

Los siguientes recursos han sido seleccionados con el fin de complementar las lecciones del Manual 1 de las Mujeres Jóvenes y de poner a disposición de las líderes discursos actualizados de la conferencia general, preguntas para el análisis, referencias de las Escrituras y otros recursos que se apliquen y sean relevantes a las situaciones que afronten las jóvenes en la actualidad. Con espíritu de oración, escoja aquellos recursos que ayudarán a las jóvenes en su aprendizaje y a fortalecer la fe y el testimonio.

Tal vez desee tomar más de una semana para enseñar algunas de las lecciones; y debería considerar diferentes maneras de reforzar la doctrina y los principios del Evangelio que se enseñan en estas lecciones durante las actividades de entre semana. Puede acomodar el orden de estas lecciones basándose en las necesidades de las mujeres jóvenes o del consejo de los líderes del sacerdocio. Considere dar lecciones sobre el Salvador durante las épocas de Pascua y Navidad. Durante la semana posterior a cada conferencia general y a la reunión general de las Mujeres Jóvenes, dedique tiempo para hablar acerca de las palabras recientes de los profetas, de otras Autoridades Generales y de las líderes generales de las Mujeres Jóvenes.

LECCIÓN 1

Una hija de Dios

Nota para la maestra: Asegúrese de que las jóvenes entiendan las diferentes funciones que tienen Dios el Padre y Jesucristo. Si lo estima conveniente, utilice todo el texto del tema “Dios el Padre” en el librito *Leales a la fe* (2004, págs. 62–63), así como el texto del tema “Adoración” (págs. 10–11), lo cual resulta muy útil para explicar la forma de adorar al Padre.

Preguntas para el análisis

- ¿Cuáles son algunas de las cualidades y atributos de nuestro Padre Celestial? ¿De qué manera cubre nuestras necesidades en cada etapa de la vida Su plan de salvación?
- ¿De qué forma podemos aumentar nuestro grado de adoración hacia nuestro Padre Celestial?

- ¿De qué manera nos ayuda el hecho de saber que somos hijas de un Padre Celestial amoroso a mantenernos leales a las normas del Evangelio y a comprender nuestro valor divino?
- ¿Cómo podemos entender nuestra verdadera identidad de hijas de Dios cuando el mundo nos envía tantos mensajes opuestos en cuanto a quiénes somos, cómo es que existimos, qué debemos ser y qué debemos hacer?

Palabras de los profetas

- Dieter F. Uchtdorf, “Ser felices para siempre”, *Liahona*, mayo de 2010, págs. 124–27. Considere la idea de utilizar los tres párrafos a partir de donde dice: “Hoy quiero que presten atención a . . .”.
- Jeffrey R. Holland, “A las mujeres jóvenes”, *Liahona*, noviembre de 2005, págs. 28–30.
- Boyd K. Packer “Nuestro ambiente moral”, *Liahona*, mayo de 1992, págs. 73–76.

Otros discursos de la conferencia general

- Elaine S. Dalton, “¡Recuerden quiénes son!”, *Liahona*, mayo de 2010, págs. 120–123.
- Mary N. Cook, “Una vida virtuosa, paso a paso”, *Liahona*, mayo de 2009, págs. 117–119. Si lo estima conveniente, utilice el primer párrafo de este discurso para recalcar a las jóvenes que son hijas de Dios.

Recursos adicionales

- [Hechos 17:28](#); [Romanos 8:16–17](#); [Hebreos 12:9](#); [1 Nefi 11:17](#); [Doctrina y Convenios 76:23–24](#); [Moisés 1:3–7](#).
- “La familia: Una proclamación para el mundo”, *Liahona*, noviembre de 2010, pág. 129; véase también *Mujeres Jóvenes: Progreso personal*, 2009, pág. 101. Considere la idea de utilizar el segundo y el tercer párrafo de la proclamación en la sección de la lección que se titula “Fuiste y eres querida”.
- Lema de las Mujeres Jóvenes, *Progreso personal*, pág. 3.

Multimedia

- Música: “Oh mi Padre”, *Himnos*, N° 187; “Yo sé que vive mi Señor”, *Himnos*, N° 73.
- Video: Dieter F. Uchtdorf, “Nuestra verdadera identidad”, lds.org/youth/video.

Aceptar y actuar

- Progreso personal: Experiencia 1 con el valor Naturaleza divina; experiencia 1 con el valor Valor individual.
- Considere la idea de pedir a las jóvenes que elaboren un libro de cualidades virtuosas, una actividad que la hermana Susan W. Tanner sugiere en su discurso “Hijas de nuestro Padre Celestial”, *Liahona*, mayo de 2007, págs. 106–109.

LECCIÓN 2

Jesucristo, el Salvador

Preguntas para el análisis

- ¿Qué le dirían a alguien que no cree que los Santos de los Últimos Días son cristianos?
- ¿De qué manera podemos mostrar nuestra gratitud por el sacrificio expiatorio del Salvador?

Palabras de los profetas

- Thomas S. Monson, “Al partir”, *Liahona*, mayo de 2011, pág. 114. Podría utilizar los tres párrafos que comienzan donde dice: “Ahora, antes de partir. . .”.
- Richard G. Scott, “¡Él vive, y yo lo honraré!” *Liahona*, mayo de 2010, págs. 75–78.
- Dallin H. Oaks, “La Expiación y la fe”, *Liahona*, abril de 2008, págs. 8–13.
- Quentin L. Cook, “Nosotros seguimos a Jesucristo”, *Liahona*, mayo de 2010, págs. 83–86.

Otros discursos de la conferencia general

- C. Scott Grow, “El milagro de la Expiación”, *Liahona*, mayo de 2011, págs. 108–110.
- Kent F. Richards, “La Expiación sana todo dolor”, *Liahona*, mayo de 2011, págs. 15–17.
- Gary J. Coleman, “Mamá, ¿somos cristianos?”, *Liahona*, mayo de 2007, págs. 92–94.

Recursos adicionales

- [Hechos 4:12](#); [2 Nefi 2:9](#); [2 Nefi 25:23–26](#); [Mosiah 3:7](#); [Alma 7:11–12](#); [Alma 22:13–14](#); [Alma 38:9](#); [Helamán 5:9](#); [Moroni 7:41](#).

Multimedia

- Música: “Asombro me da”, *Himnos*, N° 118.
- Obras de arte: *Jesús ora en Getsemaní, La Crucifixión y María y el Jesucristo resucitado*, Libro de obras de arte del Evangelio, 2009, págs. 56–57, 59.
- Video: “Él vive”, *Testimonios de Jesucristo*, lds.org/media-library, Mormon Messages.
- Video: Jeffrey R. Holland, “The Only True God and Jesus Christ Whom He Has Sent [El único Dios verdadero y Jesucristo a quien Él ha enviado]”, lds.org/media-library, Mormon Messages.
- Video: DVD *Creemos: Multimedia Fortaleza de la Juventud*, 2011, “Creemos en Cristo: Testimonio personal”.

Aceptar y actuar

- Progreso Personal: Experiencia 5 con el valor Fe; experiencia 4 con el valor Naturaleza divina; punto 1 del proyecto del valor Fe.

LECCIÓN 3

Seguir el ejemplo de Jesucristo

Preguntas para el análisis

- Cada vez que tomamos la Santa Cena los domingos, se nos recuerda que debemos seguir el ejemplo de Jesucristo; pero a veces es fácil distraernos a causa de la influencia del mundo a lo largo de la semana. ¿Qué podemos hacer para seguir el ejemplo de Cristo toda la semana?
- ¿De qué maneras específicas podemos seguir el ejemplo de Jesucristo al estar en casa y con nuestra familia?
- ¿Qué podemos hacer para influir en nuestros amigos, familiares y otras personas a fin de seguir el ejemplo del Salvador de una manera mejor?

Palabras de los profetas

- Dieter F. Uchtdorf, “Ustedes son Mis manos”, *Liahona*, mayo de 2010, págs. 68–75.
- Quentin L. Cook, “Nosotros seguimos a Jesucristo”, *Liahona*, mayo de 2010, págs. 83–86.
- Russell M. Nelson, “Sé ejemplo de los creyentes”, *Liahona*, noviembre de 2010, págs. 47–49. Considere leer los últimos 16 párrafos, comenzando con: “El consejo de Pablo, ‘Sé ejemplo de los creyentes, . . .’”

Otros discursos de la conferencia general

- Mary N. Cook, “Sé ejemplo de los creyentes”, *Liahona*, noviembre de 2010, págs. 80–82.

Recursos adicionales

- [3 Nefi 12:48](#); [Moroni 7:48](#).
- *Predicad Mi Evangelio*, capítulo 6: ¿Cómo desarrollo atributos semejantes a los de Cristo?

Multimedia

- Música: “Señor, yo te seguiré”, *Himnos*, N° 138.
- Música: “Yo trato de ser como Cristo”, *Canciones para los niños*, págs. 40–41.
- Video: “[Él vive: Testimonios de Jesucristo](#)”, [lds.org/media-library](#), Mormon Messages.
- Video: “[Charity: An Example of the Believers \[La caridad: Ejemplo de los creyentes\]](#)”.

Aceptar y actuar

- Progreso personal: Experiencia 7 con el valor Naturaleza divina.
- *Para la fortaleza de la juventud*, folleto, 2001, “El servicio a los demás”, pág. 38, o [en línea en la página lds.org/youth/for-the-strength-of-youth](#). Elaboren una lista de actos diarios de bondad que puedan hacer por otras personas.

LECCIÓN 4

Cómo buscar la compañía del Espíritu Santo

Preguntas para el análisis

- ¿Cómo sentimos las impresiones que vienen del Espíritu Santo? ¿Reciben todas las personas indicaciones e impresiones de la misma manera?
- ¿Cómo podemos hacernos merecedoras de gozar de la compañía, la guía y la protección del Espíritu Santo todos los días?

Palabras de los profetas

- Robert D. Hales, “Para actuar por nosotros mismos: El don y las bendiciones del albedrío”, *Liahona*, mayo de 2006, págs. 4–8. Si lo juzga conveniente, utilice el párrafo que comienza con: “Las indicaciones que recibimos para huir del mal. . .”.
- David A. Bednar, “Recibe el Espíritu Santo”, *Liahona*, noviembre de 2010, págs. 94–97.
- David A. Bednar, “El espíritu de revelación”, *Liahona*, mayo de 2011, págs. 87–90.

- Dieter F. Uchtdorf, “A la espera en el camino a Damasco”, *Liahona*, mayo de 2011, págs. 70–77.
- Boyd K. Packer, “Guiados por el Espíritu Santo”, *Liahona*, mayo de 2011, págs. 30–33.

Otros discursos de la conferencia general

- Jay E. Jensen, “El Espíritu Santo y la revelación”, *Liahona*, noviembre de 2010, págs. 77–79.
- Julie B. Beck, “Y sobre las siervas derramaré mi Espíritu en aquellos días”, *Liahona*, mayo de 2010, págs. 10–12.

Recursos adicionales

- [1 Reyes 19:11–12](#); [Gálatas 5:22–23](#); [2 Nefi 32:5](#); [Mosías 2:36–37](#); [Helamán 5:45–46](#); [3 Nefi 12:6](#); [3 Nefi 19:9](#); [Éter 12:41](#); [Doctrina y Convenios 6:23](#); [Doctrina y Convenios 11:12](#).
- *Leales a la fe*, 2004, “Espíritu Santo”, págs. 72–74.

Multimedia

- Música: “El Espíritu Santo”, *Canciones para los niños*, pág. 56.
- Video: “[La voz del Espíritu](#)”.

Aceptar y actuar

- Progreso personal: Experiencia 5 con el valor Elección y responsabilidad; experiencia 2 con el valor Integridad; experiencia 2 con el valor Virtud.

LECCIÓN 5

El gozo que sentimos por nuestro potencial divino

Nota para la maestra: Además de invitar a hermanas que sean abuelas, madres y a una joven casada para que hablen a las jóvenes del gozo de ser mujer, quizás desee invitar a una hermana soltera.

Preguntas para el análisis

- ¿Cómo le explicarían a un amigo o a una amiga el concepto de “potencial divino”?
- ¿De qué manera nos ayuda a encontrar felicidad el tener conocimiento de nuestro potencial divino?
- ¿Cómo podemos adquirir confianza al asumir nuestras responsabilidades del matrimonio y de la maternidad?
- ¿En qué forma nos preparan las experiencias que tenemos en la tierra para alcanzar nuestro potencial divino en la vida venidera?

Otros discursos de la conferencia general

- Elaine S. Dalton, “¡Recuerden quiénes son!”, *Liahona*, mayo de 2010, págs. 120–123. Para comenzar la lección, considere la idea de utilizar los tres párrafos a partir de donde dice: “Ustedes son jovencitas de gran fe. . .”.
- Margaret D. Nadauld, “El regocijo de ser mujer”, *Liahona*, enero de 2001, págs. 17–19. Si lo estima conveniente, para finalizar la lección utilice los dos párrafos a partir de donde dice: “Se puede reconocer a las mujeres que están agradecidas. . .”.

Recursos adicionales

- Romanos 8:16–17; Mosíah 2:41.
- Estudio por tema: [Vida eterna](http://lds.org/study/topics/eternal-life), lds.org/study/topics/eternal-life.
- Estudio por tema: [Mujeres en la Iglesia](http://lds.org/study/topics/women-in-the-church), lds.org/study/topics/women-in-the-church.
- Póster: [Individual Worth \[Valor individual\]](#).

Multimedia

- Música: “[Tú eres una hija de Dios](#)”, lds.org/youth/music.
- Música: “Oh mi Padre”, *Himnos*, N° 187.
- Video: Dieter F. Uchtdorf, “[Nuestra verdadera identidad](#)”, lds.org/youth/video.
- Video: “[Significativo en todo sentido](#)”, lds.org/youth/video.

Aceptar y actuar

- Progreso personal: Experiencia 2 con el valor Naturaleza divina; experiencia 1 con el valor Valor individual; experiencia 4 con el valor Valor individual.
- Podría pedir a las jóvenes que estudien la proclamación sobre la familia para que aprendan más acerca de la función y el potencial divino de la mujer.

LECCIÓN 6

Cómo encontrar gozo ahora

Preguntas para el análisis

- Mucha gente parece tener una actitud negativa ante la vida. ¿Cómo podemos evitar tener ese tipo de actitud y ayudar a los demás a ver las cosas de una manera positiva?
- ¿De qué manera nos ayuda a aumentar nuestras posibilidades de sentir gozo el hecho de escuchar al

Espíritu Santo y recibir ideas e indicaciones de parte de Él?

- ¿En qué forma influye en el gozo que tenemos en la vida el hecho de confiar en nuestro Padre Celestial y en Jesucristo?
- ¿De qué manera aumenta la felicidad y el gozo que sentimos el hecho de obedecer los mandamientos y de guardar los convenios que hemos hecho?

Palabras de los profetas

- Thomas S. Monson, “Encontrar gozo en el trayecto”, *Liahona*, noviembre de 2008, págs. 84–88. Si lo juzga conveniente, utilice el párrafo que comienza con: “Ésta es la única oportunidad. . .”, como introducción a la lección.
- Dieter F. Uchtdorf, “De las cosas que más importan”, *Liahona*, noviembre de 2010, págs. 19–22. Podría utilizar los cuatro párrafos a partir de donde dice: “Seamos sinceros. . .”, en la sección de la lección que se titula: “Nos es posible sentir gozo ahora”.
- Richard G. Scott, “El camino hacia la paz y el gozo”, *Liahona*, enero de 2001, págs. 31–33. Si lo estima conveniente, utilice el párrafo que comienza con la frase: “¿Estás aprovechando plenamente. . .”, en la sección de la lección que se titula: “Nuestro Padre Celestial quiere que sintamos gozo”.

