Ven, sígueme

Mujeres Jóvenes 4

Recursos de aprendizaje para los jóvenes

LA ENSEÑANZA *y* EL APRENDIZAJE *para* LA CONVERSIÓN

Mujeres Jóvenes

octubre–diciembre 2013

Publicado por La Iglesia de Jesucristo de los Santos de los Últimos Días

© 2012 por Intellectual Reserve, Inc.
Todos los derechos reservados

Aprobación del inglés: 9/12
Aprobación de la traducción: 9/12
Traducción de *Come, Follow Me: Learning Resources for Youth, Young Women 10–12*
Spanish
10876 002

Acerca de este manual

Las lecciones de este manual están organizadas en unidades en las que se tratan doctrinas básicas del evangelio restaurado de Jesucristo. Cada lección se centra en preguntas que las jóvenes podrían hacerse y en principios doctrinales que pueden ayudarlas a encontrar las respuestas. Las lecciones se han diseñado con el fin de ayudarla a prepararse espiritualmente al aprender la doctrina por sí misma y luego planificar maneras de hacer participar a las jóvenes en inolvidables experiencias de aprendizaje.

Reseñas de aprendizaje

Hay más reseñas de aprendizaje para cada uno de los temas doctrinales que aparecen enumerados en el contenido de las que podrá enseñar durante el mes. Utilice como guía la inspiración del Espíritu, así como las preguntas y los intereses de las jóvenes cuando decida las partes que va a enseñar de esta unidad y cuánto tiempo dedicará a cada tema.

La finalidad de estas reseñas no es indicarle lo que tiene que decir y hacer en la clase, sino que han sido diseñadas para ayudarle a aprender la doctrina y preparar experiencias de aprendizaje adaptándolas a las necesidades de las jóvenes a quienes enseña.

Prepararse espiritualmente

Para ayudar a las mujeres jóvenes a aprender los principios de estas reseñas de aprendizaje, usted debe entenderlos y vivirlos primero. Estudie las Escrituras y los demás recursos que se ofrecen en las reseñas de aprendizaje y busque las citas, los relatos o los ejemplos particularmente relevantes o inspiradores para las jóvenes a las que enseña. Luego, utilice las reseñas de aprendizaje para planificar la manera de ayudar a las miembros de la clase a descubrir esas verdades por sí mismas, a obtener un testimonio de ellas y a vivir de acuerdo con lo que aprendan. Considere compartir algunos de los discursos o videos con las jóvenes antes de la clase.

Deliberar en consejo

Delibere en consejo con la presidencia de la clase y con las demás maestras y líderes acerca de las jóvenes. ¿Qué preguntas y necesidades tienen las jovencitas? ¿Qué están aprendiendo en otros lugares, tales como el hogar, seminario o la Escuela Dominical? ¿Cómo influirá eso en la preparación de usted? (Si durante estas conversaciones se compartiera información delicada, por favor manténgala confidencial.)

Más en internet

Encontrará otros recursos e ideas para la enseñanza de cada una de estas lecciones en lds.org/youth/learn. Las lecciones en línea incluyen:

- Vínculos a las enseñanzas más recientes de los profetas y apóstoles vivientes, y otros líderes de la Iglesia. Dado que esos vínculos se actualizan con regularidad, consúltelos con frecuencia.
- Vínculos a videos, imágenes y otros recursos multimedia que puede utilizar para prepararse espiritualmente y para enseñar a las jóvenes.
- Videos que muestran la manera de enseñar eficazmente para mejorar su capacidad de ayudar a las jóvenes a convertirse.
- Más ideas para la enseñanza.

Índice de temas

Octubre: Llegar a ser más como Cristo

¿Cómo puedo ser más como Cristo?

¿Cómo puedo desarrollar un amor semejante al de Cristo?

¿Cómo puedo ser más semejante a Cristo en mi servicio a los demás?

¿Cómo puedo aprender a ser más paciente?

¿Por qué es importante ser agradecidas?

Noviembre: La autosuficiencia espiritual y temporal

¿Qué significa ser autosuficiente?

¿Por qué es importante para mí obtener formación académica y adquirir habilidades?

¿Por qué el trabajo es un principio importante del Evangelio?

¿Por qué el Señor desea que me mantenga saludable?

¿Cuál es la manera del Señor de proveer para los pobres y necesitados?

¿Cómo puedo encontrar soluciones a mis desafíos y problemas?

Diciembre: Edificar el reino de Dios en los últimos días

¿Qué significa ser "un testigo de Dios"?

¿Cómo quiere el Padre Celestial que use mis dones espirituales?

¿Cómo me puedo preparar para establecer un hogar centrado en Cristo?

¿Qué puedo hacer para ayudar a los nuevos miembros de la Iglesia?

¿Cómo puedo ayudar a mis amigos menos activos a regresar a la Iglesia?

¿Qué es Sión?

RESEÑA DE LA UNIDAD

Octubre: Llegar a ser más como Cristo

"Jesús le dijo: Yo soy el camino, y la verdad y la vida" (Juan 14:6).

Las reseñas de esta unidad ayudarán a las jóvenes a aprender acerca de los atributos de Cristo y a desarrollarlos. Jesucristo nos ha mandado: "Quisiera que fueseis perfectos así como yo, o como vuestro Padre que está en los cielos es perfecto" (véase 3 Nefi 12:48). Desarrollar atributos de Cristo ayudará a las jóvenes a cumplir con su potencial divino como hijas de Dios. Necesitarán estos atributos al enfrentarse a los desafíos de vivir en tiempos peligrosos, y mientras se preparan para criar familias rectas en el futuro.

Reseñas para escoger este mes:

¿Cómo puedo ser más como Cristo?
¿Cómo puedo desarrollar un amor semejante al de Cristo?
¿Cómo puedo ser más como Cristo en mi servicio a los demás?
¿Cómo puedo aprender a ser más paciente?
¿Por qué es importante ser agradecidas?

Mutual

Muchos de los temas de las lecciones y las actividades de aprendizaje de esta unidad serían adecuados para las actividades de la Mutual. Trabaje con las presidencias de la clase en la selección y planificación de actividades adecuadas.

Visite lds.org/youth/learn para ver esta unidad en línea.

¿Cómo puedo ser más como Cristo?

Jesucristo nos dio el ejemplo perfecto y nos ha mandado llegar a ser como Él. Jesucristo ejemplifica características tales como la fe, la esperanza, la caridad, la paciencia, la humildad, la pureza, la diligencia y la obediencia. Al aprender de Él e intentar desarrollar Sus atributos, llegaremos a ser la mujer que Él y nuestro Padre Celestial desean que seamos.

Prepararse espiritualmente

¿Qué pasajes de las Escrituras y discursos inspirarán a las jóvenes a desarrollar atributos semejantes a los de Cristo?

Mateo 26:36–45, 50–52; Lucas 23:33–34; Juan 19:25–27; 3 Nefi 17 (Ejemplos de atributos de Cristo)

Mosíah 3:19 (Podemos llegar a ser santas por medio de la expiación de Jesucristo)

3 Nefi 12:48; Moroni 7:48 (Invitaciones para llegar a ser como el Salvador)

Dallin H. Oaks, "Seguidores de Cristo", *Liahona,* mayo de 2013

Dallin H. Oaks, "El desafío de lo que debemos llegar a ser", *Liahona*, enero de 2001, págs. 40-43

Robert D. Hales, "Ser un cristiano más cristiano", *Liahona*, noviembre de 2012, págs. 90–92

Mensajes mormones: "Sigue al líder", "Ser aún como yo soy", "Él sabe la forma"

"El Cristo viviente: El testimonio de los Apóstoles de La Iglesia de Jesucristo de los Santos de los Últimos Días", *Liahona,* abril de 2000, págs. 2–3

"¿Cómo desarrollo atributos semejantes a los de Cristo?", *Predicad Mi Evangelio*, 2004, págs. 121–134

¿Cuáles son algunos de los atributos de Jesucristo? ¿Cuál de estos atributos tiene mayor necesidad de desarrollar? ¿Quién ha visto o conocido en su vida que ejemplifique esos atributos?

¿Qué atributos ve en cada una de las jóvenes a las que enseña? ¿Cómo las puede alentar a seguir el ejemplo del Salvador y llegar a ser como Él?

Compartir experiencias

Al comienzo de cada clase, invite a las jóvenes a compartir, enseñar y testificar acerca de las experiencias que hayan tenido al aplicar lo que aprendieron en la lección de la semana anterior. Esto alentará la conversión personal y ayudará a las jóvenes a darse cuenta de la importancia que tiene el Evangelio en la vida cotidiana.

Presentar la doctrina

Elija alguna de las ideas siguientes, o utilice las suyas, para presentar la lección de esta semana:

- Entregue a cada joven una copia de la actividad de atributos de la página 133 de *Predicad Mi Evangelio* y pídales que tomen unos minutos a fin de completar la autoevaluación. Invite a las jóvenes a compartir lo que aprendan de esta actividad. Invite a algunas a compartir un atributo semejante al de Cristo que admiren en otro miembro de la clase o un familiar.

- Invite a las jóvenes a venir a la pizarra una a la vez y escribir una o más palabras que describan al Salvador. Una vez que todo el mundo haya tenido una oportunidad para agregar a la lista, pídales que reflexionen sobre los atributos que más les gustaría desarrollar.

Aprender juntas

Sugerencia para la enseñanza

"Los testimonios con frecuencia son más poderosos cuando son breves, concisos y directos" (*La enseñanza: El llamamiento más importante*, 1999, pág. 47).

Cada una de las actividades siguientes ayudará a las jóvenes a aprender cómo desarrollar atributos semejantes a los de Cristo. Siguiendo la inspiración del Espíritu, seleccione una o más que resulten mejor para su clase:

- Comparta con las jóvenes los atributos cristianos del capítulo 6 de *Predicad Mi Evangelio*, "¿Cómo desarrollo atributos semejantes a los de Cristo?". Pida a las jóvenes que seleccionen uno de estos atributos que les gustaría desarrollar. Concédales tiempo en clase para aprender sobre el atributo que escogieron, siguiendo las sugerencias bajo el título "Cómo desarrollar atributos semejantes a los de Cristo" en las páginas 129–130. Anímelas a continuar estudiando el atributo durante la semana y a que compartan puntos de vista de su estudio al comienzo de la lección de la semana siguiente.

- Invite a las jóvenes a escudriñar individualmente o en grupos pequeños los atributos del Salvador en el discurso del élder Dallin H. Oaks "Seguidores de Cristo" o en los pasajes de las Escrituras que se sugieren en esta reseña. Pida a las jóvenes que anoten en la pizarra lo que encuentren y que completen la lista con otros atributos o características de Cristo que recuerden. Invítelas a pensar en una situación difícil a la que se enfrentan en sus propias vidas. ¿Cómo les ayudarían esos atributos de Cristo a responder a la situación de forma adecuada?

- Invite a las jóvenes a leer individualmente 3 Nefi 17, marcando palabras y frases que demuestren algunos de los atributos del Salvador. Pídales que compartan sus pensamientos y sentimientos acerca del Salvador. Deles tiempo para escribir en sus diarios sus sentimientos acerca del Salvador y un atributo Suyo que les gustaría emular.

- Invite a cada joven a elegir una de las cualidades de Cristo que el élder Robert D. Hales enumera al final de su discurso "Ser un cristiano más cristiano", y pídales que lean lo que dice el élder Hales acerca de esa cualidad y que busquen un pasaje de las Escrituras relacionado con ella. Muestre a las jóvenes copias de los mensajes mormones que se incluyen en esta reseña e invítelas a crear su propio mensaje mormón que represente uno de los atributos de Cristo. En la parte posterior del póster, invítelas a hacer una lista de las maneras específicas en que Cristo ha sido un ejemplo para ellas, a incluir un pasaje de las Escrituras acerca de un atributo del Salvador y las cosas que pueden hacer para seguir mejor Su ejemplo durante la semana que viene. Sugiérales que la coloquen en un lugar visible de la casa.
- Lea a las jóvenes la parábola del padre rico en el discurso del élder Dallin H. Oaks "El desafío de lo que debemos llegar a ser" e invítelas a compartir lo que creen que enseña en esta parábola y cómo se relaciona con sus propias vidas. ¿Qué necesita hacer el joven de la parábola para ser más semejante a su padre? Pídales que lean 3 Nefi 12:48 y Moroni 7:48. ¿Qué agregan estos pasajes de las Escrituras a nuestra comprensión de la parábola del élder Oaks? Invite a cada joven a escoger un atributo del Salvador que le gustaría desarrollar y hacer una lista de las cosas que puede hacer para que ese atributo sea parte de su naturaleza. Sugiera a las jóvenes que guarden estas listas en las Escrituras para que se refieran a ellas con frecuencia y agreguen otros atributos semejantes a los de Cristo.

Pida a las jóvenes que compartan lo que aprendieron hoy. ¿Qué sentimientos o impresiones tienen? ¿Comprenden cómo pueden llegar a ser más como Cristo? ¿Desean hacer otras preguntas? ¿Sería útil dedicarle más tiempo a este tema?

Vivir lo que se aprende

Pida a las jóvenes que piensen cómo pondrán en práctica lo que han aprendido hoy. Por ejemplo, podrían:

- Enseñar una lección de la noche de hogar sobre los atributos del Salvador por medio de una de las actividades de esta reseña.
- Compartir su testimonio del Salvador con un amigo, un familiar o en la reunión de ayuno y testimonio.

Diga a las jóvenes lo que se estudiará la próxima semana. ¿Cuáles son sus pensamientos y preguntas sobre este tema? ¿Qué podrían hacer a fin de prepararse para aprender? Por ejemplo, podrían leer un discurso, ver un video o estudiar un pasaje de las Escrituras relacionado con la lección de la semana siguiente.

Enseñar a la manera del Salvador

En cada situación, Jesucristo es nuestro ejemplo y mentor. Usted puede aprender de Sus atributos al leer acerca de Su vida en las Escrituras. Él dijo: "Yo soy el camino, la verdad y la vida" (Juan 14:6). Prepárese para enseñar a las jóvenes la importancia de la incorporación de los atributos de Cristo en sus vidas.

Recursos seleccionados

Extracto de Robert D. Hales, "Ser un cristiano más cristiano", Liahona, *noviembre de 2012, págs. 90–92*

Testifico que por medio de Su infinito amor y gracia, podemos llegar a ser cristianos más cristianos. Consideren las siguientes cualidades de Cristo. ¿Hasta qué punto las estamos afianzando en nosotros mismos?

*El amor cristiano.*El Salvador valoró a todos. Bondadoso y compasivo con todos, dejó a los noventa y nueve para hallar a uno (véase Mateo 18:12–14), porque "aun los cabellos de [nuestra] cabeza están… contados" (Lucas 12:7) para Él.

*La fe cristiana.*A pesar de tentaciones, pruebas y persecuciones, el Salvador confió en el Padre Celestial y eligió ser fiel y obediente a Sus mandamientos.

El sacrificio cristiano.. En el transcurso de Su vida, el Salvador dio Su tiempo, energía y finalmente, mediante la Expiación, se entregó a Sí mismo para que todos los hijos de Dios resucitaran y tuvieran la oportunidad de heredar la vida eterna.

El afecto cristiano. Al igual que el buen samaritano, el Salvador continuamente rescató, amó y cuidó a los que lo rodeaban, sin importar la cultura, credo ni circunstancias.

El servicio cristiano. Ya sea sacando agua de un pozo, cocinando un pescado o lavando pies empolvados, el Salvador pasó Sus días sirviendo a los demás, ayudando al cansado y fortaleciendo al débil.

*La paciencia cristiana.*En Su propio pesar y sufrimiento, el Salvador esperó en Su Padre. Con paciencia hacia nosotros, espera a que comprendamos el plan y regresemos a casa con Él.

*La paz cristiana.*Durante todo Su ministerio, Él fomentó la comprensión y la paz. Especialmente entre Sus discípulos, enseñó que, a pesar de sus diferencias, los cristianos no pueden contender con otros cristianos.

El perdón cristiano. Él nos enseñó a bendecir a los que nos maldicen y nos mostró el camino al suplicar el perdón para los que lo crucificaron.

La conversión cristiana. Al igual que Pedro y Andrés, muchos reconocen la verdad del Evangelio en cuanto la escuchan. Se convierten al instante. Para otros quizás tome más tiempo. En una revelación dada a través de José Smith, el Salvador enseñó: "Lo que es de Dios es luz; y el que recibe luz y persevera en Dios, recibe más luz, y esa luz se hace más y más resplandeciente hasta el día perfecto" (D. y C. 50:24), el día perfecto de nuestra conversión. Jesucristo es "la luz y el Redentor del mundo; el Espíritu de verdad" (D. y C. 93:9).

Perseverancia cristiana hasta el fin. En todos Sus días, el Salvador nunca desistió de hacer la voluntad de Su Padre, sino que continuó en rectitud, bondad, misericordia y verdad hasta el fin de Su vida mortal.

Éstas son algunas de las características de los que escuchan y obedecen la voz del Salvador. Y como uno de Sus testigos especiales sobre la tierra, doy mi testimonio cristiano de que Él los llama hoy: "Venid en pos de mí" (Lucas 18:22). Vengan y caminen por el sendero que lleva a la felicidad y gozo eternos y a la vida sempiterna en el reino del Padre Celestial. En el nombre de Jesucristo, nuestro Salvador y Redentor. Amén.

OCTUBRE: LLEGAR A SER MÁS COMO CRISTO

¿Cómo puedo desarrollar un amor semejante al de Cristo?

El amor puro de Cristo, conocido como la caridad, es el tipo de amor más elevado, noble y fuerte, y el de mayor gozo para el alma (véase 1 Nefi 11:23). Jesucristo es el ejemplo perfecto de caridad. En Su ministerio terrenal, Él "anduvo haciendo bienes", mostrando tierna compasión por los pobres y los afligidos (véase Mateo 4:23; Hechos 10:38). Para obtener un amor semejante al de Cristo, debemos procurarlo, orar por él y seguir el ejemplo del Salvador en nuestros pensamientos, palabras y hechos.

¿Cuándo le han demostrado otras personas amor semejante al de Cristo? ¿Cómo ha influido esto en usted? ¿Cuándo ha sentido amor semejante al de Cristo? ¿Cómo desarrolla amor semejante al de Cristo por otras personas?

¿Qué oportunidades tienen las jóvenes de mostrar amor semejante al de Cristo? ¿Por qué es importante aprender a amar a los demás como lo hizo Cristo?

Prepararse espiritualmente

¿Qué pasajes de las Escrituras y otros recursos ayudarán a las jóvenes a desarrollar el atributo cristiano de la caridad?

Génesis 45; Lucas 23:33–34; Alma 61:9 (Ejemplos de personas que mostraron amor)

Levítico 19:18 (Amemos al prójimo como a nosotras mismas)

1 Samuel 16:7 (Jehová mira el corazón)

Juan 15:9–13 (Cristo demostró Su amor por nosotros cuando entregó Su vida)

1 Juan 4:7–11, 18–21 (Dios es amor)

Mosíah 4:16 (Socorran a quienes necesiten de su socorro)

3 Nefi 12:44 (Amen a sus enemigos)

Moroni 7:45–48 (La caridad es el amor puro de Cristo; oren para ser llenas de este amor)

Thomas S. Monson, "La caridad nunca deja de ser", *Liahona,* noviembre de 2010, págs. 122–25

Dieter F. Uchtdorf, "Los misericordiosos obtienen misericordia", *Liahona,* mayo de 2012, págs. 70–76

"Caridad", *Leales a la fe*, 2004, págs. 40–41

Videos: "Animarse unos a otros", "Por Madison", "Cómo compartir la luz de Cristo"

Compartir experiencias

Al comienzo de cada clase, invite a las jóvenes a compartir, enseñar y testificar acerca de las experiencias que hayan tenido al aplicar lo que aprendieron en la lección de la semana anterior. Esto alentará la conversión personal y ayudará a las jóvenes a darse cuenta de la importancia que tiene el Evangelio en la vida cotidiana.

