

*GUÍA DE FUENTES
DE CONSULTA
PARA LAS MUJERES
JÓVENES 2010*

*MATERIALES
COMPLEMENTARIOS
PARA EL MANUAL 2*

Publicado por
La Iglesia de Jesucristo de los Santos de los Últimos Días
Salt Lake City, Utah

© 2009 por Intellectual Reserve, Inc.
Todos los derechos reservados.
Impreso en los Estados Unidos de América

Aprobación del inglés: 1/09
Aprobación de la traducción: 1/09
Traducción de *Young Women Resource Guide 2010 for Manual 2*
Spanish
08303 002

Guía de fuentes de consulta para las Mujeres Jóvenes 2010—Manual 2

Se han seleccionado las siguientes fuentes de consulta para ayudar a las líderes a lograr que la doctrina y los principios del Manual de Mujeres Jóvenes 2 sean pertinentes a las situaciones que afrontan las jovencitas, que los líderes estén al día con las enseñanzas proféticas y que éstas tengan aplicación en la vida de todas las jovencitas. Estas fuentes de consulta se han diseñado como acompañamiento de las lecciones. Con espíritu de oración, escoja aquellas fuentes que alienten el aprendizaje de cada joven y las ayuden a fortalecer la fe y el testimonio.

Algunas lecciones pueden extenderse más de una semana, o bien pueden reforzarse con actividades de entre semana a fin de responder a las necesidades particulares de sus jovencitas. Las actividades brindan un buen entorno para aplicar y poner en práctica los principios del Evangelio. Considere la posibilidad de dar lecciones sobre el Salvador durante las épocas de Pascua de Resurrección y Navidad.

Lección 1: Acercuémonos más a Jesucristo

PREGUNTAS PARA EL ANÁLISIS

- ¿Cuándo he sentido el amor que tiene por mí el Salvador? ¿Cuáles fueron las circunstancias?
- ¿Qué puedo cambiar en mi vida para acercarme más a Jesucristo?

FUENTES DE CONSULTA ADICIONALES

- Robert D. Hales, “Cómo obtener un testimonio de Dios el Padre, de Su Hijo Jesucristo y del Espíritu Santo”, *Liahona*, mayo de 2008, págs. 29–32. Considere emplear este discurso del élder Hales en lugar del relato.
- Dennis B. Neuenschwander, “Uno entre la multitud”, *Liahona*, mayo de 2008, págs. 101–103.
- *Para la fortaleza de la juventud*, folleto, 2001, pág. 40.

EXPERIENCIAS

- Progreso Personal: experiencia 4 con el valor “Naturaleza divina”.
- Consiga una lámina del Salvador para que cada jovencita tenga un recordatorio de la lección en la casa o en la escuela. (Nota: Las revistas de la Iglesia son una buena fuente de ayudas visuales.)

Lección 2: Los dones espirituales

PREGUNTAS PARA EL ANÁLISIS

- ¿Cómo puedo saber cuáles son mis dones espirituales?
- ¿Cómo puedo celebrar los dones de los demás, en vez de sentirme amenazada por ellos?
- ¿Cómo puedo usar mis dones espirituales para que sean bendiciones en la vida de los demás?

FUENTES DE CONSULTA ADICIONALES

- Dieter F. Uchtdorf, “La felicidad es su legado”, *Liahona*, noviembre de 2008, págs. 117–120.
- Jeffrey R. Holland, “El ministerio de ángeles”, *Liahona*, noviembre de 2008, págs. 29–31.
- Susan W. Tanner, “Hijas de nuestro Padre Celestial”, *Liahona*, mayo de 2007, págs. 106–109.
- *Leales a la fe*, 2004, págs. 65–66.
- *Para la fortaleza de la juventud*, folleto, 2001, pág. 40.
- Moroni 10:8–17; Doctrina y Convenios 46:8–33.

EXPERIENCIAS

- Progreso Personal: experiencia 7 con el valor “Valor individual”.
- En la semana posterior a la presentación de esta lección, se puede invitar a las jóvenes a explicar qué hicieron para fortalecer sus dones espirituales y cómo compartieron dichos dones con los demás. El comienzo de la clase sería un momento indicado para hacerlo.

SUGERENCIA PARA LA ENSEÑANZA

Quando las jovencitas estudian y experimentan la doctrina fuera del aula la comprenden y aplican de mejor forma. Después de enseñar la doctrina el domingo, considere hacer que las jovencitas trabajen con una meta o actividad correspondiente del Progreso Personal durante una actividad entre semana (véanse las experiencias indicadas en esta guía). Durante los primeros minutos de la siguiente clase, invítelas a compartir sus experiencias.

Lección 3: La edificación del Reino de Dios

PREGUNTAS PARA EL ANÁLISIS

- ¿Qué ejemplos de sacrificio he visto en la vida de las personas que conozco? ¿Qué he aprendido de esos ejemplos?
- ¿Qué he sacrificado yo para obtener cosas de mayor valor?
- ¿Qué he aprendido de mis propios sacrificios?

FUENTES DE CONSULTA ADICIONALES

- Quentin L. Cook, “Quiero que sepas que lo pasamos muy mal”, *Liahona*, noviembre de 2008, págs. 102–106.
- *Leales a la fe*, 2004, págs. 171–172.
- Mateo 19:16–22.

EXPERIENCIAS

- Progreso Personal: experiencia 6 con el valor “Integridad”.
- *Para la fortaleza de la juventud*, folleto, 2001, págs. 32–33.

Lección 4: *El obedecer los mandamientos nos ayuda a cumplir con nuestra función sagrada*

PREGUNTAS PARA EL ANÁLISIS

- ¿Qué me motiva a ser fiel a los principios del Evangelio incluso cuando hacerlo no es lo que está de moda y quizá nadie me apoye?
- ¿Por qué debo ser obediente al Señor aunque no siempre entienda el motivo?
- ¿Cuándo ha sido bendecida mi vida por guardar algún mandamiento en particular?

FUENTES DE CONSULTA ADICIONALES

- Gordon B. Hinckley, “Deja que la virtud engalane tus pensamientos incesantemente”, *Liahona*, mayo de 2007, págs. 115–117.
- Henry B. Eyring, “Andemos en la luz”, *Liahona*, mayo de 2008, págs. 123–125.
- M. Russell Ballard, “Hijos de Dios”, *Liahona*, mayo de 2008, págs. 108–110.
- Alma 57:21; Helamán 3:35; Doctrina y Convenios 64:34.

EXPERIENCIA

- Progreso Personal: experiencia 2 con el valor “Naturaleza divina”; proyecto con el valor “Naturaleza divina”, punto 3; experiencia 2 con el valor “Valor individual”.

Lección 5: *El ambiente del hogar*

PREGUNTAS PARA EL ANÁLISIS

- ¿Cómo puedo ayudar a mi familia a fomentar un ambiente en el hogar en el que pueda morar el Espíritu?
- ¿Qué destrezas domésticas y técnicas de vida necesito aprender para que la vida en mi hogar sea menos estresante y para aumentar el bienestar de mi familia? ¿De qué manera me ayudarán estas destrezas y técnicas en mi futuro hogar?

FUENTES DE CONSULTA ADICIONALES

- Susan W. Tanner, “Ser testigos”, *Liahona*, mayo de 2008, págs. 113–115. Considere compartir el relato sobre el don de la fe que tenía la madre de la hermana Tanner y la forma en que tal don influyó en la vida de la hermana Tanner.
- Mary N. Cook, “El fortalecimiento del hogar y la familia”, noviembre de 2007, págs. 11–13.

- *Para la fortaleza de la juventud*, folleto, 2001, págs. 10–11.

