratelli a adoperarsi affinché la nostra famiglia sia rispettata?
- Che cosa posso fare per migliorare il rapporto con i miei genitori?

ULTERIORI RISORSE

- Octaviano Tenorio, «[Il potere della divinità è manifesto nei templi di Dio](#)», *Ensign* e *Liahona*, novembre 2007, 95–97. L'articolo contiene una storia nella quale i bambini incoraggiano il nonno a andare al tempio (vedere la prima domanda sopra riportata).
- «[La famiglia: un proclama al mondo](#)», *La Stella*, gennaio 1996, 116–117. Le informazioni contenute nel sesto e settimo paragrafo potrebbero aiutare le ragazze a comprendere il ruolo dei loro genitori e i principi che sono alla base delle famiglie di successo.
- *Per la forza della gioventù* (libretto, 2002), 10–11. Discutete come una giovane donna può contribuire a creare una famiglia felice.

ESPERIENZE

- Progresso personale: Attività basate sulla natura divina 5; Progetto basato sul valore personale, 1.
- Vedere Attività suggerite a pagina 36 del manuale delle Giovani Donne.

Lezione 10: *Il sostegno ai propri familiari*

DOMANDE

Incoraggiate le ragazze a meditare la risposta alle domande seguenti invece che discuterle in classe:

- Chi in questo momento ha bisogno di aiuto nella mia famiglia? Che cosa posso fare per aiutarlo?

- Che cosa posso fare per sostenere i membri della famiglia che magari non mettono in pratica il Vangelo?

ULTERIORI RISORSE

- L. Tom Perry, «[La paternità, una chiamata eterna](#)», *Ensign* e *Liahona*, maggio 2004, 69–72. Potreste usare l'articolo per arricchire la discussione sul ruolo dei padri.
- Susan W. Tanner, «[Io sono la luce che dovete tenere alta](#)», *Ensign* e *Liahona*, maggio 2006, 103–105.
- Mary N. Cook, «[Rafforzare la casa e la famiglia](#)», *Ensign* e *Liahona*, novembre 2007, 11–13.

ESPERIENZE

- Progresso personale: Attività basate sulla natura divina 3.
- Vedere Applicazioni pratica della lezione a pagina 41 del manuale delle Giovani Donne.

SUGGERIMENTO DIDATTICO

È più probabile che le ragazze partecipino in maniera attiva se sono incoraggiate a farlo. Ad esempio, spiegate che volete quante più risposte possibili a una data domanda. Oppure potreste dire: «Vorrei che rispondesse qualcuno che ancora non ha fatto alcun commento» (vedere Insegnare: non c'è chiamata più grande, 77–78).

Lezione 11: *Crescere e maturare nell'autosufficienza - 1a parte*

DOMANDE

- Con l'aumentare dei disastri naturali nel mondo, che cosa sto imparando che mi serva ad aiutare me stessa e le altre persone in caso d'emergenza?
- Che cosa significa governarsi? (Vedere il manuale delle Giovani Donne, 43).
- In che modo conoscere e seguire le norme del Signore mi aiuta a governarmi?

ULTERIORI RISORSE

- James E. Faust, «[La vostra luce: uno stendardo per tutte le nazioni](#)», *Ensign* e *Liahona*, maggio 2006, 111–114.
- Julie B. Beck, «[Quello che le donne Sante degli Ultimi Giorni fanno meglio: essere forti e inamovibili](#)», *Ensign* e *Liahona*, novembre 2007, 109–112. Sostituite la poesia riportata nel manuale con la promessa seguente della sorella Beck:

«Se ogni sorella fosse abbastanza autosufficiente da poter offrire liberamente la sua conoscenza, i talenti e le risorse, e se ogni sorella riflettesse il suo modo di essere discepola nel modo di parlare e di vestire, saremmo inamovibili in ciò che è corretto» (pagina 110).

- Se sostituite la poesia con la citazione, usate Dottrina e Alleanze 58:27–29 nella Scrittura e discussione al posto di Dottrina e Alleanze 29:1–2.

ESPERIENZE

- Progresso personale: Attività basate sulle scelte e responsabilità 1.
- *Per la forza della gioventù* (libretto, 2002), 4–5. Leggete gli ultimi due paragrafi della sezione; decidete come potete diventare autosufficienti sotto il punto di vista spirituale e materiale.

Lezione 12: *Crescere e maturare nell'autosufficienza - 2a parte*

DOMANDE

- In che modo posso migliorare il rapporto che ho con i miei genitori?
- In che modo posso guadagnarmi e mantenere la fiducia dei genitori?

ULTERIORI RISORSE

- Robert D. Hales, «Come ci ricorderanno i nostri figli?» *La Stella*, gennaio 1994, 8–11.
- «Se l'esempio che abbiamo avuto dai nostri genitori non è stato bello, è nostro dovere prendere un'altra direzione ...
- Ognuno di noi può imparare un modo migliore di agire, e facendolo aiuterà i suoi familiari oggi e istituirà delle

tradizioni positive per le generazioni che seguiranno» (pagina 10).

- Mary N. Cook, «[Rafforzare la casa e la famiglia](#)», *Ensign* e *Liahona*, novembre 2007, 11–13.

«Spero che possa aiutarvi, miei giovani fratelli e sorelle, a comprendere quanto sono importanti le vostre azioni individuali per rafforzare la vostra famiglia, a prescindere dalle circostanze in cui vi trovate. Comprendo, ad esempio, che molti di voi possono essere gli unici membri della Chiesa in famiglia ...

Tutte le famiglie hanno bisogno di essere rafforzate, da quelle ideali a quelle con più problemi. Tale rafforzamento può venire da voi» (pagina 11).

ESPERIENZE

- Progresso personale: Attività basate sulla natura divina 5.

Lezione 13: *Sosteniamo i detentori del sacerdozio*

DOMANDE

- Perché è importante che io abbia un buon rapporto con il vescovo? Quali chiavi detiene il vescovo con le quali può aiutare me e la mia famiglia?