Otros discursos de la conferencia general

- Mary N. Cook, “La bondad debe por mí empezar”, *Liahona*, mayo de 2011, págs. 118–121. Considere la posibilidad de usar el párrafo que comienza con: “Aprendemos de la parábola del Buen Samaritano. . .” en la sección de la lección que se titula “Nos es posible sentir gozo ahora”.
- Ann M. Dibb, “Creo en ser honrada y verídica”, *Liahona*, mayo de 2011, págs. 115–118. Si lo desea, utilice los cinco párrafos a partir del que comienza con: “El presidente Howard W. Hunter enseñó. . .”, en la sección de la lección que se titula: “Nos es posible sentir gozo ahora”.

Recursos adicionales

- [Proverbios 29:18](#); [2 Nefi 2:13](#); [2 Nefi 5:27](#); [Alma 50:24](#).

LECCIÓN 7

El cuidado del hogar

Preguntas para el análisis

- ¿Qué tipo de ambiente desean que se sienta en su futuro hogar?

- ¿Qué dones y talentos podrían ayudarnos a contribuir a tener un hogar feliz ahora y en el futuro?
- ¿Qué tipo de destrezas debemos desarrollar y qué actitud debemos tener a fin de tener un hogar exitoso y feliz?

Palabras de los profetas

- L. Tom Perry, “Las madres enseñan a los hijos en el hogar”, *Liahona*, mayo de 2010, págs. 29–31.
- M. Russell Ballard, “Madres e hijas”, *Liahona*, mayo de 2010, págs. 18–21.

Otros discursos de la conferencia general

- Richard J. Maynes, “Establecer un hogar centrado en Cristo”, *Liahona*, mayo de 2011, págs. 37–39.
- Gary E. Stevenson, “Hogares sagrados, templos sagrados”, *Liahona*, mayo de 2009, págs. 101–103. Considere utilizar los dos párrafos a partir de donde dice: “Hace poco, en una conferencia de estaca. . .”.
- Susan W. Tanner, “Ser testigos”, *Liahona*, mayo de 2008, págs. 113–115. Si le parece conveniente, utilice los dos párrafos a partir de donde dice: “Al ser testigos en su hogar. . .”.

Recursos adicionales

- [Proverbios 31:10–31](#); [2 Nefi 5:17](#); [Mosiah 4:14–15](#); [Doctrina y Convenios 88:119](#).
- “La familia: Una proclamación para el mundo”, *Liahona*, noviembre de 2010, pág. 129; véase también *Mujeres Jóvenes: Progreso Personal*, 2009, pág. 101.
- Susan W. Tanner, “Fortaleciendo a las futuras madres”, *Liahona*, junio de 2005, págs. 16–20.

Multimedia

- Obras de arte: [María y Marta](#), *Libro de obras de arte del Evangelio*, 2009, pág. 45.
- Música: “El hogar es como el cielo”, *Himnos*, N° 193; “Allí donde hay amor”, *Canciones para los niños*, pág. 102.
- Video: Jeffrey R. Holland, “[La maternidad: Una asociación eterna con Dios](#)”, [lds.org/media-library](#), Mormon Messages.
- Video: Dieter F. Uchtdorf, “[Crear](#)”, [lds.org/media-library](#), Mormon Messages.
- Video: Robert D. Hales, “[Seamos proveedores providentes](#)”, [lds.org/media-library](#), Mormon Messages.

Aceptar y actuar

- Progreso Personal: Puntos 1 y 4 del proyecto del valor Naturaleza divina; experiencia 2 con el valor Conocimiento; puntos 1 y 5 del proyecto del valor Conocimiento.
- Dígale a otra jovencita una cualidad que admire de ella que la ayudará a ser una buena madre.
- Invite a hermanas de su barrio o rama a una actividad con las jóvenes para que les enseñen habilidades o talentos de amas de casa que a las jóvenes les gustaría aprender.

LECCIÓN 8

Nuestra perspectiva de la misión divina de la mujer

Preguntas para el análisis

- Con tantas opiniones contradictorias que hay en el mundo sobre la función de la mujer, ¿cómo podemos saber y seguir el plan de nuestro Padre Celestial para las mujeres?
- ¿En qué forma nos ayuda a cumplir nuestra misión divina el seguir el consejo de los profetas de obtener una formación académica?

Palabras de los profetas

- Thomas S. Monson, “Tres metas para guiarte”, *Liahona*, noviembre de 2007, págs. 118–121.
- L. Tom Perry, “Las madres enseñan a los hijos en el hogar”, *Liahona*, mayo de 2010, págs. 29–31.
- M. Russell Ballard, “Madres e hijas”, *Liahona*, mayo de 2010, págs. 18–21.
- Quentin L. Cook, “¡Las mujeres SUD son asombrosas!”, *Liahona*, mayo de 2011, págs. 18–22. Si le parece conveniente, utilice los tres párrafos a partir de donde dice: “Reconocemos que hay fuerzas monumentales desatadas. . .”.

Otros discursos de la conferencia general

- Julie B. Beck, “Lo que las mujeres Santos de los Últimos Días hacen mejor: Ser firmes e inquebrantables”, *Liahona*, noviembre de 2007, págs. 109–112.
- Elaine S. Dalton, “Guardianas de la virtud”, *Liahona*, mayo de 2011, págs. 121–124. Considere la idea de utilizar los dos párrafos a partir de donde dice: “Jovencitas, en un mundo donde la corrupción moral. . .”.
- Silvia H. Allred, “Constantes e inmutables”, *Liahona*, noviembre de 2010, págs. 116–118. Si le parece

adecuado, utilice el párrafo que comienza con: “Sé que cada una de nosotras tiene un papel vital y esencial. . .”.

- Julie B. Beck, “Corazón de madre”, *Liahona*, mayo de 2004, págs. 75–77.
- Margaret D. Nadauld, “El regocijo de ser mujer”, *Liahona*, enero de 2001, págs. 17–19.

Recursos adicionales

- Proverbios 31; [Lucas 1:28](#); [Alma 56:47–48](#); Doctrina y Convenios 25.
- “La familia: Una proclamación para el mundo”, *Liahona*, noviembre de 2010, pág. 129; véase también *Mujeres Jóvenes: Progreso Personal*, 2009, pág. 101. Considere la idea de utilizar los párrafos seis y siete.

Multimedia

- Música: “Sirvamos unidas”, *Himnos*, Nº 205; “Allí donde hay amor”, *Canciones para los niños*, pág. 102.
- Video: M. Russell Ballard, “[Madres e hijas](#)”, [lds.org/media-library](#), Mormon Messages for Youth.
- Video: Jeffrey R. Holland, “[La maternidad: Una asociación eterna con Dios](#)”, [lds.org/media-library](#), Mormon Messages.

Aceptar y actuar

- Progreso Personal: Experiencia 3 con el valor Naturaleza divina; punto 3 del proyecto del valor Naturaleza divina.
- Invite a las jóvenes a leer el párrafo siete de la proclamación de la familia y pídale que señalen los principios relacionados con su función divina.

LECCIÓN 9

Honrar a los padres

Preguntas para el análisis

- ¿Qué pueden hacer para fortalecer su relación con sus padres?
- ¿Cómo podemos mostrar respeto por nuestros padres y abuelos aun si las creencias y opiniones de ellos son distintas a las nuestras?

Palabras de los profetas

- Thomas S. Monson, “Sean un ejemplo”, *Liahona*, mayo de 2005, págs. 112–115. Si lo estima conveniente, utilice los tres párrafos a partir de donde dice: “¡Ah! Cuánto las aman sus padres. . .”.

- Henry B. Eyring, “*Nuestro ejemplo perfecto*”, *Liahona*, noviembre de 2009, págs. 70–73. Si le parece adecuado, utilice el párrafo que comienza con: “Ahora doy mi consejo a los hijos. . .”, en la sección de la lección que se titula: “Nuestro Padre Celestial ha mandado a toda joven honrar a sus padres”.

Otros discursos de la conferencia general

- Richard J. Maynes, “Establecer un hogar centrado en Cristo”, *Liahona*, mayo de 2011, págs. 37–39.
- Bradley D. Foster, “Mamá me lo dijo”, *Liahona*, mayo de 2010, págs. 98–100.

Recursos adicionales

- [Efesios 6:1–3](#); [1 Nefi 1:1](#); [1 Nefi 2:16](#); [1 Nefi 16:23](#); [Alma 56:47–48](#); [Alma 57:21](#).
- “La familia: Una proclamación para el mundo”, *Liahona*, noviembre de 2010, pág. 129; véase también *Mujeres Jóvenes: Progreso Personal*, 2009, pág. 101.
- *Para la fortaleza de la juventud*, folleto, 2001, “La familia”, págs. 10–11, o [en línea en la página lds.org/youth/for-the-strength-of-youth](#).
- Nombre omitido, “When Dad Doesn’t Believe” [Cuando papá no cree], *New Era*, enero de 1995, pág. 14.
- Póster: [Family \[La familia\]](#).

Multimedia

- Música: “El hogar es como el cielo”, *Himnos*, Nº 193.
- Obras de arte: [Lehi y su gente llegan a la tierra prometida](#), *Libro de obras de arte del Evangelio*, 2009, pág. 71.
- Video: M. Russell Ballard, “[Madres e hijas](#)”, [lds.org/media-library](#), Mormon Messages for Youth.

Aceptar y actuar

- Progreso Personal: Experiencia 5 con el valor Naturaleza divina; punto 1 del proyecto del valor Valor individual; experiencia 2 con el valor Virtud.

LECCIÓN 10

Apoyo a los demás miembros de la familia

Nota para la maestra: Al preparar esta lección, tenga presente la situación de las jóvenes de la clase que no tengan a su padre, a su madre o hermanos en el hogar, o que tengan familiares que no sean activos en la Iglesia.

Preguntas para el análisis

- Piensen en los integrantes de su familia que necesiten apoyo en este momento. ¿Qué pueden hacer a fin de mostrarles amor y apoyo?
- ¿Qué podemos hacer para amar y dar apoyo a nuestros familiares que no estén viviendo el Evangelio?

Palabras de los profetas

- Dieter F. Uchtdorf, “De las cosas que más importan”, *Liahona*, noviembre de 2010, págs. 19–22. Considere la idea de utilizar el párrafo que comienza con: “Nuestra segunda relación clave es con nuestra familia. . .”.
- L. Tom Perry, “El ser padre, un llamamiento eterno”, *Liahona*, mayo de 2004, págs. 69–71. Si lo estima conveniente, utilice este discurso para complementar el análisis de la función del padre.

Otros discursos de la conferencia general

- Richard J. Maynes, “Establecer un hogar centrado en Cristo”, *Liahona*, mayo de 2011, págs. 37–39. Si le parece adecuado, utilice los cinco párrafos a partir de donde dice: “Es difícil exagerar la importancia de que el padre. . .”.
- Mary N. Cook, “El fortalecimiento del hogar y la familia”, *Liahona*, noviembre de 2007, págs. 11–13.
- Susan W. Tanner, “Yo soy la luz que debéis sostener en lo alto”, *Liahona*, mayo de 2006, págs. 103–105.

Recursos adicionales

- [Mosiah 4:14–15](#); [Alma 39:10](#); [3 Nefi 18:21](#).
- *Para la fortaleza de la juventud*, folleto, 2001, “La familia”, págs. 10–11, o [en línea en la página lds.org/youth/for-the-strength-of-youth](#).
- Póster: [Family \[La familia\]](#).

Multimedia

- Video: “[Padres e hijos](#)”, [lds.org/media-library](#), Mormon Messages for Youth.
- Video: “[Two Brothers Apart \[Dos hermanos separados\]](#)”, [lds.org/media-library](#), Mormon Messages for Youth.
- Video: “[Un verdadero padre](#)”, [lds.org/media-library](#), Mormon Messages.

Aceptar y actuar

- Progreso Personal: Experiencia 3 con el valor Naturaleza divina.

Progresar y madurar para tener autosuficiencia, Parte 1**Preguntas para el análisis**

- ¿Qué significa “governarse a sí mismo”? (véase *Mujeres Jóvenes*, Manual 1, pág. 46).
- ¿De qué manera nos ayuda el seguir las normas del Señor a gobernarnos a nosotras mismas?
- Llegar a ser autosuficiente también significa aprender a llevar una vida providente. ¿Qué significa llevar un vida providente?
- ¿Qué significa ser espiritualmente autosuficiente? ¿De qué manera podemos ser espiritualmente más autosuficientes?

Palabras de los profetas

- Henry B. Eyring, “Oportunidades para hacer el bien”, *Liahona*, mayo de 2011, págs. 22–26. Podría utilizar los párrafos a partir de donde dice: “Estos son algunos principios. . .”, en la sección de la lección que se titula: “Podemos ser completamente autosuficientes”.
- M. Russell Ballard, “Becoming Self-Reliant—Spiritually and Physically” [Llegar a ser autosuficientes espiritual y físicamente], *Ensign*, marzo de 2009, págs. 50–55.
- L. Tom Perry, “Para ser autosuficientes”, *Liahona*, enero de 1992, págs. 74–76.
- Robert D. Hales, “Una perspectiva del Evangelio sobre Bienestar: La fe en acción”, Reunión mundial de capacitación de líderes, 2009: Principios básicos sobre Bienestar y autosuficiencia.

Otros discursos de la conferencia general

- H. David Burton, “La obra santificadora de Bienestar”, *Liahona*, mayo de 2011, págs. 81–83. Considere utilizar el párrafo que comienza con: “La autosuficiencia es producto de . . .”.
- Julie B. Beck, “Lo que las mujeres Santos de los Últimos Días hacen mejor: Ser firmes e inquebrantables”, *Liahona*, noviembre de 2007, págs. 109–112. Si lo estima apropiado, reemplace el poema que se incluye en el manual de *Mujeres Jóvenes* con la cita del discurso que comienza con: “Si toda hermana fuera tan autosuficiente para. . .” (pág. 110). Si reemplaza el poema con la cita, utilice [Doctrina y Convenios 58:27–29](#) en el análisis de las Escrituras en lugar de [Doctrina y Convenios 29:1–2](#).

Recursos adicionales

- 2 Tesalonicenses 3:10–13; 1 Nefi 16:23, 31; 4 Nefi 1:7–10, 15–18.
- Póster: [Education \[La educación\]](#), [Finances \[Las finanzas\]](#).

Multimedia

- Música: “Pon tu hombro a la lid”, *Himnos*, N° 164.
- Video: Robert D. Hales, “[Seamos proveedores providentes](#)”, [lds.org/media-library](#), Mormon Messages.

Aceptar y actuar

- *Para la fortaleza de la juventud*, folleto, 2001, “El albedrío y la responsabilidad”, págs. 4–5, o [en línea en la página lds.org/youth/for-the-strength-of-youth](#). Lee los dos párrafos a partir de donde dice: “Tú eres responsable de las elecciones que hagas. . .”.
- Progreso Personal: Experiencia 1 con el valor Elección y responsabilidad.

LECCIÓN 12

Progresar y madurar para tener autosuficiencia, Parte 2

Preguntas para el análisis

- ¿Cómo podemos fortalecer nuestra relación con nuestros padres?
- ¿Cómo podemos conservar la confianza de nuestros padres?
- ¿Cómo podemos mantener la confianza de nuestro Padre Celestial?

Palabras de los profetas

- Robert D. Hales, “¿Cómo nos recordarán nuestros hijos?”, *Liahona*, enero de 1994, pág. 8–11.

