

Focus on Jesus Christ and His Gospel

By Elder I. Raymond Egbo
Of the Seventy

Concentrarsi su Gesù Cristo e sul Suo vangelo

Anziano I. Raymond Egbo
dei Settanta

October 2024 general conference

When we ignore the distractions of the world and focus on Christ and His gospel, we are guaranteed success.

In 1996 the Nigerian men's football team won gold at the Olympic Games held in Atlanta in the United States. As the final ended, jubilant crowds poured onto the streets of every city and town in Nigeria; this country of 200 million people was instantly transformed into a massive celebration at two o'clock in the morning! There was infectious joy, happiness, and excitement as people ate, sang, and danced. In that moment, Nigeria was united and every Nigerian was content being Nigerian.

Before the Olympics, this team faced numerous challenges. As the tournament began, their financial support ended. The team competed without proper kits, training venues, food, or laundry services.

Jerome Prevost/Getty Images

At one point, they were minutes away from being eliminated from competition, but the Nigerian team triumphed against all odds. This pivotal moment changed how they saw themselves. With newfound confidence, and with individual and team hard work and dogged determination, they unitedly ignored distractions and focused on winning. This focus earned them gold medals, and Nigerians christened them the "Dream Team." The Dream Team at the 1996 Olympics continues to be referenced in Nigerian sports.

David Cannon/Allsport/Getty Images

Once the football team learned to ignore the many distractions facing them and focused

Quando ignoriamo le distrazioni del mondo e ci concentriamo su Cristo e sul Suo vangelo, il successo è garantito.

Nel 1996, la squadra di calcio maschile nigeriana vinse l'oro alle Olimpiadi di Atlanta, negli Stati Uniti. Al termine della finale, folle giubilanti si riversarono per le strade di ogni città e paese della Nigeria; questa nazione di duecento milioni di persone si trasformò immediatamente in un'enorme festa alle due del mattino! La gioia, la felicità e l'eccitazione erano contagiose e le persone mangiavano, cantavano e ballavano. In quel momento la Nigeria era unita e ogni nigeriano era contento di essere nigeriano.

Prima delle Olimpiadi, questa squadra dovette affrontare molte difficoltà. All'inizio del torneo, venne meno il loro sostegno finanziario. La squadra gareggiò senza uniformi, luoghi per allenarsi, cibo o servizi di lavanderia appropriati.

Jerome Prevost/Getty Images

A un certo punto fu a un passo dall'essere eliminata dal torneo, ma la squadra nigeriana trionfò inaspettatamente contro ogni pronostico. Quel momento cruciale cambiò il modo in cui i suoi componenti vedevano se stessi. Con ritrovata fiducia, con il duro lavoro individuale e di squadra, e con una determinazione tenace, ignorarono insieme le molte distrazioni e si concentrarono sulla vittoria. Questa concentrazione è valsa loro la medaglia d'oro e i nigeriani li hanno battezzati "Dream Team" [la squadra dei sogni]. Il Dream Team delle Olimpiadi del 1996 continua a essere citato nello sport nigeriano.

David Cannon/Allsport/Getty Images

Dopo avere imparato a ignorare le molte distrazioni che le si presentavano ed essersi

on their goal, they succeeded beyond what they thought possible and experienced great joy. (As did the rest of us in Nigeria!)

In a similar way, when we ignore the distractions of the world and focus on Christ and His gospel, we are guaranteed success beyond what we can fully imagine and can feel great joy. President Russell M. Nelson taught: “When the focus of our lives is on ... Jesus Christ and His gospel, we can feel joy regardless of what is happening—or not happening—in our lives.”

I pray that the Holy Ghost will help each of us to heed President Nelson’s invitation to focus our lives on “Jesus Christ and His gospel” so we can experience joy in Christ “regardless of what is happening—or not happening—in our lives.”

Several accounts in the Book of Mormon describe individuals who turned their lives around by focusing on Jesus Christ and His gospel.

Consider Alma the Younger. He rebelled and fought against the Church. His father, Alma, prayed and fasted. An angel appeared and called Alma the Younger to repentance. In that moment, Alma began to suffer “the pains of a damned soul.” In his darkest hours, he remembered his father teaching that Christ would come to atone for the sins of the world. As his mind caught hold on this thought, he pled with God for mercy. Joy was the result, a joy he described as exquisite! Mercy and joy came to Alma because he and his father focused on the Savior.

For parents with children who have strayed, take heart! Instead of wondering why an angel does not come to help your child repent, know that the Lord has placed a mortal angel in his or her path: the bishop, another Church leader, or a ministering brother or sister. If you keep fasting and praying, if you do not set a timetable or a deadline for God, and if you trust that He is stretching forth His hand to help, then—sooner or later—you find God touching the heart of your child when your child chooses to listen. This is so because Christ is joy—Christ is hope; He is the promise “of good things to come.” So trust Jesus Christ with your child, for He is the strength of every parent and every child.

concentrata sul suo obiettivo, la squadra di calcio è riuscita a fare meglio di quanto pensava fosse possibile e ha provato una grande gioia (come anche il resto di noi in Nigeria!).