Presentar la doctrina

Elija alguna de las ideas siguientes, o utilice las suyas, para presentar la lección de esta semana:

- En algunos trozos de papel, escriba: "He sentido más amor de una persona cuando _____". Pase estos trozos de papel a cada una de las jóvenes antes de que comience la clase e invítelas a pensar en cómo llenarían el espacio en blanco. Invite a las jóvenes a compartir sus pensamientos para comenzar la lección.

- Invite a las jóvenes a cantar "Amad a otros", (*Himnos,* Nº 203) y pídales que compartan lo que las palabras de este himno significan para ellas.

Aprender juntas

Sugerencia para la enseñanza

"El escuchar con atención es una manifestación de amor y con frecuencia requiere sacrificio. Cuando verdaderamente escuchamos a otras personas, por lo general debemos refrenarnos de lo que queremos decir para entonces permitir que otros puedan expresarse" (*La enseñanza: El llamamiento más importante,* pág. 71).

Cada una de las actividades siguientes ayudará las jóvenes a aprender cómo desarrollar un amor semejante al de Cristo. Siguiendo la inspiración del Espíritu, seleccione una o más que resulten mejor para su clase:

- Invite a las jóvenes a leer Moroni 7:47–48. ¿Qué aprenden de estos versículos acerca de cómo desarrollar un amor semejante al de Cristo? ¿Qué significa para ellas la frase "amor puro de Cristo"? Invítelas a hallar relatos en las Escrituras que ilustran el amor del Salvador y pídales que compartan estas historias unas con otras. Invítelas a compartir una experiencia en la que ellas o alguien a quien conocen fueron bendecidas por un acto de amor semejante al de Cristo.

- Pida a las jóvenes que lean uno de los siguientes pasajes de las Escrituras: Juan 15:9–13; 1 Juan 4:7–11; 1 Juan 4:18–21. ¿Qué aprenden de estos versículos acerca de un amor semejante al de Cristo? Pregunte a las jóvenes cómo ha mostrado Jesucristo Su amor por ellas personalmente. ¿Se les ocurre algún ejemplo de las Escrituras en que Él mostró amor? ¿Cómo podemos seguir Su ejemplo?

- Escriba las siguientes referencias de las Escrituras en la pizarra: Mosíah 4:16 y Levítico 19:18. Divida la clase en dos grupos y asigne a cada grupo uno de los pasajes de las Escrituras: Diga a las jóvenes que identifiquen los mandamientos que están en su pasaje y que escriban un resumen de los mandamientos en la pizarra al lado de la referencia de las Escrituras. ¿Qué oportunidades tienen de cumplir estos mandamientos en el hogar, en la escuela y en la comunidad? ¿Qué obstáculos podrían impedir que obedeciéramos estos mandamientos? ¿Cómo podemos vencer esos obstáculos?

- Invite a las jóvenes a leer 3 Nefi 12:44 e identificar los mandamientos que el Señor da sobre cómo debemos tratar a nuestros enemigos. Escriba en la pizarra lo que encuentren. Analice con las jóvenes posibles razones por las que el Señor pediría amar y orar

por los que nos odian. Invite a las jóvenes a encontrar ejemplos en las Escrituras de personas que mostraron amor por quienes les habían maltratado (tales como José en Egipto: Génesis 45; el Salvador al perdonar a quienes lo crucificaron: Lucas 23:34; o Pahorán al responder a la carta amenazante de Moroni: Alma 61:9). Conceda a las jóvenes la oportunidad de reflexionar sobre cómo pueden seguir estos ejemplos en su propias relaciones con los demás.

- Como clase, lean, vean o escuchen las secciones "En resumidas cuentas" y "El amor de Dios" del discurso del presidente Dieter F. Uchtdorf "Los misericordiosos obtienen misericordia". Diga a las jóvenes que busquen el consejo que el presidente Uchtdorf da a los que tienen sentimientos negativos hacia los demás y cómo podemos deshacernos de esos sentimientos. Invite a las jóvenes a meditar en silencio en cuanto a alguien en su vida por quien puedan tener malos sentimientos, y a pensar en formas en que pueden demostrar un amor más semejante al de Cristo hacia esa persona.

- Vea uno de los videos que se sugieren en esta reseña. ¿Qué aprenden las jóvenes en estos videos acerca del amor semejante al de Cristo? Pida a las jóvenes que compartan una experiencia en la que el acto de servicio de alguien les ayudó a sentir el amor del Salvador. ¿Qué les enseñó esa experiencia acerca de Jesucristo? Invite a las jóvenes a considerar a alguien que saben que necesita sentir el amor del Señor. ¿Qué pueden hacer para ayudar a esa persona?

Pida a las jóvenes que compartan lo que aprendieron hoy. ¿Qué sentimientos o impresiones tienen? ¿Comprenden cómo desarrollar un amor como el de Cristo? ¿Desean hacer otras preguntas? ¿Sería útil dedicarle más tiempo a este tema?

Enseñar a la manera del Salvador

En todo momento, el Salvador fue un ejemplo y un mentor para Sus discípulos. ¿Qué puede hacer para ser un ejemplo del atributo cristiano de la caridad para las jóvenes a las que enseña?

Vivir lo que se aprende

Pida a las jóvenes que piensen cómo pondrán en práctica lo que han aprendido hoy. Por ejemplo, podrían:

- Orar por alguien o mostrar amor a alguien por quien han tenido sentimientos negativos.

- Mostrar amor a alguien que necesite atención especial o ayuda (véanse las experiencias 3, 5 y 6 del valor Buenas Obras en el *Progreso Personal*, págs. 54–56).

Diga a las jóvenes lo que se estudiará la próxima semana. ¿Cuáles son sus pensamientos y preguntas sobre este tema? ¿Qué podrían hacer a fin de prepararse para aprender? Por ejemplo, podrían leer un discurso, ver un video o estudiar un pasaje de las Escrituras relacionado con la lección de la semana siguiente.

Recursos seleccionados

Extracto de Dieter F. Uchtdorf, "Los misericordiosos obtienen misericordia", Liahona, *mayo de 2012, págs. 70–76.*

En resumidas cuentas

Este tema de juzgar a los demás en realidad se podría enseñar con un sermón de tres palabras. Cuando se trate de odiar, chismear, ignorar, ridiculizar, sentir rencor o el deseo de infligir daño, por favor apliquen lo siguiente:

¡Deténganse!

Es así de sencillo. Simplemente debemos dejar de juzgar a otros y remplazar los pensamientos y sentimientos de crítica con un corazón lleno de amor por Dios y por Sus hijos. Dios es nuestro Padre, nosotros somos Sus hijos, todos somos hermanos y hermanas. No sé exactamente cómo expresar este asunto de *no juzgar a los demás* con la suficiente elocuencia, pasión y persuasión para que se grabe en ustedes. Podría citarles pasajes de las Escrituras, podría tratar de explicar a fondo la doctrina e incluso citar una calcomanía que vi hace poco que estaba pegada en la parte de atrás de un auto cuyo conductor parecía un tanto rústico, pero las palabras de la calcomanía me enseñaron una gran lección; decía: "No me juzgues por pecar de manera distinta a la tuya".

Debemos reconocer que todos somos imperfectos, que somos mendigos ante Dios. ¿No nos hemos todos acercado sumisamente al trono de misericordia, en un momento u otro, para suplicar gracia? ¿No hemos anhelado con toda la energía de nuestra alma recibir misericordia y ser perdonados por los errores y pecados que hemos cometido?

Ya que todos dependemos de la misericordia de Dios, ¿cómo podemos negar a los demás toda porción de esa gracia que tan desesperadamente deseamos para nosotros? Mis queridos hermanos y hermanas, ¿no deberíamos perdonar así como deseamos que se nos perdone?

El amor de Dios

¿Es eso difícil de hacer?

Sí, claro que lo es.

El perdonar, ya sea a nosotros mismos o a los demás, no es fácil. De hecho, para la mayoría de nosotros implica tener un importante cambio de actitud y en la manera de pensar, incluso un cambio de corazón. Pero hay buenas nuevas al respecto: ese "potente cambio" (Mosíah 5:2) de corazón es exactamente lo que el Evangelio de Jesucristo tiene como objeto producir en nuestra vida.

¿Cómo se logra? Mediante el amor de Dios.

Cuando tenemos el corazón lleno del amor de Dios, nos ocurre algo bueno y puro. Guardamos "sus mandamientos; y sus mandamientos no son gravosos. Porque todo lo que ha nacido de Dios vence al mundo" (1 Juan 5:3–4).

Cuanto más permitamos que el amor de Dios gobierne nuestra mente y nuestras emociones, cuanto más dejemos que el amor por nuestro Padre Celestial nos llene el corazón, más fácil nos resultará amar a los demás con el amor puro de Cristo. Al abrir nuestro corazón al resplandeciente amanecer del amor de Dios, la oscuridad y el frío del resentimiento y la envidia con el tiempo se disiparán.

Como siempre, Cristo es nuestro ejemplo. En Sus enseñanzas y en Su vida, Él nos mostró el camino. Él perdonó al inicuo, al insolente y a los que procuraron lastimarlo y hacerle daño…

El amor puro de Cristo elimina las escamas del resentimiento y la ira de nuestros ojos, dejándonos ver a los demás en la forma en que nuestro Padre Celestial nos ve: como seres mortales imperfectos y con fallas, que tienen potencial y valía más allá de lo que nos es posible imaginar. En virtud de que Dios nos ama tanto, nosotros también debemos amarnos y perdonarnos los unos a los otros.

¿Cómo puedo ser más semejante a Cristo en mi servicio a los demás?

Jesucristo dio el ejemplo perfecto de cómo amar y servir a los que le rodeaban. En el bautismo nos comprometemos a servir a los demás. Podemos servir a los demás como lo hizo el Salvador de muchas maneras, como al ayudar a los miembros de la familia, al compartir el Evangelio con los demás o al llevar a cabo sencillos actos de bondad cotidianos.

¿Qué ha aprendido de las Escrituras acerca de cómo Cristo prestó servicio a los demás? ¿Cuándo ha recibido bendiciones por medio del servicio cristiano de otras personas? ¿Cómo ha seguido el ejemplo de servicio del Salvador?

¿Qué oportunidades tienen las jóvenes de prestar servicio? ¿Cuándo las ha visto servir a los demás? ¿Qué experiencias pueden compartir unas con otras? ¿Cómo podrían sus familias verse beneficiadas si las jóvenes procuran servirles más?

Prepararse espiritualmente

¿Qué pasajes de las Escrituras y otros recursos ayudarán a las jóvenes a entender la importancia de servir a los demás como Cristo lo hizo?

Mateo 14:13–21; Juan 9:1–7; 13:4–5, 12–17; 1 Nefi 11:31; 3 Nefi 17:5–9 (Ejemplos de Jesucristo sirviendo a otras personas)

Mateo 20:27 (El Salvador enseña a Sus discípulos que el que es más grande es el siervo)

Mateo 25:31–46 (Cuando servimos a los demás, estamos al servicio de Dios)

Lucas 10:25–37 (El buen samaritano; véase también "La parábola del buen samaritano" en los videos de la Biblia)

Juan 13:34–35 (Debemos amar como ama el Salvador)

Mosíah 2:17 (El rey Benjamín enseña que cuando servimos a los demás, servimos a Dios)

Dieter F. Uchtdorf, "Ustedes son Mis manos", *Liahona*, mayo de 2010, págs. 68–75

Henry B. Eyring, "Venid a mí", *Liahona*, mayo de 2013

Linda K. Burton, "Primero observa, luego sirve", *Liahona*, noviembre de 2012, págs. 78–80

"El servicio", *Para la Fortaleza de la Juventud*, 2011, págs. 32–34

Videos: "Tiempo de dar", "Por Madison", "Animémonos unos a otros", "Oportunidades para hacer el bien"

Compartir experiencias

Al comienzo de cada clase, invite a las jóvenes a compartir, enseñar y testificar acerca de las experiencias que hayan tenido al aplicar lo que aprendieron en la lección de la semana anterior. Esto alentará la conversión personal y ayudará a las jóvenes a darse cuenta de la importancia que tiene el Evangelio en la vida cotidiana.

Presentar la doctrina

Elija alguna de las ideas siguientes, o utilice las suyas, para presentar la lección de esta semana:

- Invite a las jóvenes a leer Juan 13:34–35 y pídales que encuentren las imágenes del *Libro de obras de arte del Evangelio* o en una revista de la Iglesia que muestre al Salvador o a otras personas servir con amor. Invítelas a mostrar sus imágenes a la clase y explicar lo que han aprendido de la ilustración acerca del servicio semejante al de Cristo.

- Invite a las jóvenes a compartir experiencias que hayan tenido recientemente al servir a los demás (especialmente a miembros de su propia familia). ¿Qué efecto tuvo ese servicio en ellas? ¿Y en los demás?

Aprender juntas

Cada una de las actividades siguientes le ayudará a inspirar a las jóvenes a prestar servicio semejante al de Cristo. Siguiendo la inspiración del Espíritu, seleccione una o más que resulten mejor para su clase:

- Asigne a cada joven la lectura de un pasaje de las Escrituras de la vida del Salvador acerca del servicio (por ejemplo, los que se sugieren en esta reseña) y pídales que resuman el relato para la clase y que expliquen lo que hizo el Salvador para servir a los demás. ¿Qué enseña el ejemplo del Salvador sobre lo que significa prestar servicio? Invite a las jóvenes a pensar en maneras de cómo brindar un servicio cristiano en sus propias familias.

- Pregunte a las jóvenes: "¿Qué enseñó el Salvador en la parábola del buen samaritano?". Como clase, lean la parábola del buen samaritano en Lucas 10:25–37 (o vean el video "La parábola del buen samaritano"). Invite a las jóvenes a compartir experiencias en las que fueron bendecidas por brindar a los demás un servicio semejante al de Cristo. ¿Por qué a veces encontramos difícil el servir a los demás ? (Como hicieron el sacerdote y el levita) ¿Qué oportunidades tienen las jóvenes de "ir y hacer" como lo hizo el buen samaritano?

- Entregue una copia a cada joven del discurso del presidente Dieter F. Uchtdorf "Ustedes son Mis manos", o del discurso del presidente Henry B. Eyring "Venid a mí". Invítelas a buscar una frase o una cita en el discurso que les inspire a servir y pídales que compartan lo que encontraron y cómo piensan vivir de acuerdo con ello.

- Invite a cada joven a leer uno de los relatos del discurso de Linda K. Burton "Primero observa; luego sirve" (o muestre alguno de los videos que se sugiere en esta reseña). ¿Qué impresiona a las jóvenes acerca de los actos de servicio de estos relatos?

Sugerencia para la enseñanza

"Después de que alguien haya contestado una pregunta o expresado una idea, invite a los demás a que agreguen un comentario o expresen una opinión diferente. Cuando alguien haga una pregunta, diríjasela a los demás en vez de contestarla usted mismo. Por ejemplo, podría decir: "¿Quiere alguno de ustedes responder a esa pregunta?'" (*La enseñanza: El llamamiento más importante*, 1999, págs. 72, 83).

¿Cómo descubrieron las personas de los relatos la necesidad de brindar servicio? Permita que las jóvenes mediten y compartan otros ejemplos similares de servicio que hayan visto. Invítelas a compartir lo que se sienten inspiradas a hacer después de aprender acerca de estos ejemplos.

Pida a las jóvenes que compartan lo que aprendieron hoy. ¿Comprenden cómo brindar servicio como el de Cristo? ¿Qué sentimientos o impresiones tienen? ¿Desean hacer otras preguntas? ¿Resultaría útil dedicarle más tiempo a esta doctrina?

Vivir lo que se aprende

Pida a las jóvenes que piensen cómo pondrán en práctica lo que han aprendido hoy. Por ejemplo, podrían:

- Completar cualquier experiencia del valor Buenas Obras en el *Progreso Personal* e informar sobre lo que hicieron en la siguiente clase.
- Planear y llevar a cabo un pequeño acto de servicio ya sea personal o como una actividad de la Mutual.

Diga a las jóvenes lo que se estudiará la próxima semana. ¿Cuáles son sus pensamientos y preguntas sobre este tema? ¿Qué podrían hacer a fin de prepararse para aprender? Por ejemplo, podrían leer un discurso, ver un video o estudiar un pasaje de las Escrituras relacionado con la lección de la semana siguiente.

Enseñar a la manera del Salvador

Durante Su ministerio terrenal, Jesucristo dedicó Su tiempo a servir y ayudar a los que le rodeaban. Los verdaderos discípulos de Cristo hacen lo mismo. El Salvador dijo: 'En esto conocerán todos que sois mis discípulos, si tenéis amor los unos por los otros' (Juan 13:35). Al enseñar a las jóvenes, busque oportunidades de invitarlas a compartir cómo han prestado servicio a los demás y lo que les inspiró a prestar servicio.

Recursos seleccionados

Extracto de Linda K. Burton, "Primero observa; luego sirve", Liahona, *noviembre de 2012, págs. 78–80.*

Para ayudarnos a amarnos mejor los unos a los otros, sugiero que recordemos cuatro palabras: "Primero observa; luego sirve".

Hace casi 40 años, fui al templo con mi esposo para nuestra salida de los viernes por la noche. Llevábamos poco tiempo de casados y estaba nerviosa porque esa era sólo la segunda vez que iba después de casarme. Una hermana sentada a mi lado debe haberlo notado. Se inclinó hacia mí y con reverencia susurró: "No te preocupes. Yo te ayudaré". Mis temores se calmaron y pude disfrutar del resto de la sesión. Ella primero observó y luego sirvió.

A todos se nos invita a seguir las enseñanzas de Jesús y a ministrar a los demás. La invitación no se limita a hermanas angelicales. Mientras comparto ejemplos típicos de miembros que aprendieron a observar primero y luego a servir, presten atención a las enseñanzas de Jesús que las demuestran.

Un niño de la Primaria, de seis años, dijo: "Cuando me eligieron ayudante de la clase, podía elegir a un amigo para que trabajara conmigo. Elegí [a un niño de mi clase que me trataba mal], porque nunca lo eligen. Quería hacerlo sentir bien" (Canyon H., "A Good Choice," *Friend,* enero de 2012, pág. 31).

¿Qué observó este niño? Notó que nunca elegían al niño buscapleitos de la clase. ¿Qué hizo para servir? Simplemente lo eligió como su amigo para ayudar en la clase. Jesús enseñó: "Amad a vuestros enemigos, bendecid a los que os maldicen, haced bien a los que os aborrecen" (Mateo 5:44).

En cierto barrio, el Sacerdocio Aarónico primero observó y ahora sirve en forma significativa. Cada semana los jóvenes llegan temprano y esperan fuera del centro de reuniones, con lluvia, nieve o calor abrasador, la llegada de los muchos miembros ancianos del barrio. Sacan sillas de ruedas y andadores para adultos de los autos, brindan brazos fuertes de donde agarrarse y con paciencia acompañan a los ancianos de cabello blanco hasta la entrada del edificio. En verdad cumplen con su deber a Dios. Al observar y luego servir, son ejemplos vivientes de la enseñanza del Salvador: "En cuanto lo hicisteis a uno de éstos, mis hermanos más pequeños, a mí lo hicisteis" (Mateo 25:40).Al implementar el nuevo programa para la juventud, estos jóvenes sin duda estarán dispuestos a más oportunidades de servir de una manera semejante a la de Cristo.

El observar y servir a veces requiere gran esfuerzo. Una jovencita inspirada llamada Alexandria notó que su prima, Madison, no podía completar con los requisitos del Progreso Personal porque sufría de autismo severo. Alexandria reunió a las jovencitas de su barrio, consultó con sus líderes, y decidió hacer algo por Maddy que ella no pudiera hacer por sí misma. Cada jovencita completó una parte de las actividades y los proyectos del Progreso Personal a nombre de Maddy para que ella pudiera recibir su medalla (véase ""Por Madison", lds.org/youth/video/for-madison).