ULTERIORI RISORSE

- Henry B. Eyring, «Your Friend the Bishop», *New Era*, ottobre 2002, 10–13.
- «Come presidente del Sacerdozio di Aaronne ... [il vescovo] poteva darmi alcune cose che non potevo ricevere altrimenti. Egli era la persona mediante la quale Iddio poteva chiamarmi o rifiutarmi un incarico. Aveva inoltre le chiavi del pentimento per il rione, quindi anche per me. Ora so quanto non volesse deludere il Signore nel suo incarico» (pagina 12).
- Esodo 17:8–12; 3 Nefi 12:1; Dottrina e Alleanze 1:38; 102:9; 124:144.

ESPERIENZE

- Invitate il vescovo a partecipare alla lezione o alla serata dell'attività e a rispondere alle domande sui suoi compiti, spiegando come può aiutare le giovani donne.

Lezione 14: *La guida patriarcale nella famiglia*

DOMANDE

- Come il sacerdozio può ora essermi di beneficio, quali che siano le mie circostanze?
- Che qualità spirituali desidero in un marito? Come queste qualità lo aiuteranno a guidare la famiglia in rettitudine?

ULTERIORI RISORSE

- James E. Faust, «[Un messaggio per i miei nipoti](#)», *Ensign* e *Liahona*, maggio 2007, 54–56.

SUGGERIMENTO DIDATTICO

È più probabile che le giovani comprendano e mettano in pratica la dottrina quando è data loro la possibilità d'insegnarla ad altre persone. Si potrebbe fare ciò chiedendo loro di condividere quello che hanno appreso con chi è seduto accanto a loro (vedere Insegnare: non c'è chiamata più grande, 161).

- Dallin H. Oaks, «L'autorità del sacerdozio nella famiglia e nella Chiesa», *Ensign* e *Liahona*, novembre 2005, 24–27.
- Usate il proclama sulla famiglia per trovare le risposte alle nove domande della lezione.
- Esodo 20:12; 1 Nefi 1:1; 16:23–24; Mosia 2:5; Dottrina e Alleanze 107:41.

Lezione 15: *Il Sacerdozio di Melchisedec*

DOMANDE

- Come sarebbe la mia vita senza l'influenza del sacerdozio?
- In che modo il sacerdozio mi è stato di beneficio?

ULTERIORI RISORSE

- Thomas S. Monson, «Il sacerdozio: un dono sacro», *Ensign* e *Liahona*, maggio 2007, 57–60.
- James E. Faust, «La chiave della conoscenza di Dio», *Ensign* e *Liahona*, novembre 2004, 52–55.

«Quale parte del giuramento e alleanza del sacerdozio, ai Suoi figli fedeli il Signore fa diverse promesse “che Egli non può violare” [DeA 84:40]. Primo, i detentori del sacerdozio sono “santificat[i] dallo Spirito a rinnovamento del [loro] corpo” [DeA 84:33]... Secondo, “essi divengono i figli di Mosè e di Aaronne, e la posterità di Abrahamo” [DeA 84:34]. Terzo, diventano “gli eletti di Dio” [DeA 84:34]. Ai nostri giorni, come Suoi rappresentanti, essi portano avanti sulla terra quest'opera sacra. Quarto, “tutti coloro che ricevono questo sacerdozio accettano [il Signore]” [DeA 84:35]. Quinto, coloro che accettano i servitori del Signore accettano Lui. Sesto, coloro che accettano il Salvatore accettano Dio Padre. Settimo, riceveranno, inoltre, il regno del Padre. Ottavo, sarà dato loro in aggiunta tutto ciò che il Padre ha [vedere DeA 84:36–38]. Non c'è nulla che coloro che ricevono tutto ciò che il Padre ha possano ancora ricevere» (pagina 53).

ESPERIENZE

- Progresso personale: Attività basate sull'integrità 7.
- Invitate le giovani a chiedere al padre o a un dirigente del sacerdozio di condividere con loro la sua testimonianza personale del sacerdozio e di come influisce sulle sue scelte e attività quotidiane.

Lezione 16: *Le donne e i detentori del sacerdozio*

DOMANDE

- Che cosa posso fare per aiutare gli amici giovani uomini a onorare il sacerdozio, a proteggere la loro virtù e a essere pronti alle responsabilità future?

ULTERIORI RISORSE

- Elaine S. Dalton, «È evidente sul vostro volto», *Ensign* e *Liahona*, maggio 2006, 109–111.
- *Per la forza della gioventù* (libretto, 2002), 24.

ESPERIENZE

- Chiedete ai giovani uomini del rione di raccontare come le esperienze legate al Sacerdozio di Aaronne li aiutano a prepararsi alla missione, al matrimonio e a mantenere una famiglia. Invitateli a spiegare come le giovani donne possono aiutarli in questi preparativi.
- Vedere le attività suggerite nel manuale delle Giovani Donne.

Lezione 17: *Lo scopo delle alleanze e delle ordinanze*

DOMANDE

- Ci sono momenti in cui non mi sento degna di prendere il sacramento, ma lo prendo lo stesso perché ho paura di quello che i miei genitori e le altre persone possono pensare. Che cosa dovrei fare?

ULTERIORI RISORSE

- David A. Bednar, «Per poter avere sempre con sé il suo Spirito», *Ensign* e *Liahona*, maggio 2006, 28–31.

«Quando siamo stati battezzati, siamo entrati in solenne alleanza con il nostro Padre celeste. Un'alleanza è un patto fra Dio e i Suoi figli sulla terra; è importante comprendere che è Dio che stabilisce le condizioni di tutte le alleanze del Vangelo. Io e voi non decidiamo la natura o gli elementi di un'alleanza. Piuttosto, esercitando il libero arbitrio morale, noi accettiamo i termini e i requisiti di un'alleanza come stabiliti dal nostro Padre celeste» (pagina 28).