Otros discursos de la conferencia general

- Mary N. Cook, “El fortalecimiento del hogar y la familia”, *Liahona*, noviembre de 2007, págs. 11–13.
- Jean A. Stevens, “Llegar a ser como un niño pequeño”, *Liahona*, mayo de 2011, págs. 10–12. Podría leer los primeros tres párrafos a partir de donde dice: “Nuestro Padre Celestial. . .”.
- Mervyn B. Arnold, “¿Qué has hecho con mi nombre?”, *Liahona*, noviembre de 2010, págs. 105–107. Considere leer los cinco párrafos que empiezan con: “Poco después de casarme con mi. . .”.

Recursos adicionales

- 2 Nefi 28:30; Mosiah 4:27; Helamán 10:4–5; *Doctrina y Convenios* 42:42.
- M. Russell Ballard, “Becoming Self-Reliant—Spiritually and Physically” [Llegar a ser autosuficientes espiritual y físicamente], *Ensign*, marzo de 2009, págs. 50–55.

Multimedia

- Video: Dieter F. Uchtdorf, “[Continuemos con paciencia](#)”, [lds.org/media-library](#), Mormon Messages.

Aceptar y actuar

- Progreso Personal: Experiencia 5 con el valor Naturaleza divina.

LECCIÓN 13

Sostenemos a los poseedores del sacerdocio

Nota para la maestra: Antes de enseñar esta lección quizás desee considerar la idea de dar la lección 15, en la cual se da una reseña de la doctrina del sacerdocio. Si las jóvenes entienden la doctrina, respetarán y honrarán el sacerdocio más plenamente.

Preguntas para el análisis

- ¿Cómo pueden ser ustedes una influencia positiva en los jóvenes que conocen, en particular en los que poseen el Sacerdocio Aarónico?
- ¿Por qué es importante respetar y apoyar al obispo? ¿Qué llaves posee el obispo que pueden bendecirnos a nosotras y a nuestra familia?

Palabras de los profetas

- Henry B. Eyring, “Your Friend the Bishop” [Tu amigo el obispo], *New Era*, octubre de 2002, págs. 10–13.
- L. Tom Perry, “El Sacerdocio de Aarón”, *Liahona*, noviembre de 2010, págs. 91–94. Si le parece adecuado, utilice los cuatro párrafos a partir de donde dice: “El presidente Ezra Taft Benson dijo una vez. . .”.

Otros discursos de la conferencia general

- Elaine S. Dalton, “Guardianas de la virtud”, *Liahona*, mayo de 2011, págs. 121–124. Podría leer el párrafo que comienza con: “Ser guardianas de la virtud significa que siempre serán modestas. . .”.

Recursos adicionales

- 3 Nefi 12:1; Doctrina y Convenios 1:37–38; Doctrina y Convenios 21:4–5; Doctrina y Convenios 68:2–4; Doctrina y Convenios 84:36–39; Doctrina y Convenios 124:144.
- Ardeth G. Kapp, “By The Way She Is” [Por la manera en que es], *New Era*, septiembre de 1976, págs. 10–13.

Multimedia

- Música: “Oh élderes de Israel”, *Himnos*, N° 209.
- Música: “Priesthood Men [Hombres del sacerdocio]”, lds.org/youth/music.
- Video: DVD *Creemos: Multimedia Fortaleza de la Juventud*, 2011, “Algo diferente en nosotros: Ejemplo”.

Aceptar y actuar

- Invite a su obispo o presidente de rama a estar presente en la lección o en la noche de actividades para responder preguntas en cuanto a sus responsabilidades y explicar la forma en que él puede bendecir la vida de las jóvenes por medio de su llamamiento.

LECCIÓN 14

La dirección patriarcal en el hogar

Nota para la maestra: Las mujeres jóvenes de su clase provienen de diversos orígenes o circunstancias familiares. Algunas de ellas tienen un padre que es un patriarca justo en su familia, mientras que otras podrían tener un padre que no sea activo en la Iglesia o que no sea miembro. Algunas incluso podrían no tener un padre en el hogar. Tenga presente las circunstancias de cada joven. A pesar de las circunstancias de cada familia, el objetivo de esta lección es enseñar lo que es el orden patriarcal y cómo el padre, en calidad de patriarca, puede bendecir a su familia.

Preguntas para el análisis

- ¿De qué forma puede bendecir el sacerdocio nuestra vida en este momento, a pesar de las circunstancias individuales?
- ¿Qué cualidades espirituales debemos buscar en un esposo? ¿De qué manera le pueden ayudar esas cualidades a guiar a su familia en rectitud?
- Consideren su relación con nuestro Padre Celestial. ¿En qué forma les ha mostrado Su gran atención y amor como personas?

Palabras de los profetas

- Dieter F. Uchtdorf, “Continuemos con paciencia”, *Liahona*, mayo de 2010, págs. 56–59. Si le parece apropiado, lean los dos párrafos a partir de donde dice: “Como poseedores del sacerdocio y representantes del Señor Jesucristo. . .”.
- Dieter F. Uchtdorf, “El amor de Dios”, *Liahona*, noviembre de 2009, págs. 21–24. Podría leer los cuatro párrafos a partir de donde dice: “Piensen en el amor más puro y ferviente. . .”.
- Dallin H. Oaks, “La autoridad del sacerdocio en la familia y en la Iglesia”, *Liahona*, noviembre de 2005, págs. 24–27.
- James E. Faust, “Mensaje a mis nietos varones”, *Liahona*, mayo de 2007, págs. 54–56. Considere la posibilidad de leer los tres párrafos a partir de donde dice: “Todos ustedes, hombres jóvenes, que posean el sacerdocio. . .”.

Otros discursos de la conferencia general

- Mary N. Cook, “El fortalecimiento del hogar y la familia”, *Liahona*, noviembre de 2007, págs. 11–13.

Recursos adicionales

- Éxodo 20:12; 1 Nefi 1:1; 1 Nefi 16:18–25, 30–32.
- “La familia: Una proclamación para el mundo” *Liahona*, noviembre de 2010, pág. 129; véase también *Mujeres Jóvenes: Progreso Personal*, 2009, pág. 101. Utilice la proclamación sobre la familia para hallar respuestas a la nueve preguntas que se plantean en la lección.

Multimedia

- Música: “Oh mi Padre”, *Himnos*, N° 187; “Allí donde hay amor”, *Canciones para los niños*, pág. 102.
- Video: Robert D. Hales, “Parenting: Touching the Hearts of Our Youth [La paternidad: Lleguemos al corazón de nuestros jóvenes]”, [lds.org/media-library](http://lds.org/media-library/Mormon-messages), Mormon messages.
- Video: “The Family Is Central to God’s Plan [La familia es la parte central del plan del Creador]”, classic.lds.org/family.

LECCIÓN 15

El Sacerdocio de Melquisedec

Nota para la maestra: Mucha parte del material de esta lección se centra en el Sacerdocio de Melquisedec. Quizás también quiera enseñar acerca del Sacerdocio Aarónico. Es importante que las jovencitas aprendan acerca del sacerdocio que poseen los hombres jóvenes de su misma

edad y del cual también ellos están aprendiendo. Además, podría considerar enseñar a las mujeres jóvenes el juramento y convenio del sacerdocio.

Preguntas para el análisis

- ¿De qué forma ha bendecido su vida el sacerdocio?
- Piensen en un poseedor del sacerdocio por quien ustedes sientan respeto. Describan la manera en que él honra el sacerdocio y compartan la razón por la que sienten respeto por esa persona.

Palabras de los profetas

- Thomas S. Monson, “El Sacerdocio: Un don sagrado”, *Liahona*, mayo de 2007, págs. 57–60.
- Dieter F. Uchtdorf, “El orgullo y el sacerdocio”, *Liahona*, noviembre de 2010, págs. 55–58.
- Boyd K. Packer, “El poder del sacerdocio”, *Liahona*, mayo de 2010, págs. 6–10. Si lo estima conveniente, lean los tres párrafos a partir de donde dice: “Hace algunos años, di un discurso titulado. . .”.
- Thomas S. Monson, “El poder del sacerdocio”, *Liahona*, mayo de 2011, págs. 66–69.
- James E. Faust, “La llave del conocimiento de Dios”, *Liahona*, noviembre de 2004, págs. 52–55.

Recursos adicionales

- [Alma 13:1–19](#); [Doctrina y Convenios 107:1–4, 18–19](#).
- Obras de arte: *La restauración del Sacerdocio de Melquisedec* (ilustración en la que Pedro, Santiago y Juan confieren el Sacerdocio de Melquisedec a José Smith y a Oliver Cowdery), *Libro de obras de arte del Evangelio*, 2009, pág. 94.
- Estudio por tema: [Sacerdocio](#).

Multimedia

- Video: Thomas S. Monson, “[Priesthood Power \[El poder del sacerdocio\]](#)”, [lds.org/youth/video](#).
- Video: L. Tom Perry, “[Elder Perry on the Priesthood, Part One: The Oath and Covenant \[El élder Perry habla del sacerdocio, parte 1: El juramento y el convenio\]](#)”, [lds.org/media-library](#).

Aceptar y actuar

- Progreso Personal: Experiencia 7 con el valor Integridad.
- Invite a las jóvenes a que le pidan a su padre o a un poseedor del sacerdocio que les comparta el testimonio que él tenga del sacerdocio y de la forma en que bendice a su familia e influye en sus decisiones diarias.

La mujer y los poseedores del sacerdocio

Preguntas para el análisis

- ¿Qué pueden hacer a fin de ayudar a sus amigos varones a honrar el sacerdocio que poseen, a defender y conservar su virtud y a estar listos para sus responsabilidades futuras?
- ¿Qué pueden hacer *ustedes* para ayudar a edificar el reino de Dios ahora y en el futuro?

Palabras de los profetas

- Dieter F. Uchtdorf, “La influencia de una mujer justa”, *Liahona*, septiembre de 2009, págs. 2–7.
- Quentin L. Cook, “¡Las mujeres SUD son asombrosas!”, *Liahona*, mayo de 2011, págs. 18–21.
- M. Russell Ballard, “[Prepárense y piensen teniendo el futuro en cuenta](#)”, [lds.org](#), Profetas y apóstoles nos hablan hoy. Considere leer los dos párrafos a partir de donde dice: “Este año, en agosto. . .”.
- Gordon B. Hinckley, “Las mujeres en nuestra vida”, *Liahona*, noviembre de 2004, págs. 82–85.

Otros discursos de la conferencia general

- Elaine S. Dalton, “En su rostro se refleja”, *Liahona*, mayo de 2006, págs. 109–111.

Recursos adicionales

- [2 Timoteo 1:2–7](#); [Alma 56:45–48](#); [Alma 57:19–21](#).
- *Para la fortaleza de la juventud*, folleto, 2001, “El salir con jóvenes del sexo opuesto”, pág. 24, o [en línea en youth.lds.org](#).

Multimedia

- Video: Gordon B. Hinckley, “[Las mujeres en nuestra vida](#)”, [lds.org/media-library](#), Mormon Messages.
- Video: Jeffrey R. Holland, “[Motherhood: An Eternal Partnership with God \[La maternidad: Una asociación eterna con Dios\]](#)”, [lds.org/media-library](#), Mormon Messages.

Aceptar y actuar

- Con la aprobación y la recomendación del obispo o presidente de rama, invite a uno o a varios jóvenes a que hablen de la forma en que sus experiencias con el Sacerdocio Aarónico les ayudan a prepararse para afrontar sus responsabilidades futuras tales como la misión, el matrimonio y el mantener a una familia. Pídales que hablen de la forma en que las jóvenes los pueden apoyar en sus responsabilidades del

sacerdocio y del futuro. Quizás desee pedir a la presidenta de las Mujeres Jóvenes que consulte con el obispo en cuanto a qué hombres jóvenes invitar.

LECCIÓN 17

El propósito de los convenios y las ordenanzas

Preguntas para el análisis

- ¿Cuáles son los propósitos de las ordenanzas y los convenios?
- ¿De qué manera pueden ciertos tipos de actividades e intereses impedir que honremos nuestros convenios con Dios?

Palabras de los profetas

- David A. Bednar, “Recibe el Espíritu Santo”, *Liahona*, noviembre de 2010, págs. 94–97. Podría utilizar los tres párrafos a partir de donde dice: “El bautismo por inmersión es. . .”, en la sección de la lección que se titula: “Cuando participamos en ordenanzas del sacerdocio, hacemos convenios sagrados”.
- David A. Bednar, “Para que siempre podamos tener Su Espíritu con nosotros”, *Liahona*, mayo de 2006, págs. 28–29.
- D. Todd Christofferson, “El poder de los convenios”, *Liahona*, mayo de 2009, págs. 19–23.

Otros discursos de la conferencia general

- Mervyn B. Arnold, “¿Qué has hecho con mi nombre?”, *Liahona*, noviembre de 2010, págs. 105–107. Considere la posibilidad de usar los primeros tres párrafos, que comienzan con: “Cuando el presidente George Albert Smith era joven. . .”, en la sección de la lección titulada: “Somos responsables de guardar los convenios que hacemos con el Señor”.
- Mary N. Cook, “Sé ejemplo de los creyentes”, *Liahona*, noviembre de 2010, págs. 80–82. Si le parece apropiado, utilice los tres párrafos a partir de donde dice: “El siguiente paso es ser ejemplo de los creyentes en pureza. . .”, en la sección de la lección que se titula: “Cuando participamos en ordenanzas del sacerdocio, hacemos convenios sagrados”.

Recursos adicionales

- [1 Nefi 22:11; Alma 13:8, 16.](#)
- Citas de líderes de la Iglesia: [las ordenanzas y los convenios](#), lds.org.

Multimedia

- Música: “Más santidad dame”, *Himnos*, N° 71.

- Video: Elaine S. Dalton, “El regreso a la virtud”, lds.org/media-library, Mormon Messages for Youth.
- Video: Quentin L. Cook, “Seek the Higher Ground [Procura los terrenos más elevados]”, lds.org/media-library, Mormon Messages.

Aceptar y actuar

- Progreso Personal: Experiencia 4 con el valor Fe; experiencia 4 con el valor Naturaleza divina.

LECCIÓN 18

El matrimonio en el templo: Un requisito para que la familia sea eterna

Preguntas para el análisis

- ¿De qué manera bendice a la familia el matrimonio en el templo?
- ¿Qué pueden hacer ahora a fin de prepararse para casarse y sellarse en el templo?

Palabras de los profetas

- Thomas S. Monson, “El santo templo: Un faro para el mundo”, *Liahona*, mayo de 2011, págs. 90–94. Considere la posibilidad de utilizar los dos párrafos a partir de donde dice: “No es sino hasta que hayan entrado. . .”, en la sección de la lección que se titula: “El matrimonio en el templo es una ordenanza eterna”.
- Richard G. Scott, “Las bendiciones eternas del matrimonio”, *Liahona*, mayo de 2011, págs. 94–96. Si lo estima conveniente utilice el párrafo que comienza con: “Dos de los pilares esenciales. . .”, en la sección de la lección que se titula: “El matrimonio en el templo es una ordenanza eterna”.
- Russell M. Nelson, “El matrimonio celestial”, *Liahona*, noviembre de 2008, págs. 92–94. Si le parece apropiado, utilice los tres párrafos a partir de donde dice: “El tema del matrimonio se debate. . .”, como introducción a la lección.

Otros discursos de la conferencia general

- Elaine S. Dalton, “Guardianas de la virtud”, *Liahona*, mayo de 2011, págs. 121–24. Podría utilizar los dos párrafos a partir de donde dice: “El mes pasado tuve la oportunidad de asistir. . .”, en la sección de la lección que se titula: “Ésta es la época en que deben prepararse para el matrimonio en el templo”.
- Gerrit W. Gong, “Espejos del templo que reflejan la eternidad: Un testimonio sobre la familia”, *Liahona*, noviembre de 2010, págs. 36–38. Si lo juzga adecuado, utilice los tres párrafos a partir de donde dice: “Hace

poco estaba en una casa del Señor. . .”, en la sección de la lección que se titula: “Por medio del matrimonio en el templo una joven puede obtener gozo”.