EXPERIENCIAS

- Progreso Personal: proyecto con el valor “Naturaleza divina”, puntos 1 y 4; experiencia 7 con el valor “Integridad”.
- Invite a una de las jovencitas a compartir o mostrar una destreza doméstica o una técnica de vida que haya cultivado durante la semana. Esto se puede hacer en una actividad entre semana o al principio de la clase de la siguiente semana.

Lección 6: *Compartamos los quehaceres del hogar*

PREGUNTAS PARA EL ANÁLISIS

- ¿De qué manera ha sido una bendición para los integrantes de mi hogar el que yo haya hecho mi parte de los quehaceres?
- ¿De qué manera mi actitud afecta las labores que realizo?
¿De qué manera mi actitud en cuanto a ayudar en el hogar influye en las actitudes de mi familia en cuanto a las labores del hogar?
- ¿Cómo puedo usar mi tiempo de forma más prudente a fin de contribuir más con los quehaceres de mi hogar?

FUENTES DE CONSULTA ADICIONALES

- Kenneth Johnson, “Cómo restaurar la fe en la familia”, *Liahona*, mayo de 2008, págs. 15–17.
- *Para la fortaleza de la juventud*, folleto, 2001, págs. 10–11.
- Alma 36:25; Doctrina y Convenios 58:27.

EXPERIENCIAS

- Progreso Personal: proyecto con el valor “Conocimiento”, puntos 1 y 5; proyecto con el valor “Elección y responsabilidad”, punto 5; experiencias 1–2 con el valor “Buenas obras”; proyecto con el valor “Buenas obras”, punto 2.
- Al comenzar la clase del domingo siguiente, podría pedirles a las jovencitas que comenten alguna tarea que hayan cumplido durante la semana sin que nadie lo pidiera.

Lección 7: *Contribuyamos al amor y a la armonía del hogar*

PREGUNTAS PARA EL ANÁLISIS

- ¿En qué ocasiones se me trató de una forma cristiana?
¿Cuál fue el resultado de que se me tratara así?
- ¿De qué forma quiere Cristo que trate a mi familia?
¿Cómo afectaría a mi familia que la tratara así?

FUENTES DE CONSULTA ADICIONALES

- Thomas S. Monson, “Aprendamos, hagamos, seamos”, *Liahona*, noviembre de 2008, págs. 60–62, 67–68.
- Joseph B. Wirthlin, “Las lecciones aprendidas de la vida”, *Liahona*, mayo de 2007, págs. 45–47.

SUGERENCIA PARA LA ENSEÑANZA

El dar a las jovencitas oportunidades de compartir sus sentimientos y testificar durante la clase invita al Espíritu. En distintos momentos de la clase, considere pedir a una de las jovencitas que resuma lo que está aprendiendo y comparta lo que siente al respecto.

- *Para la fortaleza de la juventud*, folleto, 2001, pág. 6.

EXPERIENCIA

- Progreso Personal: experiencia 5 con el valor “Naturaleza divina”; experiencia 3 con el valor “Valor individual”; experiencia 5 con el valor “Buenas obras”.

Lección 8: *Mejoremos nuestras técnicas de comunicación*

PREGUNTAS PARA EL ANÁLISIS

- ¿Qué me impide comunicarme en forma eficaz con mi familia?
- ¿Cómo es que la tecnología ayuda a que la comunicación con mi familia sea eficaz y al mismo tiempo la dificulta?
- ¿Cómo puedo mejorar la comunicación que tengo con mis padres?

FUENTES DE CONSULTA ADICIONALES

- Robert D. Hales, “Valor cristiano: El precio del discipulado”, *Liahona*, noviembre de 2008, págs. 72–75.
- Jeffrey R. Holland, “El ministerio de ángeles”, *Liahona*, noviembre de 2007, págs. 16–18.
- Proverbios 15:1; Efesios 4:29; 2 Nefi 25:26–27; Doctrina y Convenios 20:54; 108:7.

EXPERIENCIAS

- Progreso Personal: experiencia 3 con el valor “Naturaleza divina”.
- Pida a cada una de las jovencitas que escoja una de las normas de *Para la fortaleza de la juventud*, folleto, 2001, y que inicie una conversación sobre el tema con sus padres.

Lección 9: *Las jóvenes pueden ser pacificadoras en el hogar*

PREGUNTAS PARA EL ANÁLISIS

- ¿Qué puede invitar al espíritu de paz a mi hogar?
- ¿Qué hago yo para brindar paz y armonía a mi familia?
- ¿Cómo puedo ser una pacificadora en la familia de mi barrio, especialmente entre las mujeres jóvenes de nuestra clase?

FUENTES DE CONSULTA ADICIONALES

- James E. Faust, “El poder sanador del perdón”, *Liahona*, mayo de 2007, págs. 67–69.
- Henry B. Eyring, “Entrelazados nuestros corazones en uno”, *Liahona*, noviembre de 2008, págs. 68–71.
- 3 Nefi 12:9; Doctrina y Convenios 64:9–11.

EXPERIENCIA

- Progreso Personal: experiencia 7 con el valor “Naturaleza divina”.

Lección 10: *El sacerdocio: una gran bendición*

PREGUNTAS PARA EL ANÁLISIS

- En mi vida, ¿quién ha sido un buen ejemplo de lo que es ser un poseedor digno del sacerdocio? ¿Por qué?
- ¿Qué bendiciones tengo en mi vida por causa del sacerdocio?
- ¿Qué hacen los hombres jóvenes para estar en condición de recibir el poder del sacerdocio? ¿Cómo puedo ayudarlos a llegar a ser dignos de esa responsabilidad sagrada y a mantenerse dignos de ella?

FUENTES DE CONSULTA ADICIONALES

- Richard G. Scott, “Honra el sacerdocio y utilízalo bien”, *Liahona*, noviembre de 2008, págs. 44–47.
- Jeffrey R. Holland, “Santificaos”, *Liahona*, enero de 2001, págs. 46–49. Considere compartir el relato del élder Holland sobre el élder recién ordenado.
- Keith B. McMullin, “Dios ama a todos Sus hijos y los ayuda”, *Liahona*, noviembre de 2008, págs. 75–78. En lugar del relato acerca del soldado que aparece al principio de la lección, considere utilizar la historia que contó el obispo McMullin sobre la niña que fue atropellada por un autobús.

EXPERIENCIA

- Invite a una pareja de recién casados (la cual el obispo haya aprobado) para que comparta con las jovencitas la forma en que el sacerdocio es una bendición en su matrimonio y familia.

Lección 11: *Reconozcamos y agradezcamos la labor del obispo*

PREGUNTAS PARA EL ANÁLISIS

- ¿Qué papel juega el obispo o el presidente de rama en mi vida?
- ¿Por qué es importante que mantenga una buena relación con mi obispo o presidente de rama?
- ¿Cuándo y cómo me puede ayudar el obispo o presidente de rama con el proceso del arrepentimiento?

FUENTES DE CONSULTA ADICIONALES

- Henry B. Eyring, “Your Friend the Bishop”, *New Era*, octubre de 2002, págs. 10–13.

“Todavía me sirven de guía los recuerdos de entrevistas que hace mucho tiempo tuve con mi obispo. Se esforzaba mucho por enseñarme todo lo que a él le habían enseñado sobre el sacerdocio. Cuando años más tarde tuvimos una última entrevista, me di cuenta de que mis conversaciones con el obispo se habían convertido en conversaciones con un amigo. Espero que lo mismo les pase a ustedes” (pág. 13).

- *Para la fortaleza de la juventud*, folleto, 2001, págs. 26–27, 34–35.
- Doctrina y Convenios 46:27; 58:17; 107:15, 68.

SUGERENCIA PARA LA ENSEÑANZA

El tener una relación estrecha con cada jovencita puede ser de mucha influencia en la conversión personal de ellas. Ore por cada jovencita de la clase. Haga lo posible por saber qué intereses y necesidades tienen y esmérese por satisfacer esas necesidades al enseñar. Esté presente en los acontecimientos importantes de la vida de ellas; visítelas en su casa y comuníquese con sus padres.