Estas jovencitas desempeñarán bien las funciones de la maternidad y de la hermandad de la Sociedad de Socorro, porque están aprendiendo a observar primero, y luego a servir caritativamente.

¿Cómo puedo aprender a ser más paciente?

La paciencia es la capacidad para perseverar la demora, los problemas, la oposición o el sufrimiento sin estar enojada, frustrada ni ansiosa. Podemos desarrollar paciencia al procurar hacer la voluntad de Dios y aceptar cuándo decide que ocurran las cosas, confiando en que cumplirá todas las promesas que nos hace. Al aprender a ser pacientes en las cosas pequeñas, nos preparamos para afrontar las pruebas más grandes con paciencia.

¿Qué experiencias le han enseñado sobre la paciencia (tanto las pruebas grandes como las experiencias menos dramáticas)? ¿Qué le ha ayudado a ser paciente durante tiempos difíciles?

¿A qué influencias se enfrentan las jóvenes en la sociedad de hoy en día que les pueden llevar a ser impacientes? ¿Cómo podría ayudarles a aprender paciencia y confiar en el momento oportuno y las promesas del Señor? ¿Qué bendiciones recibirán si son pacientes?

Prepararse espiritualmente

¿Qué pasajes de las Escrituras y discursos ayudarán a las jóvenes a tener el deseo de desarrollar el atributo cristiano de la paciencia?

Job 1; 19:25–26 (El ejemplo de Job)

Salmos 37:7–9; Hebreos 10:35–36; Mosíah 23:21–22; Alma 26:27; D. y C. 24:8 (Las bendiciones llegan a quienes son pacientes)

Romanos 5:3; Santiago 1:3–4 (La prueba de nuestra fe desarrolla paciencia)

Mosíah 3:19 (Despojarse del hombre natural incluye llegar a ser paciente)

Dieter F. Uchtdorf, "Continuemos con paciencia", *Liahona*, mayo de 2010, págs. 56–59; véase también el video "Continuemos con paciencia"

Robert D. Hales, "Esperamos en el Señor: Hágase tu voluntad", *Liahona*, noviembre de 2011, págs. 71–74

Robert C. Oaks, "El poder de la paciencia", *Liahona*, noviembre de 2006, págs. 15–17

Compartir experiencias

Al comienzo de cada clase, invite a las jóvenes a compartir, enseñar y testificar acerca de las experiencias que hayan tenido al aplicar lo que aprendieron en la lección de la semana anterior. Esto alentará la conversión personal y ayudará a las jóvenes a darse cuenta de la importancia que tiene el Evangelio en la vida cotidiana.

Presentar la doctrina

Elija alguna de las ideas siguientes, o utilice las suyas, para presentar la lección de esta semana:

- Lean el párrafo que se encuentra al comienzo de la lección e invite a las jóvenes a pensar en alguien de las Escrituras que sea un ejemplo de paciencia (como Jacob y Raquel: Génesis 29:10–30, Ana: 1 Samuel 1:2–20, o la mujer con el problema del flujo de sangre: Mateo 9:20–22). Luego pídales que compartan lo que enseñan estos ejemplos acerca de la paciencia.

- Lea el párrafo que hay al comienzo de esta reseña e invite a las jóvenes a compartir situaciones de su vida en las que podrían necesitar paciencia (como la vida familiar, educación y la vida profesional, el matrimonio o la maternidad). Muestre varios objetos que representen momentos de su vida en los que tuvo que demostrar paciencia (por ejemplo, un certificado de graduación de la universidad, un anillo de bodas o una placa misional). Pida a las jóvenes que adivinen qué tienen que ver esos objetos con la paciencia y luego comparta las experiencias que tuvo.

Aprender juntas

Sugerencia para la enseñanza

"Puede demostrarles que los está escuchando al mostrarles una expresión de interés. Puede mirar al que está hablando en vez de contemplar los materiales de la lección u otros objetos en el salón de clases. Puede alentar a quien habla de modo que pueda completar su pensamiento sin interrupción. Puede evitar el intervenir en conversaciones prematuras dando consejos o ideas" (*La enseñanza: El llamamiento más importante*, 2000, pág. 71).

Cada una de las actividades siguientes ayudará a las jóvenes a entender la importancia de la paciencia. Siguiendo la inspiración del Espíritu, seleccione una o más que resulten mejor para su clase:

- Escriba en la pizarra unas cuantas preguntas acerca de Job (¿Qué clase de hombre era? ¿Qué probó su paciencia? ¿Qué nos enseña acerca de la paciencia?). Lean Job 1; 19:25–26 como clase y analicen las respuestas a estas preguntas: ¿Qué aprenden las jóvenes del ejemplo de Job que podría ayudarlas a ser más pacientes? ¿Cómo le ayudó su fe en el Salvador a enfrentar las pruebas con paciencia?

- Comparta el relato de la paciencia de un padre en el discurso del élder Robert C. Oaks "El poder de la paciencia", e invite a las jóvenes a compartir historias que tengan sobre la paciencia. Entregue a cada joven una pequeña sección de este discurso que crea que podría serle útil. Invítela a leerla y a resumirla para la clase. ¿Qué aprenden de este discurso que les inspire a confiar en el Señor y en Su determinación del momento oportuno? ¿Cuáles son algunas razones por las que somos impacientes? ¿Cómo podemos superar esa tendencia?

- Como clase, lean los párrafos 9-17 del discurso del élder Robert D. Hales "Esperamos en el Señor: Hágase tu voluntad" en busca de respuestas a la pregunta "¿Qué significa esperar en el Señor?". Si se desean reflexiones adicionales, invite a las jóvenes a buscar los pasajes que cita el élder Hales y a compartir cualquier cosa

que éstos enseñen sobre la paciencia. ¿Cómo podrían las jóvenes utilizar las palabras del élder Hales o estos pasajes para ayudar a alguien cuya fe esté desfalleciendo?

- Escriba en la pizarra los encabezamientos "Paciencia" e "Impaciencia". Entregue a cada joven uno de los pasajes sobre la paciencia que se sugieren en esta reseña. Invite a la clase a tomar turnos para leer el pasaje asignado, analizando su mensaje, y escribir en la pizarra las bendiciones de la paciencia o las consecuencias de la impaciencia que se enseñan en él. ¿Qué otras bendiciones y consecuencias pueden agregar a la lista? Invite a cada joven a escribir en una hoja de papel una situación para la que se requeriría paciencia (aliéntela a incluir no sólo grandes traumas sino también irritaciones o inconveniencias de todos los días). Pídales que intercambien los papeles con otra joven, que escriban una respuesta que muestre paciencia y luego compartan con la clase lo que han escrito.

- Muestre el video "Continuemos con paciencia" e invite a las jóvenes a analizar lo que aprendan sobre la paciencia. ¿Cuáles son algunas situaciones en las que las jóvenes se muestran impacientes? Invite a cada joven a leer una sección del discurso del presidente Dieter F. Uchtdorf "Continuar con paciencia" y pídales que hagan un resumen para el resto de la clase de lo que aprendieron de la sección que leyeron. ¿Cómo puede el consejo del presidente Uchtdorf ayudar a las jóvenes a ser más pacientes?

Pida a las jóvenes que compartan lo que aprendieron hoy. ¿Qué sentimientos o impresiones tienen? ¿Comprenden cómo llegar a ser más pacientes? ¿Desean hacer otras preguntas? ¿Sería útil dedicarle más tiempo a este tema?

Enseñar a la manera del Salvador

El Salvador enseñó por medio del ejemplo en todas las situaciones. Él mostró paciencia y longanimidad tanto a aquellos que lo siguieron como a quienes lo persiguieron. ¿Cómo podría ayudar su ejemplo de paciencia a quienes enseña a aprender a ser más pacientes ellas mismas?

Vivir lo que se aprende

Pida a las jóvenes que piensen cómo pondrán en práctica lo que han aprendido hoy. Por ejemplo, podrían:

- Mostrar más paciencia con sus familias en la semana que viene.
- Hacer una lista de maneras rápidas de ayudar a controlar su impaciencia en una situación tensa, como contar hasta 10 o cantar un himno.

Diga a las jóvenes lo que se estudiará la próxima semana. ¿Cuáles son sus pensamientos y preguntas sobre este tema? ¿Qué podrían hacer a fin de prepararse para aprender? Por ejemplo, podrían leer un discurso, ver un video o estudiar un pasaje de las Escrituras relacionado con la lección de la semana siguiente.

Recursos seleccionados

Extracto de Robert D. Hales, "Esperamos en el Señor: Hágase tu voluntad", Liahona, *noviembre de 2011, págs. 71–74*

Entonces, ¿qué quiere decir esperar en el Señor? En las Escrituras, la palabra *esperar* significa tener esperanza, aguardar y confiar. Tener esperanza y confianza en el Señor requiere fe, paciencia, humildad, mansedumbre, sufrimiento, guardar los mandamientos y perseverar hasta el fin.

Esperar en el Señor significa plantar la semilla de la fe y nutrirla "con gran diligencia y paciencia" (Alma 32:41).

Significa orar como lo hizo el Salvador, a Dios, nuestro Padre Celestial, diciendo: "Venga tu reino. Hágase tu voluntad" (Mateo 6:10; Lucas 11:2). Es una oración que ofrecemos con toda nuestra alma, en el nombre de nuestro Salvador Jesucristo.

Esperar en el Señor significa meditarlo en nuestro corazón y "recibir el Espíritu Santo para saber "todas las cosas que debemos hacer" (2 Nefi 32:5).

Al seguir las impresiones del Espíritu, descubrimos que "la tribulación produce paciencia" (Romanos 5:3) y aprendemos a "continuar con paciencia hasta perfeccionarnos" (Doctrina y Convenios 67:13).

Esperar en el Señor significa permanecer "firmes en la fe" (Alma 45:17) y "seguir adelante" con fe, "teniendo un fulgor perfecto de esperanza" (2 Nefi 31:20).

Significa confiar "solamente en los méritos de Cristo" (Moroni 6:4) y decir, favorecidos con Su gracia: "Sea hecha tu voluntad, oh Señor, y no la nuestra" (Doctrina y Convenios 109:44).

Mientras esperamos en el Señor, somos "inamovibles en guardar los mandamientos" (Alma 1:25) sabiendo que "que algún día descansaremos de todas nuestras aflicciones" (Alma 34:41).

Y sin perder "pues, la confianza" (Hebreos 10:35) de que "todas las cosas con que hemos sido afligidos obrarán juntamente para nuestro bien" (Doctrina y Convenios 98:3)

¿Por qué es importante ser agradecidas?

El Señor desea que tengamos un espíritu de gratitud en todo lo que hagamos y digamos. Cuando somos agradecidas, tenemos una mayor felicidad y satisfacción en nuestra vida. Reconocemos la influencia y las bendiciones del Señor.

¿Cuáles son algunas de las cosas por las que está más agradecida? ¿Cómo aumentó su felicidad el ser agradecida?

¿Qué pueden hacer las jóvenes para cultivar una actitud de gratitud? ¿De qué manera el tener una actitud de agradecimiento podría ser una bendición para ellas ahora y en el futuro?

Prepararse espiritualmente

¿Qué pasajes de las Escrituras y otros recursos ayudarán a las jóvenes a entender la importancia de ser agradecidas, así como las bendiciones que se reciben al vivir con gratitud?

Salmos 92:1; 100; Alma 26:8 (Expresiones de alabanza y acción de gracias)

Lucas 17:11–19 (Los diez leprosos)

Alma 37:37; D. y C. 46:32 (Se nos ha mandado dar gracias)

D. y C. 59:15–21 (La ingratitud ofende a Dios)

D. y C. 78:19 (Las bendiciones de la gratitud)

Thomas S. Monson, "El divino don de la gratitud", *Liahona*, noviembre de 2010, págs. 87–90

Henry B. Eyring, "¡Oh recordad, recordad!", *Liahona*, noviembre de 2007, págs. 66–69; véase también el video "¡Oh recuerda, recuerda!" (no está disponible para descargar)

Russell M. Nelson, "Demos gracias a Dios", *Liahona*, mayo de 2012, págs. 77–79; véase también el video "Demos gracias"

"La gratitud", *Para la Fortaleza de la Juventud*, 2011, pág. 18

"¡Grande eres Tú!", *Himnos*, Nº 41; "Cuenta tus bendiciones", *Himnos*, Nº 157

Compartir experiencias

Al comienzo de cada clase, invite a las jóvenes a compartir, enseñar y testificar acerca de las experiencias que hayan tenido al aplicar lo que aprendieron en la lección de la semana anterior. Esto alentará la conversión personal y ayudará a las jóvenes a darse cuenta de la importancia que tiene el Evangelio en la vida cotidiana.

Presentar la doctrina

Elija alguna de las ideas siguientes, o utilice las suyas, para presentar la lección de esta semana:

- Asigne a cada joven una letra del alfabeto y conceda a la clase un minuto para hacer una lista de todas las bendiciones en las que puedan pensar que empiecen con esa letra. ¿Por qué a veces ignoramos las aparentemente pequeñas bendiciones que el Señor nos ha dado? Pida a un miembro de la clase que lea Doctrina y Convenios 46:32 o 59:21. ¿Cómo podemos demostrar mayor gratitud "por cualquier bendición con que [seamos] bendecidos"?

- Escriba en la pizarra: "Nuestro grado de _____ es una medida de nuestro amor por Él". Aliente a las jóvenes a prestar atención a la palabra que completa la oración mientras ven el video "Demos gracias". Invítelas a compartir ejemplos de personas que muestran su amor por el Salvador por medio de la gratitud.

Aprender juntas

Sugerencia para la enseñanza

"Un buen maestro no piensa: '¿Qué haré hoy en la clase?', sino, '¿qué harán mis alumnos hoy en clase?'. No piensa: '¿Qué enseñaré hoy?', sino, '¿cómo podré hacer que mis alumnos se den cuenta de lo que tienen que saber?' (Virginia H. Pearce, en *La enseñanza: El llamamiento más importante*, 1999, pág. 66).

Cada una de las actividades siguientes ayudará a las jóvenes a entender la importancia de ser agradecidas. Siguiendo la inspiración del Espíritu, seleccione una o más que resulten mejor para su clase:

- Invite a cada joven a leer Lucas 17:11–19 y a compartir por qué creen que nueve de los diez leprosos no le dieron las gracias al Salvador. ¿Cuáles son algunas de las cosas que nos impiden expresar gratitud? Invite a las jóvenes a pensar en una bendición que hayan recibido y por la que quizás no han expresado la gratitud apropiada. ¿Por qué es importante expresar gratitud? ¿Qué harán para demostrar gratitud?

- Como clase, lean pasajes de las Escrituras y canten himnos de alabanza y acción de gracias, tales como los que se encuentran en esta reseña. Invite a las jóvenes a buscar frases acerca de las cosas por las que también sienten gratitud o alabanza. Invítelas a compartir las frases que elijan y a explicar por qué las eligieron, así como a expresar sus propios sentimientos de gratitud.

- Relate o lea la historia de los peces del discurso del élder Russell M. Nelson "Demos gracias a Dios". Pregunte a las jóvenes si alguna vez han ayudado a los demás (al igual que el cuidador en este relato) sin que se lo agradecieran. Divida el resto del discurso por los encabezados de cada sección, y asigne a cada joven a leer una sección. Pida a las jóvenes que escriban algo que aprendieron sobre la gratitud y un pasaje de las Escrituras relacionado con lo que hayan aprendido (podrían valerse de la Guía para el Estudio de las Escrituras). Permita que las jóvenes compartan lo que escribieron y que hablen de una ocasión

en que se hayan sentido agradecidas por uno de los dones de Dios.

- Lean o cuenten el relato acerca de la familia de Gordon Green, del discurso del presidente Thomas S. Monson "El divino don de la gratitud". Pida a las jóvenes que presten atención a las cosas que hicieron que la familia se sintiera agradecida. ¿Por qué cambió la actitud de la familia a lo largo de la historia? Invite a las jóvenes a meditar preguntas como las siguientes: "¿Alguna vez he sido desagradecida?", "¿Hay algunas bendiciones que estoy pasando por alto?", "¿Cómo me bendeciría tener una actitud de agradecimiento?". Invite a algunas de ellas a compartir algunos de sus pensamientos.

- Como clase, canten o lean el himno "Cuenta tus bendiciones" o vean el video "¡Oh recuerda, recuerda!". Pida a las jóvenes que hagan una lista de las bendiciones que se reciben al reconocer lo que Dios ha hecho por nosotras. ¿Cuándo el tener un corazón agradecido ha ayudado a las jóvenes a superar una prueba?

Pida a las jóvenes que compartan lo que aprendieron hoy. ¿Qué sentimientos o impresiones tienen? ¿Comprenden la importancia de la gratitud? ¿Desean hacer otras preguntas? ¿Sería útil dedicarle más tiempo a este tema?

Vivir lo que se aprende

Pida a las jóvenes que piensen cómo pondrán en práctica lo que han aprendido hoy. Por ejemplo, podrían:

- Ofrecer una oración sólo de agradecimiento, agradeciendo a nuestro Padre Celestial las bendiciones y no pidiendo nada.
- Buscar oportunidades de expresar gratitud a lo largo de la semana.

Diga a las jóvenes lo que se estudiará la próxima semana. ¿Cuáles son sus pensamientos y preguntas sobre este tema? ¿Qué podrían hacer a fin de prepararse para aprender? Por ejemplo, podrían leer un discurso, ver un video o estudiar un pasaje de las Escrituras relacionado con la lección de la semana siguiente.

Enseñar a la manera del Salvador

El Salvador conocía a Sus seguidores y sabía quiénes podían llegar a ser. Este conocimiento influyó en la forma de enseñarles. ¿Cómo puede llegar a conocer a las jóvenes de la clase? ¿Cómo puede el conocer sus intereses, necesidades y dificultades influir en la forma de enseñarles?

Recursos seleccionados

Extracto de Thomas S. Monson, "El divino don de la gratitud", Liahona, *noviembre de 2010, págs. 87–90.*

Gordon relata que se crió en una granja en Canadá, donde él y sus hermanos tenían que apresurarse a ir a casa después de la escuela mientas los otros niños jugaban a la pelota e iban a nadar. Sin embargo, su padre tenía la capacidad de ayudarlos a entender que su trabajo era de valor. Eso era especialmente así después de la cosecha, cuando la familia celebraba el día de acción de gracias, ya que ese día, su padre les daba un gran regalo: hacía un inventario de todo lo que tenían.

La mañana del día de acción de gracias, los llevaba al sótano donde tenían toneles de manzanas, cubos de remolacha, zanahorias preservadas en arena, y montañas de sacos de patatas, así como arvejas, maíz, judías, mermeladas, fresas y otras conservas que llenaban los estantes. Les pedía a los niños que contaran todo minuciosamente; después iban al granero y contaban las toneladas de heno que había y las fanegas de grano. Contaban las vacas, los cerdos, las gallinas, los pavos y los patos. El padre les decía que quería ver cuánto era lo que tenían, pero ellos sabían que en realidad lo que quería era que se dieran cuenta, ese día especial, lo mucho que Dios los había bendecido y había compensado todas sus horas de trabajo. Finalmente, cuando se sentaban a disfrutar el festín que su madre había preparado, las bendiciones era algo que sentían.

Sin embargo, Gordon indicó que el día de acción de gracias que recordaba con más agradecimiento era el año en que parecía que no tenían nada por qué estar agradecidos.

El año había empezado bien: tenían heno de sobra, muchas semillas, cuatro crías de cerdos…

… Cuando los cultivos estaban a punto de brotar, empezaron las lluvias y cuando el agua por fin se retiró, no había quedado ninguna planta en ningún lugar. Volvieron a plantar, pero más lluvia volvió a acabar con las cosechas; las patatas se pudrieron en el lodo. Vendieron un par de vacas y todos los cerdos y otro ganado que habían pensado retener, recibiendo precios muy bajos por ellos ya que todas las demás personas habían tenido que hacer lo mismo. Lo único que cosecharon ese año fue un pequeño terreno de nabos que de algún modo no se arruinó con las lluvias.