Recursos adicionales

- Génesis 1:27–28; 4 Nefi 1:11; Doctrina y Convenios 131:1–3; Doctrina y Convenios 132:15–16.
- “La familia: Una proclamación para el mundo”, *Liahona*, noviembre de 2010, pág. 129; véase también *Mujeres Jóvenes: Progreso Personal*, 2009, pág. 101.
- *New Era*, Special Issue: Dating and Temple Marriage [Edición especial: El salir con jóvenes del sexo opuesto y el matrimonio en el templo], octubre de 2004.
- Póster: [Marriage \[El matrimonio\]](#).

Multimedia

- Música: “Las familias pueden ser eternas”, *Himnos*, Nº 195; “In That Holy Place [En ese lugar sagrado]”, Música para Mujeres Jóvenes, <http://lds.org/youth/music>; “Me encanta ver el templo”, *Canciones para los niños*, pág. 99.
- Obras de arte: *Una joven pareja va al templo*, *Libro de obras de arte del Evangelio*, 2009, pág. 120.
- Video: Elaine S. Dalton, “El regreso a la virtud”, lds.org/media-library, Mormon Messages for Youth.

Aceptar y actuar

- Progreso Personal: Experiencia 6 con el valor Elección y responsabilidad; experiencia 1 con el valor Integridad.
- Invite al obispo o presidente de rama a que enseñe a las jóvenes en cuanto a la recomendación para el templo (véase *Leales a la fe*, 2004, pág. 188).

LECCIÓN 19

Los registros personales

Preguntas para el análisis

- ¿Cuáles bendiciones que recibimos del Señor podríamos escribir en nuestro diario? ¿De qué manera nos podría recordar el amor que el Señor siente por nosotras el hecho de llevar un registro de esas bendiciones?
- ¿Quién más podría verse bendecido si nosotros llevamos un diario personal? ¿Cómo?

Palabras de los profetas

- Henry B. Eyring, “¡Oh recordad, recordad!”, *Liahona*, noviembre de 2007, págs. 66–69.

Otros discursos de la conferencia general

- Don R. Clarke, “Cómo llegar a ser instrumentos en la manos del Señor”, *Liahona*, noviembre de 2006, págs. 97–99. Si le parece apropiado, lea el párrafo que comienza con: “Tengo una libreta que llevo conmigo. . .”.

Recursos adicionales

- 1 Nefi 1:1, 16–17; 1 Nefi 3:19–20; 2 Nefi 5:29–33; 2 Nefi 4:15; 3 Nefi 23:9–13.
- Questions and Answers: Journals [Preguntas y respuestas: Diarios personales], *New Era*, septiembre de 2003, págs. 16–18.
- Salli Hollenzer, “My Journal, My Testimony”, [Mi diario, mi testimonio], *Ensign*, abril de 2008, págs. 51–53.
- Póster: “Choose to Write [Decídete a escribir]”.
- Obras de arte: *Mormón hace un compendio de las planchas*, *Libro de obras de arte del Evangelio*, 2009, pág. 73.

Multimedia

- Video: Henry B. Eyring, “O recuerda, recuerda”, lds.org/media-library, Mormon Messages.

Aceptar y actuar

- Durante tres semanas, todas las noches, antes de dormir, reflexiona sobre las preguntas que hace el élder Henry B. Eyring, “¿Me envió Dios algún mensaje que era exclusivamente para mí? ¿Vió Su mano bendecir mi vida?” (*Liahona*, noviembre de 2007, pág. 69). Anota esas vivencias en tu diario.
- Repasa tu diario de Progreso Personal. ¿De qué manera ha crecido tu testimonio en los últimos seis meses? ¿Qué has aprendido?

LECCIÓN 20

Acerquémonos a los demás

Preguntas para el análisis

- ¿Cómo podemos tender una mano a los demás y animarlos a que participen en las reuniones de la Iglesia?
- ¿Cómo podemos vencer nuestra timidez para acercarnos a los demás?

Palabras de los profetas

- Henry B. Eyring, “Estén listos”, *Liahona*, noviembre de 2009, págs. 59–62. Podría utilizar los siete párrafos a partir de donde dice: “Podemos ayudarlos a

prepararse. . .”, en la sección de la lección que se titula: “Debemos interesarnos en los demás”.

- M. Russell Ballard, “Encontrar gozo al servir con amor”, *Liahona*, mayo de 2011, págs. 46–49. Considere la posibilidad de utilizar los cuatro párrafos a partir de donde dice: “Otro lugar donde tenemos grandes oportunidades. . .”, en la sección de la lección que se titula: “Debemos interesarnos en los demás”.
- Russell M. Nelson, “Sé ejemplo de los creyentes”, *Liahona*, noviembre de 2010, págs. 47–49.

Otros discursos de la conferencia general

- Mary N. Cook, “La bondad debe por mí empezar”, *Liahona*, mayo de 2011, págs. 118–121.
- Silvia H. Allred, “La esencia del discipulado”, *Liahona*, mayo de 2011, págs. 84–86.
- Marlin K. Jensen, “La amistad: Un principio del Evangelio”, *Liahona*, julio de 1999.

Recursos adicionales

- [Mateo 25:40](#); [Lucas 15:4–7](#); [1 Tesalonicenses 2:7–8](#); [Mosíah 2:17](#); [Mosíah 18:8–9](#); [Moroni 7:45–48](#); [Doctrina y Convenios 81:5](#).

Multimedia

- Música: “¿En el mundo he hecho bien?”, *Himnos*, Nº 141; “Brillan rayos de clemencia”, *Himnos*, Nº 208; “Ama el Pastor las ovejas”, *Himnos*, Nº 139.
- Video: “Charity: An Example of the Believers [La caridad: Ejemplo de los creyentes]”.
- Video: Thomas S. Monson, “¿He hecho hoy un bien?”, [lds.org/media-library](https://www.lds.org/media-library), Mormon Messages.
- Video: DVD Multimedia *Fortaleza de la Juventud*, 2011, “Invitar a todos a venir a Cristo: Compartir el Evangelio”.
- Video: “For Madison [Para Madison]”, [lds.org/media-library](https://www.lds.org/media-library), Mormon Messages for Youth.

Aceptar y actuar

- Progreso Personal: Experiencia 3 con el valor Valor individual.
- Actividad: Reúna a las jóvenes (si lo desea, también puede incluir a los hombres jóvenes) y lean en grupo las páginas 12 y 13 de *Para la fortaleza de la juventud*, folleto, 2001. Hablen de la amistad y de cómo ser un buen amigo o una buena amiga.

Un buen ejemplo influye en otras personas

Preguntas para el análisis

- ¿De qué manera reaccionan sus amistades cuando ustedes viven de acuerdo con las normas de la Iglesia? ¿Qué les responderían si ellas consideraran la conducta obediente de ustedes como que es de una persona con pretensiones de superioridad?
- ¿Cuáles son algunas maneras en que le responderían a las personas que se burlaran de ustedes o que las despreciaran por el hecho de vivir las normas de la Iglesia?
- ¿De qué manera el ser honradas con los demás influye en la relación que tenemos con ellos?

Palabras de los profetas

- Thomas S. Monson, “Ejemplos de rectitud”, *Liahona*, mayo de 2008, págs. 65–68. Si lo estima conveniente, utilice el párrafo que comienza con: “Mis jóvenes amigos, sean fuertes. . .”, al final de la lección.
- Quentin L. Cook, “¡Las mujeres SUD son asombrosas!”, *Liahona*, mayo de 2011, págs. 18–21. Si le parece adecuado, utilice los tres párrafos a partir de donde dice: “Cuando se me asignó a una conferencia. . .”, en la sección de la lección que se titula: “Un buen ejemplo causa gozo a muchas personas”.
- Russell M. Nelson, “Sé ejemplo de los creyentes”, *Liahona*, noviembre de 2010, págs. 47–49. Podría utilizar el párrafo que comienza con: “En una carta dirigida a uno de sus compañeros más confiables. . .”, en la sección de la lección que se titula: “Las Escrituras ponen de relieve la importancia de dar un buen ejemplo”.
- Quentin L. Cook, “¡Haya luz!”, *Liahona*, noviembre de 2010, págs. 27–30. Si le parece conveniente, utilice los tres párrafos a partir de donde dice: “El artículo de fe número trece. . .”, en la sección de la lección que se titula: “Un buen ejemplo influye en otras personas”.

Otros discursos de la conferencia general

- Mary N. Cook, “Sé ejemplo de los creyentes”, *Liahona*, noviembre de 2010, págs. 80–82. Considere utilizar los cuatro párrafos a partir de donde dice: “Ahora, permítanme dirigir una palabras a los maravillosos jóvenes. . .”, en la sección de la lección que se titula: “Un buen ejemplo influye en otras personas”.

Recursos adicionales

- [2 Nefi 31:9, 16](#); [Alma 17:11](#); [Alma 39:11](#); [3 Nefi 18:16](#); [Moroni 7:10](#).
- Citas de líderes de la Iglesia: [el ejemplo](#).

Multimedia

- Música: “We Believe [Creemos]”, [lds.org/youth/music](#).
- Video: “I’m a Young Woman, and I Believe [Soy una mujer joven y creo]”, [lds.org/youth/video](#).
- Video: “No Cussing Club [Club Sin malas palabras]”, [lds.org/media-library](#), Mormon Messages for Youth.
- Video: “Charity: An Example of the Believers [La caridad: Ejemplo de los creyentes]”.

Aceptar y actuar

- Progreso Personal: Experiencia 7 con el valor Buenas obras.

LECCIÓN 22

El arrepentimiento

Preguntas para el análisis

- Es posible que a veces, incluso después de que nos arrepentimos, aún nos sintamos culpables. ¿Cómo podemos saber si verdaderamente se nos ha perdonado?

Palabras de los profetas

- Dieter F. Uchtdorf, “El punto de retorno seguro”, *Liahona*, mayo de 2007, págs. 99–101. Si lo estima conveniente, lean los seis párrafos a partir de donde dice: “El presidente Harold B. Lee dijo. . .”.
- Boyd K. Packer, “No recordaré más sus pecados”, *Liahona*, mayo de 2006, págs. 25–27.
- Russell M. Nelson, “El arrepentimiento y la conversión”, *Liahona*, mayo de 2007, págs. 102–104.
- Neil L. Andersen, “[Arrepentíos]. . . para que yo os sane”, *Liahona*, noviembre de 2009, págs. 40–43.

Otros discursos de la conferencia general

- C. Scott Grow, “El milagro de la Expiación”, *Liahona*, mayo de 2011, págs. 108–110.

Recursos adicionales

- [Mosiah 26:29–30](#); [Alma 26:22](#); [Helamán 12:23](#); [3 Nefi 9:22](#); [Doctrina y Convenios 18:10–13](#); [Doctrina y Convenios 58:42–43](#).

- *Leales a la fe*, 2004, “Arrepentimiento”, págs. 19–23.

Multimedia

- Música: “Cuán dulce la ley de Dios”, *Himnos*, N° 66.
- Obras de arte: *Jesús ora en Getsemaní*, *Libro de obras de arte del Evangelio*, 2009, pág. 56.
- Video: “Lifting Burdens [El Señor aligera nuestras cargas]”, [lds.org/media-library](#), Mormon Messages.

Aceptar y actuar

- *Para la fortaleza de la juventud*, folleto, 2001, “El arrepentimiento”, págs. 29–30, o [en línea en youth.lds.org](#). Lea la sección sobre el arrepentimiento y escriba en su diario las consecuencias que se sufren al quebrantar los mandamientos de Dios con conocimiento y deliberación. También podría incluir ejemplos de arrepentimiento que se hallan en las Escrituras.
- Progreso Personal: Experiencia 3 con el valor Fe; experiencia 4 con el valor Virtud.

LECCIÓN 23

El perdón

Preguntas para el análisis

- ¿Qué significa perdonar a los demás? ¿Por qué es importante perdonar a los demás?
- ¿Cómo podemos perdonar a alguien que nos ha causado un gran dolor?
- ¿Cómo se han sentido al perdonar a alguien? ¿Cómo se han sentido cuando alguien las ha perdonado?

Palabras de los profetas

- Thomas S. Monson, “La caridad nunca deja de ser”, *Liahona*, noviembre de 2010, págs. 122–125. Considere la idea de leer los ocho párrafos a partir de donde dice: “Lisa y John, una pareja joven. . .”.
- Dieter F. Uchtdorf, “El punto de retorno seguro”, *Liahona*, mayo de 2007, págs. 99–101.
- Richard G. Scott, “Para quedar libre de las cargas pesadas”, *Liahona*, noviembre de 2002, págs. 86–88. Si le parece adecuado, lean el párrafo que comienza con: “Es posible que lleves una pesada carga. . .”.
- Gordon B. Hinckley, “El perdón”, *Liahona*, noviembre de 2005, págs. 81–84.
- James E. Faust, “El poder sanador del perdón”, *Liahona*, mayo de 2007, págs. 67–69.

Otros discursos de la conferencia general

- C. Scott Grow, “El milagro de la Expiación”, *Liahona*, mayo de 2011, págs. 108–110. Si lo estima conveniente, lean el párrafo que comienza con: “Si sufren sentimientos de culpa. . .”.

Recursos adicionales

- 1 Nefi 7:16–21; 3 Nefi 12:38–44; 3 Nefi 13:11, 14–15; *Doctrina y Convenios* 64:9–11; *Doctrina y Convenios* 82:1.

Multimedia

- Música: “Señor, yo te seguiré”, *Himnos*, N° 138.
- Música: “I Will Forgive [Perdonaré]”, lds.org/youth/music.
- Video: “Forgiveness: My Burden Was Made Light [El perdón: Mi carga se ha aligerado]”, lds.org/media-library, Mormon Messages.

Aceptar y actuar

- Progreso Personal: Experiencia 2 con el valor Integridad.

LECCIÓN 24

La oración y la meditación

Preguntas para el análisis

- ¿Qué significa orar con verdadera intención?
- ¿De qué manera podemos comprometernos más a actuar en base a las respuestas que recibimos? (véase *Predicad Mi Evangelio*, 2004, pág. 97).

Palabras de los profetas

- Russell M. Nelson, “Lecciones que aprendemos de las oraciones del Señor”, *Liahona*, mayo de 2009, págs. 46–48.
- Richard G. Scott, “Utilizar el don supremo de la oración”, *Liahona*, mayo de 2007, págs. 8–11.
- Richard G. Scott, “Cómo reconocer las respuestas a las oraciones”, *Liahona*, enero de 1990, pág. 32.
- Boyd K. Packer, “La oración y las impresiones del Espíritu”, *Liahona*, noviembre de 2009, págs. 43–46. Considere la idea de leer los dos párrafos a partir de donde dice: “Oren, incluso si son jóvenes y están descarriados. . .”.

Otros discursos de la conferencia general

- Ann M. Dibb, “Sé valiente”, *Liahona*, mayo de 2010, págs. 114–116. Si lo juzga conveniente, lean los cuatro

párrafos a partir de donde dice: “Josué y los hijos de Israel. . .”.

Recursos adicionales

- La oración: 2 Nefi 32:8–9; Alma 34:17–28; 3 Nefi 14:7–8; *Doctrina y Convenios* 6:14–16, 21–23; *Doctrina y Convenios* 9:7–9. La meditación: 2 Nefi 4:15–16; 3 Nefi 17:3; Moroni 10:3–4.
- Guía para el estudio de las Escrituras: Meditar, pág. 134.
- *Leales a la fe*, 2004, pág. 129. En esa entrada se indica el lenguaje adecuado que se debe emplear al orar.
- Póster: [Prayer \[La oración\]](#).