EXPERIENCIAS

- Hablen acerca de la importancia y el significado de las entrevistas anuales con el obispo o presidente de rama. Inste a todas las jovencitas a participar de esas entrevistas.
- En una actividad entre semana, invite a cada jovencita a escribirle una nota de agradecimiento a su obispo o presidente de rama y a su familia.

Lección 12: *La bendición de padre***PREGUNTAS PARA EL ANÁLISIS**

- ¿En qué momentos podría pedirle una bendición a mi padre o a otro poseedor del sacerdocio?
- ¿Qué experiencias me han permitido sentir el poder del sacerdocio por medio de las bendiciones?

FUENTE DE CONSULTA ADICIONAL

- *Leales a la fe*, 2004, pág. 171. Lean y analicen la sección “El sacerdocio y la familia”.

Lección 13: *La bendición patriarcal***PREGUNTAS PARA EL ANÁLISIS**

- ¿Por qué querrá el Señor que reciba mi bendición patriarcal?
- ¿Cómo puedo entender mejor mi bendición y ayudar a que sus promesas se cumplan?
- ¿Cuándo y con quiénes es apropiado compartir mi bendición patriarcal? (véase *Leales a la fe*, 2004, pág. 3.)

FUENTES DE CONSULTA ADICIONALES

- Thomas S. Monson, “Sean un ejemplo”, *Liahona*, mayo de 2005, págs. 112–115.
- “La ayuda puede provenir de muchas fuentes, y una de ellas es la bendición patriarcal. Tal bendición contiene los capítulos de su propio libro de posibilidades eternas. Lean su bendición con regularidad, estúdiénla detenidamente, déjense guiar por sus advertencias y vivan dignas de sus promesas” (pág. 114).
- Julie B. Beck, “Ustedes son de noble linaje”, *Liahona*, mayo de 2006, págs. 106–108.
 - “Acerca de las bendiciones patriarcales”, *Liahona*, marzo de 2004, págs. 18–21.

EXPERIENCIA

- Progreso Personal: experiencia 6 con el valor “Valor individual”.

Lección 14: *Las bendiciones del templo***PREGUNTAS PARA EL ANÁLISIS**

- ¿Qué bendiciones pueden llegar a mi vida por asistir al templo en esta época y en el futuro?

- ¿Qué puedo hacer ahora para recibir las bendiciones que se obtienen en el templo?
- ¿Cómo me he sentido al visitar lugares sagrados como el templo o los jardines del templo?

FUENTES DE CONSULTA ADICIONALES

- Richard H. Winkel, “El templo tiene que ver con las familias”, *Liahona*, noviembre de 2006, págs. 9–11.
- Silvia H. Allred, “Templos santos, convenios sagrados”, *Liahona*, noviembre de 2008, págs. 112–114.
- Doctrina y Convenios 109, 138.
- *Leales a la fe*, 2004, págs. 186–190.

EXPERIENCIA

- Progreso Personal: experiencia 6 con el valor “Elección y responsabilidad”; proyecto con el valor “Buenas obras”, punto 3; experiencia 3 con el valor “Virtud”.

Lección 15: *El matrimonio en el templo***PREGUNTAS PARA EL ANÁLISIS**

- ¿Qué puedo hacer ahora para prepararme para el matrimonio en el templo?
- ¿Por qué se nos da el mandamiento de casarnos en el templo?
- ¿Cómo le explicaría a un amigo o amiga la diferencia entre el matrimonio en el templo y el casamiento civil?

FUENTES DE CONSULTA ADICIONALES

- Russell M. Nelson, “El matrimonio celestial”, *Liahona*, noviembre de 2008, págs. 92–94.
- Elaine S. Dalton, “Permanezcan en el sendero”, *Liahona*, mayo de 2007, págs. 112–114.
- *Leales a la fe*, 2004, págs. 186–187.

EXPERIENCIA

- Progreso Personal: proyecto con el valor “Integridad”, punto 4; experiencia 1 con el valor “Integridad”.

Lección 16: *El diario de historia personal***PREGUNTAS PARA EL ANÁLISIS**

- ¿Qué cosas podría escribir en mi diario que me gustaría que mi posteridad supiera acerca de mi vida?
- ¿Por qué es importante incluir pensamientos inspiradores y experiencias sagradas en el diario personal?

FUENTES DE CONSULTA ADICIONALES

- Thomas S. Monson, “Abundantemente bendecidos”, *Liahona*, mayo de 2008, págs. 111–112. Considere usar la experiencia acerca del diario del abuelo del presidente Monson.
- Henry B. Eyring, “¡Oh recordad, recordad!”, *Liahona*, noviembre de 2007, págs. 66–69.

SUGERENCIA PARA LA ENSEÑANZA

Es más probable que las jovencitas comprendan y apliquen las doctrinas si tienen la oportunidad de enseñar a otras personas, por lo que puede pedirles que cuenten algo de lo que aprendan a sus familiares o demás personas que no estén en la clase. Invítelas a enseñar a otros y pídale que el domingo siguiente cuenten cómo les fue con la enseñanza.

EXPERIENCIA

- Considere pedir a cada jovencita que lleve a la mutual un pasaje de un diario (de su propio diario, su madre, su abuela, u otro pariente) y que comparta las lecciones que haya aprendido. (*Nota:* Tenga cuidado con asuntos personales.)

Lección 17: *Cómo llevar registros de historia familiar*

PREGUNTAS PARA EL ANÁLISIS

- ¿Qué puedo aprender de mi propia vida al aprender acerca de mis antepasados?
- ¿Cuáles son los diferentes modos de juntar y recopilar mi historia familiar?

FUENTES DE CONSULTA ADICIONALES

- M. Russell Ballard, “Fe, familia, hechos y frutos”, *Liahona*, noviembre de 2007, págs. 25–27.
- Quentin L. Cook, “Demos oído a las palabras del profeta”, *Liahona*, mayo de 2008, págs. 47–50. Considere contar la historia del libro que la madre del élder Cook le dio a él.
- *Leales a la fe*, 2004, págs. 99–102.

EXPERIENCIAS

- Progreso Personal: experiencia 5 con el valor “Valor individual”.
- Inste a las jovencitas a hacer una noche de hogar en la cual la familia registre datos importantes sobre su propia vida, aprenda de sus antepasados o llene un cuadro genealógico.

Lección 18: *Un legado de tradiciones rectas*

PREGUNTAS PARA EL ANÁLISIS

- ¿Qué tradiciones y prácticas fortalecen a mi familia?
- ¿Qué tradiciones rectas puedo empezar para fortalecer a mi familia futura?

FUENTES DE CONSULTA ADICIONALES

- Ronald A. Rasband, “Nuestra nueva generación”, *Liahona*, mayo de 2006, págs. 46–48.
- Cheryl C. Lant, “Tradiciones rectas”, *Liahona*, mayo de 2008, págs. 13–14.
- “La familia: Una proclamación para el mundo”, *Liahona*, junio de 1996, págs. 10–11.
- Alma 57:21, 26–27; Helamán 5:12.

EXPERIENCIA

- Progreso Personal: experiencia 7 con el valor “Integridad”; experiencia 2 con el valor “Buenas obras”.

Lección 19: *Preparémonos para enseñar*

PREGUNTAS PARA EL ANÁLISIS

- ¿Cuáles son los resultados de compartir el Evangelio con otras personas?
- ¿De qué manera puedo compartir el Evangelio con otras personas? ¿Cómo puedo prepararme para tales oportunidades?