De nuevo llegó el día de acción de gracias. La madre dijo: "Quizás será mejor que lo olvidemos este año; ni siquiera tenemos un ganso".

Sin embargo, la mañana del día de acción de gracias, el padre de Gordon se apareció con una liebre y le pidió a su esposa que la cocinara. A regañadientes empezó a hacerlo, indicando que tomaría mucho tiempo cocinar ese viejo y duro animal. Cuando por fin lo colocaron en la mesa con algunos de los nabos que habían sobrevivido, los niños se negaron a comer. La madre lloró, y después el padre hizo algo raro: fue al desván, tomó una de las lámparas de aceite, volvió a la mesa y la encendió. Pidió a los niños que apagaran las luces eléctricas. Cuando sólo tenían la luz de la lámpara, casi no podían creer que antes hubiera estado tan oscuro. Se preguntaron cómo habían podido ver algo sin la luz brillante que producía la electricidad.

Se bendijo la comida y todos comieron; al terminar, todos permanecieron sentados en silencio. Gordon escribió:

"En la humilde penumbra de la vieja lámpara fue que volvimos a ver claramente…

"Fue una deliciosa comida; la liebre sabía a pavo y los nabos estaban más sabrosos que nunca…

"Nuestro hogar… a pesar de sus carencias, nos pareció opulento" (adaptado de H. Gordon Green, "The Thanksgiving I Don't Forget", *Reader's Digest*, noviembre de 1956, págs. 69–71.)

RESEÑA DE LA UNIDAD

Noviembre: La autosuficiencia espiritual y temporal

"El poder está en ellos, y en esto vienen a ser sus propios agentes" (D. y C. 58:28).

Las reseñas de esta unidad ayudarán a las jóvenes a comprender la importancia de llegar a ser autosuficientes, tanto espiritual como temporalmente. A pesar de que se encuentran en plena juventud, estas jovencitas han sido bendecidas con el don del albedrío y están aprendiendo cómo establecer su propio camino y encontrar respuestas a sus problemas en el evangelio de Jesucristo. Cuanto más autosuficientes lleguen a ser, más libertad disfrutarán. Estarán mejor preparadas para servir al Señor, fortalecer a sus familias y cumplir con sus futuras responsabilidades como esposas y madres.

Reseñas para escoger este mes:

¿Qué significa ser autosuficiente?
¿Por qué es importante para mí obtener formación académica y adquirir habilidades?
¿Por qué el trabajo es un principio importante del Evangelio?
¿Por qué el Señor desea que me mantenga saludable?
¿Cuál es la manera del Señor de proveer para los pobres y necesitados?
¿Cómo puedo encontrar soluciones a mis desafíos y problemas?

Mutual

Muchos de los temas de las lecciones y las actividades de aprendizaje de esta unidad serían adecuados para las actividades de la Mutual. Trabaje con las presidencias de la clase en la selección y planificación de actividades adecuadas.

Visite lds.org/youth/learn para ver esta unidad en línea.

Progreso Personal

Las siguientes actividades del Progreso Personal están relacionadas con las lecciones de esta unidad:

Proyectos 1 y 4 del valor Naturaleza divina

Experiencia 4 o los proyectos 3 y 5 del valor Valor individual

Experiencias o proyectos del valor Conocimiento

Las experiencias 1 y 7 y el proyecto 5 del valor Elección y responsabilidad

Experiencia 6 del valor Buenas obras

Para la Fortaleza de la Juventud

Las siguientes normas de *Para la Fortaleza de la Juventud* se relacionan con las lecciones de esta unidad:

La educación académica

Los diezmos y las ofrendas

El trabajo y la autosuficiencia

¿Qué significa ser autosuficiente?

Cuando somos autosuficientes, utilizamos las bendiciones y habilidades que Dios nos ha dado para velar por nosotras mismas y por nuestra familia, y para encontrar soluciones a nuestros problemas. Al llegar a ser autosuficientes tenemos mayor capacidad de servir y cuidar a los demás. El Señor desea que lleguemos a ser autosuficientes tanto en forma espiritual como temporal.

¿Cómo ha utilizado las habilidades y las bendiciones que Dios le ha dado para cuidar de sí misma y de su familia? ¿Cómo el ser autosuficiente le ha permitido bendecir a los demás? ¿Qué otras bendiciones de la autosuficiencia ha experimentado?

¿Por qué es importante para las jóvenes llegar a ser autosuficientes? ¿Cómo les ayudará la autosuficiencia a soportar tiempos de adversidad? ¿Cómo bendecirá a sus futuras familias?

Prepararse espiritualmente

¿Qué pasajes de las Escrituras y otros recursos ayudarán a las jovencitas a comprender el significado de ser autosuficientes?

Mateo 25:1–13 (La parábola de las diez vírgenes)

Mateo 25:14–29 (La parábola de los talentos)

2 Tesalonicenses 3:10–13; Gálatas 6:3–5 (La importancia de trabajar y ser autosuficientes)

D. y C. 58:26–28 (Somos nuestras propias agentes)

D. y C. 88:118 (Buscar conocimiento tanto por el estudio como por la fe)

D. y C. 89:18–20 (Promesas a quienes obedezcan la Palabra de Sabiduría)

D. y C. 104:78 (Pagar las deudas)

Susan W. Tanner, "Fortaleciendo a las futuras madres", *Liahona,* junio de 2005, págs. 20–24

Henry B. Eyring, "La preparación espiritual: Comiencen con tiempo y perseveren", *Liahona,* noviembre de 2005, págs. 37–40

"El trabajo y la autosuficiencia", *Para la Fortaleza de la Juventud,* 2011, pág. 48

"Llegar a ser autosuficiente", *Leales a la fe*, 2004, págs. 33–34

"Autosuficiencia", *Manual 2: Administración de la Iglesia*, 2010, 6.1.1

"La autosuficiencia temporal", *Hijas en Mi reino: La historia y la obra de la Sociedad de Socorro*, 2011, págs. 58–64

Compartir experiencias

Al comienzo de cada clase, invite a las jóvenes a compartir, enseñar y testificar acerca de las experiencias que hayan tenido al aplicar lo que aprendieron en la lección de la semana anterior. Esto alentará la conversión personal y ayudará a las jóvenes a darse cuenta de la importancia que tiene el Evangelio en la vida cotidiana.

Presentar la doctrina

Elija alguna de las ideas siguientes, o utilice las suyas, para presentar la lección de esta semana:

- Comparta con las jóvenes la definición de autosuficiencia que se da al comienzo de esta reseña. Pida a las jovencitas que lean D. y C. 58:26–28 y luego hágales las siguientes preguntas: ¿Qué significa ser "[nuestros] propios agentes"? ¿Cómo podemos llegar a estar más "anhelosamente consagrados a una causa buena"? ¿Qué se enseña en estos versículos acerca de la autosuficiencia? Analicen las respuestas como clase.

- Escriba la palabra "Dependiente" en el lado izquierdo de la pizarra y la palabra "Autosuficiente" en el derecho. Pida a las jovencitas que definan ambas palabras (en caso de que necesiten ayuda, dígales que consulten las páginas 33–35 de *Leales a la fe*). Pídales que hagan una lista de las formas en que dependen de otras personas y las formas en que son autosuficientes. ¿Por qué el Señor quiere que lleguemos a ser autosuficientes?

Aprender juntas

Sugerencia para la enseñanza

"El maestro excelente no se acredita a sí mismo el conocimiento y progreso adquirido por aquellos a quienes enseña. Tal como el jardinero que siembra y cuida de sus plantas, se esfuerza por fomentar las mejores condiciones posibles para el aprendizaje. Entonces agradecen a Dios cuando comprueban el progreso de sus alumnos" (*La enseñanza: El llamamiento más importante*, pág. 67).

Cada una de las actividades siguientes ayudará a las jóvenes a comprender el significado de ser autosuficientes. Siguiendo la inspiración del Espíritu, seleccione una o más actividades que resulten mejor para su clase:

- Escriba en diversas hojas de papel los siguientes temas relacionados con la autosuficiencia: *salud, educación, empleo, almacenamiento en el hogar, finanzas* y *fortaleza espiritual*. Permita que cada jovencita escoja uno de los temas que le interese e invítelas a leer al respecto en una copia de la sección 6.1.1 del *Manual 2* (páginas 38–39). Pida a cada joven que enseñe brevemente a la clase lo que haya aprendido de su tema, cómo se relaciona con la autosuficiencia y lo que puede hacer ahora para prepararse para ser autosuficiente en ese aspecto. ¿Cómo pueden los esfuerzos actuales de las jóvenes bendecirlas en el futuro? ¿Cómo pueden esos esfuerzos bendecir a sus familias cuando sean esposas y madres?

- Invite a cada jovencita a leer uno de los relatos de *Hijas en Mi reino* (págs. 58–64) acerca de mujeres que fueron autosuficientes en los albores de la historia de la Iglesia. Pida a las jóvenes que cuenten esos relatos en sus propias palabras y que compartan lo que hayan aprendido sobre la autosuficiencia. ¿Qué pueden hacer para seguir esos ejemplos mientras aún son jóvenes?

- Divida a las jovencitas en grupos de a dos. Asigne un pasaje de las Escrituras acerca de la autosuficiencia, como los de esta reseña, a cada pareja. Invite a los grupos a leer su pasaje de las Escrituras y después a crear un mensaje mormón acerca de la autosuficiencia. Tal vez desee mostrar un

ejemplo de un mensaje mormón de la revista *Liahona*. Brinde a las jóvenes la oportunidad de compartir un mensaje mormón con la clase. Anímelas a colocarlo en algún lugar visible de la casa para que les recuerde lo que aprendieron.

- Escriba en la pizarra los siguientes aspectos de la autosuficiencia: salud, educación, trabajo, economía y fortaleza espiritual. Asigne a cada joven un pasaje de las Escrituras acerca de la oración (como los que se sugieren en esta reseña). Invítelas a escribir la referencia al lado de la palabra o frase de la pizarra que ella considere que describe su pasaje de las Escrituras. Pida a cada jovencita que comparta su pasaje con la clase y que explique cómo se relaciona con el tema que escogió. Pida a las jóvenes que elijan algo que harán para llegar a ser más autosuficientes en una de estas facetas.

- Entregue a cada joven cinco monedas, dos monedas o una moneda. Pídales que lean Mateo 25:14–29 para encontrar lo que sucedió con el personaje de la parábola al que se le dio la misma cantidad de dinero que se les entregó a ellas. Analice preguntas tales como "¿Qué hicieron los tres siervos con el dinero que se les dio?" y "¿Cómo se relaciona esta parábola con la autosuficiencia?". Invite a las jóvenes a meditar en las cosas que Dios les ha dado y que les ayudarán a ser autosuficientes, tales como sus talentos, cualidades y habilidades. ¿Cómo pueden utilizan esas cualidades para llegar a ser más autosuficientes? ¿Cómo pueden utilizarlas para bendecir a sus futuras familias?

- Pregunte a las jovencitas lo que ellas y sus familias hacen para prepararse para un desastre natural (por ejemplo, un terremoto o huracán). Como clase, lean los primeros tres párrafos del discurso del presidente Henry B. Eyring "La preparación espiritual: Comiencen con tiempo y perseveren". ¿Cuáles son algunos "desastres espirituales" o pruebas que podríamos afrontar? ¿Qué podemos hacer para prepararnos espiritualmente? Entregue a cada joven una parte del resto del discurso del presidente Eyring y pídales que busquen respuestas a estas preguntas. Invítelas a compartir lo que hayan encontrado.

Pida a las jóvenes que compartan lo que aprendieron hoy. ¿Comprenden ellas la autosuficiencia lo bastante bien como para explicársela a alguien? ¿Qué sentimientos o impresiones tienen? ¿Desean hacer otras preguntas? ¿Resultaría útil dedicarle más tiempo a esta doctrina?

Vivir lo que se aprende

Pida a las jóvenes que piensen cómo pondrán en práctica lo que han aprendido hoy. Por ejemplo, podrían:

- Comprometerse a hacer algo esta semana para llegar a ser más autosuficientes y a compartir sus experiencias en la clase de la próxima semana.

Enseñar a la manera del Salvador

El Salvador confiaba en Sus discípulos. Las preparó y les dio responsabilidades importantes de enseñar, bendecir y servir a los demás. ¿Cómo puede alentar a las jóvenes de la clase a bendecir a quienes las rodean por medio de su enseñanza y servicio?

- Completar una o más de las siguientes opciones del *Progreso Personal:* el proyecto 1 o 4 del valor Naturaleza divina, las experiencias o el proyecto del valor Conocimiento, o la experiencia 1 o 7 del valor Elección y responsabilidad.

Diga a las jóvenes lo que se estudiará la próxima semana. ¿Qué podrían hacer a fin de prepararse para aprender? Por ejemplo, podrían leer un discurso, ver un video o estudiar un pasaje de las Escrituras relacionado con la lección de la semana siguiente.

Recursos seleccionados

"Bienestar", Leales a la fe, *2004, págs. 34–35*

La responsabilidad de nuestro propio bienestar social, emocional, espiritual, físico y económico es primeramente nuestra, luego, de nuestra familia y, en tercer lugar, de la Iglesia. Bajo la inspiración del Señor y por medio de nuestro propio esfuerzo, debemos proveer para nosotros y para nuestra familia las cosas indispensables para la vida, tanto espirituales como temporales.

Si somos autosuficientes podremos cuidar mejor de nosotros mismos y de nuestra familia. Ya que estaremos preparados para las épocas de adversidad sin depender de otras personas.

Se puede llegar a ser autosuficiente de la siguiente manera: (1) aprovecha las oportunidades educativas; (2) pon en práctica los buenos principios de nutrición y la higiene; (3) prepárate para un empleo adecuado y obtenlo; (4) almacena una provisión de alimentos y de ropa de acuerdo con lo que permita la ley; (5) administra con prudencia tus recursos, incluso paga el diezmo y las ofrendas, y evita las deudas; y (6) desarrolla la fortaleza espiritual, emocional y social.

Para llegar a ser autosuficiente, debes estar dispuesta a trabajar. El Señor nos ha mandado trabajar (véase Génesis 3:19 y D. y C. 42:42). El trabajo honrado es la fuente básica de la felicidad, de la autoestima y de la prosperidad.

Si en algún momento no podemos satisfacer temporalmente nuestras necesidades básicas con nuestros propios esfuerzos o con el apoyo de nuestros familiares, la Iglesia podría ayudarnos. En esas situaciones, la Iglesia proporciona recursos para que te mantengas y te ayudaría a ti y a tu familia a ser autosuficientes otra vez.

¿Por qué es importante para mí obtener formación académica y adquirir habilidades?

La formación académica es una parte importante del plan de nuestro Padre Celestial para ayudarnos a llegar a ser más como Él. Obtener formación académica brinda conocimiento y habilidades que pueden ayudarnos a adquirir autosuficiencia. La formación académica nos preparará también para prestar un mayor servicio a nuestra familia, a la Iglesia y al mundo.

¿Cómo le ha ayudado su formación académica a prepararse para afrontar la vida? ¿Cómo le ha ayudado a ser más autosuficiente?

¿Por qué es importante que las jóvenes obtengan una formación académica? ¿Qué opina acerca de la instrucción? ¿De qué manera la formación académica y el desarrollo de destrezas ayuda a las jóvenes en todas sus funciones futuras?

Prepararse espiritualmente

¿Qué discursos y pasajes de las Escrituras les ayudarán a comprender el valor de la formación académica?

Proverbios 4:7; 2 Nefi 9:29; D. y C. 88:76–80, 118; 90:15; 93:36; 130:18–19 (Debemos buscar sabiduría y conocimiento)

Proverbios 31:10–31 (Una mujer virtuosa busca sabiduría y habilidades para el cuidado de su hogar y su familia)

José Smith—Historia 1:11–17; 1 Nefi 11:1–6; Doctrina y Convenios 138:1–11 (Ejemplos de personajes de las Escrituras que buscaron conocimiento)

Mary N. Cook, "Busquen conocimiento: Tienen una obra que realizar", *Liahona*, mayo de 2012, págs. 120–122

"La educación académica", *Para la Fortaleza de la Juventud*, 2011, págs. 9–10

Compartir experiencias

Al comienzo de cada clase, invite a las jóvenes a compartir, enseñar y testificar acerca de las experiencias que hayan tenido al aplicar lo que aprendieron en la lección de la semana anterior. Esto alentará la conversión personal y ayudará a las jóvenes a darse cuenta de la importancia que tiene el Evangelio en la vida cotidiana.

Presentar la doctrina

Elija alguna de las ideas siguientes, o utilice las suyas, para presentar la lección de esta semana:

- Lean como clase Doctrina y Convenios 88:118 y analicen por qué el aprendizaje es un importante principio del Evangelio.

- Invite a las jovencitas a imaginar que una amiga de la Iglesia les dice que va a abandonar los estudios, explicando: "Voy a casarme algún día, y mi esposo me va a mantener, así que no necesito seguir estudiando". ¿Cómo podrían animarla a conseguir una formación académica? Pídales que escriban sus respuestas en una hoja de papel. Recoja los papeles y lean y analicen las respuestas en la clase. Al final de la clase, deles la oportunidad de añadir sus respuestas basadas en lo que aprendieron durante la lección.

Aprender juntas

Cada una de las actividades siguientes ayudará a las jóvenes a comprender la importancia de la formación académica. Siguiendo la inspiración del Espíritu, seleccione una o más actividades que resulten mejor para su clase:

- Divida las secciones del discurso de Mary N. Cook "Busquen conocimiento: Tienen una obra que realizar" entre las jovencitas y pídales que lean sus secciones y que subrayen las ideas que sean importantes para ellas (también podrían ver un video del discurso y anotar las ideas importantes). Invítelas a compartir lo que hayan subrayado con la clase y explique cómo los estudios pueden bendecir a sus futuras familias.

- Asigne a las jóvenes a leer en forma individual uno de los cinco párrafos de la sección "La educación" en el librito *Para la Fortaleza de la Juventud* o las declaraciones de los presidentes Gordon B. Hinckley y Thomas S. Monson al comienzo del discurso "Busquen conocimiento: Tienen una obra que realizar". Pídales que expliquen a la clase lo que hayan leído y analicen por qué es importante trabajar diligentemente ahora para lograr una buena formación académica. Invite a las jóvenes a pensar y a compartir sus metas para obtener una formación académica.

- Divida la clase en tres grupos. Pida al primer grupo que lea Proverbios 31:10–31, al segundo que lea los pasajes de las Escrituras de esta reseña que enseñan que debemos procurar sabiduría y conocimiento, al tercer grupo que lea los pasajes de esta reseña que den ejemplos de personas que buscaron conocimiento. Pida a cada grupo que analice lo que enseñan sus pasajes asignados acerca de la importancia de obtener formación académica y desarrollar habilidades. Invite a cada grupo a compartir con el resto de la

Sugerencia para la enseñanza

"Es a él [al alumno] a quien se debe poner en acción. Si el maestro es la estrella del espectáculo, sólo habla él y se encarga de todo, es por seguro que está interfiriendo con el aprendizaje de los miembros de la clase" (Asahel D. Woodruff, en *La enseñanza: El llamamiento más importante*,1999, pág. 66).

Enseñar a la manera del Salvador

El Salvador utilizó las Escrituras para enseñar y testificar acerca de Su misión. Enseñó a las personas a analizar las Escrituras por ellas mismas y a utilizarlas para encontrar respuestas a sus preguntas. ¿Qué puede hacer para inspirar a las mujeres jóvenes a estudiar y meditar las Escrituras?

clase lo que hablaron. ¿Cómo el obtener educación académica las ayudará en sus vidas? ¿Cómo les ayudará a ser mejores esposas y madres?

- Con la autorización del obispo, invite a algunas mujeres del barrio a compartir cómo el obtener una formación académica es una bendición para ellas y sus familias. ¿Cómo les ha ayudado a llegar a ser un miembro que contribuye en el reino de Dios? Aliente a las jovencitas a formular cualquier pregunta que tengan acerca de obtener una formación académica.