Multimedia

- Música: “Oh dulce, grata oración”, *Himnos*, N° 78; “La oración del alma es”, *Himnos*, N° 79.
- Video: Thomas S. Monson, “La oración”, lds.org/media-library, Mormon Messages.
- Video: Elaine S. Dalton, “Nunca estamos solos”.

Aceptar y actuar

- Progreso Personal: Experiencia 2 con el valor Integridad; experiencia 3 con el valor Naturaleza divina; experiencia 1 con el valor Elección y responsabilidad.

LECCIÓN 25

El día de reposo

Preguntas para el análisis

- ¿Cuál es la mejor manera de determinar si una actividad es apropiada y edificante para hacerla en el día de reposo?
- ¿De qué manera podemos hacer del domingo un “día de reposo”?
- ¿De qué bendiciones podemos gozar si guardamos el día de reposo? (véase *Doctrina y Convenios* 59:9–21).
- ¿De qué manera influye nuestro modo de vestir en la forma en que adoramos y en las actividades que realizamos en el día de reposo?

Palabras de los profetas

- L. Tom Perry, “El día de reposo y la Santa Cena”, *Liahona*, mayo de 2011, págs. 6–9.
- Dallin H. Oaks, “La enseñanza del Evangelio”, *Liahona*, enero de 2000, págs. 94–98.

- Jeffrey R. Holland, “A las mujeres jóvenes”, *Liahona*, noviembre de 2005, págs. 28–30. Si lo estima conveniente, lean el párrafo que comienza con: “Hago una súplica especial en cuanto a la forma. . .”.
- James E. Faust, “El día del Señor”, *Liahona*, enero de 1992, págs. 37–40.

Otros discursos de la conferencia general

- Mary N. Cook, “Las anclas del testimonio”, *Liahona*, mayo de 2008, págs. 120–122.

Recursos adicionales

- [Isaías 58:13–14](#); [Mosiah 18:23](#); [Doctrina y Convenios 59:9–29](#).
- John H. Groberg, “El poder de la santificación del día de reposo”, *Liahona*, enero de 1985, pág. 65–67.
- *Para la fortaleza de la juventud*, folleto, 2001, “La observancia del día de reposo”, págs. 32–33, o [en línea en youth.lds.org](#).
- David A. Edwards, “The Sabbath: A Personal Priority” [El día de reposo: una prioridad personal], *New Era*, marzo de 2009, págs. 40–42.

Multimedia

- Música: “Cuán grato es cantar loor”, *Himnos*, N° 106; “Bienvenido, día santo”, *Himnos*, N° 182.
- Obras de arte: *Se reparte la Santa Cena*, *Libro de obras de arte del Evangelio*, 2009, pág. 108.
- Video: “[Remembering the Sacrament \[Recordemos la Santa Cena\]](#)”, [lds.org/youth/video](#).
- Video: “[El milagro del progreso personal](#)”, [lds.org/media-library](#), Mormon Messages for Youth.

Aceptar y actuar

- Progreso Personal: Experiencia 3 con el valor Fe.

LECCIÓN 26

El testimonio

Preguntas para el análisis

- ¿Qué es un testimonio? ¿Por qué es importante fortalecer constantemente nuestro testimonio?
- ¿Cómo podemos compartir nuestro testimonio con los demás sin decir: “quiero dar mi testimonio”?

Palabras de los profetas

- Thomas S. Monson, “¡Ha resucitado!”, *Liahona*, mayo de 2010, págs. 87–90.

- Henry B. Eyring, “Un testimonio viviente”, *Liahona*, mayo de 2011, págs. 125–128. Considere la idea de utilizar este discurso en la sección de la lección que se titula: “El testimonio se debe fortalecer y expresar constantemente”.
- Dieter F. Uchtdorf, “El poder de un testimonio personal”, *Liahona*, noviembre de 2006, págs. 37–39.
- M. Russell Ballard, “Testimonio puro”, *Liahona*, noviembre de 2004, págs. 40–43.

Otros discursos de la conferencia general

- Cecil O. Samuelson Jr., “Testimonio”, *Liahona*, mayo de 2011, págs. 40–42.
- Ann M. Dibb, “Sé valiente”, *Liahona*, mayo de 2010, págs. 114–116. Si le parece apropiado, lean el párrafo que comienza con: “Como miembros de La Iglesia de Jesucristo de los Santos de los Últimos Días. . .”.

Recursos adicionales

- Jay E. Jensen, “El dar testimonio”, *Liahona*, octubre de 2005, págs. 10–13.
- [Alma 5:45–46](#); [Alma 34:8](#); [Doctrina y Convenios 62:3](#); [Doctrina y Convenios 76:19–24](#); [Doctrina y Convenios 80:4](#); [Doctrina y Convenios 84:61](#).
- Póster: “Without a Doubt [Sin duda alguna]”.

Multimedia

- Música: “Yo sé que vive mi Señor”, *Himnos*, N° 73.
- Video: “[Él vive: Testimonios de Jesucristo](#)”, [lds.org/media-library](#), Mormon Messages.

Aceptar y actuar

- Progreso Personal: Experiencia 5 con el valor Fe.

LECCIÓN 27

El estudio de las Escrituras

Preguntas para el análisis

- ¿Cuáles son algunas de las bendiciones que se reciben como resultado de leer las Escrituras? (véase [1 Nefi 15:24](#)).
- ¿De qué manera nos ayudará el estudio de las Escrituras en nuestra vida? (véase [2 Nefi 32:3](#)).

Palabras de los profetas

- Thomas S. Monson, “Qué firmes cimientos”, *Liahona*, noviembre de 2006, págs. 62–69. Considere la idea de leer los seis párrafos a partir de donde dice: “Mi segunda pauta. . .”, y de analizar la forma en que la

lectura de las Escrituras puede ayudar a las jóvenes a responder sus preguntas.

- David A. Bednar, “Velando. . . con toda perseverancia”, *Liahona*, mayo de 2010, págs. 40–43.
- D. Todd Christofferson, “La bendición de las Escrituras”, *Liahona*, mayo de 2010, págs. 32–35.

Otros discursos de la conferencia general

- Julie B. Beck, “Mi alma se deleita en las Escrituras”, *Liahona*, mayo de 2004, págs. 107–109.

Recursos adicionales

- Gordon B. Hinckley, “Un testimonio vibrante y verdadero”, *Liahona*, agosto de 2005, págs. 3–6.
- [1 Nefi 15:23–25](#); [2 Nefi 4:15](#); [2 Nefi 31:20](#); [Alma 17:2](#); [3 Nefi 23:6–14](#); [3 Nefi 26:1–2](#); [Doctrina y Convenios 1:37](#); [Doctrina y Convenios 10:43–52](#); [Doctrina y Convenios 18:34–36](#).
- Póster: “Questions? Answers [Preguntas y respuestas]”.

Multimedia

- Música: “La barra de hierro”, *Himnos*, N° 179; “Al leer las Escrituras”, *Himnos*, N° 180.
- Video: Craig C. Christensen, “[A Book with a Promise \[Un libro con una promesa\]](#)”, [lds.org/media-library](https://www.lds.org/media-library), Mormon Messages.
- Video: Jeffrey R. Holland, “[Testimony of The Book of Mormon \[Testimonio del Libro de Mormón\]](#)”, [lds.org/media-library](https://www.lds.org/media-library), Mormon Messages.
- Video: Jeffrey R. Holland, “[Las palabras de Dios jamás cesan](#)”, [lds.org/media-library](https://www.lds.org/media-library), Mormon Messages.

Aceptar y actuar

- Progreso Personal: Experiencia 1 con el valor Elección y responsabilidad. Dé a las jóvenes el desafío de establecer la norma de leer las Escrituras y orar con regularidad. Anímelas a que se fijen metas personales en cuanto a la lectura. Dé la oportunidad a las jóvenes de compartir el conocimiento y las experiencias que tengan a raíz de estudiar las Escrituras.

LECCIÓN 28

Cómo resistir al pecado

Preguntas para el análisis

- ¿Cómo podemos fortalecer nuestra capacidad de resistir las tentaciones?

- ¿Qué versículos de las Escrituras les han dado fortaleza para resistir las tentaciones?

Palabras de los profetas

- Richard G. Scott, “Cómo vivir bien en medio de la creciente maldad”, *Liahona*, mayo de 2004, págs. 100–102.
- M. Russell Ballard, “Oh ese sutil plan del maligno”, *Liahona*, noviembre de 2010, págs. 108–110.
- D. Todd Christofferson, “La disciplina moral”, *Liahona*, noviembre de 2009, págs. 105–108.

Otros discursos de la conferencia general

- Jairo Mazzagardi, “Evitemos la trampa del pecado”, *Liahona*, noviembre de 2010, págs. 103–105.
- Elaine S. Dalton, “Guardianas de la virtud”, *Liahona*, mayo de 2011, págs. 121–124.

Recursos adicionales

- [Génesis 39:1–9](#); [2 Nefi 4:27–28](#); [2 Nefi 9:39](#); [Alma 39:9](#); [Alma 59:9](#); [Doctrina y Convenios 10:5](#); [Doctrina y Convenios 27:15–18](#).
- Estudio por tema: [Tentación](#).
- Posters: [Temptation \[La tentación\]](#), [Obedience \[La obediencia\]](#).

Multimedia

- Música: “Los jóvenes santos de Sión”, *Liahona*, abril de 2000, pág. 24; “Firmes creced en la fe”, *Himnos*, N° 166; “Defiende el bien”, *Canciones para los niños*, pág. 81.
- Video: Boyd K. Packer, “[Consejo a la juventud](#)”, [lds.org/media-library](https://www.lds.org/media-library), Mormon Messages.
- Video: Dallin H. Oaks, “[Within Bounds \[Dentro de los límites\]](#)”.

Aceptar y actuar

- Progreso Personal: Experiencia 5 con el valor Naturaleza divina; experiencia 2 con el valor Elección y responsabilidad.

LECCIÓN 29

La segunda venida de Cristo

Preguntas para el análisis

- ¿Cómo podemos mantener la calma y la paz cuando algunas de las señales de la Segunda Venida parecen perturbadoras?

- ¿Cómo podemos prepararnos para estar listos cuando el Señor venga nuevamente?

Palabras de los profetas

- Dallin H. Oaks, “La preparación para la Segunda Venida”, *Liahona*, mayo de 2004, págs. 7–10.
- Neil L. Andersen, “Preparar al mundo para la Segunda Venida”, *Liahona*, mayo de 2011, págs. 49–52. Si le parece apropiado, lean los cuatro párrafos a partir de donde dice: “Me encanta la pintura de Harry Anderson. . .”.

Otros discursos de la conferencia general

- Keith B. McMullin, “Atesoren para sí”, *Liahona*, mayo de 2007, págs. 51–53. Podrían leer los seis párrafos a partir de donde dice: “La doctrina de la segunda venida del Mesías. . .”.

Recursos adicionales

- Mateo 24 (José Smith—Mateo 1); [Lucas 21:34–36](#); [1 Corintios 15:22–28](#); [1 Tesalonicenses 5:1–6](#); [2 Pedro 3:10–14](#); [Éter 4:19](#); [Doctrina y Convenios 29:14–23](#); [Doctrina y Convenios 38:30](#); [Doctrina y Convenios 45:17–57](#); [Doctrina y Convenios 68:11](#); [Doctrina y Convenios 88:87–94](#); [Doctrina y Convenios 133:42–52](#).
- Estudio por tema: [Segunda venida de Jesucristo](#).
- *Leales a la fe*, 2004, “Segunda venida de Jesucristo”, págs. 179–181.
- *Principios del Evangelio*, 2009, capítulo 43: “Las señales de la Segunda Venida”.
- *Doctrina y Convenios y la Historia de la Iglesia: Doctrina del Evangelio: Manual para el maestro*, 2000, lección 21: “. . . esperando que llegue el gran día del Señor”, 135–140.
- Obras de arte: *La Segunda Venida, Libro de obras de arte del Evangelio*, 2009, pág. 66; *La parábola de las diez vírgenes, Libro de obras de arte del Evangelio*, 2009, pág. 53.

Multimedia

- Música: “Oh Rey de reyes, ven”, *Himnos*, N° 27; “Tan humilde al nacer”, *Himnos*, N° 120; “Cuando venga Jesús”, *Canciones para los niños*, pág. 46.
- Video: Quentin L. Cook, “[Seek the Higher Ground \[Busca los terrenos más elevados\]](#)”, [lds.org/media-library](#), Mormon Messages.
- Video: “[They that Are Wise \[Quienes son sabios\]](#)”, [lds.org/media-library](#).

Aceptar y actuar

- Considera anotar en tu diario las respuestas a las siguientes preguntas: ¿En qué aspectos de mi vida estoy preparada para la Segunda Venida? ¿En qué aspectos necesito mejorar?

LECCIÓN 30

El servicio al prójimo

Preguntas para el análisis

- ¿Cómo podemos aprender a ser más consideradas con las necesidades y los sentimientos de los demás?
- ¿Cuáles son algunas maneras en las que podemos prestar servicio a nuestra familia, nuestros amigos y nuestra comunidad?
- ¿En qué forma bendice el servicio al que lo da y al que lo recibe?
- ¿De qué manera influyen las intenciones de nuestro corazón en la forma en que prestamos servicio?

Palabras de los profetas

- Thomas S. Monson, “Tengan valor”, *Liahona*, mayo de 2009, págs. 123–127.
- Dieter F. Uchtdorf, “Ustedes son Mis manos”, *Liahona*, mayo de 2010, págs. 68–75.
- Dallin H. Oaks, “El servicio desinteresado”, *Liahona*, mayo de 2009, págs. 93–96.

Otros discursos de la conferencia general

- Mary N. Cook, “La bondad debe por mí empezar”, *Liahona*, mayo de 2011, págs. 118–121.

Recursos adicionales

- [Mosíah 2:17](#); [Mosíah 4:16–21, 26–27](#); [Alma 34:28–29](#); [3 Nefi 12:40–44](#).

Multimedia

- Música: “¿En el mundo he hecho bien?”, *Himnos*, N° 141; “Quienes nos brindan su amor”, *Himnos*, N° 188.
- Obras de arte: *El servicio, Libro de obras de arte del Evangelio*, 2009, pág. 115.
- Video: “[For Madison \[Para Madison\]](#)”, [lds.org/media-library](#), Mormon Messages for Youth.
- Video: “[Time to Give \[Tiempo para dar\]](#)”, [lds.org/youth/video](#).

- Video: *DVD Multimedia Fortaleza de la Juventud, 2011*, “Creemos en hacer el bien a todos los hombres: Servicio”.
- Video: Thomas S. Monson, “¿He hecho hoy un bien?”, lds.org/media-library, Mormon Messages.

Aceptar y actuar

- Progreso Personal: Experiencia 2 con el valor Naturaleza divina; experiencia 2 con el valor Buenas obras; experiencia 5 con el valor Buenas obras; experiencia 6 con el valor Buenas obras; punto 5 del proyecto del valor Buenas obras.

LECCIÓN 31

Las actividades de grupo: Una base para establecer una relación con jóvenes del sexo opuesto

Preguntas para el análisis

- ¿Por qué se ha aconsejado a los jóvenes que eviten salir frecuentemente con la misma persona?
- Podría haber momentos en los que se sientan presionadas a actuar en contra del consejo de los profetas respecto a salir con jóvenes del sexo opuesto cuando son demasiado jóvenes, o de manera estable. ¿Qué podrían hacer o decir si se encontraran en una situación de ese tipo a fin de mantenerse fieles a las normas del Señor?
- ¿En qué forma bendice su vida el seguir las normas de la Iglesia respecto a salir con jóvenes del sexo opuesto?