FUENTES DE CONSULTA ADICIONALES

- Erich W. Kopischke, “*Predicad Mi Evangelio: La herramienta unificadora entre miembros y misioneros*”, *Liahona*, noviembre de 2007, págs. 33–35.
- William D. Oswald, “La enseñanza del Evangelio: nuestro llamamiento más importante”, *Liahona*, noviembre de 2008, págs. 95–98.
- 2 Nefi 33:1; Mosíah 23:14; Doctrina y Convenios 88:77–80, 118.

EXPERIENCIA

- Progreso Personal: proyecto con el valor “Conocimiento”, punto 4.

Lección 20: *La obra misional*

PREGUNTAS PARA EL ANÁLISIS

- ¿Cómo le explicaría a un amigo qué es El Libro de Mormón?
- ¿Qué barreras podrían impedirme compartir el Evangelio con los demás?
- ¿Sobre qué temas del Evangelio puedo conversar con mis amigos que no son miembros?

FUENTES DE CONSULTA ADICIONALES

- David A. Bednar, “Pedir con fe”, *Liahona*, mayo de 2008, págs. 94–97.
- Gary J. Coleman, “Mamá, ¿somos cristianos?”, mayo de 2007, págs. 92–94.
- Silvia H. Allred, “Por tanto, id”, *Liahona*, noviembre de 2008, págs. 10–12.
- *Leales a la fe*, 2004, págs. 127–129.
- Mosíah 28:1–3; Doctrina y Convenios 88:81.

EXPERIENCIAS

- Progreso Personal: experiencia 7 con el valor “Buenas obras”.
- Representen situaciones en las cuales las jovencitas compartan el Evangelio con sus amigos o amigos.

SUGERENCIA PARA LA ENSEÑANZA

Es más probable que la participación de las jovencitas sea más significativa cuando se les pide que procuren hallar algo al escudriñar las Escrituras y las palabras de los profetas. Considere pedirles que busquen principios particulares u otra información al leer. Por ejemplo, usted podría decir: “Al leer estos versículos, identifiquen...”. Después de que lean, pídale que compartan lo que hayan encontrado (véase La enseñanza: el llamamiento más importante, 2000, págs. 60–61).

Lección 21: *Escribir a los misioneros*

Presente la lección 21 durante una actividad semanal y no como una clase de domingo. El domingo, emplee las siguientes fuentes de consulta para dar una clase sobre la virtud:

FUENTES DE CONSULTA

- Elaine S. Dalton, “El regreso a la virtud”, *Liahona*, noviembre de 2008, págs. 78–80.
- *Leales a la fe*, 2004, págs. 41–46.
- Progreso Personal: experiencias 1–4 con el valor “Virtud”.

Lección 22: Consultemos al Señor**PREGUNTAS PARA EL ANÁLISIS**

- ¿Qué puedo hacer para que mejoren mis oraciones y cómo puedo prepararme para recibir respuestas?
- ¿Qué sé acerca de mi Padre Celestial que me anima a buscarlo en oración?
- ¿De qué maneras ha contestado el Padre Celestial mis oraciones?

FUENTES DE CONSULTA ADICIONALES

- Richard G. Scott, “Utilizar el don supremo de la oración”, *Liahona*, mayo de 2007, págs. 8–11.
- David A. Bednar, “Ora siempre”, *Liahona*, noviembre de 2008, págs. 41–44.
- David A. Bednar, “Pedir con fe”, *Liahona*, mayo de 2008, págs. 94–97.
- *Leales a la fe*, 2004, págs. 129–134.
- 2 Nefi 4:34–35; Alma 37:37.

EXPERIENCIA

- Progreso Personal: experiencia 1 con el valor “Fe”; experiencias 1 y 5 con el valor “Elección y responsabilidad”.

Lección 23: El ayuno nos trae bendiciones**PREGUNTAS PARA EL ANÁLISIS**

- ¿Cómo podría explicarle a un amigo o amiga la razón por la cual ayuno?
- ¿De qué manera el ayuno es parte del arrepentimiento? (véase *Leales a la fe*, 2004, pág. 24).

FUENTES DE CONSULTA ADICIONALES

- Joseph B. Wirthlin, “La ley del ayuno”, *Liahona*, julio de 2001, págs. 88–91.

“El ayuno, combinado con la oración fervorosa, tiene gran poder; puede llenar nuestra mente con revelaciones del Espíritu y fortalecernos contra los momentos de tentación... El ayuno y la oración nos sirven para desarrollar en nuestro interior la valentía y la confianza; pueden fortalecer nuestro carácter y cimentar nuestro autodomínio y disciplina. Muchas veces, cuando ayunamos, nuestras oraciones y peticiones justas adquieren un poder aún mayor. Los testimonios crecen; maduramos espiritual y emocionalmente, y santificamos nuestra alma. Cada vez que ayunamos, obtenemos un poco más de control sobre nuestros apetitos y pasiones mundanos. El ayuno y la oración pueden ayudarnos en lo referente a nuestra familia y a nuestro trabajo diario. Nos

ayudan a magnificar nuestros llamamientos en la Iglesia”, (*Liahona*, pág. 88).

- Mosiah 27:22; Alma 5:46; 6:6; 17:3, 9.

EXPERIENCIA

- Progreso Personal: experiencia 6 con el valor “Integridad”.

Lección 24: La revelación en el diario vivir**PREGUNTAS PARA EL ANÁLISIS**

- ¿Qué barreras me impiden estar en sintonía con el Espíritu?
- ¿Cómo llegan los susurros del Espíritu?
- ¿Qué resultados he visto al obedecer dichos susurros?

FUENTES DE CONSULTA ADICIONALES

- Robert D. Hales, “Revelación personal: Las enseñanzas y el ejemplo de los profetas”, *Liahona*, noviembre de 2007, págs. 86–89.
- Gerald N. Lund, “Abramos nuestro corazón”, *Liahona*, mayo de 2008, pág. 32–34.
- DVD, *En la obra del Señor* (2008, artículo 08043 002), biografía del presidente Thomas S. Monson.

EXPERIENCIAS

- Progreso Personal: experiencia 5 con el valor “Elección y responsabilidad”; experiencia 2 con el valor “Integridad”.
- Repasen las secciones de *Para la fortaleza de la juventud*, folleto, 2001, que señalan las bendiciones que derrama el Espíritu Santo a raíz de la obediencia a las normas.

Lección 25: La ley del sacrificio**PREGUNTAS PARA EL ANÁLISIS**

- ¿Qué ejemplos de sacrificio he visto en la vida de las personas que conozco? ¿Cómo me han bendecido a mí sus sacrificios?
- ¿Cuáles son los propósitos y beneficios del sacrificio?

FUENTES DE CONSULTA ADICIONALES

- D. Todd Christofferson, “A Sión venid”, *Liahona*, noviembre de 2008, págs. 37–40. Relate la historia que contó el élder Christofferson acerca de la mesa.
- Lynn G. Robbins, “El diezmo: Un mandamiento incluso para los más pobres”, *Liahona*, mayo de 2005, págs. 34–36. Considere valerse de la siguiente cita al concluir la lección:

“La historia de la viuda de Sarepta es un ejemplo de pobreza extrema que enseña la doctrina de que, así como la misericordia no puede robarle a la justicia, tampoco puede robarle al sacrificio. De hecho, la verdadera medida del sacrificio no es tanto lo que uno da como sacrificio, sino lo que uno se sacrifica para dar (véase Marcos 12:43). La fe no se prueba tanto cuando la alacena está llena, sino cuando está vacía. En esos momentos determinantes, la

SUGERENCIA PARA LA ENSEÑANZA

Leales a la fe y Para la fortaleza de la juventud son materiales aprobados que las maestras pueden usar para complementar el contenido de las lecciones. Piense en cómo puede usar dichas fuentes a fin de enseñar a las jovencitas las doctrinas y normas básicas del Evangelio. Aliente a las jovencitas a estudiar y aprender en su casa de tales fuentes.

crisis no crea el carácter o modo de ser, sino que lo pone de manifiesto. La crisis constituye la prueba” (pág. 34).