Pida a las jóvenes que compartan lo que aprendieron hoy. ¿Comprenden la importancia de obtener una formación académica? ¿Qué sentimientos o impresiones tienen? ¿Desean hacer otras preguntas? ¿Resultaría útil dedicarle más tiempo a esta doctrina?

Vivir lo que se aprende

Pida a las jóvenes que piensen cómo pondrán en práctica lo que han aprendido hoy. Por ejemplo, podrían:

- Completar una o más de las siguientes opciones del *Progreso Personal:* la experiencia 4 y el proyecto 5 del valor Valor individual, la experiencia 1, la experiencia 5 o el proyecto 2 del valor Conocimiento.
- Hacer una lista de las cosas que desean aprender y planifiquen aprenderlas. Después de que hayan cumplido con los planes, podrían compartir sus experiencias con las otras jóvenes.

Diga a las jóvenes lo que se estudiará la próxima semana. ¿Qué podrían hacer a fin de prepararse para aprender? Por ejemplo, podrían leer un discurso, ver un video o estudiar un pasaje de las Escrituras relacionado con la lección de la semana siguiente.

Recursos seleccionados

"La educación académica", Para la Fortaleza de la Juventud, *2011, págs. 9–10.*

La educación académica es una parte importante del plan de nuestro Padre Celestial para ayudarte a llegar a ser más como Él. Él desea que eduques tu mente y cultives tus aptitudes y talentos, tu poder para conducirte bien en tus responsabilidades y tu capacidad para apreciar la vida. La educación académica que recibas será valiosa para ti durante la vida mortal y en la vida venidera.

Los estudios te prepararán para prestar un mayor servicio en el mundo y en la Iglesia; te ayudarán a proveer mejor para ti, para tu familia y para quienes los necesiten. También te ayudarán a ser un consejero y compañero más prudente para tu futuro cónyuge y un maestro informado y más eficiente para tus futuros hijos.

Estudiar es una inversión que produce grandes recompensas y te abrirá las puertas de las oportunidades que de otro modo estarían cerradas para ti. Planifica hoy mismo obtener una educación académica; ten la disposición de trabajar diligentemente y de hacer sacrificios si fuera necesario. Comparte tus metas educativas con tu familia, amigos y líderes para que ellos puedan darte apoyo y ánimo.

Mantén el entusiasmo por aprender durante toda tu vida. Encuentra gozo al seguir aprendiendo y expandiendo lo que te interesa. Elige participar activamente en las oportunidades de aprendizaje que se te presenten.

Tus estudios deben incluir el aprendizaje espiritual. Estudia las Escrituras y las palabras de los profetas de los últimos días. Participa en seminario e instituto. Durante toda tu vida continúa aprendiendo acerca del plan del Padre Celestial. Ese aprendizaje espiritual te ayudará a encontrar las respuestas a los desafíos de la vida e invitará la compañía del Espíritu Santo.

Extracto de Mary N. Cook, "Busquen conocimiento: Tienen una obra que realizar", Liahona, *mayo de 2012, págs. 120–122.*

Busquen conocimiento por medio del estudio diligente. Rara vez podrán pasar tanto tiempo dedicado al aprendizaje como lo pueden hacer ahora. El presidente Gordon B. Hinckley sabiamente aconsejó a los jóvenes de la Iglesia: "El modelo de estudio que establezcan durante los años de estudio formal afectará en gran medida la sed de conocimiento que tengan durante toda la vida" (Gordon B. Hinckley, *Way to Be! Nine Ways to Be Happy and Make Something of Your Life*, 2002, pág. 28)."Es preciso que obtengan toda la educación académica posible. Sacrifiquen la compra de un auto, sacrifiquen cualquier cosa a fin de que ello les habilite para desempeñar el trabajo del mundo. …Capaciten sus mentes y sus manos para que lleguen a ser una influencia para bien al seguir adelante con su vida" (Gordon B. Hinckley, "Seek Learning," *New Era,* septiembre de 2007, págs. 2, 4).

Dirigiéndose específicamente a la mujer, el presidente Thomas S. Monson dijo: "A menudo, el futuro es incierto; por tanto, es preciso prepararnos para lo incierto … Las insto a proseguir estudios y a adquirir conocimientos prácticos, para que, de surgir la necesidad, estén preparadas para proveer para su familia" (Thomas S. Monson, "Si estáis preparados, no temeréis", *Liahona,* noviembre de 2004, pág. 116).

¿Por qué el trabajo es un principio importante del Evangelio?

El Señor nos ha mandado no ser ociosas. El desarrollar la capacidad para trabajar nos ayuda a contribuir al mundo en que vivimos y nos brinda un mayor sentido de autoestima. Nos bendice a nosotras y a nuestra familia, tanto ahora como en el futuro.

¿Qué función desempeñó el trabajo en su vida? ¿En qué forma ha sido el trabajo una bendición para usted y su familia, tanto en lo temporal como en lo espiritual?

¿Las jóvenes a las que enseña piensan en el trabajo como una oportunidad o como algo que desean evitar? ¿Cómo puede ayudarlas a reconocer las muchas bendiciones del trabajo y a cultivar el deseo de trabajar?

Prepararse espiritualmente

¿Qué pasajes de las Escrituras y discursos ayudarán a las jóvenes a comprender por qué el trabajo es un importante principio del Evangelio?

Génesis 3:19; Gálatas 6:3–5; 1 Tesalonicenses 4:11; Mosíah 10:4–5 (Se nos ha mandado trabajar)

Proverbios 31:27; Alma 38:12; D. y C. 58:27; 60:13; 75:29 (No seamos ociosas)

Moisés 1:39 (La obra y la gloria de Dios)

Dieter F. Uchtdorf, "Dos principios para cualquier economía", *Liahona,* noviembre de 2009, págs. 55–58

H. David Burton, "La bendición del trabajo", *Liahona,* diciembre de 2009, págs. 37–40

"El trabajo y la autosuficiencia", *Para la Fortaleza de la Juventud,* 2011, págs. 40–41

"Felicidad en la vida familiar: El trabajo"

Video: "Fácil de guiar"

Compartir experiencias

Al comienzo de cada clase, invite a las jóvenes a compartir, enseñar y testificar acerca de las experiencias que hayan tenido al aplicar lo que aprendieron en la lección de la semana anterior. Esto alentará la conversión personal y ayudará a las jóvenes a darse cuenta de la importancia que tiene el Evangelio en la vida cotidiana.

Presentar la doctrina

Elija alguna de las ideas siguientes, o utilice las suyas, para presentar la lección de esta semana:

• Invite a las jovencitas a ver el video "Fácil de guiar" y a buscar las bendiciones que se reciben al trabajar arduamente. Pida a las jovencitas que analicen las bendiciones que han recibido debido a que trabajaron arduamente.

• Invite a una de las jóvenes a compartir un talento con la clase y explicar lo que tuvo que hacer para desarrollar ese talento. ¿Qué la motivó a trabajar tanto para obtener su talento? Invite a otras jóvenes de la clase a compartir experiencias en las que tuvieron que trabajar para lograr algo. ¿Por qué nuestro Padre Celestial quiere que aprendamos a trabajar?

Aprender juntas

Cada una de las actividades siguientes ayudará a las jóvenes a aprender sobre el valor del trabajo. Siguiendo la inspiración del Espíritu, seleccione una o más actividades que resulten mejor para su clase:

• Entregue a cada joven una referencia de las Escrituras acerca del trabajo (como las que se encuentran en esta reseña). Pídale que lea el pasaje y que piense en un ejemplo de su vida o de la vida de alguien que demuestre el principio que se enseña en esa Escritura. Invite a las jovencitas a compartir sus pasajes de las Escrituras y los ejemplos que pensaron. ¿De qué forma el trabajo bendice nuestra vida?

• Entregue a cada joven uno de los pasajes de las Escrituras de esta reseña y pídales que escriban un breve resumen de éste en una hoja de papel. Pida a las jóvenes que pongan sus resúmenes en la pizarra. Asigne a cada jovencita un pasaje diferente de las Escrituras e invítelas a leerlo y a buscar el resumen en la pizarra que concuerde con su pasaje. ¿Qué aprenden las jóvenes de estas Escrituras acerca de la importancia del trabajo? ¿Cómo han sido bendecidas por haber trabajado arduamente?

• Utilice la sección "El trabajo y la autosuficiencia" de *Para la Fortaleza de la Juventud*, de los discursos que se sugieren en esta reseña o del sitio Trabajo de LDS.org para seleccionar declaraciones sobre el trabajo que crea que serán significativas para las jóvenes. Entregue a cada jovencita una de las declaraciones e invítela a leerla en silencio y a pasársela a la persona que se sienta a su lado. Pida a las jóvenes que continúen así hasta que todas hayan leído cada una de las declaraciones. Coloque todas las citas en la pizarra e invite a cada joven a seleccionar una que sea especialmente significativa para ella y a compartir por qué lo es. ¿Qué aprenden de esas citas acerca de la importancia del trabajo? ¿Cómo el aprender a trabajar las bendecirá a ellas y a sus familias, ahora y en el futuro?

• Entregue a las jóvenes copias de una de las secciones relevantes de los discursos que se sugieren en esta

Sugerencia para la enseñanza

"Formule preguntas que requieran que los alumnos busquen sus respuestas en las Escrituras y en las enseñanzas de los profetas de los últimos días" (*La enseñanza: El llamamiento más importante*, 1999, pág. 67).

Enseñar a la manera del Salvador

El Salvador conocía a quienes enseñó y personalizaba Sus enseñanzas con el fin de llegar a personas diferentes. Al prepararse para enseñar, lea las Escrituras y otros recursos con las jóvenes en mente y reflexione en qué puede hacer para llegar a las integrantes de la clase en forma individual.

reseña. Invítelas a leer las secciones individualmente y a subrayar las palabras y frases que describan las bendiciones que se reciben por medio del trabajo. Pídales que compartan con otra persona de la clase lo que subrayaron. ¿Qué han aprendido acerca del trabajo de sus familias? ¿Qué trabajo pueden realizar ahora que bendecirá sus hogares? ¿Cómo creen que el aprender ahora sobre el trabajo les ayudará cuando sean madres?

Pida a las jóvenes que compartan lo que aprendieron hoy. ¿Comprenden mejor el valor del trabajo? ¿Qué sentimientos o impresiones tienen? ¿Desean hacer otras preguntas? ¿Resultaría útil dedicarle más tiempo a esta doctrina?

Vivir lo que se aprende

Pida a las jóvenes que piensen cómo pondrán en práctica lo que han aprendido hoy. Por ejemplo, podrían:

- Ayudar en algunas tareas de casa, conseguir un empleo de media jornada o ser voluntarias en una organización local de servicio.
- Completar uno o ambos de los proyectos siguientes en el *Progreso Personal:* proyecto 1 del valor Conocimiento, proyecto 5 del valor Elección y responsabilidad.

Diga a las jóvenes lo que se estudiará la próxima semana. ¿Qué podrían hacer a fin de prepararse para aprender? Por ejemplo, podrían leer un discurso, ver un video o estudiar un pasaje de las Escrituras relacionado con la lección de la semana siguiente.

Recursos seleccionados

"El trabajo y la autosuficiencia", Para la Fortaleza de la Juventud, *2011, págs. 40–41.*

El trabajo es honorable. Desarrollar la capacidad para trabajar hará que puedas contribuir al mundo en el que vives; te dará un sentido más grande de autoestima. Te bendecirá a ti y a tu familia, tanto ahora como en el futuro.

El aprender a trabajar comienza en el hogar. Ayuda a tu familia participando de buena voluntad en el trabajo que se necesita para mantener un hogar. Aprende a temprana edad a administrar prudentemente tu dinero y a vivir dentro de tus medios. Sigue las enseñanzas de los profetas al pagar el diezmo, evitar las deudas y ahorrar para el futuro.

Fíjate metas elevadas y ten la disposición de trabajar arduamente para alcanzarlas. Desarrolla la autodisciplina y sé digno(a) de confianza. Haz lo mejor en tus llamamientos de la Iglesia, en tus tareas escolares, en tu empleo y demás ocupaciones que valgan la pena. Los hombres jóvenes deben estar dispuestos a hacer lo necesario para prepararse para servir en una misión de tiempo completo. El Padre Celestial te ha dado dones y talentos, y sabe que eres capaz de tener éxito. Procura Su ayuda y guía al trabajar para alcanzar tus metas.

El Señor nos ha mandado no ser ociosos. La ociosidad conduce a un comportamiento inapropiado, puede dañar relaciones y conducir al pecado. Una forma de ociosidad es pasar una cantidad excesiva de tiempo en actividades que te alejen del trabajo productivo, tales como el uso de internet, jugar videojuegos y mirar televisión.

No pierdas tu tiempo ni tu dinero en juegos de azar. Jugar por dinero está mal y no debe utilizarse como una forma de entretenimiento; es adictivo y conduce a la pérdida de oportunidades, arruina vidas y destruye familias. Creer que se puede obtener algo por nada es falso.

Una de las bendiciones del trabajo es la de cultivar la autosuficiencia. Cuando eres autosuficiente, utilizas las bendiciones y aptitudes que Dios te ha dado para cuidar de ti misma y de tu familia, y para encontrar soluciones a tus problemas. La autosuficiencia no significa que puedas hacer todo sola. Para ser verdaderamente autosuficiente, debes aprender a trabajar con los demás y dirigirte al Señor para pedir Su ayuda y fortaleza.

Recuerda que Dios tiene una gran obra para ti; Él te bendecirá en tu empeño por realizarla.

¿Por qué el Señor desea que me mantenga saludable?

La buena salud es una parte importante de ser autosuficientes. El proteger nuestra salud nos permitirá alcanzar nuestro potencial divino y servir a los demás con más eficacia. La forma en que tratamos nuestro cuerpo afecta a nuestra salud espiritual y nuestra capacidad para recibir la guía del Espíritu Santo. Con el fin de conservar nuestra salud, debemos obedecer la Palabra de Sabiduría, comer alimentos nutritivos, hacer ejercicio con regularidad y dormir lo suficiente.

¿Cómo el mantener su salud le ha permitido servir al Señor con más eficacia? ¿Qué otras bendiciones ha recibido al esforzarse por llevar una vida saludable?

¿Qué tentaciones afrontan las jóvenes que podrían dañar su salud? ¿Qué bendiciones recibirán al observar la ley de salud del Señor?

Prepararse espiritualmente

¿Qué pasajes de las Escrituras y otros recursos ayudarán a las jóvenes a comprender por qué el Señor desea que nos mantengamos saludables?

1 Corintios 6:19 (Nuestros cuerpos son templos de Dios)

D. y C. 88:124 (Pautas para mantener el cuerpo y la mente sanos)

D. y C. 89 (La Palabra de Sabiduría)

Boyd K. Packer, "La Palabra de Sabiduría: El principio y las promesas", *Liahona*, julio de 1996, págs. 19–20

"La salud física y emocional", *Para la Fortaleza de la Juventud*, 2011, págs. 25–27

Video: "Un nuevo año 2010: La salud física"

Compartir experiencias

Al comienzo de cada clase, invite a las jóvenes a compartir, enseñar y testificar acerca de las experiencias que hayan tenido al aplicar lo que aprendieron en la lección de la semana anterior. Esto alentará la conversión personal y ayudará a las jóvenes a darse cuenta de la importancia que tiene el Evangelio en la vida cotidiana.

Presentar la doctrina

Elija alguna de las ideas siguientes, o utilice las suyas, para presentar la lección de esta semana:

• Muestre una lámina de una joven y una lámina de un templo, una al lado de la otra. Pregunte a las jóvenes cómo sus cuerpos son como los templos (véase 1 Corintios 6:19). Invite a cada joven a analizar con alguien más de la clase por qué es importante mantener nuestro cuerpo y mente limpios y sanos.

• Escriba en la pizarra: "¿Por qué el Señor desea que nos mantengamos saludables?", Invite a las jóvenes a compartir posibles respuestas y a buscar respuestas adicionales a lo largo de la lección.

Aprender juntas

Cada una de las actividades siguientes ayudará a las jóvenes a comprender por qué el Señor quiere que se mantengan saludables. Siguiendo la inspiración del Espíritu, seleccione una o más actividades que resulten mejor para su clase:

• Invite a las jovencitas a redactar una lista de las cosas que están haciendo para mantener la mente y el cuerpo saludables. Divida la clase en grupos y asigne a cada grupo que busque una de las siguientes Escrituras con el fin de encontrar algún consejo que las ayude a mantener su mente y cuerpo sano: D. y C. 88 124; D. y C. 89:5–9; y D. y C. 89:10–16 (si necesitan ayuda para comprender el consejo en D. y C. 89, véase *Leales a la fe*, págs. 135–137). Pida a cada grupo que presente los resultados obtenidos. Pida a las jóvenes que repasen sus listas y determinen si hay otras cosas que podrían hacer para mantener su salud. Invite a las jovencitas que se sientan cómodas a compartir cualquier cambio que planeen hacer y que las bendecirá ahora y en el futuro.

• Si es necesario, repase brevemente la Palabra de Sabiduría para asegurarse de que las jóvenes comprenden el consejo del Señor en cuanto a la salud física. Escriba en la pizarra: "¿Por qué nos dio el Señor la Palabra de Sabiduría?". Pida a las jóvenes que sugieran algunas respuestas. Invítelas a leer D. y C. 89:18–21 para encontrar las promesas que el Señor hace a quienes obedezcan la Palabra de Sabiduría. ¿De qué modo se han cumplido cada una de esas promesas en nuestra vida? (Si necesitan ayuda para comprender esas promesas, sugerimos que consulten la explicación del presidente Boyd K. Packer en su discurso "La Palabra de Sabiduría: El principio y las promesas"). Invítelas a compartir sus testimonios de esa doctrina o de las bendiciones que hayan recibido por vivir la Palabra de Sabiduría.

• Muestre el video "La salud física" e invite a las jóvenes a buscar las razones, tanto temporales como espirituales, por las que debemos mantener nuestro cuerpo saludable. Pídales que compartan lo que hayan encontrado. Como parte de este análisis, considere la posibilidad de compartir la siguiente parte de la cita del presidente Boyd K. Packer: "Por cierto, la Palabra de Sabiduría se dio para que ustedes puedan mantener esa parte delicada, sensible y espiritual de su naturaleza

Sugerencia para la enseñanza

"Usted debe tener cuidado de no hablar más de lo necesario o de no expresar su propia opinión con demasiada frecuencia. Tales acciones pueden resultar en que sus alumnos pierdan el interés. Considérese a sí mismo como el guía de una excursión de aprendizaje que intercala comentarios apropiados para mantener a los participantes en el sendero correcto" (*La enseñanza: El llamamiento más importante*, 1999, pág. 69).

Enseñar a la manera del Salvador

Jesús invitó a quienes enseñaba a actuar por medio de la fe y a vivir las verdades que Él enseñó. ¿Cómo puede invitar a las jovencitas a las que enseña a que actúen con fe y mantengan la mente y el cuerpo saludables? ¿Cómo puede inspirarlas a buscar los beneficios físicos y espirituales de vivir como el Señor ha mandado?

en las debidas condiciones. Aprendan a 'escuchar' sus sentimientos y de esa forma serán guiados, aconsejados, recibirán enseñanza y serán bendecidos" ("La Palabra de Sabiduría: El principio y las promesas", *Liahona*, julio de 1996, págs. 19–20). ¿Cómo se ha cumplido la promesa del presidente Packer en la vida de las jóvenes?

- Invite a las jovencitas a leer "La salud física y emocional" en *Para la Fortaleza de la Juventud.* Pida a algunas jovencitas que anoten en la lista de la pizarra varios puntos del consejo que hayan encontrado y a las demás que anoten las bendiciones prometidas a quienes sigan ese consejo. Pídales que analicen cómo afecta a sus espíritus la manera en que tratan el cuerpo. ¿Cómo podrían utilizar la lista que se encuentra en la pizarra para explicar sus normas a amigas de otras religiones?