Palabras de los profetas

- Thomas S. Monson, “La preparación trae bendiciones”, *Liahona*, mayo de 2010, págs. 64–67. Considere la idea de utilizar los tres párrafos a partir de donde dice: “Empiecen a prepararse para el matrimonio en el templo. . .”, en la sección de la lección que se titula: “Las actividades de grupo establecen un buen cimiento para salir solas más adelante con muchachos”.

Otros discursos de la conferencia general

- John B. Dickson, “Un compromiso con el Señor”, *Liahona*, mayo de 2007, págs. 14–15.

Recursos adicionales

- [Jacob 2:28](#); [Doctrina y Convenios 87:8](#).
- Elaine S. Dalton, “Guardianas de la virtud”, *Liahona*, mayo de 2011, págs. 121–124.

- *Para la fortaleza de la juventud*, folleto, 2001, “El salir con jóvenes del sexo opuesto”, págs. 24–25, o [en línea en youth.lds.org](http://en linea en youth.lds.org).
- *New Era*, Special Issue: Dating [Edición especial: El salir con jóvenes del sexo opuesto], abril de 2010.
- Preguntas y respuestas: [El salir con jóvenes del sexo opuesto](#), youth.lds.org.
- Lista de ideas: “[The Do’s of Dating \[Reglas para salir con jóvenes del sexo opuesto\]](#)”, youth.lds.org.
- Póster: [Dating \[El salir con jóvenes del sexo opuesto\]](#).

Multimedia

- Música: “Haz el bien”, *Himnos*, N° 155; “Caros niños, Dios os ama”, *Himnos*, N° 47.
- Video: “[Virtue: For Such a Time as This \[La virtud: Para momentos como éste\]](#)”, lds.org/media-library, Mormon Messages.

Aceptar y actuar

- Progreso Personal: Punto 1 del proyecto del valor Elección y responsabilidad.

LECCIÓN 32

Cómo lograr la pureza personal por medio de la autodisciplina

Preguntas para el análisis

- ¿Cómo les puede ayudar a mantener su pureza personal el decidir ahora que permanecerán moralmente limpias?
- ¿De qué manera influyen la música y otras formas de diversión en nuestros pensamientos y acciones?
- ¿Cómo influyen nuestros pensamientos y acciones en el tipo de mujer que llegamos a ser?
- ¿Cuáles son algunas maneras en las que podemos cultivar una autodisciplina más firme?

Palabras de los profetas

- Richard G. Scott, “El poder transformador de la fe y del carácter”, *Liahona*, noviembre de 2010, págs. 43–46. Si le parece adecuado, utilice el párrafo que comienza con: “En la vida no puedes ser pasivo. . .”, como introducción a la lección.
- David A. Bednar, “Limpios de manos y puros de corazón”, *Liahona*, noviembre de 2007, págs. 80–83. Considere la idea de utilizar el párrafo que comienza con: “El evangelio de Jesucristo abarca. . .”, en la sección de la lección que se titula: “Si nos disciplinamos, llevaremos una vida virtuosa”.

- Jeffrey R. Holland, “Personal Purity” [Pureza personal], *New Era*, febrero de 2000, págs. 4–7.
- L. Tom Perry, “Thy Speech Reveals Thee” [Tu forma de hablar revela cómo eres], *New Era*, julio 2007, págs. 2–5.

Otros discursos de la conferencia general

- Elaine S. Dalton, “¡Recuerden quiénes son!”, *Liahona*, mayo de 2010, págs. 120–123.
- Elaine S. Dalton, “El regreso a la virtud”, *Liahona*, noviembre de 2008, págs. 78–80.

Recursos adicionales

- [Jacob 2:28](#); [Mosíah 4:30](#); [Alma 38:12](#); [Moroni 10:30](#); [Doctrina y Convenios 10:5](#); [Doctrina y Convenios 121:45–46](#); [Artículos de fe 1:13](#).
- Elaine S. Dalton, “Venid y subamos al monte del Señor”, *Liahona*, mayo de 2009, págs. 120–123. Si lo estima conveniente, utilice los dos párrafos a partir de donde dice: “¿Qué significa regresar a la virtud?”, en la sección de la lección que se titula: “Es posible aprender a autodisciplinarnos”.
- David L. Beck y Elaine S. Dalton, “Dating and virtue [Citas y virtud]”, *Ensign*, septiembre de 2010, págs. 14–20.
- *Para la fortaleza de la juventud*, folleto, 2001, “La diversión y los medios de comunicación”, págs. 17–19, o en línea en youth.lds.org.
- *Para la fortaleza de la juventud*, folleto, 2001, “El lenguaje”, págs. 22–23, o en línea en youth.lds.org.
- *Para la fortaleza de la juventud*, folleto, 2001, “La pureza sexual”, págs. 26–28, o en línea en youth.lds.org.
- Posters: [Language \[El lenguaje\]](#), [Media \[Los medios de comunicación\]](#), [Music \[La música\]](#), [Self-discipline \[La autodisciplina\]](#).

Multimedia

- Música: “Más santidad dame”, *Himnos*, N° 71; [“Guardians of Virtue \[Guardianas de la virtud\]”](#), lds.org/youth/music.
- Video: *DVD Multimedia Fortaleza de la Juventud*, 2011, [“Honradas, verídicas, castas, benevolentes, virtuosas: Valores”](#).
- Video: [“Guardians of Virtue \[Guardianas de la virtud\]”](#), lds.org/youth/video.
- Video: [“No Cussing Club \[Club Sin malas palabras\]”](#), lds.org/media-library, Mormon Messages for Youth.
- [“Worthy Music, Worthy Thoughts \[Música edificante, pensamientos edificantes\]”](#), videos, lds.org.

Aceptar y actuar

- Progreso Personal: Experiencias 1 y 2 con el valor Integridad.

LECCIÓN 33

Cómo evitar la influencia degradante de los medios de comunicación

Preguntas para el análisis

- ¿Cuáles son algunos indicios de que pasamos demasiado tiempo mirando televisión, jugando videojuegos, enviando mensajes de texto, usando las redes sociales e internet, o utilizando otros medios de comunicación? (Nota: Al considerar la forma en que utilizará estas preguntas, piense en las circunstancias de las mujeres jóvenes de su barrio y adapte las preguntas como le parezca adecuado.)
- ¿Cómo pueden ayudar a sus amigos y amigas a que entiendan y respeten sus normas personales respecto al uso de los medios de comunicación?
- Todos los medios de comunicación son herramientas. ¿Cómo podemos utilizar esas herramientas para bendecir nuestra vida y la de otras personas? ¿De qué manera pueden ser dañinos o perjudiciales?
- ¿Cómo han utilizado los sitios de internet de la Iglesia, tales como lds.org/youth?
- ¿De qué manera podemos compartir el Evangelio mediante el uso de las redes sociales?

Palabras de los profetas

- Thomas S. Monson, “El poder del sacerdocio”, *Liahona*, mayo de 2011, págs. 66–69. Si lo estima conveniente, utilice los tres párrafos a partir de donde dice: “Muchas películas y programas de televisión. . .”.
- Thomas S. Monson, “Leales a la fe”, *Liahona*, mayo de 2006, págs. 18–21. Considere la idea de utilizar los cuatro párrafos a partir de donde dice: “El siguiente maka-feke que el maligno oscila ante nosotros. . .”.
- M. Russell Ballard, “Compartamos el Evangelio por medio de internet”, *Liahona*, junio de 2008 (Noticias de la Iglesia).

Otros discursos de la conferencia general

- L. Whitney Clayton, “Bienaventurados son todos los de corazón puro”, *Liahona*, noviembre de 2007, págs. 51–53.

Recursos adicionales

- [Moroni 7:12–17; Doctrina y Convenios 25:10; Doctrina y Convenios 45:32; Artículos de fe 1:13.](#)
- *Para la fortaleza de la juventud*, folleto, 2001, “La diversión y los medios de comunicación”, págs. 17–19, o [en línea en youth.lds.org](#).
- Christa Skousen, “Out of the Best Books, Movies, or Music” [De los mejores libros, películas o música], *New Era*, agosto de 2009, págs. 20–22.
- “[Social Media Helps for Members \[Ayudas para los miembros en cuanto a los medios de comunicación sociales\]](#)”, [lds.org](#); “[Using Social Media for Gospel Purposes \[Uso de los medios de comunicación sociales para los fines del Evangelio\]](#)”, [lds.org](#).
- Posters: [Media \[Los medios de comunicación\]](#), [Music \[La música\]](#).

Aceptar y actuar

- Progreso Personal: Experiencia 5 con el valor Elección y responsabilidad; experiencia 6 con el valor Elección y responsabilidad; punto 3 del proyecto del valor Elección y responsabilidad.

LECCIÓN 34

Los pensamientos puros

Preguntas para el análisis

- Es posible que a veces nos encontremos en lugares rodeados de personas que utilizan palabras que nos resultan ofensivas. ¿Qué podemos hacer para eliminar ese tipo de palabras de nuestros pensamientos?
- ¿De qué manera influyen en nuestros pensamientos la música que escuchamos y los medios de comunicación con imágenes? ¿Cómo influyen nuestros pensamientos en nuestras acciones?

Palabras de los profetas

- Boyd K. Packer, “Música digna, pensamientos dignos”, *Liahona*, abril de 2008, págs. 30–35.
- Jeffrey R. Holland, “La lengua de ángeles”, *Liahona*, mayo de 2007, págs. 16–18. Si le parece conveniente, lea el párrafo que comienza con: “En ese respecto, supongo que sobra decir. . .”.
- Jeffrey R. Holland, “No hay lugar para el enemigo de mi alma”, *Liahona*, mayo de 2010, págs. 44–46. Podría leer los dos párrafos a partir de donde dice: “Como ladrón en la noche. . .”.

Otros discursos de la conferencia general

- Jay E. Jensen, “El poder de los himnos para nutrir el alma”, *Liahona*, mayo de 2007, págs. 11–13.
- Elaine S. Dalton, “Guardianas de la virtud”, *Liahona*, mayo de 2011, págs. 121–124.

Recursos adicionales

- [Proverbios 23:7; Mosíah 4:30; Alma 12:14; Alma 37:36; Doctrina y Convenios 6:36; Doctrina y Convenios 25:12.](#)
- Bruce Fordham, “Think About What You Are Thinking” [Piensen en lo que piensan], *Ensign*, abril de 2009, págs. 68–69.
- *Para la fortaleza de la juventud*, folleto, 2001, “El lenguaje”, págs. 22–23, o [en línea en youth.lds.org](#).
- Posters: [Music \[La música\]](#), [Thoughts \[Los pensamientos\]](#).

Multimedia

- Video: “[No Cussing Club \[Club Sin malas palabras\]](#)”, [lds.org/media-library](#), Mormon Messages for Youth.

Aceptar y actuar

- Progreso Personal: punto 3 del proyecto del valor Elección y responsabilidad. Como actividad de entre semana, considere la idea de leer en el himnario la parte del prólogo de la Primera Presidencia que se titula: “La música en nuestra vida diaria”. Canten varios de sus himnos favoritos. Si lo estima conveniente, memoricen un himno juntas en la clase.

LECCIÓN 35

Cómo vivir con rectitud en medio de las presiones del mundo

Preguntas para el análisis

- ¿Cómo pueden influir nuestros deseos en las decisiones que tomemos?
- ¿Cómo pueden responderle a las personas que las molestan o que se burlan de ustedes en cuanto a sus creencias o sus normas?
- ¿Cómo pueden ser un buen ejemplo para sus amistades que no viven las normas sin ser fastidiosas o sin pretensiones de superioridad?

Palabras de los profetas

- Thomas S. Monson, “Los tres aspectos de las decisiones”, *Liahona*, noviembre de 2010, 67–70. Si lo estima conveniente, utilice los seis párrafos a partir de donde dice: “Al enfrentarnos a decisiones

importantes. . .”, en la sección de la lección que se titula: “Podemos vivir con rectitud en un mundo inicuo”.

- Thomas S. Monson, “Tengan valor”, *Liahona*, mayo de 2009, págs. 123–127. Podrían utilizar los tres párrafos a partir de donde dice: “Permítanme hablar primero. . .”, en la sección de la lección que se titula: “Podemos vivir con rectitud en un mundo inicuo”.
- Thomas S. Monson, “Qué firmes cimientos”, *Liahona*, noviembre de 2006, págs. 62–69.
- Dallin H. Oaks, “El deseo”, *Liahona*, mayo de 2011, págs. 42–45. Considere utilizar los dos párrafos a partir de donde dice: “He decidido hablar sobre. . .”, como introducción a la lección.

Otros discursos de la conferencia general

- Ann M. Dibb, “Creo en ser honrada y verídica”, *Liahona*, mayo de 2011, págs. 115–118. Si lo estima conveniente, utilice los cinco párrafos a partir de donde dice: “El ser verídicas a nuestras creencias. . .”, en la sección de la lección que se titula: “Podemos vivir con rectitud en un mundo inicuo”.
- Mary N. Cook, “¡Nunca, nunca, nunca se den por vencidas!”, *Liahona*, mayo de 2010, págs. 117–119. Considere la idea de utilizar el párrafo que comienza con: “A medida que van creciendo. . .”, al término de la lección.

Recursos adicionales

- [1 Timoteo 4:12](#); [1 Nefi 15:34](#); [2 Nefi 31:16](#); [Alma 17:11](#); [3 Nefi 12:16](#); [3 Nefi 18:24](#).

Multimedia

- Música: “Firmes creed en la fe”, *Himnos*, N° 166; “Haz el bien”, *Himnos*, N° 155.
- [Videos de mensajes mormones para la juventud](#), [lds.org/media-library](#).

Aceptar y actuar

- Progreso Personal: Experiencia 2 con el valor Elección y responsabilidad; experiencia 1 con el valor Integridad; experiencia 2 con el valor Integridad; experiencia 5 con el valor Integridad.

LECCIÓN 36

La importancia de la verdad para llevar una vida virtuosa

Preguntas para el análisis

- ¿Cuáles son algunas de las verdades y normas del Evangelio que el mundo tergiversa?

- ¿Cómo podemos explicar el vivir la ley de castidad, un tema sagrado y delicado, a nuestras amistades que no piensen igual que nosotras?
- ¿Qué significa la palabra integridad? ¿Qué bendiciones se reciben por vivir de acuerdo con lo que ustedes saben que es correcto?

Palabras de los profetas

- Richard G. Scott, “La verdad: La base de las decisiones correctas”, *Liahona*, noviembre de 2007, págs. 90–92.
- Neil L. Andersen, “Es verdadero, ¿no es así? Entonces, ¿qué importa lo demás?”, *Liahona*, mayo de 2007, págs. 74–75.

Otros discursos de la conferencia general

- Elaine S. Dalton, “Permanezcan en el sendero”, *Liahona*, mayo de 2007, págs. 112–114.
- Ann M. Dibb, “Creo en ser honrada y verídica”, *Liahona*, mayo de 2011, págs. 115–118.
- Elaine S. Dalton, “Venid y subamos al monte del Señor”, *Liahona*, mayo 2009, págs. 120–123. Si le parece conveniente, lea el párrafo que comienza con: “Para ser y permanecer virtuosas. . .”.

Recursos adicionales

- [Job 27:5–6](#); [Juan 8:32](#); [1 Nefi 16:2](#); [Alma 24:19](#); [Alma 56:45–48](#); [Alma 57:21–27](#); [Doctrina y Convenios 93:39](#); [José Smith—Historia 1:23–25](#).