- *Leales a la fe*, 2004, págs. 171–172.
- *Para la fortaleza de la juventud*, folleto, 2001, págs. 34–35.

EXPERIENCIAS

- Progreso Personal: experiencia 3 con el valor “Fe”.
- Podría dedicar los primeros minutos de la clase a conversar sobre el siguiente tema: ¿De qué forma han mostrado gratitud a sus padres o a otra persona allegada por los sacrificios que han hecho por ustedes?

Lección 26: *La Santa Cena*

PREGUNTAS PARA EL ANÁLISIS

- ¿Qué quiere decir participar de la Santa Cena dignamente? ¿Cómo se relaciona el tomar la Santa Cena con mi bautismo?
- ¿Cómo puedo prepararme para la Santa Cena y qué puedo hacer durante la Santa Cena para que sea más significativa?
- ¿De qué manera puede ser una bendición para mí el participar de la Santa Cena cada semana?

FUENTES DE CONSULTA ADICIONALES

- Dallin H. Oaks, “La reunión sacramental y la Santa Cena”, *Liahona*, noviembre de 2008, págs. 17–20.
- D. Todd Christofferson, “Nacer de nuevo”, mayo de 2008, págs. 76–79.
- Jay E. Jensen, “Brazos de seguridad” *Liahona*, noviembre de 2008, págs. 47–49.
- Lucas 22:19–20; 1 Corintios 11:23–29; 3 Nefi 18:1–12.
- *Leales a la fe*, 2004, págs. 176–178.

EXPERIENCIA

- Progreso Personal: experiencia 4 con el valor “Fe”; experiencia 4 con el valor “Naturaleza divina”; experiencia 4 con el valor “Virtud”.

Lección 27: *Fortalezcamos nuestro testimonio por medio de la obediencia*

PREGUNTAS PARA EL ANÁLISIS

- ¿De qué manera la obediencia nos lleva a tener un testimonio más fuerte del Evangelio?
- ¿Cómo puedo ayudar a mis amigos y familiares a ser más obedientes?
- ¿Cómo puedo fortalecerme cuando los que me rodean deciden no obedecer los mandamientos?

FUENTES DE CONSULTA ADICIONALES

- Robert R. Steuer, “El poder de la luz y la verdad”, *Liahona*, mayo de 2008, págs. 99–101.

- Spencer J. Condie, “Reclamar las preciosas y grandísimas promesas”, *Liahona*, noviembre de 2007, págs. 16–18.
- Carlos A. Godoy, “El proceso de obtener un testimonio”, *Liahona*, noviembre de 2008, págs. 100–102.
- *Leales a la fe*, 2004, págs. 126–127.
- Mateo 7:24–27; 1 Nefi 3:7; Alma 31:5; Helamán 5:12.

EXPERIENCIAS

- Progreso Personal: experiencia 1 con el valor “Integridad”.
- Escriban su testimonio o vuelvan a leer el testimonio que hayan anotado en el libro de Progreso Personal o en el diario personal.

Lección 28: *El albedrío*

PREGUNTAS PARA EL ANÁLISIS

- ¿Qué recompensas o bendiciones he recibido por tomar decisiones correctas?
- ¿Cómo es que guardar los mandamientos me da más libertad? ¿De qué manera la desobediencia me quita la libertad?
- ¿Qué tengo que hacer o cambiar para que sea más sencillo hacer lo correcto?
- ¿Cómo afectan mis decisiones la vida de otras personas?

FUENTES DE CONSULTA ADICIONALES

- Gerald N. Lund, “Abramos nuestro corazón”, *Liahona*, mayo de 2008, págs. 32–34.

“El albedrío personal es tan sagrado que nuestro Padre Celestial nunca forzará el corazón humano, [ni siquiera] con todo Su infinito poder; muchos tratarán de hacerlo, pero Dios no. En otras palabras, Dios nos permite ser los defensores o guardianes de nuestro propio corazón; debemos, de nuestra propia voluntad, abrir el corazón al Espíritu, ya que Él no nos impondrá Su presencia” (pág. 33).

- *Leales a la fe*, 2004, págs. 15–16.
- 2 Nefi 2:27–28; Helamán 14:30–31;

Doctrina y Convenios 101:78.

EXPERIENCIAS

- Progreso Personal: experiencias 1–3 con el valor “Elección y responsabilidad”.
- Pida a las jovencitas que representen las respuestas a las preguntas que tal vez otras personas les hagan en cuanto a sus decisiones y sus motivos para vivir las normas del Evangelio.

Lección 29: *La exaltación*

PREGUNTAS PARA EL ANÁLISIS

- ¿Cuáles son las ordenanzas que ya recibí y cuáles son las que todavía necesito para lograr la exaltación?

SUGERENCIA PARA LA ENSEÑANZA

Si se coloca a las jovencitas en grupos pequeños de dos a cuatro personas, es mayor la probabilidad de que participen. Válgase de grupos pequeños cuando quiera alentarlas a conversar sobre una pregunta, comparar respuestas, compartir experiencias y enseñarse mutuamente (véase La enseñanza: el llamamiento más importante, 2000, pág. 206).

- Si el arrepentimiento me permite volver al camino correcto, ¿por qué me tengo que preocupar por no salirme del sendero que lleva a la exaltación?

FUENTES DE CONSULTA ADICIONALES

- *Enseñanzas de los Presidentes de la Iglesia: José Smith*, 2007, págs. 217–228
- Russell M. Nelson, “La salvación y la exaltación”, *Liahona*, mayo de 2008, págs. 7–10.
- *Leales a la fe*, 2004, págs. 196–198. Lean y analicen la sección “A tu alcance”.
- *Para la fortaleza de la juventud*, folleto, 2001, págs. 40–42.
- Juan 3:16; 17:3; 2 Nefi 9:39; Moroni 7:41; Doctrina y Convenios 50:5; 132:49.

EXPERIENCIAS

- Progreso Personal: experiencia 6 con el valor “Fe”.
- Inste a las jovencitas a vivir conforme a la invitación extendida por la presidencia de las Mujeres Jóvenes en las revistas *New Era* y *Liahona* de enero de 2009 a propósito del tema de la mutual “Sé ejemplo de los creyentes” (1 Timoteo 4:12). Invite a las jovencitas a comentar cómo la oración, la lectura del Libro de Mormón y el sonreír las ayudó a seguir en el sendero de la exaltación.

Lección 30: Fortalezcamos nuestro testimonio por medio del servicio

PREGUNTAS PARA EL ANÁLISIS

- ¿Qué actos de servicio sencillos han hecho otros por mí esta semana?
- ¿De qué maneras puedo servir a mi familia y a los demás?
- ¿De qué manera puede influir en el mundo una jovencita recta?

FUENTES DE CONSULTA ADICIONALES

- Steven E. Snow, “El servicio”, *Liahona*, noviembre de 2007, págs. 102–104.
- Silvia H. Allred, “Por tanto, id”, *Liahona*, noviembre de 2008, págs. 10–12. Considere valerse del relato de la hermana Allred sobre su conversión para contestar la pregunta 3 que aparece arriba.
- *Para la fortaleza de la juventud*, folleto, 2001, pág. 38.
- Mateo 22:35–40; 25:40–46; Lucas 10:25–37; Mosíah 2:17.

EXPERIENCIAS

- Progreso Personal: proyecto con el valor “Naturaleza divina”, punto 2.
- *Leales a la fe*, 2004, págs. 182–183. Planeen y lleven a cabo una obra de servicio. Consideren la posibilidad de servir a su familia, barrio o comunidad.