ESPERIENZE

- Progresso personale: Attività basate sulla fede 4; Attività basate sulla natura divina 4.

Lezione 18: *Il matrimonio nel tempio: un requisito per creare una famiglia eterna*

DOMANDE

- Che differenze fa il matrimonio nel tempio in una famiglia?

ULTERIORI RISORSE

- Russell M. Nelson, «Nutrire il matrimonio», *Ensign* e *Liahona*, maggio 2006, 36–38.
- «La famiglia: un proclama al mondo», *La Stella*, gennaio 1996, 116–117.
- *Siate Fedeli* (2005), 97–101.
- 1 Corinzi 11:11; Dottrina e Alleanze 132:15–20, 46; Mosè 3:24.

SUGGERIMENTO DIDATTICO

Lasciare il tempo necessario affinché le giovani possano meditare, invita lo Spirito. Potreste dare loro il tempo necessario per pensare a quello che hanno imparato e per scrivere le loro impressioni (vedere Insegnare: non c'è chiamata più grande, 68–70).

ESPERIENZE

- Progresso personale: Attività basate sulle scelte e responsabilità 6; Attività basate sull'integrità 1.
- Invitate il vescovo a parlare alle giovani dell'intervista per la raccomandazione per il tempo (vedere *Siate Fedeli*, 183–184).

Lezione 19: Una storia personale**DOMANDE**

- Quali benedizioni mi ha dato il Signore che potrei scrivere sul diario. In che modo la registrazione di queste benedizioni mi ricorda l'amore che il Signore nutre per me?

ULTERIORI RISORSE

- Henry B. Eyring, «[Oh, ricordate, ricordate](#)», *Ensign* e *Liahona*, novembre 2007, 66–69.
- Don R. Clarke, «[Diventare strumenti nelle mani di Dio](#)», *Ensign* e *Liahona*, novembre 2006, 97–99.

«Ho un piccolo libro che porto con me, dove annoto le ispirazioni e i pensieri che ricevo dallo Spirito... Quando dei pensieri mi vengono alla mente, li scrivo e poi provo a metterli in pratica. Mi sono reso conto che molte volte, quando ho fatto qualcosa della mia lista, la mia azione era la risposta alla preghiera di qualcuno. Ci sono anche state volte in cui non ho fatto le cose della lista, e più tardi ho scoperto che c'era qualcuno che avrei potuto aiutare, ma non l'ho fatto. Quando riceviamo dei suggerimenti riguardo ai figli di Dio, se scriviamo i pensieri e le impressioni che riceviamo e vi obbediamo, la fiducia che Dio ha in noi aumenterà e ci verranno date più opportunità per essere strumenti nelle Sue mani» (pagina 99).

ESPERIENZE

- Per tre settimane, ogni sera prima di coricarvi meditate le domande del presidente Eyring: «Dio ha mandato un messaggio proprio a me? Ho visto la Sua mano nella mia vita?» (*Ensign* e *Liahona*, novembre 2007, 69). Riportate le esperienze nel diario.
- Controllate il diario del Progresso personale. La vostra testimonianza è cresciuta negli ultimi sei mesi? Che cosa avete imparato?

Lezione 20: Un aiuto per il prossimo**DOMANDE**

- Come posso aiutare gli altri quando mi sento sola o sono tentata di arrendermi?

ULTERIORI RISORSE

- David S. Baxter, «[Fede, servizio e costanza](#)», *Ensign* e *Liahona*, novembre 2006, 13–15.

«Espandere la nostra anima nel servizio ci aiuta a elevarci al di sopra delle nostre preoccupazioni, dubbi e difficoltà. Quando utilizziamo le nostre energie per alleviare i fardelli altrui, accade qualcosa di miracoloso. I nostri fardelli diminuiscono. Diventiamo più felici. La nostra vita diviene più interessante» (pagina 14).

- Anne C. Pingree, «[Crescere nel Signore](#)», *Ensign* e *Liahona*, maggio 2006, 74–76.
- Matteo 25:40; Luca 15:4–7; 1 Tessalonicesi 2:7–8; Mosia 2:17.

ESPERIENZE

- Progresso personale: Attività basate sul valore personale 3.
- In un gruppo misto di ragazzi e ragazze, leggete *Per la forza della gioventù* (libretto, 2002), 12–13, e parlate delle caratteristiche della vera amicizia.

Lezione 21: Il buon esempio influisce sugli altri**DOMANDE**

- Come reagiscono gli amici quando osservo le norme della Chiesa? Come posso rispondere se etichettano la mia obbedienza come se io mi ritenessi più giusta e virtuosa di loro?

ULTERIORI RISORSE

- Joseph B. Wirthlin, «[Il gran comando](#)», *Ensign* e *Liahona*, novembre 2007, 28–31.
- Robert D. Hales, «[Agiamo da noi stessi: il dono e i benefici del libero arbitrio](#)», *Ensign* e *Liahona*, maggio 2006, 4–8.
- *Predicare il mio Vangelo* (2005), 171–173.

ESPERIENZE

- Progresso personale: Attività basate sulle buone opere 7.

Lezione 22: Il pentimento**DOMANDE**

- Anche se mi sono pentita, mi sento ancora in colpa. Come posso sapere se sono stata veramente perdonata?

- Quando commettiamo gravi errori ci è stato insegnato di cercare il perdono del Signore parlando con il vescovo. Perché è necessario? Come il vescovo può aiutarmi?

ULTERIORI RISORSE

- Dieter F. Uchtdorf, «[Il punto di sicuro ritorno](#)», *Ensign* e *Liahona*, maggio 2007, 99–101. L'articolo offre risposta alla prima domanda.
- Boyd K. Packer, «[Io non ricordo più i vostri peccati](#)», *Ensign* e *Liahona*, maggio 2006, 25–28.
- Russell M. Nelson, «[Il pentimento e la conversione](#)», *Ensign* e *Liahona*, maggio 2007, 102–105.
- 2 Nefi 9:23; Dottrina e Alleanze 58:42–43; 61:2.