Multimedia

- Música: “¿Qué es la verdad?”, *Himnos*, N° 177; “Firmes creed en la fe”, *Himnos*, N° 166.
- Video: Neil L. Andersen, “[You Know Enough \[Sabes lo suficiente\]](#)”, [lds.org/media-library](#), Mormon Messages.
- Video: Elaine S. Dalton, “[El regreso a la virtud](#)”, [lds.org/media-library](#), Mormon Messages for Youth.
- Video: *DVD Multimedia Fortaleza de la Juventud*, 2011, “[Honradas, verídicas, castas, benevolentes, virtuosas: Valores](#)”.

Aceptar y actuar

- Progreso Personal: Punto 5 del proyecto del valor Integridad.

Cómo cuidar nuestro cuerpo

Preguntas para el análisis

- ¿Qué influencia tendrá en la salud que gocen en el futuro el cuidado que le den a su cuerpo ahora? ¿De qué manera las preparará para tener y criar a sus hijos en el futuro el hecho de adoptar hábitos sanos en sus años de adolescencia?
- ¿Cuáles son algunas de las formas en que las personas del mundo dañan su cuerpo? ¿Cómo podemos respetar nuestro cuerpo en momentos en que nos veamos tentados a hacer mal uso de él?
- ¿En qué forma contribuye el tener buena salud física a que gocemos de buena salud emocional?
- ¿Cómo ponemos en riesgo nuestro albedrío si no cuidamos de nuestro cuerpo?
- ¿De qué manera ponen en peligro los desórdenes alimenticios la salud, la capacidad de sentir el Espíritu y el futuro?

Palabras de los profetas

- Thomas S. Monson, “Leales a la fe”, *Liahona*, mayo de 2006, págs. 18–21.
- Gordon B. Hinckley, “El consejo y la oración de un profeta en beneficio de la juventud”, *Liahona*, abril de 2001, págs. 30–41.

Otros discursos de la conferencia general

- Susan W. Tanner, “La santidad del cuerpo”, *Liahona*, noviembre de 2005, págs. 13–15. Considere la idea de utilizar, al final de la lección, los dos párrafos a partir de donde dice: “¿Qué ocurriría si en verdad tratásemos el cuerpo. . .”.

Recursos adicionales

- [1 Corintios 3:16–17](#); [1 Corintios 6:19–20](#); [Doctrina y Convenios 89:18–21](#).
- *Para la fortaleza de la juventud*, folleto, 2001, “La salud física”, págs. 36–37, o [en línea en youth.lds.org](#).
- Riley M. Lorimer, “Take Care” [Cuidate], *New Era*, julio de 2007, págs. 34–37.
- Sitio web Provident Living [Vida providente]: [Physical Health \[La salud física\]](#), [providentliving.org](#).
- Póster: [Idleness \[La ociosidad\]](#).

Multimedia

- Música: “El Señor me dio un templo”, *Canciones para los niños*, pág. 73.

- Video: “[Multimedia Fortaleza de la Juventud : La salud física](#)”, [lds.org/youth/video](#).

Aceptar y actuar

- Progreso Personal: Punto 3 del proyecto del valor Conocimiento.
- Considere la idea de invitar a las jóvenes a que compartan con su familia lo que hayan aprendido acerca del cuidado del cuerpo en las siguientes recursos: *Para la fortaleza de la juventud*, folleto, 2001, “La salud física”, pág. 36–37; *Leales a la fe*, 2004, “Perforación del cuerpo”, pág. 143, “Tatuajes”, pág. 186.

La buena nutrición y la Palabra de Sabiduría

Preguntas para el análisis

- Con frecuencia, los amigos, los medios de comunicación y otras personas nos indican qué apariencia debemos tener. ¿Cómo nos ayuda el tener buenas normas de nutrición y el cumplir con la Palabra de Sabiduría a sentirnos sanas y seguras?
- ¿Por qué creen que si cumplimos con la Palabra de Sabiduría se nos prometen bendiciones físicas y espirituales? ¿En qué forma han recibido las promesas que vienen por cumplir con la Palabra de Sabiduría?

Palabras de los profetas

- Gordon B. Hinckley, “Words of the Prophet: The Body Is Sacred” [Palabras del profeta: El cuerpo es sagrado], *New Era*, noviembre de 2006, págs. 2–5.
- M. Russell Ballard, “Oh ese sutil plan del maligno”, *Liahona*, noviembre de 2010, págs. 108–110.

Otros discursos de la conferencia general

- John B. Dickson, “Un compromiso con el Señor”, *Liahona*, mayo de 2007, págs. 14–15.
- Julie B. Beck, “El recordar, el arrepentirse y cambiar”, *Liahona*, mayo de 2007, págs. 109–112.
- Elaine S. Dalton, “Guardianas de la virtud”, *Liahona*, mayo de 2011, págs. 121–124. Si lo juzga conveniente, lea el párrafo que comienza con: “¿Qué puede hacer cada una de ustedes para ser guardiana de la virtud?”.

Recursos adicionales

- Harold G. Hillam, “No es para el cuerpo”, *Liahona*, junio de 1996, págs. 26–29.

- Russell Wilcox, “Energy Drinks: The Lift That Lets You Down” [Bebidas que dan energía: el impulso que te abandona], *New Era*, diciembre de 2008, págs. 30–33.
- [1 Corintios 3:16–17](#); [Doctrina y Convenios 59:15–20](#); [Doctrina y Convenios 88:124](#); [Doctrina y Convenios 89:1–21](#).
- Póster: [Word of Wisdom \[La Palabra de Sabiduría\]](#).

Multimedia

- Música: [“Walk His Way \[Camina en Su senda\]”](#), lds.org/youth/music.
- Póster: [“Just Once Will Hurt \[Una sola vez te hará daño\]”](#), lds.org/youth/video.

Aceptar y actuar

- Progreso Personal: Experiencia 2 con el valor Buenas obras.

LECCIÓN 39

El abuso de las drogas

Preguntas para el análisis

- ¿Cómo afectaría a las personas que las rodean el hecho de tomar una postura en contra del uso de las sustancias dañinas?
- ¿Cómo puede el abuso de las drogas afectar su futuro?, ¿y los estudios?, ¿su matrimonio?, ¿la maternidad?, ¿su ocupación?, ¿su salud física?
- ¿Cuáles son algunas de las maneras en que podemos evitar la tentación de abusar de las drogas? ¿Cómo podemos asegurarnos de que nunca nos haremos adictas a ninguna sustancia?
- ¿A dónde podemos acudir para pedir ayuda si nosotras o nuestras amistades tenemos problemas con el abuso de drogas?

Palabras de los profetas

- Thomas S. Monson, “Leales a la fe”, *Liahona*, mayo de 2006, págs. 18–21. Si le parece adecuado, lea los dos párrafos a partir de donde dice: “A cada uno de nosotros se nos ha confiado un cuerpo. . .”.
- Boyd K. Packer, “Consejo a los Hombres Jóvenes”, *Liahona*, mayo de 2009, págs. 49–52. Este discurso ofrece una respuesta a la cuarta pregunta para el análisis. Podrían leer el párrafo a partir de donde dice: “Eviten los venenos mortales. . .”.
- M. Russell Ballard, “Oh ese sutil plan del maligno”, *Liahona*, noviembre de 2010, págs. 108–110.

Otros discursos de la conferencia general

- James E. Faust, “El poder para cambiar”, *Liahona*, noviembre de 2007, págs. 122–124. Considere leer los 11 párrafos que comienzan con: “Otro tipo de cambio del que me gustaría hablar. . .”.
- Charles W. Dahlquist II, “¿Quién sigue al Señor?”, *Liahona*, mayo de 2007, págs. 94–96. Si lo juzga apropiado, lea el párrafo que comienza con: “El presidente George Albert Smith. . .”.

Recursos adicionales

- [Daniel 1](#); [2 Nefi 15:20](#); [Moroni 10:30](#); [Doctrina y Convenios 59:17–20](#); [Doctrina y Convenios 89:4](#).
- *Para la fortaleza de la juventud*, folleto, 2001, “La salud física”, págs. 36–37, o [en línea en youth.lds.org](#).
- Provident Living [Vida providente], [Addiction Recovery Program \[Programa de recuperación de adicciones\]](#), providentliving.org. En esta página de internet se pueden encontrar respuestas a la cuarta pregunta para el análisis.
- Provident Living [Vida providente], [Articles on Substance Abuse \[Artículos sobre el abuso de drogas\]](#), providentliving.org. En estos artículos se pueden encontrar respuestas a la cuarta pregunta para el análisis.

Multimedia

- Música: “Los jóvenes santos de Sión”, *Liahona*, abril de 2000, pág. 24.
- Obras de arte: [Daniel rehúsa la comida y el vino del rey](#), *Libro de obras de arte del Evangelio*, 2009, pág. 23.
- Video: [“The Mormon Mustang” \[El avión Mormon Mustang\]](#), lds.org/youth/video.
- Póster: [“Just Once Will Hurt \[Una sola vez te hará daño\]”](#), lds.org/youth/video.

Aceptar y actuar

- *Para la fortaleza de la juventud*, folleto, 2001, “Mensaje de la Primera Presidencia”, págs. 2–3. Hagan una lista de las bendiciones que se nos prometen si somos obedientes a los mandamientos de Dios. Consideren la idea de compartir esa lista con su familia, con un miembro de la clase o con una líder de las Mujeres Jóvenes.
- Con la aprobación del obispo, podría invitar a una persona profesional y certificada a una actividad de entre semana a que hable a los jóvenes y a sus padres sobre este tema.

El cuidado de un paciente en el hogar

Nota para la maestra: Considere la idea de enseñar esta lección como una actividad de entre semana en lugar de darla como una lección del domingo.

Recursos adicionales

- Video: “In Sickness and Health [En la salud y en la enfermedad]”, lds.org/media-library, Mormon Messages.

La capacidad que se requiere para tener éxito

Preguntas para el análisis

- El lema de las Mujeres Jóvenes dice: “Somos hijas de un Padre Celestial que nos ama”. ¿En qué forma nos puede inspirar confianza el hecho de tener este conocimiento? ¿Cómo influye nuestras metas el hecho de saber que somos hijas de Dios?
- ¿De qué manera definirían el éxito? ¿En qué forma difiere el concepto que ustedes tienen del éxito, del concepto que ofrece el mundo?
- ¿En qué forma determinan el éxito nuestros deseos y esfuerzos?

Palabras de los profetas

- Dieter F. Uchtdorf, “Ser felices para siempre”, *Liahona*, mayo de 2010, págs. 124–127.
- Dallin H. Oaks, “El deseo”, *Liahona*, mayo de 2011, págs. 42–45. Si lo estima conveniente, lea el párrafo que comienza con: “Recordemos que los deseos dictan nuestras prioridades. . .”.
- Dieter F. Uchtdorf, “¿No tenemos razón para regocijarnos?”, *Liahona*, noviembre de 2007, págs. 18–21. Considere la idea de utilizar partes de este discurso para reforzar la conclusión de la lección.

Otros discursos de la conferencia general

- Gordon B. Hinckley, “Words of the Prophet: Daughters of the Almighty” [Palabras del profeta: Hijas del Todopoderoso], *New Era*, noviembre de 2003, págs. 4–7.
- Gordon B. Hinckley, “En pos de la excelencia”, *Liahona*, septiembre de 1999, págs. 3–8. Podría leer los cinco párrafos a partir de donde dice: “A mi esposa le gusta contar la historia de una amiga suya. . .”.

- Elaine S. Dalton, “¡Recuerden quiénes son!”, *Liahona*, mayo de 2010, págs. 120–123. Si le parece adecuado, utilice el discurso en la sección de la lección que se titula: “La buena opinión que tengamos de nosotras mismas contribuirá a nuestro éxito”.
- Charles W. Dahlquist II, “¿Quién sigue al Señor?”, *Liahona*, mayo de 2007, págs. 94–96.

Recursos adicionales

- Proverbios 31:10–31; Doctrina y Convenios 58:27–28; Doctrina y Convenios 103:36; Doctrina y Convenios 104:82; Doctrina y Convenios 121:7–8; Doctrina y Convenios 128:22; Moisés 1:39.

Multimedia

- Música: “Firmes creced en la fe”, *Himnos*, N° 166; “Soy un hijo de Dios”, *Himnos*, N° 196.
- Video: Dieter F. Uchtdorf, “Continuemos con paciencia”, lds.org/media-library, Mormon Messages.
- Video: Dieter F. Uchtdorf, “Nuestra verdadera identidad”, lds.org/youth/video.
- Video: “Soy un hijo de Dios”, lds.org/media-library, Mormon Messages.

Aceptar y actuar

- Progreso Personal: Experiencia 7 con el valor Valor individual.

El valor para emprender algo nuevo

Nota para la maestra: Esta lección se centra en el valor que se requiere para emprender y aprender cosas nuevas y edificantes, así como para tener la convicción a fin de perseverar en los momentos difíciles. Es importante que las jóvenes no confundan ese tipo de valor con el atreverse a hacer cosas imprudentes o inapropiadas.

Preguntas para el análisis

- ¿Qué experiencias han tenido en las que se hayan tenido que armar de valor para hacer algo?
- ¿Cómo les ayuda la preparación para adquirir la confianza y armarse de valor para emprender algo nuevo?
- ¿Qué experiencias que nos aguardan en el futuro podrían intimidarnos? ¿Qué podemos hacer para armarnos de valor a fin de afrontarlas?

Palabras de los profetas

- Thomas S. Monson, “Tengan valor”, *Liahona*, mayo de 2009, págs. 123–127.
- Thomas S. Monson, “El llamado al valor”, *Liahona*, mayo de 2004, págs. 54–57.

Otros discursos de la conferencia general

- Mary N. Cook, “¡Nunca, nunca, nunca se den por vencidas!”, *Liahona*, mayo de 2010, págs. 117–119.

Recursos adicionales

- Quentin L. Cook, “Being in the World but Not of the World [Estar en el mundo pero no ser del mundo]” lds.org/youth/article.
- *Para la fortaleza de la juventud*, folleto, 2001, “Mensaje de la Primera Presidencia”, págs. 2–3, o en línea en youth.lds.org.
- [Josué 1:6–7](#); [1 Samuel 17](#); [2 Timoteo 1:7](#); [Alma 17:6–16](#); [Alma 56:41–48, 54–56](#); [Helamán 5:12](#); [Doctrina y Convenios 6:36](#).
- Póster: “Stand Out [Destáquense]”.

Multimedia

- Música: “Qué firmes cimientos”, *Himnos*, N° 40; “Strong and Courageous [Fuerte y valiente]” y “Walk Tall, You’re a Daughter of God [Camina erguida, eres una hija de Dios]”, lds.org/youth/music.
- Obras de arte: *Los dos mil guerreros jóvenes*, *Libro de obras de arte del Evangelio*, 2009, pág. 80.
- Video: “Significativo en todo sentido”, lds.org/youth/video.
- Video: “Grandes esperanzas para la juventud de la Iglesia”, Los profetas y los apóstoles nos hablan hoy.
- Video: Elaine S. Dalton, “Nunca estamos solos”.

Aceptar y actuar

- Progreso Personal: Experiencia 3 con el valor Integridad.

LECCIÓN 43

La propia estimación y la rectitud

Preguntas para el análisis

- ¿En qué difiere la forma en que el Señor reconoce la valía personal de cómo lo hace el mundo?
- ¿Cómo podemos aumentar nuestra confianza ante el Señor?
- ¿Qué significa tener confianza ante el Señor?

Palabras de los profetas

- Thomas S. Monson, “El poder del sacerdocio”, *Liahona*, mayo de 2011, págs. 66–69. Podría utilizar los siete párrafos a partir de donde dice: “Hemos venido a la tierra en tiempos difíciles. . .”.
- Richard G. Scott, “El poder transformador de la fe y del carácter”, *Liahona*, noviembre de 2010, págs. 43–46.