Lección 31: La ley del país

PREGUNTAS PARA EL ANÁLISIS

- ¿Por qué es importante estar al tanto de lo que sucede en la comunidad y participar en ella? (véase Mosíah 29:25–35).
- ¿Qué leyes civiles se me pide obedecer? ¿Cómo puede influir en las acciones de los demás mi ejemplo de obediencia a esas leyes?
- ¿Qué es lo que debo hacer si veo a otros desobedecer las leyes?

FUENTES DE CONSULTA ADICIONALES

- Boyd K. Packer, “La prueba”, *Liahona*, noviembre de 2008, págs. 88–91.
- *Leales a la fe*, 2004, págs. 94–95.
- *Para la fortaleza de la juventud*, folleto, 2001, pág. 31.
- Doctrina y Convenios 58:21; 98:4–5; Artículos de Fe 1:12.

EXPERIENCIA

- Durante una actividad de la mutual, aprendan más sobre las leyes que se pide que los jóvenes vivan. Considere organizar actividades de dramatización pertinentes al tercer punto de las preguntas que aparecen arriba.

Las cinco lecciones que siguen se aplican directamente a las normas de *Para la fortaleza de la juventud*. Ayude a las jovencitas a comprender que estas normas se basan en la doctrina y la palabra profética y a entender la forma en que cumplir con las normas del Evangelio las ayudará en el diario vivir.

Lección 32: La importancia de la vida

PREGUNTAS PARA EL ANÁLISIS

- ¿Cómo influye en mi modo de vida y en la forma en que cuido de mi cuerpo el entender mi función como mujer en el proceso divino de la creación?
- ¿Cómo les explico a mis amigos mi creencia de que toda vida es sagrada y que el aborto es un pecado? ¿Cuáles son las circunstancias excepcionales en que se justifica el aborto? (véase *Leales a la fe*, 2004, pág. 3).

FUENTES DE CONSULTA ADICIONALES

- Russell M. Nelson, “El aborto: Asalto a los indefensos”, *Liahona*, Octubre de 2008, págs. 14–19.

- “La familia: Una proclamación para el mundo”, *Liahona*, junio de 1996, págs. 10–11 (párrafos 4–5).
- *Leales a la fe*, págs. 3, 10, 48–49. Considere reemplazar las citas sobre el aborto y el relato de Cindy por la información de *Leales a la fe*.

SUGERENCIA PARA LA ENSEÑANZA

Es más probable que las jovencitas participen de manera significativa si cumplen con tareas individuales y después comparten lo que hayan aprendido. Por ejemplo, usted puede pedirles que por cuenta propia escudriñen las Escrituras, apunten respuestas o impresiones, o piensen en las respuestas de una pregunta. Después, ellas pueden compartir sus ideas con toda la clase, en grupos pequeños o con otras personas en su casa (véase La enseñanza: el llamamiento más importante, 2000, pág. 206).

EXPERIENCIAS

- Progreso Personal: experiencia 2 con el valor “Naturaleza divina”.
- Como actividad de la mutual, lleve a las jovencitas a un lugar donde abunde la belleza natural y conversen sobre la Creación y el don de la vida.

Lección 33: *El sagrado poder de la procreación***PREGUNTAS PARA EL ANÁLISIS**

- ¿Qué bendiciones puedo recibir si me mantengo moralmente pura?
- ¿Cuáles son las decisiones pequeñas que puedo tomar para cuidarme de la tentación de la inmoralidad?

FUENTES DE CONSULTA ADICIONALES

- Gordon B. Hinckley, “Estoy limpio”, *Liahona*, mayo de 2007, págs. 60–62.
- *Para la fortaleza de la juventud*, folleto, 2001, págs. 26–27.
- “La familia: Una proclamación para el mundo”, *Liahona*, junio de 1996, págs. 10–11. Considere emplear algunos pasajes de la proclamación en lugar de la cita del presidente Hugh B. Brown que se encuentra al principio de la lección y de las citas finales.

EXPERIENCIAS

- Progreso Personal: experiencia 1 con el valor “Virtud”.
- Representen situaciones en que las jovencitas tengan que explicar a otras personas las normas del Señor en cuanto a la castidad y la virtud.

Lección 34: *Debemos asirnos a las normas morales del Señor***PREGUNTAS PARA EL ANÁLISIS**

- ¿Cómo puedo ayudar a mis amigas o amigos a cumplir con las normas del Señor?
- El mundo me pide que tolere las acciones y creencias de todos. ¿En qué circunstancias me pide el Señor que emita algún juicio sobre las ideas, personas y situaciones? (véase *Leales a la fe*, 2004, págs. 110–111).
- ¿Cómo influye el ejemplo que yo dé en cuanto a vivir las normas del Señor en lo que otras personas piensen sobre la Iglesia?

FUENTES DE CONSULTA ADICIONALES

- W. Craig Zwick, “No vamos a ceder, no podemos ceder”, *Liahona*, mayo de 2008, págs. 97–99.
- Elaine S. Dalton, “El regreso a la virtud”, *Liahona*, noviembre de 2008, págs. 78–80.

EXPERIENCIAS

- Progreso Personal: experiencia 5 con el valor “Integridad”.
- Lean Alma 47. Hablen acerca de la forma en que podemos ser “envenenados de a poco” al punto de dejar de vivir las normas del Señor.

Lección 35: *Para escoger con prudencia***PREGUNTAS PARA EL ANÁLISIS**

- ¿Qué decisiones tomo como mujer joven que afectarán el resto de la vida?
- ¿En qué momentos me ha ayudado el Espíritu Santo a tomar una decisión sabia?
- ¿En qué forma afectan mis decisiones a los demás?

FUENTES DE CONSULTA ADICIONALES

- Thomas S. Monson, “Encontrar gozo en el trayecto”, *Liahona*, noviembre de 2008, págs. 84–88.
- Henry B. Eyring, “Andemos en la luz”, *Liahona*, mayo de 2008, págs. 123–125.
- *Para la fortaleza de la juventud*, folleto, 2001, págs. 4–5.
- Moroni 7:16–17.

EXPERIENCIA

- Progreso Personal: experiencia 2 con el valor “Valor individual”.

Lección 36: *La honradez***PREGUNTAS PARA EL ANÁLISIS**

- ¿Qué quiere decir ser honrado?
- ¿En qué momentos me siento tentada a ser deshonesto?
- ¿En qué notamos que hay personas en el mundo que llevan una doble vida?
- ¿Qué bendiciones recibo al hacer que mis acciones coincidan con mis creencias “en todo tiempo, y en todas las cosas y en todo lugar”? (Mosiah 18:9; véase *Leales a la fe*, 2004, págs. 102–103).

FUENTES DE CONSULTA ADICIONALES

- Richard C. Edgley, “Tres toallas y un periódico de 25 centavos”, *Liahona*, noviembre de 2006, págs. 72–74.
- *Para la fortaleza de la juventud*, folleto, 2001, pág. 31.

EXPERIENCIAS

- Progreso Personal: experiencias 2–4 con el valor “Integridad”.
- Organicen una charla conjunta con los hombres jóvenes y las mujeres jóvenes sobre la honradez, la integridad y las formas en que pueden ayudarse unos a otros a evitar la trampa mundana de la doble vida.

SUGERENCIA PARA LA ENSEÑANZA

Es más probable que las jovencitas comprendan y apliquen la doctrina del Evangelio cuando se la identifica de manera clara.

Lea las Escrituras y la lección para encontrar una doctrina que pueda ser el centro de la lección. Tal vez convenga anotarla en la pizarra, leerla en voz alta o señalarla en las Escrituras (véase La enseñanza: el llamamiento más importante, 2000, pág. 58).