In modo simile, quando ignoriamo le distrazioni del mondo e ci concentriamo su Cristo e sul Suo vangelo, abbiamo la garanzia di un successo che va oltre ogni nostra immaginazione e possiamo provare grande gioia. Il presidente Russell M. Nelson ha insegnato: “Quando incentriamo la nostra vita [...] su Gesù Cristo e sul Suo vangelo, possiamo provare gioia a prescindere da ciò che sta accadendo — o non accadendo — in essa”.

Prego che lo Spirito Santo aiuti ciascuno di noi a dare ascolto all’invito del presidente Nelson a incentrare la nostra vita “su Gesù Cristo e sul Suo vangelo”, in modo da poter provare gioia in Cristo “a prescindere da ciò che sta accadendo — o non accadendo — in essa”.

Diversi resoconti nel Libro di Mormon descrivono individui che hanno trasformato la propria vita concentrandosi su Gesù Cristo e sul Suo vangelo.

Basta pensare ad Alma il Giovane. Si era ribellato e aveva combattuto contro la Chiesa. Suo padre, Alma, pregava e digiunava. Apparve un angelo che chiamò Alma il Giovane al pentimento. In quel momento, Alma cominciò a soffrire “le pene di un’anima dannata”. Nelle sue ore più buie, ricordò che suo padre aveva insegnato che Cristo sarebbe venuto per espiare i peccati del mondo. Mentre la sua mente si soffermava su questo pensiero, implorò Dio per avere misericordia. Il risultato fu la gioia, una gioia che egli definì intensa! Misericordia e gioia giunsero ad Alma perché lui e suo padre si erano concentrati sul Salvatore.

Ai genitori che hanno figli che si sono allontanati, dico: “Rincoratevi!”. Invece di domandarvi perché un angelo non venga ad aiutare vostro figlio a pentirsi, sappiate che il Signore ha messo un angelo terreno sul suo cammino: il vescovo, un altro dirigente della Chiesa, un fratello o una sorella ministrante. Se continuerete a digiunare, se non firmerete una tempistica o una scadenza per Dio, e se confidate nel fatto che Egli stia stendendo la Sua mano per aiutare, allora — prima o poi — vi accorgerete che Dio toccherà il cuore di vostro figlio, quando questi sceglierà di ascoltare. È così perché Cristo è gioia — Cristo è speranza; Egli è la promessa “di futuri beni”. Affidate dunque a Gesù Cristo vostro figlio, perché

Once he experienced joy in Christ, Alma the Younger lived with that joy. But how did he maintain such joy even through difficulty and trial? He states:

“From that time even until now, I have labored without ceasing, [to] bring souls unto repentance; that I might bring them to taste of the exceeding joy of which I did taste. ...

“... And ... the Lord doth give me exceedingly great joy in the fruit of my labors. ...

“And I have been supported under trials and troubles of every kind.”

Joy in Christ began for Alma when he exercised faith in Him and cried for mercy. Then Alma exercised his faith in Christ by laboring to help others taste of the same joy. These continuous labors produced great joy in Alma even in trials and troubles of every kind. You see, “the Lord loves effort,” and effort focused on Him brings blessings. Even severe trials can be “swallowed up in the joy of Christ.”

Another group in the Book of Mormon who made Jesus Christ and His gospel the focus of their lives and found joy are those who founded the city Helam—a place where they could raise their children and enjoy the free exercise of their religion. This righteous people living good lives were enslaved by a marauding group and stripped of the fundamental human right to exercise religion. Sometimes bad things happen to good people:

“The Lord seeth fit to chasten his people; yea, he trieth their patience and their faith.

“Nevertheless—whosoever putteth his trust in him the same shall be lifted up at the last day. Yea, and thus it was with this people.”

How did this people endure through their trials and suffering? By focusing on Christ and His gospel. Their troubles did not define them; rather, each of them turned to God, likely defining themselves as a child of God, a child of the covenant, and a disciple of Jesus Christ. As they remembered who they were and called upon God, they received peace, strength, and ultimately joy in Christ:

“Alma and his people did ... pour out their hearts to [God]; and he did know the thoughts of their hearts.

Lui è la forza di ogni genitore, e di ogni figlio.

Una volta provata la gioia in Cristo, Alma il Giovane visse con quella gioia. Ma come fece a mantenere una tale gioia anche nelle difficoltà e nelle prove? Egli dichiarò:

“Da quel momento fino ad ora ho lavorato senza posa per portare le anime al pentimento, per portarle a gustare l’immensa gioia che io avevo gustato,

[e] il Signore mi dà una gioia immensa nel frutto delle mie fatiche. [...]

E sono stato sostenuto in prove e difficoltà di ogni genere”.

Per Alma, la gioia in Cristo iniziò quando esercitò la fede in Lui e implorò di ottenere misericordia. Poi Alma esercitò la sua fede in Cristo lavorando per aiutare gli altri a gustare la stessa gioia. Questo impegno continuo produsse una grande gioia in Alma anche in mezzo a prove e problemi di ogni genere. Vedete, “il Signore ama l’impegno” e l’impegno incentrato su di Lui porta benedizioni. Persino le prove dure possono essere “sopraffatte dalla gioia di Cristo”.