SUGGERIMENTO DIDATTICO

È più probabile che le giovani comprendano e mettano in pratica le dottrine quando scrutano le Scritture e le parole dei profeti. Quando leggono, chiedete loro di cercare alcuni principi specifici o altri particolari. Ad esempio, potreste dire: «Nel leggere questi versetti, cercate...» Dopo che hanno scrutato le Scritture, chiedete loro di condividere ciò che hanno scoperto (vedere Insegnare: non c'è chiamata più grande, 55).

ESPERIENZE

- Progresso personale: Attività basate sulla fede 3.
- *Per la forza della gioventù* (libretto, 2002), 29–30. Dopo aver letto la sezione sul pentimento, scrivete nel diario le conseguenze che comporta il sapere di aver infranto i comandamenti di Dio. Includete inoltre alcuni esempi di pentimento tratti dalle Scritture.

Lezione 23: Il perdono**DOMANDE**

- Che cosa significa perdonare il prossimo?
- Come posso perdonare una persona che mi ha veramente fatto del male?

ULTERIORI RISORSE

- James E. Faust, «[Il potere guaritore del perdono](#)», *Ensign* e *Liahona*, maggio 2007, 67–69.
- Gordon B. Hinckley, «[Il perdono](#)», *Ensign* e *Liahona*, novembre 2005, 81–84.
- Matteo 6:12, 15; Dottrina e Alleanze 82:1.

ESPERIENZE

- Progresso personale: Attività basate sull'integrità 2.

Lezione 24: La preghiera e la meditazione**DOMANDE**

- Che cosa significa pregare con intento reale? Come posso impegnarmi di più ad agire in base alle risposte? (Vedere *Predicare il mio Vangelo* [2005], 73).

ULTERIORI RISORSE

- Richard G. Scott, «[Come usare il dono divino della preghiera](#)», *Ensign* e *Liahona*, maggio 2007, 8–11.
- *Siate Fedeli* (2005), 128. Qui è descritto il linguaggio che dovremmo usare quando preghiamo.

ESPERIENZE

- Progresso personale: Attività basate sulla natura divina 3; Attività basate sulle scelte e responsabilità 1; Attività basate sull'integrità 2.

Lezione 25: Il giorno del Signore**DOMANDE**

- Come giudico che cosa è adatto al giorno del Signore? (Vedere DeA 59).

ULTERIORI RISORSE

- Dallin H. Oaks, «[L'insegnamento del Vangelo](#)», *Ensign*, novembre 1999, 78–80; *Liahona*, gennaio 2000, 94–98. State attenti all'ammonimento dell'anziano Oaks quando insegnate la lezione:

«Gli insegnanti ai quali è comandato di insegnare “i principi del Vangelo” e “le dottrine del regno” (DeA 88:77) devono generalmente evitare di insegnare regole o applicazioni troppo dettagliate. Per esempio, non devono insegnare nessuna regola per stabilire cos'è una decima intera, né devono fornire un elenco di cose *da fare* e *da non fare* per osservare la santità della domenica. Quando l'insegnante ha esposto la dottrina e i principi ad essa collegati secondo le Scritture e i profeti moderni, la responsabilità di determinare tali specifiche applicazioni e regole generalmente è lasciata ai singoli individui e alle famiglie» (pagina 96).

- Jeffrey R. Holland, «[Alle giovani donne](#)», *Ensign* e *Liahona*, novembre 2005, 28–30. Nell'articolo è spiegato qual è il giusto abbigliamento domenicale per le giovani donne quando si recano ai servizi di culto.
- *Per la forza della gioventù* (libretto, 2002), 32–33.
- Isaia 58:13–14.

ESPERIENZE

- Progresso personale: Attività basate sulla fede 3.

Lezione 26: La testimonianza**DOMANDE**

- Che cos'è una testimonianza? Quali sono i benefici che derivano dal condividere la mia testimonianza?
- Come posso condividere la testimonianza senza dire «Voglio rendere testimonianza?»

ULTERIORI RISORSE

- Dieter F. Uchtdorf, «[Il potere della testimonianza personale](#)», *Ensign* e *Liahona*, novembre 2006, 37–39.
- M. Russell Ballard, «[Fede, famiglia, fatti e frutti](#)», *Ensign* e *Liahona*, novembre 2007, 25–27.
- Jay E. Jensen, «[Portare testimonianza](#)», *Ensign* e *Liahona*, ottobre 2005, 10–13.

ESPERIENZE

- Progresso personale: Attività basate sulla fede 5.

Lezione 27: Lo studio delle Scritture**DOMANDE**

- Come lo studio quotidiano delle Scritture può aiutarmi a resistere alle tentazioni? (Vedere 1 Nefi 15:24).
- Quali sono altri modi in cui lo studio delle Scritture mi aiuterà nella vita? (Vedere Helaman 15:7–8).

ULTERIORI RISORSE

- Thomas S. Monson, «[Un fermo sostegno](#)», *Ensign* e *Liahona*, novembre 2006, 62, 67–69. Discutete come lo studio delle Scritture, che è la seconda istruzione del presidente Monson, può aiutare le giovani a rispondere alle loro domande.

SUGGERIMENTO DIDATTICO

È più probabile che le ragazze partecipino se sono riunite in piccoli gruppi. Usate i gruppi quando volete incoraggiare le giovani a confrontare le risposte, a esaminare le domande, a giungere a un consenso comune, o a insegnarsi a vicenda (vedere Insegnare: non c'è chiamata più grande, 161).

- Gordon B. Hinckley, «Una testimonianza vibrante e sincera», *Ensign* e *Liahona*, agosto 2005, 2–6.

«Vi prometto senza riserve che, se osserverete questo programma semplice, a prescindere da quante volte potete aver letto il Libro di Mormon, nella vostra vita e nella vostra famiglia entrerà in maggiore misura lo Spirito del Signore, sentirete maggiormente la determinazione a camminare in obbedienza ai Suoi comandamenti e avrete una testimonianza più forte della realtà vivente del Figlio di Dio» (pagina 6).