Lección 37: *Conservar la castidad por medio de una vida recta*

PREGUNTAS PARA EL ANÁLISIS

- ¿Qué enseñan los medios de comunicación sobre la castidad?
- ¿Por qué se considera que los pecados sexuales son “sumamente serios”? (*Para la fortaleza de la juventud*, folleto, 2001, págs. 26–27).
- ¿Qué decisiones debo tomar hoy para mantenerme casta y ser digna de las futuras bendiciones del templo?

FUENTES DE CONSULTA ADICIONALES

- Richard G. Scott, “La santidad de la mujer”, *Liahona*, julio de 2000, págs. 43–45.
- Elaine S. Dalton, “Permanezcan en el sendero”, *Liahona*, mayo de 2007, págs. 112–114.
- *Para la fortaleza de la juventud*, págs. 26–27.
- 2 Nefi 28:20–22; Mosíah 4:29–30; Alma 39:3–5.

EXPERIENCIA

- Progreso Personal: proyecto con el valor “Elección y responsabilidad”, punto 3; experiencia 1 con el valor “Virtud”.

Lección 38: *Para conservar el cuerpo sano*

PREGUNTAS PARA EL ANÁLISIS

- ¿Cómo se aplica la idea de la moderación a la salud y el bienestar físicos (como la nutrición, el ejercicio y el dormir)?
- ¿Cómo me puede ayudar a cumplir con mis roles divinos el mantenerme en buen estado físico?
- ¿Qué estoy haciendo para tener un cuerpo saludable? ¿Qué puedo mejorar?

FUENTES DE CONSULTA ADICIONALES

- James E. Faust, “El poder para cambiar”, *Liahona*, noviembre de 2007, págs. 122–124. Se puede emplear este artículo del presidente Faust para abordar el tema de las adicciones.
- L. Tom Perry, “Hágase con sencillez”, *Liahona*, noviembre de 2008, págs. 7–10.
- *Para la fortaleza de la juventud*, folleto, 2001, págs. 36–37.

EXPERIENCIAS

- Progreso Personal: proyecto con el valor “Conocimiento”, punto 3.
- Brinde a las jovencitas la oportunidad de aprender a organizar y preparar comidas nutritivas.

Lección 39: *Para prevenir enfermedades*

Esta lección puede servir como base de una actividad de mutual. Considere invitar a un médico o una enfermera a

hablar con las jovencitas sobre temas de actualidad referentes a la salud y opciones prácticas para llevar una vida saludable y evitar enfermedades. O considere la posibilidad de invitar a un profesional de la salud mental y física para conversar sobre los desórdenes alimenticios, las adicciones y otros temas pertinentes a las jovencitas.

Lección 40: *El autodomínio*

PREGUNTAS PARA EL ANÁLISIS

- ¿Qué hábitos nos han pedido los profetas que cultivemos para demostrar autodomínio? (véase *Para la fortaleza de la juventud*, folleto, 2001, págs. 40–42). ¿Qué promesas tenemos al cultivar esos hábitos?
- ¿En qué forma sirve el Progreso Personal como herramienta para ayudarme a cultivar el autodomínio?

FUENTES DE CONSULTA ADICIONALES

- Bruce C. Hafen, “La Expiación: Todo por todo”, *Liahona*, mayo de 2004, págs. 97–99.

“Nosotros crecemos de dos maneras: quitando las hierbas negativas y cultivando las flores positivas. La gracia del Salvador bendice ambas maneras si hacemos nuestra parte. Primero, y repetidamente, debemos arrancar las hierbas malas del pecado y de las malas elecciones. No es suficiente *podarlas*; hay que sacarlas de raíz, arrepintimos totalmente para satisfacer las condiciones de la misericordia; pero el ser perdonados es sólo parte de nuestro crecimiento. No sólo se trata de pagar una deuda; sino que nuestro objetivo es llegar a ser seres celestiales; por lo tanto, una vez que hayamos limpiado el interior de nuestro corazón, debemos plantar y nutrir las semillas de las cualidades divinas” (pág. 97).

- Charles W. Dahlquist II, “¿Quién sigue al Señor?”, *Liahona*, mayo de 2007, págs. 94–96.

EXPERIENCIA

- Invite a las jovencitas a poner en práctica durante una semana las normas que aparecen en la página 40 de *Para la fortaleza de la juventud*. Considere la posibilidad de pedirles que, al iniciar la clase de la semana siguiente, compartan las diferencias que sintieron al participar de estas actividades.

Lección 41: *El optimismo*

PREGUNTAS PARA EL ANÁLISIS

- ¿Qué sé del Plan de Salvación de Dios que me ayuda a tener una actitud optimista en la vida?
- ¿Qué puedo hacer para seguir siendo alegre y optimista durante los tiempos difíciles?
- ¿Cuáles son las bendiciones de tener un semblante alegre?

SUGERENCIA PARA LA ENSEÑANZA

Es más probable que las jovencitas incorporen la doctrina si se las insta a aplicarla a ellas mismas. Haga preguntas como las siguientes: “¿Por qué es importante o significativa esta doctrina para ti? ¿Cuándo has sentido su poder en tu vida? ¿Cómo ha bendecido tu vida y la de otras personas?” (véase La enseñanza: el llamamiento más importante, 2000, págs. 207–208).

FUENTES DE CONSULTA ADICIONALES

- Joseph B. Wirthlin, “Venga lo que venga, disfrútalo” *Liahona*, noviembre de 2008, págs. 26–28.
- Quentin L. Cook, “Quiero que sepas que lo pasamos muy mal”, *Liahona*, noviembre de 2008, págs. 102–106.
- 2 Nefi 31:20; Éter 12:4–9, 23, 27.

EXPERIENCIA

- Progreso Personal: experiencia 6 con el valor “Fe”; experiencia 1 con el valor “Valor individual”.

Lección 42: *La gratitud y el reconocimiento***PREGUNTAS PARA EL ANÁLISIS**

- ¿Qué dones y oportunidades me ha dado el Señor? ¿Qué diferencias habría en mi vida sin tales bendiciones?
- ¿Cómo me bendice a mí el expresar gratitud a Dios y a los demás?
- ¿Cómo expreso gratitud a mis padres, mis amigos, mi Padre Celestial y los demás?

FUENTES DE CONSULTA ADICIONALES

- Thomas S. Monson, “Encontrar gozo en el trayecto”, *Liahona*, noviembre de 2008, págs. 84–88. Lean la historia de la mujer ciega que recobró la vista.
- Bonnie D. Parkin, “Gratitud: Un sendero hacia la felicidad”, *Liahona*, mayo de 2007, págs. 34–36.
- *Leales a la fe*, 2004, págs. 97–98.
- *Para la fortaleza de la juventud*, folleto, 2001, pág. 6.

EXPERIENCIAS

- Progreso Personal: experiencia 1 con el valor “Buenas obras”.
- Escriban cartas de agradecimiento o aprecio a maestros, padres, amigos o líderes.

Lección 43: *El empleo prudente de nuestro tiempo libre***PREGUNTAS PARA EL ANÁLISIS**

- ¿Cuáles de mis actividades se podrían considerar una pérdida de tiempo?
- ¿Qué decisiones puedo tomar para usar mi tiempo libre con más sabiduría?
- ¿Por qué soy responsable ante el Señor por la forma en que uso mi tiempo? (véase *Para la fortaleza de la juventud*, folleto, 2001, págs. 4–5).

FUENTES DE CONSULTA ADICIONALES

- M. Russell Ballard, “Hijos de Dios”, *Liahona*, mayo de 2008, págs. 108–110.
- Dallin H. Oaks, “Bueno, Mejor, Excelente”, *Liahona*, noviembre de 2007, págs. 104–108.

- *Leales a la fe*, 2004, págs. 47–48.
- *Para la fortaleza fe la juventud*, págs. 4–5.