Un altro gruppo nel Libro di Mormon che ha fatto di Gesù Cristo e del Suo vangelo il fulcro della propria vita e che ha trovato gioia sono coloro che fondarono la città di Helam, un luogo in cui avrebbero potuto crescere i loro figli e godere della libertà di professare la loro religione. Queste persone rette vivevano vite esemplari, ma furono ridotte in schiavitù da un gruppo di saccheggiatori e private del diritto umano fondamentale di professare la propria religione. A volte alle brave persone accadono cose brutte:

“Il Signore ritiene opportuno castigare il suo popolo; sì, egli mette alla prova la sua pazienza e la sua fede.

Nondimeno — chiunque ripone la sua fiducia in lui, sarà elevato nell’ultimo giorno. Sì, e così fu per questo popolo”.

Come fecero queste persone a resistere alle prove e alle sofferenze? Concentrandosi su Cristo e sul Suo vangelo. Non erano i loro problemi a definirli; piuttosto, ognuno di loro si volgeva a Dio probabilmente definendo se stesso come figlio di Dio, figlio dell’alleanza e discepolo di Gesù Cristo. Ricordando chi erano e invocando Dio, ricevettero pace, forza e infine gioia in Cristo:

“Alma e il suo popolo [...] aprirono a [Dio] il cuore; ed egli conobbe i pensieri del loro cuore.

“And it came to pass that the voice of the Lord came to them in their afflictions, saying: Lift up your heads and be of good comfort, for I know of the covenant which ye have made unto me; and I will covenant with my people and deliver them out of bondage.”

In response, the Lord did “ease the burdens ... upon [their] shoulders. ... Yea, the Lord did strengthen them that they could bear up their burdens with ease, and they did submit cheerfully and with patience to all the will of the Lord.” Note that these Saints let their troubles, suffering, and trials be swallowed up in the joy of Christ! Then in due time, He showed Alma the way for escape, and Alma—a prophet of God—led them to safety.

As we focus on Christ and follow His prophet, we too will be led to Christ and the joy of His gospel. President Nelson has taught: “Joy is powerful, and focusing on joy brings God’s power into our lives. As in all things, Jesus Christ is our ultimate exemplar, ‘who for the joy that was set before him endured the cross’ [Hebrews 12:2].”

My mother recently passed away; it was a shock. I love my mother and did not plan on losing her so young. But through her passing, my family and I have experienced both sorrow and joy. I know because of Him, she is not dead—she lives! And I know because of Christ and the priesthood keys restored through the Prophet Joseph Smith, I will be with her again. The sorrow of losing my mom has been swallowed up in the joy of Christ! I am learning that to “think celestial” and “let God prevail” includes focusing on the joy available in Christ.

He lovingly invites, “Come unto me, all ye that labour and are heavy laden, and I will give you rest.” In the name of Jesus Christ, amen.

E avvenne che la voce del Signore venne ad essi nelle loro afflizioni, dicendo: Alzate il capo e state di buon animo, poiché io conosco l’alleanza che avete fatto con me; e io farò alleanza con il mio popolo e lo libererò dalla schiavitù”.

In risposta, il Signore alleviò “i fardelli [...] posti sulle [loro] spalle [...]”. Sì, il Signore li fortificò cosicché potessero portare agevolmente i loro fardelli, ed essi si sottoposero allegramente e con pazienza a tutta la volontà del Signore”. Note che questi santi lasciarono che i loro problemi, le loro sofferenze e le loro prove fossero sopraffatti dalla gioia di Cristo! Poi, a tempo debito, Egli mostrò ad Alma il modo per fuggire e Alma, un profeta di Dio, li condusse al sicuro.

Se ci concentriamo su Cristo e seguiamo il Suo profeta, anche noi saremo condotti a Cristo e alla gioia del Suo vangelo. Il presidente Nelson ha insegnato: “La gioia è potente e concentrarci sulla gioia porta il potere di Dio nella nostra vita. Come in tutte le cose, Gesù Cristo è il nostro esempio più grande, ‘il quale per la gioia che gli era posta dinanzi sopportò la croce’ [Ebrei 12:2].”

Mia madre è morta di recente; è stato uno shock. Amo mia madre e non avevo previsto di perderla così giovane. Ma, attraverso la sua scomparsa, io e la mia famiglia abbiamo provato sia tristezza che gioia. Io so, grazie a Lui, che non è morta — lei vive! E so che, grazie a Cristo e alle chiavi del sacerdozio restaurate tramite il profeta Joseph Smith, un giorno sarò di nuovo con lei. Il dolore per la perdita di mia madre è stato sopraffatto dalla gioia di Cristo! Sto imparando che “pensare Celeste” e “far prevalere Dio” significano anche concentrarsi sulla gioia disponibile in Cristo.

Con amore, Egli ci invita: “Venite a me, voi tutti che siete travagliati ed aggravati, e io vi darò riposo”. Nel nome di Gesù Cristo. Amen.