- Julie B. Beck, «La mia anima si diletta nelle Scritture», *Ensign* e *Liahona*, maggio 2004, 107–109.

ESPERIENZE

- Progresso personale: Attività basate sulle scelte e responsabilità 1. Invitate le ragazze a stabilire l'abitudine di studiare le Scritture e di pregare in maniera regolare. Incoraggiatele a stabilire una meta individuale sulla lettura. Fornite occasioni in cui le ragazze possono condividere sentimenti o esperienze relativi allo studio personale delle Scritture.

Lezione 28: *Il rifiuto del peccato*

DOMANDE

- Come ciò che vedo, ascolto o leggo influisce sulla mia capacità di resistere alle tentazioni?
- Oltre a pregare, studiare le Scritture e frequentare la chiesa, che cosa posso fare per evitare le tentazioni e il peccato?

ULTERIORI RISORSE

- Henry B. Eyring, «Come un fanciullo», *Ensign* e *Liahona*, maggio 2006, 14–17.
- Richard G. Scott, «Come vivere bene in mezzo al male sempre crescente», *Ensign* e *Liahona*, maggio 2004, 100–102.

«Se siete mai tentati di sperimentare le offerte allettanti di Lucifero, per prima cosa analizzate con calma le conseguenze inevitabili di tali scelte e la vostra vita non sarà distrutta. Voi non potrete mai provare ciò che è proibito da Dio, che distrugge la felicità ed è dannoso per la guida spirituale, senza ottenere dei risultati tragici» (pagina 102; vedere prima domanda).

ESPERIENZE

- Progresso personale: Attività basate sulla natura divina 5; Attività basate sulle scelte e responsabilità 2.

Lezione 29: *La Seconda Venuta*

DOMANDE

- Perché è importante che io conosca e comprenda i segni della Seconda Venuta?
- Come posso rimanere calma e pacifica anche quando alcuni segni della Seconda Venuta sono spaventosi e terribili? (Vedere DeA 38:30).
- Quali sono alcune cose che posso fare per essere pronta quando il Salvatore verrà di nuovo?

ULTERIORI RISORSE

- Dallin H. Oaks, «La preparazione per la Seconda Venuta», *Ensign* e *Liahona*, maggio 2004, 7–10.
- Boyd K. Packer, «Una difesa e un rifugio», *Ensign* e *Liahona*, novembre 2006, 85–88. L'articolo aiuta a rispondere alla seconda domanda sopra riportata.
- *Siate Fedeli* (2005), 169–170. La sezione riporta molti riferimenti scritturali che insegnano gli eventi e i segni della Seconda Venuta.

ESPERIENZE

- Potreste scrivere nel diario le risposte alle domande seguenti: in quali aspetti della mia vita sono pronta per la Seconda Venuta? In quali aspetti ho bisogno di migliorare?

Lezione 30: *Il servizio*

DOMANDE

- Non mi viene sempre naturale pensare al prossimo. Come posso imparare a essere più premurosa verso gli altri, tenendo in conto i loro sentimenti e le loro necessità? Come ciò farebbe sì che la mia vita cambi?

ESPERIENZE

- Progresso personale: Attività basate sulla natura divina 2; Attività basate sulle buone opere 2, 5–6; Progetto basato sulle buone opere, 5.

Lezione 31: *Le attività di gruppo: una base per una sana amicizia fra i giovani*

DOMANDE

- Perché mi è stato consigliato di evitare di uscire frequentemente con la stessa persona? (Vedere *Per la forza della gioventù* [libretto, 2002], 25).
- A volte ricevo pressioni ad andare contro il consiglio del profeta riguardo all'uscire prima del tempo e in coppia fissa. Che cosa posso fare o dire in queste situazioni per rimanere fedele alle norme che il Signore ha stabilito?

ULTERIORI RISORSE

- John B. Dickson, «Un impegno verso il Signore», *Ensign* e *Liahona*, maggio 2007, 14–15.

«Un altro impegno che dovrete prendere riguarda la modestia nel vestire e il comportamento durante gli appuntamenti. È sempre più facile osservare le norme stabilite dal Signore quando avete già deciso come vi comporterete quando dovrete prendere delle decisioni in occasione di appuntamenti, amici o compagni. Alcune persone potranno non comprendere le vostre norme quando seguirete i principi giusti osservando gli impegni presi, ma vi rispetteranno e ammireranno e desidereranno assomigliarvi» (pagina 15).

SUGGERIMENTO DIDATTICO

Fornire alle giovani la possibilità di rendere testimonianza durante la lezione invita lo Spirito. Al termine della lezione, potreste chiedere a una o due ragazze di riassumere la lezione e di condividere i propri sentimenti su ciò che hanno appreso.

- *Per la forza della gioventù* (libretto, 2002), 24–25. Nelle culture dove il corteggiamento è accettabile, potreste leggere questa sezione sul corteggiamento e discutere come le ragazze potrebbero applicarlo (vedere domande).

ESPERIENZE

- Progresso personale: Progetto basato sulle scelte e responsabilità 1.

Lezione 32: *La purezza personale attraverso l'autodisciplina*

DOMANDE

- In che modo decidere ora di rimanere moralmente pura mi aiuta a mantenere la purezza personale?

ULTERIORI RISORSE

- David A. Bednar, «[Innocente di mani e puro di cuore](#)», *Ensign e Liahona*, novembre 2007, 80–83.
- Robert D. Hales, «[Al Sacerdozio di Aaronne: come prepararsi per un decennio di decisioni](#)», *Ensign e Liahona*, maggio 2007, 48–51.
- Alma 38:12; Dottrina e Alleanze 10:5; 121:45–46; Articoli di Fede 1:13.

ESPERIENZE

- Progresso personale: Attività basate sull'integrità 1–2.