EXPERIENCIAS

- Progreso Personal: experiencia 2 con el valor “Conocimiento”.
- Invite a las jovencitas a contar cómo emplearon esta semana su tiempo libre para cultivar un talento o aprender algo nuevo.

Lección 44: *Desarrollemos nuestros talentos***PREGUNTAS PARA EL ANÁLISIS**

- ¿Qué espera el Padre Celestial que haga con mis talentos y dones espirituales?
- ¿Qué habilidades nuevas quiero desarrollar? ¿Qué talentos nuevos quiero cultivar? ¿Quién me puede enseñar?

FUENTES DE CONSULTA ADICIONALES

- Thomas S. Monson, “El espíritu de la Sociedad de Socorro”, *Liahona*, julio de 1992, págs. 112–115.

“Dios ha investido a cada mujer con características, dones y talentos naturales a fin de que cumpla con su misión específica en el plan eterno” (págs. 113–114).

- Dieter F. Uchtdorf, “La felicidad es su legado”, *Liahona*, noviembre de 2008, págs. 117–120.

“Tal vez piensen que no tienen talentos, pero esa es una suposición falsa, ya que todos tenemos dones y talentos, cada uno de nosotros” (pág. 119).

- *Leales a la fe*, 2004, págs. 65–66.

EXPERIENCIAS

- Progreso Personal: experiencias 4 y 7 con el valor “Valor individual”; experiencia 5 con el valor “Conocimiento”.
- Averigüe cuáles son las habilidades que las jovencitas desean desarrollar y póngalas en contacto con hermanas de las Sociedad de Socorro que posean dichas habilidades y que estén dispuestas a enseñarlas.

Lección 45: *Participemos en las Bellas Artes*

Pida a las jovencitas que hagan planes para participar en una actividad de arte y cultura. Deles la oportunidad de mejorar sus habilidades y cultivar sus talentos o de aprender el protocolo que corresponde a los museos, conciertos y demás funciones artísticas en el área donde vivan.

Lección 46: *Nuestra responsabilidad económica***PREGUNTAS PARA EL ANÁLISIS**

- ¿Cuáles son los riesgos de comprar algo ahora y pagarlo después?

SUGERENCIA PARA LA ENSEÑANZA

Si se les da a las jovencitas tiempo para meditar antes de contestar a una pregunta, es más probable que participen de forma significativa. Considere poner una pregunta en la pizarra antes de empezar la clase o invitar a las alumnas a contestar por escrito (véase La enseñanza: el llamamiento más importante, 2000, págs. 73–75).

- ¿Qué puedo hacer para evitar endeudarme?
- ¿Por qué pagar los diezmos es un acto de fe?

FUENTES DE CONSULTA ADICIONALES

- Thomas S. Monson, “Leales a la fe”, *Liahona*, mayo de 2006, págs. 18–21.
- Keith B. McMullin, “Atesoren para sí”, *Liahona*, mayo de 2007, págs. 51–53.
- *Leales a la fe*, 2004, págs. 57–58.

EXPERIENCIAS

- Progreso Personal: experiencia 2 con el valor “Conocimiento”; experiencia 7 con el valor “Elección y responsabilidad”.
- Considere organizar una charla conjunta de hombres jóvenes y mujeres jóvenes sobre las deudas, las tarjetas de crédito, los intereses, la banca y otros asuntos financieros. Inste a los jóvenes a hacer una lista de sus necesidades financieras de los próximos años hasta que sean adultos y a formular un plan para satisfacerlas.
- *Para la fortaleza de la juventud*, folleto, 2001, págs. 34–35.

Lección 47: *Un ambiente edificante*

PREGUNTAS PARA EL ANÁLISIS

- ¿Qué tengo que agregar al lugar en que vivo o qué tengo que quitar de él para que mi entorno se vuelva más edificante?
- ¿Cómo me pueden contaminar la vida los medios de comunicación? ¿Qué debo hacer para mejorar el ambiente que crean los medios de comunicación que uso?

FUENTES DE CONSULTA ADICIONALES

- James E. Faust, “Nutrientes espirituales”, *Liahona*, noviembre de 2006, págs. 53–55.

“Los nutrientes espirituales, los cuales nos mantienen espiritualmente sanos, pueden perder su potencia y su fuerza si no vivimos dignos de la guía divina que necesitamos... Debemos mantener la mente y el cuerpo limpios de cualquier forma de adicción y contaminación. Nunca escogeríamos comer alimentos que se han echado a perder o contaminados. De esa misma forma selectiva, debemos tener cuidado de no leer ni ver cosa alguna que no sea de buen gusto. Mucha de la contaminación espiritual que llega a nuestra vida nos llega por medio de internet, los juegos de computadora, los programas de televisión y las películas que son provocativas o que representan gráficamente los atributos más bajos del género humano. Debido a que vivimos en dicho ambiente, tenemos que aumentar nuestra fuerza espiritual” (p. 55).

- Richard G. Scott, “Cómo vivir bien en medio de la creciente maldad”, *Liahona*, mayo de 2004, págs. 100–102.

EXPERIENCIA

- Progreso Personal: experiencia 3 con el valor “Naturaleza divina”; experiencia 5 con el valor “Elección y responsabilidad”; proyecto con el valor “Elección y responsabilidad”, punto 2; experiencia 2 con el valor “Virtud”.

Lección 48: *El arte de la comunicación en el liderazgo*

PREGUNTAS PARA EL ANÁLISIS

- ¿Qué riesgos presenta el comunicarse por internet o por medio de mensajes de texto en lugar de hablar personalmente con alguien?
- ¿En qué forma me serán útiles en mi matrimonio, empleo y llamamientos las aptitudes para una comunicación eficaz? ¿Qué aptitudes o habilidades debo mejorar?
- ¿Qué atributos tenía Cristo que me ayudarían a ser una mejor líder y comunicarme más eficazmente?

FUENTES DE CONSULTA ADICIONALES

- Thomas S. Monson, “Ejemplos de rectitud”, *Liahona*, mayo de 2008, págs. 65–68.
- L. Lionel Kendrick, “Comuniquémonos como Cristo lo haría”, *Liahona*, enero de 1989, págs. 26–27. Remplace la demostración que se encuentra al principio de la lección por una conversación sobre la comunicación cristiana, según se describe en la siguiente cita:

“[La comunicación cristiana] se expresa en un tono de amor, no de grosería. Se da a conocer para que sea útil, no dañina. Es un nexo que nos une en lugar de apartarnos; y tiende a edificar y no a disminuir” (pág. 27).

- *Para la fortaleza de la juventud*, folleto, 2001, págs. 22–23.

EXPERIENCIA

- Progreso Personal: experiencia 4 con el valor “Buenas obras”; proyecto con el valor “Elección y responsabilidad”, punto 3.

Lección 49: *Debemos valorar y dar ánimo a las personas discapacitadas*

PREGUNTAS PARA EL ANÁLISIS

- ¿Qué rasgos del carácter o habilidades tengo o necesito para poder servir a los discapacitados?
- ¿Qué puedo hacer para ayudar a una persona discapacitada a sentirse querida y a sentir que se la necesita, reconoce y quiere?
- ¿Qué he aprendido de personas discapacitadas?

FUENTES DE CONSULTA ADICIONALES

- Joseph B. Wirthlin, “La preocupación por la persona en particular”, *Liahona*, mayo de 2008, págs. 17–20.
- Mosíah 4:15.

EXPERIENCIAS

- Progreso Personal: experiencias 3 y 6 con el valor “Buenas obras”; proyecto con el valor “Naturaleza divina”, punto 2.
- Considere la posibilidad de aprender a cantar “Soy un hijo de Dios” (*Himnos*, N° 196) u otro himno de la Iglesia en lenguaje de señas.

LA IGLESIA DE
JESUCRISTO
DE LOS SANTOS
DE LOS ÚLTIMOS DÍAS

SPANISH