Otros discursos de la conferencia general

- Anthony D. Perkins, “El grande y maravilloso amor”, *Liahona*, noviembre de 2006, págs. 76–78.
- Elaine S. Dalton, “¡Miren hacia la eternidad!”, *Liahona*, noviembre de 2006, págs. 31–32.
- Elaine S. Dalton, “Venid y subamos al monte del Señor”, *Liahona*, mayo de 2009, págs. 120–123.
- Mary N. Cook, “Una vida virtuosa, paso a paso”, *Liahona*, mayo de 2009, págs. 117–119.

Recursos adicionales

- [1 Juan 2:28](#); [2 Nefi 22:2](#); [Mosiah 2:41](#); [Doctrina y Convenios 121:45](#); [Doctrina y Convenios 130:20–21](#).

Multimedia

- Música: “Señor, yo te seguiré”, *Himnos*, N° 220; “Haz el bien”, *Himnos*, N° 155; “Voy a vivir el Evangelio”, *Canciones para los niños*, pág. 72.
- Video: “El Señor aligera nuestras cargas”, lds.org/media-library, Mormon Messages.
- Video: Richard G. Scott, “How Can I Find Happiness? [¿Cómo puedo encontrar la felicidad?]”.

Aceptar y actuar

- Progreso Personal: Experiencia 4 con el valor Elección y responsabilidad.

LECCIÓN 44

Cómo aprovechar el tiempo

Preguntas para el análisis

- ¿Qué pautas podrían ayudarnos a establecer prioridades en cuanto a las exigencias de nuestro tiempo?
- ¿De qué manera afectaría nuestra vida una mejor administración del tiempo?
- ¿Cómo podemos vencer la tendencia de dejar las cosas para después?

- ¿Cuál es la diferencia entre la ociosidad y el descanso?

Palabras de los profetas

- Dieter F. Uchtdorf, “Estamos haciendo una gran obra y no podemos ir”, *Liahona*, mayo de 2009, págs. 59–62.
- Dallin H. Oaks, “Bueno, mejor, excelente”, *Liahona*, noviembre de 2007, págs. 104–108.
- Henry B. Eyring, “Este día”, *Liahona*, mayo de 2007, págs. 89–91.
- Dallin H. Oaks, “Enfoque y prioridades”, *Liahona*, julio de 2001, págs. 99–102. Considere la posibilidad de usar los tres párrafos a partir de donde dice: “Aquello a lo que damos prioridad es más visible en. . .”, en la sección de la lección que se titula: “El empleo eficaz del tiempo proporciona bendiciones espirituales y temporales”.

Recursos adicionales

- [Eclesiastés 3:2–8](#); [Alma 34:33](#); [Alma 42:4](#); [Doctrina y Convenios 58:26–28](#); [Doctrina y Convenios 60:13](#); [Doctrina y Convenios 88:124](#).
- Posters: [Idleness \[La ociosidad\]](#), [Procrastination \[Dejar las cosas para después\]](#).

Multimedia

- Música: “La voz ya del eterno”, *Himnos*, N° 145; “Trabajar con fervor”, *Himnos*, N° 149.
- Video: Henry B. Eyring, “[Las mujeres en nuestra vida](#)”, [lds.org/media-library](#), Mormon Messages.

Aceptar y actuar

- Progreso Personal: Experiencia 1 con el valor Conocimiento.

LECCIÓN 45

El valor del trabajo

Preguntas para el análisis

- ¿En qué forma es el trabajo una bendición en nuestra vida? ¿Cuál es la relación entre el trabajo y el éxito que se alcanza en distintos aspectos de la vida?
- ¿Por qué es el principio del trabajo importante para tener un matrimonio y una familia exitosos?
- ¿Cómo fortalece las relaciones familiares el hecho de trabajar juntos en un espíritu de unidad y cooperación?
- ¿De qué manera influye nuestra ética laboral en otros aspectos de la vida?

Palabras de los profetas

- M. Russell Ballard, “Fe, familia, hechos y frutos”, *Liahona*, noviembre de 2007, págs. 25–27.
- D. Todd Christofferson, “Reflexiones sobre una vida consagrada”, *Liahona*, noviembre de 2010, págs. 16–19.
- Dieter F. Uchtdorf, “Dos principios para cualquier economía”, *Liahona*, noviembre de 2009, págs. 55–58. Podría leer los cinco párrafos a partir de donde dice: “¡Cuánto admiro a los hombres, las mujeres y los niños. . .”.

Recursos adicionales

- [2 Tesalonicenses 3:10–11](#); [2 Nefi 5:17](#); [Mosiah 2:12–18](#); [Doctrina y Convenios 42:42](#); [Doctrina y Convenios 58:26–28](#).
- H. David Burton, “La bendición del trabajo”, *Liahona*, diciembre de 2009, págs. 37–40.
- Sitio web: [La felicidad en la vida familiar: Trabajo](#), [lds.org/family/work](#).
- Sitio web: [Self-Reliance \[La autosuficiencia\]](#), [lds.org/topic/self-reliance](#).

Multimedia

- Música: “Pon tu hombro a la lid”, *Himnos*, N° 164.
- Obra de arte: *Six Days Shalt Thou Labor [Seis días trabajarás]*, *Ensign*, diciembre de 2009, pág. 38.
- Video: Robert D. Hales, “[Seamos proveedores providentes](#)”, [lds.org/media-library](#), Mormon Messages.

Aceptar y actuar

- Progreso Personal: Experiencia 5 con el valor Conocimiento.

LECCIÓN 46

El propósito y la importancia de la educación

Preguntas para el análisis

- ¿Por qué es importante obtener educación académica?
- ¿De qué manera nos puede servir en el futuro el hecho de tener una buena formación académica? ¿Cómo nos pueden ayudar los estudios a prepararnos mejor para ser esposas y madres?
- ¿En qué forma son la educación y el aprendizaje procesos de toda la vida?

- ¿De qué manera puede reforzar la educación espiritual los demás aspectos de la educación?

Palabras de los profetas

- Thomas S. Monson, “Tres metas para guiarte”, *Liahona*, noviembre de 2007, págs. 118–121. Si lo considera adecuado, utilice los tres párrafos a partir de donde dice: “Además de nuestro estudio. . .”, en la sección de la lección que se titula: “Una buena educación académica es un beneficio para toda la vida”.
- Dieter F. Uchtdorf, “Dos principios para cualquier economía”, *Liahona*, noviembre de 2009, págs. 55–58. Considere la idea de utilizar los tres párrafos a partir de donde dice: “Para los miembros de la Iglesia. . .”, en la sección de la lección que se titula: “Se nos aconseja que adquiramos educación académica”.
- Gordon B. Hinckley, “Deja que la virtud engalane tus pensamientos incesantemente”, *Liahona*, mayo de 2007, págs. 115–117. Podría utilizar los dos párrafos a partir de donde dice: “Además del estudio religioso. . .”, en la sección de la lección que se titula: “Una buena educación académica es un beneficio para toda la vida”.
- Gordon B. Hinckley, “Words of the Prophet: Seek Learning” [Palabras del profeta: Adquieran conocimiento], *New Era*, septiembre de 2007, págs. 2–5.

Recursos adicionales

- [2 Nefi 9:28–29](#); [Alma 37:35](#).
- *Para la fortaleza de la juventud*, folleto, 2001, “La educación”, pág. 9, o [en línea en youth.lds.org](#).
- *Leales a la fe*, 2004, “Educación”, págs. 67–68.
- Preguntas y respuestas: [La educación](#), youth.lds.org.
- Posters: [Education \[La educación\]](#), [Seminary \[Seminario\]](#).

Multimedia

- Música: “Al leer las Escrituras”, *Himnos*, Nº 180.
- Video: “¿Surf o seminario?”, [lds.org/youth/video](#).

Aceptar y actuar

- Progreso Personal: Experiencia 2 con el valor Valor individual; experiencia 1 con el valor Conocimiento; punto 2 del proyecto del valor Conocimiento.

Cómo aprender a desarrollar el talento

Nota para la maestra: Tenga presente que la vida de Vincent van Gogh no fue del todo ejemplar. Si una jovencita menciona eso, explique que el análisis más que nada se centra en la forma en que él desarrolló su talento y en el apoyo que recibió, y no en su vida en general.

Preguntas para el análisis

- ¿Cómo podemos reconocer y desarrollar los dones y los talentos que se nos han dado?
- ¿En qué forma podemos alentar el desarrollo de los talentos que vemos que tienen nuestros familiares y amigos?
- ¿De qué manera aumentamos nuestra capacidad de sentirnos realmente felices por los dones y talentos que tienen otras personas?

Palabras de los profetas

- Thomas S. Monson, “Tres metas para guiarte”, *Liahona*, noviembre de 2007, págs. 118–121.
- Dieter F. Uchtdorf, “De las cosas que más importan”, *Liahona*, noviembre de 2010, págs. 19–22.

Otros discursos de la conferencia general

- James E. Faust, “Mensaje a mis nietos varones”, *Liahona*, mayo de 2007, págs. 54–56.

Recursos adicionales

- [Mateo 25:14–30](#); [Doctrina y Convenios 60:13](#).
- Ronald A. Rasband, “Bien, buen siervo y fiel”, [lds.org](#), febrero de 2011.
- *Leales a la fe*, 2004, “Dones espirituales”, págs. 65–66.
- *Doctrina del Evangelio: Doctrina y Convenios y la Historia de la Iglesia, Manual del maestro*, 2000, lección 15: “. . .buscad diligentemente los mejores dones”, págs. 81–86.
- *Principios del Evangelio*, 2009, capítulo 22: “Los dones del Espíritu”.
- *Para la fortaleza de la juventud*, folleto, 2001, “El albedrío y la responsabilidad”, pág. 5, o [en línea en youth.lds.org](#).
- Póster: “Make Yourself Useful [Dale una mano]”.

Multimedia

- Video: Dieter F. Uchtdorf, “[Crear](#)”, [lds.org/media-library](#), Mormon Messages.

- Video: “Mensaje de la hermana Elaine S. Dalton”, lds.org/youth/video.
- Video: “Una obra en progreso”, lds.org/media-library, Mormon Messages for Youth.

Aceptar y actuar

- Progreso Personal: Experiencia 6 con el valor Naturaleza divina; experiencia 2 con el valor Conocimiento.

LECCIÓN 48

Las metas a corto plazo son como escalones

Preguntas para el análisis

- ¿Cómo se sienten cuando logran una meta que se habían trazado? ¿De qué manera aumenta la confianza el hecho de lograr una meta?
- ¿En qué forma les ayuda el programa del Progreso Personal a trazarse y lograr metas importantes en la vida?
- ¿Qué cosas podemos hacer a fin de lograr las metas que nos hemos trazado?
- ¿Cómo nos ayudan la oración y el Espíritu a establecer y cumplir metas?
- ¿Por qué el establecer y cumplir metas debe ser un proceso de toda la vida?
- ¿Cómo podemos ayudar y alentar a los demás a cumplir sus metas?

Palabras de los profetas

- Dieter F. Uchtdorf, “Dos principios para cualquier economía”, *Liahona*, noviembre de 2009, págs. 55–58. Si lo estima conveniente, utilice el párrafo que comienza con: “¡Cuánto admiro a los hombres, las mujeres y los niños. . .”, en la sección de la lección que se titula: “El establecernos metas contribuirá a nuestro progreso”.
- M. Russell Ballard, “Go For It!” [Inténtalo], *New Era*, marzo de 2004, págs. 4–7.

Otros discursos de la conferencia general

- Mary N. Cook, “¡Nunca, nunca, nunca se den por vencidas!”, *Liahona*, mayo de 2010, págs. 117–119. Considere la posibilidad de utilizar los cinco párrafos a partir de donde dice: “El pasado agosto llevamos a algunos de nuestros nietos. . .”, en la sección de la lección que se titula: “El establecer metas contribuirá a nuestro progreso”.

- Joseph B. Wirthlin, “Las lecciones aprendidas de la vida”, *Liahona*, mayo de 2007, págs. 45–47. Si le parece adecuado, al final de la lección, utilice los dos párrafos a partir de donde dice: “He conocido a grandes hombres y mujeres. . .”.

Recursos adicionales

- [Proverbios 29:18](#); [Lucas 15:28–29](#); [2 Nefi 10:23](#); [Mosiah 4:27](#); [Doctrina y Convenios 58:26–28](#).
- Folleto: *En pos de la Excelencia*, disponible en store.lds.org.
- “Bulletin Board: Setting Goals” [Cartelera: Establecer metas], *Friend*, enero de 2010, pág. 13.
- “Las resoluciones de año nuevo”, *Liahona*, diciembre de 1990, pág. 45.
- Póster: [Goals \[Metas\]](#).

Multimedia

- Música: “La voz, ya, del eterno”, *Himnos*, N° 145.
- Video: “[Look Not Behind Thee \[No mires detrás de ti\]](#)”, lds.org/media-library, Mormon Messages.
- Video: “[El milagro del progreso personal](#)”, lds.org/media-library, Mormon Messages for Youth.

Aceptar y actuar

- Si lo estima conveniente, pida a las jóvenes que lleven sus libritos del Progreso Personal a una actividad de entre semana y que compartan con las demás jóvenes y con las líderes lo que estén haciendo a fin de cumplir con sus metas. Consideren la forma en que las jóvenes se pueden ayudar mutuamente a cumplir con sus metas.

LECCIÓN 49

Cómo delegar responsabilidades

Preguntas para el análisis

- ¿Qué aptitudes de liderazgo nos ayudarán a “continuar la responsabilidad de edificar el reino de Dios”? (*Para la Fortaleza de la Juventud*, folleto, 2001, pág. 3).
- ¿De qué manera nos ayudaría a cumplir con nuestras responsabilidades el delegar tareas a los demás?
- ¿Cuáles son algunas cualidades que posee una persona que sabe delegar con eficacia?
- ¿Qué podemos hacer si otras personas no cumplen con las tareas que les fueron delegadas?

Palabras de los profetas

- Thomas S. Monson, “Encontrar gozo en el trayecto”, *Liahona*, noviembre de 2008, págs. 84–87.
- Henry B. Eyring, “Elévense a la altura de su llamamiento”, *Liahona*, noviembre de 2002, págs. 75–78.
- M. Russell Ballard, “¡Oh, sed prudentes!”, *Liahona*, noviembre de 2006, págs. 17–20.

Otros discursos de la conferencia general

- Daniel K. Judd, “Nutridos por la buena palabra de Dios”, *Liahona*, noviembre de 2007, págs. 93–95. Si lo estima conveniente, utilice el relato que cuenta el élder Judd sobre atrapar un caballo a fin de demostrar las cualidades de un buen líder.

Recursos adicionales

- [Éxodo 18:13–26](#); Ester 3–4; [1 Nephi 3:4–7](#); [Jacob 1:1–4, 8](#); [Mosíah 4:27](#).
- Sally Johnson Odekirk, “Following the Leader” [Seguir al líder], *New Era*, mayo de 2011, págs. 28–31.
- Póster: “Pull Together [Trabajen juntos]”.
- *Manual 2: Administración de la Iglesia*, 3.3.4, “Delegar responsabilidad y asegurarse de que se rindan cuentas”, 2010, pág. 13.

Multimedia

- Música: “Cuando enseñe a tus hijos”, *Himnos*, N° 172.

Aceptar y actuar

- Progreso Personal: punto 4 del proyecto del valor Conocimiento; puntos 1 y 3 del proyecto del valor Integridad.

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

© 2011 por Intellectual Reserve, Inc.
Todos los derechos reservados

Aprobación del inglés: 5/11.
Aprobación de la traducción: 5/11.
Traducción de *Young Women Resource Guide 2012—Manual 1*
Spanish PD50025548 002