Lezione 33: *Come evitare gli effetti deleteri dei mass media*

DOMANDE

Mentre prendete in considerazione come usare queste domande, pensate alle necessità delle ragazze del rione e adattatele di conseguenza.

- Come so quando trascorro troppo tempo a guardare la televisione, a giocare ai videogiochi, a mandare sms o a navigare in Internet?
- Anche se alcuni testi musicali sono brutti, in realtà non ascolto le parole. Questo ha davvero un effetto su di me? Perché?

ULTERIORI RISORSE

- Thomas S. Monson, «[Fedele sino alla fine](#)», *Ensign e Liahona*, maggio 2006, 18–21. L'articolo aiuta a rispondere alle domande poste.
- L. Whitney Clayton, «[Beati i puri di cuore](#)», *Ensign e Liahona*, novembre 2007, 51–53. L'articolo aiuta a rispondere alla prima domanda sopra riportata.
- *Per la forza della gioventù* (libretto, 2002), 17–19. La sezione sui divertimenti e sui mezzi di comunicazione aiuta a rispondere alle domande proposte.
- Moroni 7:12–17; Dottrina e Alleanze 45:32.

ESPERIENZE

- Progresso personale: Attività basate sulle scelte e responsabilità 5–6; Progetto basato sulle scelte e responsabilità, 3.

Lezione 34: *Pensieri degni*

DOMANDE

- A scuola sento attorno a me parole offensive. Che cosa posso fare per non udire? Che cosa posso fare per eliminarle dai pensieri?

ULTERIORI RISORSE

- Jeffrey R. Holland, «[La lingua degli angeli](#)», *Ensign e Liahona*, maggio 2007, 16–18.
- Jay E. Jensen, «[Il potere nutritivo degli inni](#)», *Ensign e Liahona*, maggio 2007, 11–13.
- Boyd K. Packer, «[Musica degna, pensieri degni](#)», *New Era*, aprile 2008, 6–11; *Liahona*, aprile 2008, 30–35 (vedere www.worthymusicworthythoughts.lds.org).

- *Per la forza della gioventù* (libretto, 2002), 22–23.
- Proverbi 23:7; Alma 12:14; Dottrina e Alleanze 25:12.

ESPERIENZE

- Progresso personale: Progetto basato sulle scelte e responsabilità, 3.
- Durante un'attività infrasettimanale potreste leggere nell'innario «La musica nella nostra vita personale», Prefazione della Prima Presidenza (*Inni*, X). Cantate diversi inni tra quelli che vi piacciono di più. Come classe potreste memorizzare un inno.

Lezione 35: *Come vivere rettamente in mezzo alle pressioni del mondo*

DOMANDE

- Come posso rispondere alle persone che m'infastidiscono o che mi prendono in giro perché sono un membro della Chiesa?
- È deludente vedere che i miei amici che non osservano gli standard della Chiesa.

Come posso essere per loro di buon esempio senza essere noiosa o risultare una moralista?

ULTERIORI RISORSE

- Thomas S. Monson, «[Un fermo sostegno](#)», *Ensign e Liahona*, novembre 2006, 62, 67–69.
- Quentin L. Cook, «[Vivere per fede e non per timore](#)», *Ensign e Liahona*, novembre 2007, 70–73.
- *Per la forza della gioventù* (libretto, 2002), 12–13.

ESPERIENZE

- Progresso personale: Attività basate sulle scelte e responsabilità 2.

SUGGERIMENTO DIDATTICO

È più probabile che le giovani partecipino in maniera significativa quando completano un compito individuale e poi condividono ciò che hanno appreso. Potreste chiedere alle giovani di scrutare le Scritture o alcune citazioni per proprio conto, scrivere le risposte o le impressioni ricevute, pensare alle risposte date a una domanda (vedere Insegnare: non c'è chiamata più grande, 55).

Lezione 36: *L'importanza della verità nel retto vivere*

DOMANDE

- Quali principi e norme evangelici il mondo distorce? Che cosa posso fare per non essere ingannata da queste distorsioni?
- La legge della castità è un argomento sacro e delicato. Come posso spiegare perché osservo questa legge agli amici che non hanno le mie stesse credenze?

ULTERIORI RISORSE

- Richard G. Scott, «[La verità, il fondamento delle decisioni corrette](#)», *Ensign* e *Liahona*, novembre 2007, 90–92.

«Il processo per individuare la verità talvolta necessita di enormi sforzi abbinati a una profonda fede nel nostro Padre celeste e nel Suo Figlio glorificato. Dio decise che dovesse essere così per forgiare il vostro carattere. Un carattere onorevole rafforzerà la vostra capacità di seguire con obbedienza la guida dello Spirito nelle decisioni essenziali. Un carattere retto è la manifestazione di ciò che state diventando; è più importante di ciò che possedete, di ciò che avete imparato o degli obiettivi che avete conseguito. Vi permette di essere ritenuti degni di fiducia. Un carattere retto costituisce il fondamento della forza spirituale. Nei momenti di prova e difficoltà vi consente di prendere in modo corretto delle decisioni difficili ed estremamente importanti, anche quando tali decisioni sembrano impossibili» (pagina 92).

- Elaine S. Dalton, «[Rimanete sul sentiero](#)», *Ensign* e *Liahona*, maggio 2007, 112–114.

ESPERIENZE

- Progresso personale: Progetto basato sull'integrità, 5.

Lezione 37: *Come aver cura del nostro corpo*

DOMANDE

- In che modo prendermi cura ora del corpo influirà sul mio stato di salute futuro? In che modo sviluppare sane abitudini mi prepara ad avere e crescere dei figli?
- Quali sono alcune maniere in cui le persone nel mondo profanano il loro corpo? In che modo ricordare che il corpo è un tempio di Dio mi aiuta a evitare queste mode?

ULTERIORI RISORSE

- Thomas S. Monson, «[Fedele sino alla fine](#)», *Ensign* e *Liahona*, maggio 2006, 18–21.