Pida a las jóvenes que compartan lo que aprendieron hoy. ¿Qué sentimientos o impresiones tienen? ¿Comprenden por qué el Señor quiere que se mantengan saludables? ¿Desean hacer otras preguntas? ¿Resultaría útil dedicarle más tiempo a esta doctrina?

Vivir lo que se aprende

Pida a las jóvenes que piensen cómo pondrán en práctica lo que han aprendido hoy. Por ejemplo, podrían:

- Llevar un registro de lo que comen durante una semana y después evaluar si están siguiendo el consejo del Señor acerca de la salud física.
- Completar el proyecto 3 del valor Conocimiento del *Progreso Personal.*
- Planificar una actividad de la Mutual que incluya alimentos saludables y ejercicio.

Comparta con las jóvenes lo que se estudiará la próxima semana. ¿Qué podrían hacer a fin de prepararse para aprender? Por ejemplo, podrían leer un discurso, ver un video o estudiar un pasaje de las Escrituras relacionado con la lección de la semana siguiente.

Recursos seleccionados

Extracto de Boyd K. Packer, "La Palabra de Sabiduría: El principio y la promesas", Liahona, *julio de 1996, págs. 19–20.*

Honren el principio de la Palabra de Sabiduría y recibirán las bendiciones prometidas. La revelación dice que a "todos los santos que se acuerden de guardar y hacer estas cosas, rindiendo obediencia a los mandamientos", se les promete que "recibirán salud en el ombligo y médula en los huesos" y "correrán sin fatigarse, y andarán sin desmayar" (D. y C. 89:18, 20).

La Palabra de Sabiduría no les promete una salud perfecta, sino que enseña la manera de mantener el cuerpo con el que nacimos en la mejor condición posible, y la mente alerta para recibir la suave inspiración del Espíritu…

En la Palabra de Sabiduría hay una promesa aún mayor. A aquellos que la observan se les promete que "… hallarán sabiduría y grandes tesoros de conocimiento, si, tesoros escondidos" (D. y C. 89:19). Ésta es la revelación personal por medio de la cual podrán detectar cocodrilos invisibles, minas escondidas u otros peligros…

En la revelación hay una promesa final. Al hablar otra vez de quienes son obedientes, el Señor dijo: "Y yo les prometo que el ángel destructor pasara de ellos, como de los hijos de Israel, y no los matará" (D. y C. 89:21). Ésa es una promesa extraordinaria.

Para entenderla, debemos remontarnos a los tiempos de Moisés, cuando los israelitas habían estado en cautiverio por 400 años y Moisés se convirtió en su libertador e hizo que sobrevinieran plagas sobre Egipto. En principio, Faraón concedió cada una de las veces que se dejara en libertad a los israelitas, pero en cada ocasión, se volvió contra lo que había prometido. Finalmente "Y Jehová dijo a Moisés: Una plaga más traeré sobre Faraón y sobre Egipto; después de la cual él os dejará ir… y morirá todo primogénito en la tierra de Egipto …" (Éxodo 11:1, 5).

Moisés les dijo a los israelitas: "tomará cada uno un cordero… sin defecto, macho de un año. … ni quebraréis hueso suyo (Exodo 12:3, 5, 46; véase también Juan 19:33).

Debían preparar el cordero como para una fiesta, y les dijo: "tomarán de la sangre y la pondrán en los dos postes y en el dintel de las casas. …Pues yo pasaré esa noche por la tierra de Egipto y heriré de muerte a todo primogénito en la tierra… y veré la sangre y pasaré de vosotros, y no habrá en vosotros plaga de mortandad cuando hiera la tierra de Egipto… Y… este día… por estatuto perpetuo lo celebraréis" (Éxodo 12:7, 12–14). "Y cuando os dijeren vuestros hijos: ¿Qué significa este rito para vosotros? …vosotros responderéis: Es el asacrificio de la Pascua de Jehová" (Éxodo 12:26–27).

Por cierto, jóvenes, resulta fácil ver el simbolismo profético de la Pascua de Resurrección. Cristo fue el "Cordero de Dios" (Juan 1:29, 36), el primogénito, varón y sin mancha. Fue sacrificado sin que le rompieran los huesos, a pesar de que habían enviado a los soldados para que lo hicieran.

No es de la muerte física que nos veremos librados si somos obedientes a estos mandamientos, pues en su debido momento a todos nos tocara morir. Es la muerte espiritual la que no es necesario padecer. Si son obedientes, esa muerte pasara de largo, "… porque nuestra Pascua, que es Cristo, ya fue sacrificada por nosotros" (1 Corintios 5:7).

¿Cuál es la manera del Señor de proveer para los pobres y necesitados?

Cuando Jesucristo vino a la tierra, pasó gran parte de Su ministerio cuidando a los pobres y necesitados. Por medio de Su Iglesia, el Señor ha proporcionado una manera de cuidar a los necesitados. Él nos ha pedido que demos generosamente de acuerdo con lo que hayamos recibido de Él. "La manera del Señor de cuidar a los necesitados difiere de la del mundo. El Señor dijo: [Al hablar del cuidado de los pobres] 'Es preciso que se haga a mi propia manera'. A Él no sólo le interesan nuestras necesidades inmediatas, sino también nuestro progreso eterno. Por esa razón, la manera del Señor siempre ha incluido la autosuficiencia y el servicio a los semejantes, además del cuidado de los pobres" (Dieter F. Uchtdorf, "Proveer conforme a la manera del Señor", *Liahona,* noviembre de 2011, pág. 54).

Prepararse espiritualmente

¿Qué pasajes de las Escrituras y otros recursos ayudarán a las jóvenes a comprender cómo el Señor provee para los pobres y necesitados?

Isaías 58:6–11; Malaquías 3:8–10; Mateo 25:35–40; D. y C. 82:18–19 (Maneras de velar por los pobres)

Santiago 1:27; Mosíah 18:27–28; D. y C. 42:29–30 (La importancia de cuidar del pobre y necesitado)

Alma 34:27–28; Mormón 8:35–37: D. y C. 56:16–18; 70:14 (Advertencias del Señor a los que no velan por los pobres)

D. y C. 104:15–18 (Proveer para los pobres a la manera del Señor)

Henry B. Eyring, "Oportunidades para hacer el bien", *Liahona*, mayo de 2011, págs. 22–26

D. Todd Christofferson, "A Sión venid", *Liahona*, noviembre de 2008, págs. 37–40

"Los esfuerzos de los miembros por cuidar al pobre y al necesitado, y por prestar servicio", *Manual 2: Administración de la Iglesia*, 2010, 6.1.2

Videos de ayuda humanitaria

¿Cómo ha tratado de seguir el ejemplo del Salvador en cuanto a proveer para los demás? ¿Qué experiencias podría compartir con las jóvenes?

¿Qué principios de proveer conforme a la manera del Señor necesitan comprender las jóvenes? ¿Cómo el comprender esos principios les ayudará a ser mejores discípulas de Cristo?

Compartir experiencias

Al comienzo de cada clase, invite a las jóvenes a compartir, enseñar y testificar acerca de las experiencias que hayan tenido al aplicar lo que aprendieron en la lección de la semana anterior. Esto alentará la conversión personal y ayudará a las jóvenes a darse cuenta de la importancia que tiene el Evangelio en la vida cotidiana.

Presentar la doctrina

Elija alguna de las ideas siguientes, o utilice las suyas, para presentar la lección de esta semana:

- Muestre algunos de los videos de ayuda humanitaria de la Iglesia y pregunte a las jóvenes qué aprenden acerca de cómo ayudar a los pobres y necesitados gracias al ejemplo de la Iglesia. Invítelas a compartir experiencias que hayan tenido al ayudar a los demás.

- Pida a las jóvenes que hagan una lista de las necesidades temporales y espirituales que una persona pueda tener. Escriba en la pizarra: "¿Cuál es la manera del Señor de proveer para los pobres y necesitados?". Comparta con ellas la cita del presidente Dieter F. Uchtdorf que se encuentra al comienzo de esta reseña y pídales que busquen respuestas a la pregunta. Invítelas a compartir lo que encuentren. ¿Cómo ayudamos a los pobres y necesitados para que lleguen a ser más autosuficientes?

Aprender juntas

Cada una de las actividades siguientes ayudará a las jóvenes a aprender acerca de proveer para los pobres y necesitados a la manera del Señor. Siguiendo la inspiración del Espíritu, seleccione una o más actividades que resulten mejor para su clase:

- Divida a las jovencitas en grupos de a dos. A una asígnele leer los pasajes de las Escrituras sobre la importancia de cuidar de los pobres y necesitados y a la otra asígnele leer los pasajes que dan advertencias a aquellos que no velan por los pobres y necesitados (para obtener otras ideas, consulte las Escrituras que se sugieren en esta reseña). Invite a las jóvenes a estudiar sus pasajes de las Escrituras y luego a compartir con su compañera lo que hayan aprendido. Pregúnteles por qué el cuidado de los pobres y necesitados es tan importante para nuestro Padre Celestial. Invite a las jovencitas a analizar las maneras en que pueden ayudar a los necesitados de la familia, del barrio y de la comunidad.

Sugerencia para la enseñanza

"Cuando uno de ellos haga una pregunta, considere la posibilidad de invitar a otros para que la contesten en lugar de responder usted mismo. Por ejemplo, podría decir: 'Ésa es una pregunta interesante. ¿Qué piensan ustedes?' o '¿Quién desea responder a esa pregunta?' " (*La enseñanza: El llamamiento más importante*, 1999, págs. 69).

- Comparta con las jóvenes un relato sobre el cuidado de los necesitados de su propia experiencia o un relato de uno de los discursos que se sugieren en esta reseña. Conceda a las miembros de la clase un momento para pensar en maneras de cuidar de los pobres y necesitados (incluso pequeños actos de bondad o muestras de amor e interés por los demás). A continuación, invítelas a escribir sus ideas en la pizarra. Asigne a cada joven la lectura de un pasaje de las Escrituras acerca de maneras en las que pueden cuidar de los pobres (como las que se sugieren en esta reseña). Invítelas a compartir con la clase lo que hayan aprendido y agregarlo a la lista de la pizarra. Invite a las jovencitas a compartir experiencias que hayan tenido al cuidar de los necesitados y cómo se sintieron al respecto.

- Invite a un miembro del obispado a compartir con las jóvenes sus sentimientos sobre el cuidado de los pobres y necesitados, y las oportunidades que podrían tener de ayudar a algún miembro necesitado del barrio o de la comunidad. También podrían analizar cómo se utilizan los fondos sagrados de la Iglesia, incluso las ofrendas de ayuno, las contribuciones humanitarias y los donativos al Fondo Perpetuo para la Educación (véase el *Manual 1: Presidentes de estaca y obispos*, 2010, 14.4). Considere utilizar el tiempo de la clase para planificar una actividad de servicio específico basada en este análisis.

- Escriba las siguientes preguntas en la pizarra: ¿Qué principios enseñó el presidente Eyring que pueden guiarnos al ayudar a los demás? ¿Qué sugerencias da para planificar un proyecto de servicio? Como clase, lean el discurso del presidente Henry B. Eyring "Oportunidades para hacer el bien", comenzando con la frase "Éstos son algunos principios que me han guiado cuando he querido ayudar a la manera del Señor". Pida a las jóvenes que busquen las respuestas a las preguntas en la pizarra. Después de leer el discurso, analicen las respuestas a las preguntas y utilicen los principios y sugerencias del discurso para planificar un proyecto de servicio como clase, barrio o comunidad.

Pida a las jóvenes que compartan lo que aprendieron hoy. ¿Qué sentimientos o impresiones tienen? ¿Comprenden lo que significa proveer para los necesitados a la manera del Señor? ¿Desean hacer otras preguntas? ¿Resultaría útil dedicarle más tiempo a esta doctrina?

Vivir lo que se aprende

Pida a las jóvenes que piensen cómo pondrán en práctica lo que han aprendido hoy. Por ejemplo, podrían:

- Completar una de las siguientes actividades del *Progreso Personal*: proyecto 3 del valor Valor individual o la experiencia 6 del valor Buenas obras.

- Realizar un acto de servicio para alguien necesitado.

- Seguir el ejemplo del presidente Thomas S. Monson en cuanto a "[suplicar] inspiración para saber las necesidades de los que nos rodean, y luego [ir] y [brindar] ayuda" ("Para siempre Dios esté con vos", *Liahona*, noviembre de 2012, pág. 110).

Comparta con las jóvenes lo que se estudiará la próxima semana. ¿Qué podrían hacer a fin de prepararse para aprender? Por ejemplo, podrían leer un discurso, ver un video o estudiar un pasaje de las Escrituras relacionado con la lección de la semana siguiente.

Enseñar a la manera del Salvador

El Salvador fue un ejemplo y un mentor. Enseñó a Sus discípulos a orar al orar con ellos. Les enseñó a amar y a prestar servicio por la manera en que Él los amó y les sirvió. Les enseñó el modo de enseñar Su evangelio mediante la forma en que Él lo enseñó. ¿Cómo puede seguir Su ejemplo?

Recursos seleccionados

Extracto de Henry B. Eyring, "Oportunidades para hacer el bien", Liahona, *mayo de 2011, págs. 22–26.*

Éstos son algunos principios que me han guiado cuando he querido ayudar a la manera del Señor y cuando otros me han ayudado.

Primero: Toda la gente es más feliz y tiene mayor autoestima cuando pueden proveer de lo necesario para ellos mismos y para su familia, y luego tender una mano para ayudar a otros. He estado agradecido por aquellos que me han ayudado a satisfacer mis necesidades; he estado aun más agradecido a lo largo de los años por aquellos que me han ayudado a ser autosuficiente; y todavía más agradecido por aquellos que me han mostrado cómo usar mi excedente para ayudar a los demás…

Un segundo principio del Evangelio que ha sido una guía para mí en la obra de bienestar es el poder y la bendición de la unidad. Cuando juntamos las manos para servir a las personas en necesidad, el Señor une nuestros corazones. El presidente J. Reuben Clark, hijo, lo dijo de la siguiente manera: "Tal vez el dar ha… traído el mayor sentimiento de hermandad común cuando los hombres de todas las profesiones y ocupaciones han trabajado lado a lado en un huerto de bienestar o en algún otro proyecto" (J. Reuben Clark Jr., en Conference Report, octubre de 1943, pág. 13)

. Eso conduce al tercer principio de acción en la obra de bienestar para mí: Hagan participar a su familia en la obra para que aprendan a cuidar uno del otro como cuidan de los demás. Sus hijos e hijas que trabajen con ustedes para servir a otros con necesidades, estarán más dispuestos a ayudarse mutuamente cuando lo necesiten.

El cuarto valioso principio de bienestar de la Iglesia lo aprendí cuando era obispo. Fue cuando seguí el mandamiento de las Escrituras de buscar a los pobres. Es el deber del obispo encontrar y proveer ayuda a quienes aún la necesiten después de que ellos y su familia hayan hecho todo lo posible. Aprendí que el Señor envía al Espíritu Santo para que sea posible "buscar y hallar" (véase Mateo 7:7–8; Lucas 11:9–10; 3 Nefi 14:7–8) al velar por los pobres, al igual que lo hace cuando buscamos la verdad; pero también he aprendido a hacer participar a la presidenta de la Sociedad de Socorro en la búsqueda. Ella podría recibir la revelación antes que ustedes…

Les daré tres sugerencias en cuanto a planificar el proyecto de servicio.

Primero: prepárese usted y a quienes dirige espiritualmente. Únicamente si se ablandan los corazones mediante la expiación del Salvador podrán ver claramente el objetivo del proyecto como una bendición tanto espiritual como temporal en la vida de los hijos del Padre Celestial.

Mi segunda sugerencia es que elijan servir a personas dentro del reino o en la comunidad cuyas necesidades conmoverán a quienes presten servicio. Las personas a quienes presten servicio sentirán su amor. Eso quizás los hará sentir aun más felices, como lo promete la canción, que el satisfacer sólo sus necesidades temporales.

Mi última sugerencia es que planeen aprovechar el poder de los vínculos que existen en las familias, los quórumes, las organizaciones auxiliares y entre la gente que conozcan en sus comunidades. El sentimiento de unidad multiplicará la buena influencia del servicio que den; y el sentimiento de unidad en las familias, la Iglesia y la comunidad crecerá y será un legado que durará hasta mucho después de que se termine el proyecto.

¿Cómo puedo encontrar soluciones a mis desafíos y problemas?

La autosuficiencia incluye la habilidad de encontrar soluciones a nuestros problemas y desafíos. Muchas de esas soluciones se encuentran en el evangelio restaurado de Jesucristo. Nuestro Padre Celestial es consciente de los desafíos que afrontamos; Él nos ama y desea ayudarnos. Debemos orar pidiendo guía al buscar respuestas a nuestras dificultades en las Escrituras y en las palabras de los profetas y apóstoles.

¿Cómo proporciona el Evangelio soluciones y consuelo durante tiempos difíciles?

¿Qué problemas o dificultades afrontan las jóvenes? ¿Qué problemas pueden afrontar en el futuro? ¿Qué principios del Evangelio les ayudarán a afrontar esos desafíos con éxito?

Prepararse espiritualmente

¿Qué pasajes de las Escrituras y otros recursos ayudarán a las jóvenes a comprender la manera en que el Evangelio puede ayudarlas con los desafíos de la vida?

Proverbios 3:5–6; Mateo 11:28–30; Marcos 4:36–39; Alma 7:11–13; Alma 37:35–37; 38:5 (Procuremos la ayuda del Señor con los desafíos y problemas)

Dieter F. Uchtdorf, "No me olvides", *Liahona,* noviembre de 2011, págs. 120–123

Jeffrey R. Holland, "Las cosas destrozadas pueden repararse", *Liahona,* mayo de 2006, págs. 69–71

"La salud física y emocional", *Para la Fortaleza de la Juventud*, 2012, págs. 25–27

Compartir experiencias

Al comienzo de cada clase, invite a las jóvenes a compartir, enseñar y testificar acerca de las experiencias que hayan tenido al aplicar lo aprendido en la lección de la semana anterior. Esto alentará su conversión personal y las ayudará a ver la relevancia del Evangelio en su vida cotidiana.

Presentar la doctrina

Elija alguna de las ideas siguientes, o utilice las suyas, para presentar la lección de esta semana:

- Invite a las jovencitas a nombrar algunos de los desafíos o problemas que tienen las jóvenes de su edad y a escribir sus respuestas en la pizarra. Pídales que indiquen algunas de las cosas improductivas o malsanas que los jóvenes podrían hacer para afrontar estos problemas. A lo largo de la lección, invite a las jóvenes a buscar maneras en que les pueden ayudar las verdades del Evangelio.

- Comparta una experiencia de su vida en la que el Evangelio le haya proporcionado respuestas o ayuda para un problema o desafío específico. Invite a las jovencitas a compartir experiencias personales similares.

Aprender juntas

Sugerencia para la enseñanza

"Tenga cuidado de no dar término demasiado temprano a los análisis interesantes simplemente para presentar todo el material que haya preparado. Aunque es importante abarcar todo el material de la lección, es más importante aún procurar que los alumnos sientan la influencia del Espíritu, que se resuelvan sus preguntas, que incrementen su entendimiento del Evangelio y que afirmen su cometido de guardar los mandamientos" (*La enseñanza: El llamamiento más importante*, 1999, pág. 69).

Cada una de las actividades siguientes ayudará a las jóvenes a aprender a buscar soluciones a sus desafíos personales. Siguiendo la inspiración del Espíritu, seleccione una o más que resulten mejor para su clase:

- Invite a las jovencitas a pensar en un desafío o problema que afrontan las jóvenes en la actualidad. Pídales que busquen en el índice de temas del ejemplar de la conferencia más reciente de la revista *Liahona* los temas que podrían ayudar a resolver ese problema. Invítelas a buscar uno de los discursos relacionados con esos temas y a compartir con la clase una cita que ayude a una joven a superar sus dificultades. Aliéntelas a valerse del índice temático para buscar ayuda para sus propias dificultades.