«Tutti abbiamo un corpo che ci è stato affidato da un affettuoso Padre celeste. Ci è stato comandato di prendercene cura. Possiamo abusare o danneggiare deliberatamente il corpo senza essere ritenuti responsabili? No! L'apostolo

Paolo spiegò: «Non sapete voi che siete il tempio di Dio, e che lo Spirito di Dio abita in voi? ...

Il tempio di Dio è santo; e questo tempio siete voi» [1 Corinzi 3:16–17]. Possiamo noi mantenere il corpo, il nostro tempio, puro e in forma, libero da sostanze nocive che distruggono la salute fisica, mentale e spirituale» (pagina 19).

- Susan W. Tanner, «[La santità del corpo](#)», *Ensign* e *Liahona*, novembre 2005, 13–15.

ESPERIENZE

- Progresso personale: Progetto basato sulla conoscenza, 3.
- Potreste invitare le giovani a parlare con la famiglia delle informazioni su come prendersi cura del corpo dopo aver consultato i seguenti riferimenti: *Per la forza della gioventù* (libretto, 2002), 36–37; *Siate Fedeli* (2005), 126, 181.

Lezione 38: *L'alimentazione e la Parola di Saggezza.*

DOMANDE

- Gli amici, i mass media e le altre persone mi dicono come deve essere il mio look. In che modo una buona nutrizione e l'osservanza della Parola di Saggezza mi aiutano a sentirmi bene riguardo al corpo?
- In che modo decidere ora di osservare la Parola di Saggezza mi prepara a rimanere fedele a questo comandamento in futuro?

ULTERIORI RISORSE

- John B. Dickson, «[Un impegno verso il Signore](#)», *Ensign* e *Liahona*, maggio 2007, 14–15. L'articolo risponde alla seconda domanda sopra riportata.
- Julie B. Beck, «[Ricordare, pentirsi e cambiare](#)», *Ensign* e *Liahona*, maggio 2007, 109–112. La storia di Mary illustra le conseguenze a lungo termine della mancata osservanza della Parola di Saggezza.
- Dottrina e Alleanze 49:19–21; 59:15–20; 88:124.

ESPERIENZE

- Progresso personale: Attività basate sulle buone opere 2.

SUGGERIMENTO DIDATTICO

È più probabile che le giovani comprendano e mettano in pratica le dottrine evangeliche quando queste sono spiegate in maniera semplice e chiara. Leggete tutti i passi scritturali e la lezione per individuare una dottrina che potrebbe essere l'argomento della lezione. Potreste scriverlo alla lavagna o mostrarlo in altra maniera affinché le giovani lo vedano (vedere Insegnare: non c'è chiamata più grande, 52).

Lezione 39: *L'uso della droga*

DOMANDE

- Quando ho visto una persona pronunciarsi contro l'uso di sostanze nocive, come la droga o l'alcol? Che influenza ha avuto il buon esempio di questa persona sugli altri?
- Come mi sentirò quando manterrò i miei standard anche nei momenti di pressione? Che cosa penseranno gli altri di me?

ULTERIORI RISORSE

- Thomas S. Monson, «[Fedele sino alla fine](#)», *Ensign* e *Liahona*, maggio 2006, 18–21.
- James E. Faust, «[Il potere di cambiare](#)», *Ensign* e *Liahona*, novembre 2007, 122–124.
- Daniele 1; Moroni 10:30; Dottrina e Alleanze 59:17–20.

ESPERIENZE

- *Per la forza della gioventù* (libretto, 2002), 2–3. Elencate le benedizioni promesse a chi obbedisce ai comandamenti di Dio. Potreste condividere la lista con la famiglia, una ragazza della classe o una dirigente delle Giovani Donne.

Lezione 40: La cura degli ammalati in casa

Potreste tenere la lezione durante un'attività infrasettimanale invece che di domenica.

Lezione 41: La capacità di riuscire**DOMANDE**

- Il tema delle Giovani Donne dichiara: «Siamo figlie di un Padre celeste che ci ama». Come questa conoscenza può darvi fiducia? In che modo la conoscenza di essere una figlia di Dio influisce sugli obiettivi che mi pongo?

ULTERIORI RISORSE

- Dieter F. Uchtdorf, «[Non abbiam ragione di gioire?](#)» *Ensign* e *Liahona*, novembre 2007, 18–21. Potreste usare parti dell'articolo per integrare la conclusione della lezione.
- Charles W. Dahlquist II, «[Chi sta con il Signor?](#)» *Ensign* e *Liahona*, maggio 2007, 94–96.
- Proverbi 31:10–31; Dottrina e Alleanze 25:1–3.

ESPERIENZE

- Progresso personale: Attività basate sul valore personale 7.

Lezione 42: Il coraggio di provarci**DOMANDE**

- Le esperienze che mi attendono sono scoraggianti. Come posso avere il coraggio necessario per affrontare queste situazioni?

ULTERIORI RISORSE

- Thomas S. Monson, «[Un real sacerdozio](#)», *Ensign* e *Liahona*, novembre 2007, 59–61. Potreste usare la storia del presidente Monson sul corridore che continuò la corsa anche senza una scarpa (pagina 59).
- *Per la forza della gioventù* (libretto, 2002), 2–3 (vedere domanda).
- 1 Samuele 17; 2 Nefi 31:20.

ESPERIENZE

- Progresso personale: Attività basate sull'integrità 3.

Lezione 43: Il retto vivere**DOMANDE**

- Pentendomi e prendendo degnamente il sacramento, mi qualifico per avere lo Spirito Santo. In che modo l'influenza dello Spirito Santo mi aiuta a rimanere degna?

ULTERIORI RISORSE

- Anthony D. Perkins, «[Il grande e meraviglioso amore](#)», *Ensign* e *Liahona*, novembre 2006, 76–78.
- Elaine S. Dalton, «[Guardiamo all'eternità!](#)» *Ensign* e *Liahona*, novembre 2006, 31–32.

ESPERIENZE

- Progresso personale: Attività basate sulle scelte e responsabilità 4.

SUGGERIMENTO DIDATTICO

È più probabile che le giovani comprendano e mettano in pratica la dottrina quando sono incoraggiate a trovare le loro applicazioni.

Ponete domande del tipo:

«Perché questa dottrina è importante per voi?»

«Quando nella vita avete sentito il potere di questa dottrina?» «Come la dottrina è stata di beneficio a voi e ad altre persone?»

(Vedere Insegnare: non c'è chiamata più grande, 182).

(Vedere Insegnare: non c'è chiamata più grande, 182).

Lezione 44: Un saggio impiego del tempo**DOMANDE**

- Mi sento oppressa da tutto quello che ci si aspetta da me. Che cosa posso fare per gestire meglio il tempo e le responsabilità, in modo che la vita sia più felice?
- Ho la cattiva abitudine di rimandare. Come posso perdere questa abitudine?

ULTERIORI RISORSE

- Dallin H. Oaks, «[Buono, migliore, eccellente](#)», *Ensign* e *Liahona*, novembre 2007, 104–108. L'articolo può aiutare le giovani ad assegnare le giuste priorità a ciò che è importante (vedere domande).

ESPERIENZE

- Progresso personale: Attività basate sulla conoscenza 1.

Lezione 45: L'importanza del lavoro**DOMANDE**

- Perché il principio del lavoro è importante per un matrimonio e una famiglia di successo? (Vedere il proclama sulla famiglia).

ULTERIORI RISORSE

- M. Russell Ballard, «[Fedele, famiglia, fatti e frutti](#)», *Ensign* e *Liahona*, novembre 2007, 25–27.

«Poniamo una forte enfasi sull'autosufficienza e su un'ottima etica lavorativa. Incoraggiamo il coinvolgimento attivo nelle comunità e nel servizio reso agli altri. In cause umanitarie a livello mondiale la Chiesa continua a donare grosse somme di denaro, prodotti e servizi, tra cui incalcolabili ore di lavoro offerto dai santi per assistere nello sgombero e nei soccorsi in caso di disastri» (pagina 27).

ESPERIENZE

- Progresso personale: Attività basate sulla conoscenza 5.

Lezione 46: *Lo scopo e l'importanza dell'istruzione*

DOMANDE

- Perché è importante per me ottenere un'istruzione?
- Come una buona istruzione può aiutarmi nel futuro? In che modo un giorno mi potrà aiutare a prendermi cura della casa e della famiglia?

ULTERIORI RISORSE

- Thomas S. Monson, «[Tre obiettivi che vi guidino](#)», *Ensign* e *Liahona*, novembre 2007, 118–121.
- Gordon B. Hinckley, «[La virtù adorni i tuoi pensieri senza posa](#)», *Ensign* e *Liahona*, maggio 2007, 115–117.
- 2 Nefi 9:28–29.

ESPERIENZE

- Progresso personale: Attività basate sul valore personale 2; Progetto basato sulla conoscenza, 2.

Lezione 47: *Incoraggiamo le giovani a coltivare i loro talenti*

DOMANDE

- Come posso riconoscere e sviluppare i doni e i talenti che ho ricevuto?
- Come posso incoraggiare lo sviluppo dei talenti che vedo nei familiari e negli amici?

ULTERIORI RISORSE

- James E. Faust, «[Un messaggio per i miei nipoti](#)», *Ensign* e *Liahona*, maggio 2007, 54–56.
«Ognuno di noi è una creazione unica del nostro Padre celeste. Non esistono due di noi che sono completamente uguali. Nessun altro ha esattamente gli stessi doni e talenti che abbiamo ricevuto noi. Dovremmo accrescere quei talenti e doni e usarli efficacemente per esaltare la nostra unicità» (pagina 56).
- Julie B. Beck, «[Le benedizioni riversate](#)», *Ensign* e *Liahona*, maggio 2006, 11–13.
- *Siate Fedeli* (2005), 54–56.

ESPERIENZE

- Progresso personale: Attività basate sulla natura divina 6; Attività basate sulla conoscenza 2.

Lezione 48: *Gli obiettivi a breve scadenza come tappe del progresso*

DOMANDE

- Qual è lo scopo del programma del Progresso personale? (Vedere *Progresso personale delle Giovani Donne* [2002], 7).
- Come questo programma può aiutarmi a stabilire e a conseguire le mete più importanti nella vita?

ULTERIORI RISORSE

- Joseph B. Wirthlin, «[Lezioni di vita](#)», *Ensign* e *Liahona*, maggio 2007, 45–47.
- Joseph B. Wirthlin, «[La vita ad esuberanza](#)», *Ensign* e *Liahona*, maggio 2006, 99–102.
- 2 Nefi 28:30; Alma 12:10; Dottrina e Alleanze 50:24; 98:12.

ESPERIENZE

- Potreste chiedere alle ragazze di portare il libretto Progresso personale a un'attività infrasettimanale e di condividere con le altre giovani e con le dirigenti che cosa stanno facendo per conseguire le loro mete.

Lezione 49: *La delega dei compiti*

DOMANDE

- Quali qualità di leadership mi aiuteranno a «portare avanti la responsabilità di edificare il regno di Dio»? (*Per la forza della gioventù* [libretto, 2002], 3).

ULTERIORI RISORSE

- M. Russell Ballard, «[Siate saggi](#)», *Ensign* e *Liahona*, novembre 2006, 17–20.
- Daniel K Judd, «[Nutriti mediante la buona parola di Dio](#)», *Ensign* e *Liahona*, novembre 2007, 93–95. Usate la storia del fratello Judd sul radunare i cavalli per dimostrare le qualità di una buona leadership.
- Ester 3–4.

ESPERIENZE

- Progresso personale: Progetto basato sulla conoscenza, 4; Progetto basato sull'integrità, 1, 3.

CHIESA DI
GESÙ CRISTO
DEI SANTI
DEGLI ULTIMI GIORNI

ITALIAN



4 02067 54160 9

06754 160