- Invite a las jóvenes a leer los dos últimos párrafos de "La salud física y emocional" en *Para la Fortaleza de la Juventud* y buscar algún consejo que podría ayudarlas a ellas o a personas que conocen. ¿Cuáles son algunos ejemplos de "soluciones saludables" que debemos buscar cuando tenemos problemas? ¿Qué soluciones ofrece el evangelio de Jesucristo?

- Comparta la siguiente declaración del presidente Thomas S. Monson: "Cuán bendecidos somos, mis hermanos y hermanas, de tener el evangelio restaurado de Jesucristo en nuestra vida y en nuestro corazón; proporciona las respuestas a los grandes interrogantes de la vida; da significado, propósito y esperanza a nuestras vidas. Vivimos en tiempos difíciles. Les aseguro que nuestro Padre Celestial es consciente de las dificultades que afrontamos. Él ama a cada uno de nosotros y desea bendecirnos y ayudarnos" (véase "Al concluir esta conferencia", *Liahona,* mayo de 2012, pág. 115). Pida a cada una de las jóvenes que lea un pasaje de las Escrituras de esta reseña y comparta cómo podría ayudar a alguien que afronta un de-

safío o problema que es común entre los jóvenes de hoy en día. ¿Qué quiere decir "confía en Jehová" o venir a Cristo cuando necesitamos ayuda? ¿Hay otros pasajes de las Escrituras en que las jovencitas puedan pensar que las ayudaría con los desafíos o problemas específicos?

- Pida a las jovencitas que piensen en alguien a quien conozcan que esté pasando por problemas emocionales. Entregue a cada una de ellas una copia del discurso del élder Jeffrey R. Holland "Las cosas destrozadas pueden repararse". Pida a algunas de ellas que lean los cuatro primeros párrafos y a las demás que lean los últimos cinco párrafos antes del poema. Invítelas a buscar las cosas que dice el élder Holland que podrían ayudar a la persona sobre la cual están pensando. Pídales que compartan lo que hayan encontrado. ¿Qué significa venir a Cristo para recibir ayuda con nuestros problemas?

- Divida la clase en tres grupos y asigne a cada grupo la lectura de una de las siguientes secciones del discurso del presidente Dieter F. Uchtdorf "No me olvides": "Primero, no se olviden de ser pacientes con ustedes mismas", "Tercero, no se olviden de ser felices ahora" y "Quinto, no olviden que el Señor las ama". Pida que cada grupo piense en algunos problemas o desafíos que afrontan y que se podrían responder por medio del consejo del presidente Uchtdorf en la parte que leyeron. Invite a los grupos a compartir con el resto de la clase lo que hayan encontrado. ¿Cómo han ayudado esos principios a las jóvenes para afrontar los desafíos?

Pida a las jóvenes que compartan lo que aprendieron hoy. ¿Comprenden cómo buscar soluciones a las dificultades de la vida en el evangelio de Jesucristo? ¿Qué sentimientos o impresiones tienen? ¿Desean hacer otras preguntas? ¿Resultaría útil dedicarle más tiempo a esta doctrina?

Enseñar a la manera del Salvador

El Salvador enseñó a sus seguidores a analizar las Escrituras por ellos mismos y a utilizarlas para encontrar respuestas a sus preguntas. ¿Cómo puede ayudar a las jóvenes a desear consultar las Escrituras y las palabras de los profetas al buscar respuestas a sus problemas?

Vivir lo que se aprende

Pida a las jóvenes que piensen cómo pondrán en práctica lo que han aprendido hoy. Por ejemplo, podrían:

- Estudiar las Escrituras con una pregunta específica o un problema en mente. Registrar en un diario personal las impresiones y las respuestas del Espíritu.

- Elegir un tema de *Para la Fortaleza de la Juventud* en el que les gustaría mejorar. Llevar un diario de sus esfuerzos y éxitos durante la siguiente semana.

Diga a las jóvenes lo que se estudiará la próxima semana. ¿Qué podrían hacer a fin de prepararse para aprender? Por ejemplo, podrían leer un discurso, ver un video o estudiar un pasaje de las Escrituras relacionado con la lección de la semana siguiente.

Recursos seleccionados

Extracto de Dieter F. Uchtdorf, "No me olvides", Liahona, *noviembre de 2011, págs. 120–123.*

Primero, no se olviden de ser pacientes con ustedes mismas.

Quiero decir algo que espero tomen de la manera correcta: Dios es plenamente consciente de que ustedes y yo no somos perfectos.

Permítanme añadir: Dios también es plenamente consciente de que las personas que ustedes creen que son perfectas no lo son.

Aun así, gastamos tanto tiempo y energía comparándonos con los demás, normalmente comparando nuestros puntos débiles con sus puntos fuertes. Esto nos lleva a crear expectativas para nosotros que son imposibles de alcanzar. Como resultado, nunca celebramos nuestra buena labor porque parece ser menos de lo que hacen los demás…

Dios desea ayudarnos a cambiar todas nuestras debilidades por fortalezas con el tiempo (véase Éter 12:27), pero Él sabe que se trata de una meta a largo plazo. Él desea que lleguemos a ser perfectos (véase 3 Nefi 12:48) y, si permanecemos en el sendero del discipulado, algún día lo seremos. Está bien que no hayan llegado allí todavía. Sigan trabajando en ello, pero dejen de mortificarse.

Queridas hermanas, muchas de ustedes son infinitamente compasivas y pacientes con las debilidades de los demás. Por favor recuerden también ser compasivas y pacientes con ustedes mismas…

Tercero, no se olviden de ser felices ahora…

Hoy, mucha gente está a la espera de su propio billete dorado, el billete que ellos creen es la clave de la felicidad que siempre han soñado. Para algunos, el billete dorado sería un matrimonio perfecto; para otros, una casa de portada de revista; o posiblemente estar libres de estrés o preocupaciones.

No hay nada malo con los anhelos justos, pues esperamos y aspiramos a lo que es "virtuoso, o bello, o de buena reputación o digno de alabanza" (Artículos de Fe 1:13). El problema viene cuando ponemos nuestra felicidad en espera mientras aguardamos a que llegue algún hecho futuro, nuestro billete dorado…

Esto no quiere decir que debemos abandonar la esperanza o rebajar nuestras metas. Nunca dejen de luchar por lo mejor que hay dentro de ustedes. Nunca dejen de anhelar todos los deseos justos de su corazón; pero no cierren los ojos y el corazón a la sencilla y elegante belleza de los momentos cotidianos que conforman una vida plena y bien vivida.

Las personas más felices que conozco no son las que encuentran su billete dorado; son las que, en la búsqueda de sus nobles objetivos, descubren y valoran la belleza y la dulzura de los momentos cotidianos; son las que todos los días, hilo a hilo, tejen un tapiz de gratitud y admiración a lo largo de su vida; son los que son verdaderamente felices…

Quinto, no olviden que el Señor las ama…

Hermanas, dondequiera que estén, sea cual sea su situación, ustedes no han sido olvidadas. No importa cuán oscuros parezcan sus días, no importa cuán insignificantes se sientan, no importa cuán relegadas crean que estén, su Padre Celestial no las ha olvidado. De hecho, Él las ama con un amor infinito.

Sólo piensen en esto: ¡El ser más majestuoso, poderoso y glorioso del universo las conoce y las recuerda! ¡El Rey del espacio infinito y del tiempo eterno las ama!…

Dios te ama porque eres Su hija. Él te ama aunque a veces te sientas sola o cometas errores.

El amor de Dios y el poder del Evangelio restaurado son redentores y salvadores. Si sólo permites que su amor divino entre en tu vida, puede curar cualquier herida, sanar cualquier dolor y aliviar cualquier pena.

RESEÑA DE LA UNIDAD

Diciembre: Edificar el reino de Dios en los últimos días

"Extiéndase el reino de Dios, para que venga el reino de los cielos" (D. y C. 65:6).

Las jóvenes de su clase fueron enviadas a la tierra en este momento específico para ayudar a preparar el mundo para la Segunda Venida del Salvador. Tienen dones y talentos especiales que el Señor desea que usen para ayudar a edificar Su reino y compartir Su evangelio. Las lecciones de esta unidad les ayudarán a desarrollar esos talentos a medida que se preparan para llegar a ser líderes y maestras en la Iglesia del reino de Dios.

Reseñas para escoger durante este mes:

¿Qué significa ser un testigo de Dios?
¿Cómo quiere el Padre Celestial que use mis dones espirituales?
¿Cómo me puedo preparar para establecer un hogar centrado en Cristo?
¿Qué puedo hacer para ayudar a los nuevos miembros de la Iglesia?
¿Cómo puedo ayudar a mis amigos menos activos a regresar a la Iglesia?
¿Qué es Sión?

Mutual

Muchos de los temas de las lecciones y las actividades de aprendizaje de esta unidad serían adecuados para las actividades de la Mutual. Trabaje con las presidencias de la clase en la selección y planificación de actividades adecuadas.

Visite lds.org/youth/learn para ver esta unidad en línea.

Progreso Personal

Las siguientes actividades del *Progreso Personal* están relacionadas con las lecciones de esta unidad:

Experiencia 7 del valor Valor individual

Experiencia 7 del valor Buenas obras

Para la Fortaleza de la Juventud

Las siguientes normas de *Para la Fortaleza de la Juventud* se relacionan con las lecciones de esta unidad:

La familia

Las amistades

¿Qué significa ser "un testigo de Dios"?

Cuando nos bautizamos, hacemos convenio de "ser testigos de Dios en todo tiempo, y en todas las cosas y en todo lugar en que [estemos]" (Mosíah 18:9). Nuestro testimonio del Evangelio y nuestro buen ejemplo pueden inspirar a nuestros amigos y vecinos a querer aprender más en cuanto al Salvador y Su evangelio.

¿Qué experiencias ha tenido usted al ser un testigo de Dios? ¿Cuáles son algunas formas eficaces que ha encontrado de hablar con otras personas en cuanto al Evangelio?

¿Qué oportunidades tienen las jovencitas de ser testigos de Dios? ¿Qué experiencias han tenido que podrían compartir las unas con las otras?

Prepararse espiritualmente

¿Qué Escrituras y otros recursos inspirarán a las jóvenes a ser testigos de Dios?

1 Timoteo 4:12 (Seamos un ejemplo de los creyentes)

1 Pedro 3:15 (Siempre estemos prestas para ofrecer respuestas a quienes nos pregunten en cuanto a nuestras creencias)

Mosíah 18:9 (Estemos dispuestas a ser testigos de Dios)

D. y C. 28:16; 100:3–8 (Si abrimos la boca, se nos llenará de lo que debemos decir)

D. y C. 84:85 (Si atesoramos la palabra, se nos darán las cosas que debemos decir)

Jeffrey R. Holland, " 'Me seréis testigos' ", *Liahona,* julio de 2001, págs. 14–16

Jeffrey R. Holland, "Israel, Jesús os llama" Devocional del Sistema Educativo de la Iglesia, 9 de septiembre de 2012

Elaine S. Dalton, "En todo tiempo, y en todas las cosas y en todo lugar", *Liahona*, mayo de 2008, págs. 116–118

Ann M. Dibb, "Lo sé. Lo vivo. Me encanta", *Liahona,* noviembre de 2012, págs. 10–12

"La obra misional", *Predicad Mi Evangelio*, 2004, pág. 86

Video: "Atrévete a lo correcto aunque solo estés"

Compartir experiencias

Al comienzo de cada clase, invite a las jóvenes a compartir, enseñar y testificar acerca de las experiencias que hayan tenido al aplicar lo que aprendieron en la lección de la semana anterior. Esto alentará la conversión personal y ayudará a las jóvenes a darse cuenta de la importancia que tiene el Evangelio en la vida cotidiana.

Presentar la doctrina

Elija alguna de las ideas siguientes, o utilice las suyas, para presentar la lección de esta semana:

- Reciten el Lema de las Mujeres Jóvenes como clase. Pregunte a las jóvenes cómo responderían si una amiga que tuviera otras creencias les preguntara: "¿Qué significa cuando dicen 'seremos testigos de Dios'?".

- Invite a las jovencitas a que muestren fotografías de misioneros de tiempo completo en su familia (o véase *El libro de obras de arte del Evangelio,* 109–10). Pídales que hagan una lista de las cualidades o los atributos que una persona necesita para ser un misionero. ¿Cuál de estas cosas pueden obtener las jóvenes ahora mismo? Ayúdelas a comprender que no necesitan que se les llame misioneras de tiempo completo para poder compartir el Evangelio.

Aprender juntas

Sugerencia para la enseñanza

"Los testimonios con frecuencia son más poderosos cuando son breves, concisos y directos" (*La enseñanza: El llamamiento más importante*, 1999, pág. 47).

Cada una de las actividades siguientes puede ayudar a las jóvenes a aprender lo que significa ser testigos de Dios. Siguiendo la inspiración del Espíritu, seleccione una o más que resulten mejor para su clase:

- Invite a las jóvenes a leer las siguientes enseñanzas del élder Jeffrey R. Holland: "Lo más importante es que podemos vivir el Evangelio. Ciertamente no hay mensaje misional más poderoso que podamos enviar al mundo que el ejemplo de una vida Santo de los Últimos Días amorosa y feliz. La manera de actuar y de conducirse, la sonrisa y la bondad de un fiel miembro de la Iglesia brindan calidez e interés que ningún folleto misional ni vídeo puede transmitir. Las personas no se unen a la Iglesia por lo que saben; se unen por lo que sienten, lo que ven y lo que desean espiritualmente. Los demás verán nuestro espíritu de testimonio y de felicidad en ese aspecto, si se lo permitimos. Como el Señor dijo a Alma y a los hijos de Mosíah: 'Id... para que les deis buenos ejemplos en mí; y os haré instrumentos en mis manos, para la salvación de muchas almas' " (Alma 17:11; "Me seréis testigos", *Liahona*, julio de 2001, pág. 15). Invite a una de las jóvenes a resumir lo que enseñó el élder Holland. ¿Qué consejo brinda él que ayuda a las jovencitas a sentirse más cómodas siendo testigos de Dios?

- Comparta un relato de una vez cuando usted se erigió como testigo de Dios aun cuando resultó difícil hacerlo. Pida a las jovencitas que compartan alguna experiencia parecida que hayan tenido en la que hayan defendido sus creencias. ¿Qué doctrinas o normas podrían tener que defender en el futuro? ¿Por qué a veces es difícil defender nuestras creencias? ¿Qué han hecho las jóvenes para lograr valor en estas situaciones? Bríndeles

oportunidades de practicar el explicar sus creencias a otras personas.

- Invite a una jovencita de la clase, o a una líder adulta que sea conversa a la Iglesia, a compartir sus experiencias cuando conoció el Evangelio (o invite a otro miembro del barrio a compartir sus experiencias, con el permiso del obispo). ¿Qué influencia tuvo el ejemplo de sus amigos Santos de los Últimos Días en la decisión de investigar el Evangelio? ¿Qué consejo le daría a las jóvenes en cuanto a ser testigos de Dios? Invite a las jóvenes a hacer cualquier pregunta que tengan.

- Escriba en la pizarra las referencias de las Escrituras de esta reseña. Pida a cada joven que seleccione una de las Escrituras, que la estudie y que haga un dibujo de lo que enseña la Escritura. Pida a las jovencitas que compartan el mensaje de su Escritura, basándose en sus dibujos. Después, invite a cada joven a leer su Escritura a la clase y compartir lo que planea hacer para vivir de acuerdo con sus enseñanzas.

- Asigne a cada joven que lea una de las cuatro declaraciones del discurso de Ann M. Dibb, "Lo sé. Lo vivo. Me encanta". Pida a cada una que haga un póster que represente lo que aprenda de su lectura. Ofrezca tiempo a las jóvenes para compartir y explicar sus pósteres. ¿Cómo les ayudarán las cosas que aprendieron para guardar su compromiso de ser testigos de Dios?

Pida a las jóvenes que compartan lo que aprendieron hoy. ¿Comprenden lo que es ser un testigo de Dios? ¿Qué sentimientos o impresiones tienen? ¿Desean hacer otras preguntas? ¿Sería útil dedicarle más tiempo a este tema?

Enseñar a la manera del Salvador

El Salvador invitó a aquellos que le seguían a testificar. ¿Cómo puede ayudar a las jovencitas a sentirse más cómodas al testificar de sus creencias a aquellos a su alrededor?

Vivir lo que se aprende

Pida a las jóvenes que piensen cómo pondrán en práctica lo que han aprendido hoy. Por ejemplo, podrían:

- Orar para tener oportunidades de compartir el Evangelio y compartir en una clase futura las experiencias que tengan.

- Llevar tarjetas de obsequio a la escuela y buscar oportunidades para usarlas con el fin de compartir el Evangelio.

- Estudiar el capítulo 3 de *Predicad Mi Evangelio* para prepararse para hablar con otras personas en cuanto al Evangelio restaurado.

Comparta con las jóvenes lo que se estudiará la próxima semana. ¿Qué podrían hacer a fin de prepararse para aprender? Por ejemplo, podrían leer un discurso, ver un video o estudiar un pasaje de las Escrituras relacionado con la lección de la semana siguiente.

Recursos seleccionados

Extracto de Jeffrey R. Holland, "'Me seréis testigos'", Liahona, *mayo de 2001, págs. 14–16.*

Lo más importante es que podemos vivir el Evangelio. Ciertamente no hay mensaje misional más poderoso que podamos enviar al mundo que el ejemplo de una vida Santo de los Últimos Días amorosa y feliz. La manera de actuar y de conducirse, la sonrisa y la bondad de un fiel miembro de la Iglesia brindan calidez e interés que ningún folleto misional ni vídeo puede transmitir. Las personas no se unen a la Iglesia por lo que saben; se unen por lo que sienten, lo que ven y lo que desean espiritualmente. Los demás verán nuestro espíritu de testimonio y de felicidad en ese aspecto, si se lo permitimos. Como el Señor dijo a Alma y a los hijos de Mosíah: "Id… para que les déis buenos ejemplos en mí; y os haré instrumentos en mis manos, para la salvación de muchas almas" (Alma 17:11)…

Gracias también por orar por los misioneros. *Todos* oran por los misioneros. Ojalá siempre sea así. Con ese mismo espíritu, debemos también orar por aquellos que se están reuniendo con los misioneros o que necesitan hacerlo. En Zarahemla se mandó a los miembros "[unirse] en ayuno y ferviente oración" (Alma 6:6) por aquellos que aún no se habían unido a la Iglesia de Dios. Nosotros podemos hacer lo mismo.

También podemos orar a diario por nuestras propias experiencias misionales. Oren para que, bajo la guía divina de tales cosas, la oportunidad misional que ustedes desean ya esté siendo preparada en el corazón de alguna persona que añora y busca lo que ustedes tienen. "Todavía hay muchos en la tierra… que… no llegan a la verdad sólo porque no saben dónde hallarla" (D. y C. 123:12). ¡Oren para que ellos les encuentren a ustedes! Y luego estén alerta, porque hay multitudes en el mundo que sienten hambre en sus vidas, no hambre de pan ni de agua, sino de oír la palabra del Señor (Véase Amós 8:11).

Cuando el Señor ponga esa persona ante ustedes, simplemente conversen sobre cualquier cosa. No hay por qué temer. No tienen que tener un mensaje misional obligatorio. Su fe, su felicidad, la expresión misma de su rostro es suficiente para despertar el interés de los que tengan un corazón sincero. ¿Han oído a una abuela hablar de sus nietos? A eso me refiero… ¡y sin fotografías! El Evangelio simplemente aflorará a la conversación y ustedes no podrán contenerse.

Pero quizás aún más importante que hablar sea el escuchar. Esas personas no son objetos inanimados disfrazados de estadística bautismal. Son hijos de Dios, nuestros hermanos y hermanas, y necesitan lo que nosotros tenemos. Sean sinceros; hagan un esfuerzo verdadero. Pregunten a esos amigos qué es lo más importante para *ellos,* Lo que *ellos* atesoren y lo que *ellos* consideren de más valor. Luego, escuchen. Si la situación es propicia, podrían preguntarles cuáles son sus temores, lo que anhelan o lo que piensen que les falta en la vida. Les prometo que en *algo* de lo que ellos digan *siempre* se destacará una verdad del Evangelio sobre la cual ustedes pueden dar testimonio y ofrecer más conocimiento. Élder Russell Nelson me dijo una vez que una de las primeras reglas de un interrogatorio médico es "Preguntar al paciente dónde le duele. El paciente", dijo él, "será la mejor guía para lograr un diagnóstico correcto y el tratamiento necesario". Si escuchamos con amor, no habrá necesidad de preguntarnos qué decir; pues nos será dado por el Espíritu y por nuestros amigos.

¿Cómo quiere el Padre Celestial que use mis dones espirituales?

Los dones espirituales son bendiciones o habilidades que nos da el Espíritu Santo. Como hijos del Padre Celestial, todos tenemos dones espirituales. Dios nos da esos dones para que podamos servir a otros y ayudar a edificar Su reino. Él nos ha mandado que busquemos y desarrollemos nuestros dones espirituales diligentemente.

¿Qué dones espirituales tiene usted? ¿Cómo la han bendecido a usted y a otras personas? ¿Cómo le han bendecido a usted los dones espirituales de otras personas? ¿Cómo ha identificado sus talentos?

¿Por qué es importante que las jovencitas sepan cuáles son sus dones espirituales? ¿Cómo les ayudará esto a prepararse para sus futuras funciones, hogares y familias?

Prepararse espiritualmente

¿Qué Escrituras y otros recursos ayudarán a las jóvenes a comprender los dones espirituales y cómo quiere el Padre Celestial que los utilicen?

1 Corintios 12:3–27; Moroni 10:8–18; D. y C. 46:13–25 (Ejemplos de dones espirituales)

D. y C. 46:8–10 (Por qué se nos dan dones espirituales)

D. y C. 46:11–12 (Los dones espirituales se dan a todas las personas)

Los Artículos de Fe 1:7 (Creemos en los dones espirituales)

Henry B. Eyring, "Ayúdenlos a fijar metas elevadas", *Liahona,* noviembre de 2012, págs. 60–67

David A. Bednar, "Prestos para observar", *Liahona*, diciembre de 2006, págs. 14–20

"Dones espirituales", *Leales a la fe*, 2004, págs. 65–66

"Los dones del Espíritu", *Principios del Evangelio*, 2009, págs. 137–145

Compartir experiencias

Al comienzo de cada clase, invite a las jóvenes a compartir, enseñar y testificar acerca de las experiencias que hayan tenido al aplicar lo que aprendieron en la lección de la semana anterior. Esto alentará la conversión personal y ayudará a las jóvenes a darse cuenta de la importancia que tiene el Evangelio en la vida cotidiana.

Presentar la doctrina

Elija alguna de las ideas siguientes, o utilice las suyas, para presentar la lección de esta semana:

• Escriba estas preguntas en la pizarra: ¿Qué son los dones espirituales? ¿Cómo identifico mis dones espirituales? ¿Cómo quiere el Padre Celestial que use mis dones? Invite a las jovencitas a sugerir posibles respuestas a estas preguntas. Invítelas a prestar atención a ideas adicionales a lo largo de la lección.

• Lleve a la clase una caja envuelta en papel de regalo y adentro coloque un papel que tenga escrito "Doctrina y Convenios 46:8". Invite a las jovencitas a que se imaginen lo que podría estar dentro de la caja. Pida a una de ellas que abra la caja y lea la Escritura. ¿Cuáles son "los mejores dones"? Inste a las jóvenes a pensar en cuanto a esta pregunta a lo largo de la lección.

Aprender juntas

Sugerencia para la enseñanza

"Nunca ridiculice ni critique ninguna pregunta o comentario, sino más bien demuestre cortesía y amor al tratar de responder de la mejor manera que le sea posible. Si una persona siente que sus comentarios son apreciados, compartirá con mayor voluntad sus experiencias, sus sentimientos y su testimonio" (*La enseñanza: El llamamiento más importante*, 1999, pág. 70).

Cada una de las actividades siguientes ayudarán a las jóvenes a aprender sobre los dones del Espíritu. Siguiendo la inspiración del Espíritu, seleccione una o más actividades que resulten mejor para su clase:

• Escriba las siguientes preguntas en la pizarra: ¿Por qué se nos dan dones espirituales? ¿A quién se le dan dones espirituales? (véase D. y C. 46:9). ¿Cuáles son algunos ejemplos de dones espirituales? Asigne a cada una de las jóvenes una de las Escrituras de esta reseña que les ayudarán a contestar estas preguntas. Pida a cada jovencita que estudie la Escritura y comparta las respuestas que encuentre. ¿Cuáles de estos dones tienen las jovencitas? ¿Qué dones les gustaría tener? (Si alguna de las jóvenes ha recibido su bendición patriarcal, sugiera que lea su bendición más adelante para averiguar qué dones espirituales se le han otorgado.) Invite a las jovencitas a compartir las ideas que tengan acerca de cómo los dones espirituales les pueden ayudar ahora y en el futuro en sus funciones y responsabilidades.

• Invite a las jóvenes a leer las listas de dones espirituales en 1 Corintios 12:8–10; Moroni 10:9–16; o Doctrina y Convenios 46:13–25 y a encontrar un don en el que estarían interesadas en aprender más. Ofrézcales tiempo para estudiar el don que escojan usando recursos como "Los dones del Espíritu" en *Principios del Evangelio* (págs. 137–145), "Dones espirituales" en *Leales a la fe* (págs. 65–66), o en la Guía para el Estudio de las Escrituras. Pídales que compartan lo que hayan encontrado. ¿Cómo se pueden usar esos dones para ayudar a edificar el reino de Dios?

• Pida a las jóvenes que hagan una lista de los dones del Espíritu que conocen (si necesitan ayuda, diríjalas a las Escrituras que se sugieren en esta reseña). Pídales que compartan ejemplos que hayan visto de personas que hayan usado uno de esos dones para bendecir la vida de otras personas. ¿En qué otros "dones menos notorios" pueden pensar las jovencitas? Comparta ejemplos de dones espirituales que haya notado en cada una de las jóvenes de la clase.

- Invite a cada jovencita a revisar la lista de dones espirituales en las páginas 65–66 de *Leales a la fe* y seleccionar uno o más que le gustaría desarrollar. Pida a cada una que explique por qué escogió esos dones. ¿Cómo desarrollamos dones espirituales? Invite a las jovencitas a buscar en Doctrina y Convenios 46:7–12 y en "Podemos desarrollar nuestros dones" en *Principios del Evangelio*, pág. 143. Pídales que compartan lo que hayan encontrado.

Pida a las jóvenes que compartan lo que aprendieron hoy. ¿Qué sentimientos o impresiones tienen? ¿Comprenden mejor los dones espirituales? ¿Desean hacer otras preguntas? ¿Sería útil dedicarle más tiempo a este tema?

Vivir lo que se aprende

Pida a las jóvenes que piensen cómo pondrán en práctica lo que han aprendido hoy. Por ejemplo, podrían:

- Orar fervientemente para comprender sus propios dones espirituales y procurar usarlos para el beneficio de otros.
- Completar la experiencia 7 del valor Valor individual del *Progreso Personal*.

Comparta con las jóvenes lo que se estudiará la próxima semana. ¿Qué podrían hacer a fin de prepararse para aprender? Por ejemplo, podrían leer un discurso, ver un video o estudiar un pasaje de las Escrituras relacionado con la lección de la semana siguiente.

Enseñar a la manera del Salvador

El Salvador utilizó las Escrituras para enseñar y testificar acerca de Su misión. ¿Cómo puede usar las Escrituras en su lección para enseñar y testificar de cómo el Padre Celestial quiere que las jóvenes usen sus dones espirituales?

Recursos seleccionados

Extracto de Mervyn B. Arnold, "'Messages from the Doctrine and Covenants: Seek Ye Earnestly the Best Gifts'", Ensign, *marzo de 2005, págs. 64–67*

¿Cuáles son los "mejores dones", y por qué deberíamos buscarlos?

Las Escrituras y los profetas modernos enseñan que hay muchos dones espirituales (véase Moroni 10:8; D. y C. 46:13–26). Su propósito, entre otras cosas, es ofrecernos fortaleza, conducirnos a hacer el bien, ayudarnos a resistir la tentación, animarnos y edificarnos, aumentar nuestra sabiduría, ayudarnos a juzgar justamente, y ayudarnos a ser dignos de la vida eterna…

El Salvador nos mandó que llegáramos a ser perfectos (véase 3 Nefi 12:48). Aunque ninguno de nosotros logrará la perfección en esta vida, el Padre Celestial nos inspira, a medida que meditamos y oramos, a buscar aquellos dones que nos serán de mayor ayuda para perfeccionarnos. El presidente George Q. Cannon (1827–1901) declaró: "Si alguno de nosotros es imperfecto, es nuestro deber orar con el fin de recibir el don que nos haga perfectos... Ningún hombre debería decir: 'Bueno, no lo puedo evitar; es mi naturaleza'. No está justificado, pues Dios ha prometido ofrecernos fortaleza para corregir estas cosas, y darnos los dones que las eliminarán" (En *Millennial Star,* abril de 23, 1894, pág. 260).

Extracto de RobertD. Hales, "Los dones del Espíritu", Ensign, *febrero de 2002, págs. 12–20*

Un requisito para buscar estos dones podría requerir que encontremos qué dones se nos han dado. En las Escrituras está escrito:

"Y además, de cierto os digo, quisiera que siempre recordaseis y retuvieseis en vuestras mentes cuáles son esos dones que se dan a la iglesia.

"Porque no a todos se da cada uno de los dones; pues hay muchos dones, y a todo hombre le es dado un don por el Espíritu de Dios" (D. y C. 46:10–11).

Debemos orar y ayunar para encontrar los dones que se nos han otorgado. A menudo las bendiciones patriarcales nos hablan de los dones que hemos recibido y declaran la promesa de dones que podemos recibir si los procuramos. Insto a cada uno de ustedes a descubrir sus dones y a procurar obtener aquellos que les servirán de guía en su obra terrenal y que harán avanzar la obra celestial.

Se nos ha mandado desarrollar durante nuestro tiempo en la tierra los dones y las aptitudes naturales con los que el Padre Celestial nos ha bendecido. Tras hacerlo, tendremos la oportunidad de utilizar dichos dones para convertirnos en maestros y líderes de los hijos de Dios, dondequiera que éstos se hallen en la tierra. Para ejercitar esos dones, debemos desarrollar una pureza de corazón.

Extracto de David A. Bednar, "Prestos para observar", Liahona, *diciembre de 2006, págs. 31–36.*

En octubre de 1987, el élder Marvin J. Ashton, en aquel entonces miembro del Quórum de los Doce Apóstoles, habló en la conferencia general acerca de los dones espirituales. Recuerdo con cariño el impacto que su mensaje tuvo en mí en ese momento y las cosas que él enseñó aún influyen en mí en la actualidad. En su mensaje, el élder Ashton detalló y describió cierto número de dones espirituales menos notorios: atributos y facultades que muchos de nosotros tal vez no consideraríamos dones del Espíritu. Por ejemplo, recalcó los dones de saber preguntar, escuchar, oír y seguir la voz apacible y delicada; de ser capaz de llorar, de evitar la contención, de ser amable, de evitar las vanas repeticiones, de buscar lo que es recto, de acudir a Dios en busca de guía, de ser discípulo, de preocuparse por los demás, de poder meditar, de dar un poderoso testimonio y de recibir el Espíritu Santo (véase "Hay muchos dones", *Liahona*, enero de 1988, pág. 19).

¿Cómo me puedo preparar para establecer un hogar centrado en Cristo?

La edificación del reino de Dios comienza por edificar un hogar y una familia rectos. La familia es la unidad más importante de la Iglesia. Como miembros de la Iglesia, debemos establecer un hogar donde el Espíritu esté presente. Un hogar centrado en Cristo ofrece un lugar de protección contra el pecado, un refugio del mundo, y un amor comprometido y real. Ya sea grande o pequeño, tu hogar puede ser una "casa de oración, una casa de ayuno, una casa de fe, una casa de instrucción, una casa de gloria, una casa de orden, una casa de Dios" (D. y C. 88:119).

¿Qué hace usted para hacer de su hogar una defensa contra el pecado y un refugio del mundo? ¿Qué hace para enseñar el Evangelio a sus hijos y a su familia?

Piense en los hogares en los que viven las jovencitas. ¿Qué experiencias están teniendo ahora que les ayudarán a criar a sus propias familias?

Prepararse espiritualmente

¿Qué Escrituras y discursos ayudarán a las jóvenes a prepararse para establecer hogares centrados en Cristo?

Ezequiel 16:44 (La importancia del ejemplo de una madre)

Salmos 127:3; 2 Nefi 25:26; Mosíah 4:14–15; D. y C. 68:25–28; 88:119; 93:40 (Se manda a los padres que enseñen y edifiquen a sus hijos)

Alma 53:21; 56:47–48 (A los jóvenes guerreros de Helamán les enseñaron sus madres)

"La Familia: Una Proclamación para el Mundo", *Liahona*, noviembre de 2010, pág. 129

Richard G. Scott, "La paz en el hogar", *Liahona,* mayo de 2013

L. Tom Perry, "Llegar a ser buenos padres", *Liahona*, noviembre de 2012, págs. 26–28

Jeffrey R. Holland, "Modelos generales y vidas específicas", Reunión Mundial de Capacitación de Líderes, febrero de 2008

"La familia", *Para la Fortaleza de la Juventud* págs. 14–15

Videos: "La maternidad: Una asociación eterna con Dios"; "Criar a los hijos en la luz y la verdad" (segmento del video en el que se habla de establecer "una casa de orden, una casa de Dios")

Compartir experiencias

Al comienzo de cada clase, invite a las jóvenes a compartir, enseñar y testificar acerca de las experiencias que hayan tenido al aplicar lo que aprendieron en la lección de la semana anterior. Esto alentará la conversión personal y ayudará a las jóvenes a darse cuenta de la importancia que tiene el Evangelio en la vida cotidiana.

Presentar la doctrina

Elija alguna de las ideas siguientes, o utilice las suyas, para presentar la lección de esta semana:

- Invite a las jóvenes a describir lo que piensan que es un hogar centrado en Cristo. ¿Qué verían en él? ¿Qué sentirían en él? Pídales que sugieran respuestas a la pregunta: "¿Cómo me puedo preparar para establecer un hogar centrado en Cristo?".

- Pregunte a las jovencitas cuál piensan que es la función de las madres en la edificación del reino de Dios. Invítelas a pensar en sus propias madres y en otras madres que conozcan, y que compartan algunas cualidades que tienen y que a ellas les gustaría emular (para ver ejemplos de cualidades, véase Proverbios 31:10–31).

Aprender juntas

Sugerencia para la enseñanza

"Los análisis en grupos pequeños pueden hacer participar instantáneamente a los que parecen estar perdiendo el interés y la concentración" (véase *La enseñanza: El llamamiento más importante*, 1999, pág. 78).

Cada una de las actividades siguientes ayudará a las jóvenes a comprender el modo de establecer un hogar centrado en Cristo. Siguiendo la inspiración del Espíritu, seleccione una o más actividades que resulten mejor para su clase:

- Como clase, lean Mosíah 4:14–15 y hagan una lista en la pizarra de principios en estos versículos que ayudarán a las jóvenes a establecer hogares centrados en Cristo. Muestre uno o los dos videos que se sugieren en esta reseña y sugiera que las jóvenes piensen en sí mismas como madres mientras los ven. Después de cada video, pida a las jovencitas que analicen cuál era el mensaje principal y qué principios adicionales aprendieron que les ayudarán a establecer hogares centrados en Cristo. Considere añadir estos principios a la lista de la pizarra. Invite a compartir ejemplos de estos principios que haya tenido su propia familia u otras familias.

- Lea Ezequiel 16:44 y después muestre un espejo a las jóvenes y pregúnteles cómo les ayudan el espejo y la Escritura a entender su función de nutrir. Invite a las jóvenes a leer Alma 53:20–21; 56:47–48 y a compartir lo que hicieron las madres en estos versículos para criar a hijos rectos. ¿Qué cualidades les gustaría que desarrollaran sus futuros hijos? ¿Qué pueden hacer ahora para prepararse para ser

madres de este tipo de hijos? ¿Cómo pueden ser cuidadoras de los hijos del Padre Celestial a lo largo de su vida, sin importar las circunstancias?

- Invite a las jóvenes a elaborar una lista en la pizarra de lo que los padres pueden hacer para crear familias más fuertes. Pídales que compartan ejemplos que hayan visto de familias que ponen en práctica estas sugerencias y la manera en que el hacerlo permite establecer un hogar centrado en Cristo. Invite a las jovencitas a analizar qué pueden hacer para establecer una fuerte cultura familiar en sus hogares.

- ¿Por qué son importantes los patrones o modelos? ¿Cuál es el modelo que el Padre Celestial nos ha dado para establecer un hogar centrado en Cristo? (véase "La Familia: Una Proclamación para el Mundo", párrafo 7). ¿Qué pueden hacer las jóvenes ahora para prepararse para edificar un hogar y una familia de acuerdo con este modelo? Pregunte a las jovencitas qué le dirían a alguien cuya situación familiar no esté de acuerdo con el patrón del Padre Celestial. Invítelas a leer el último párrafo de "La familia" en *Para la Fortaleza de la Juventud* para conseguir algunas ideas.

- Divida la clase en grupos, y divida entre los grupos el discurso del élder Richard G. Scott, "La paz en el hogar". Pida a los grupos que estudien su sección del discurso y que busquen descripciones y características de un hogar centrado en Cristo. Invite a las jóvenes a compartir lo que encuentren y que hagan dibujos de cómo es un hogar centrado en Cristo. ¿Qué pueden hacer las jovencitas para contribuir a que su hogar esté ahora más centrado en Cristo? ¿Cómo pueden prepararse para establecer hogares centrados en Cristo en el futuro?

Pida a las jóvenes que compartan lo que aprendieron hoy. ¿Qué sentimientos o impresiones tienen? ¿Comprenden cómo establecer un hogar centrado en Cristo? ¿Desean hacer otras preguntas? ¿Sería útil dedicarle más tiempo a este tema?

Enseñar a la manera del Salvador

El Salvador hacía preguntas a Sus seguidores que inspiraban a las personas a pensar y a reflexionar profundamente. Tuvo confianza en ellos y los preparó. Piense en cómo ayudará a las jóvenes a comprender la importancia de criar una posteridad recta y de prepararse para establecer hogares centrados en Cristo.

Vivir lo que se aprende

Pida a las jóvenes que piensen cómo pondrán en práctica lo que han aprendido hoy. Por ejemplo, podrían:

- Ayudar a sus padres siendo una influencia positiva en su hogar ahora.
- Identificar buenas madres que conozcan, aprender de ellas y seguir su ejemplo.

Comparta con las jóvenes lo que se estudiará la próxima semana. ¿Qué podrían hacer a fin de prepararse para aprender? Por ejemplo, podrían leer un discurso, ver un video o estudiar un pasaje de las Escrituras relacionado con la lección de la semana siguiente.

Recursos seleccionados

Jeffrey R. Holland, "Modelos generales y vidas específicas", Reunión Mundial de Capacitación de Líderes, *febrero de 2008, págs. 2-3.*

Permítanme usar una parábola que espero represente este punto, sea cual sea su circunstancia marital o familiar. Por falta de un mejor título, la llamo "La parábola de la camisa hecha en casa". Mi madre era una costurera magnífica. De pequeño, cuando escaseaba el dinero y no había para comprar ropa nueva, a veces ella cosía la ropa que llevábamos a la escuela. Cuando yo veía una camisa en una tienda o en un catálogo, mi madre solía decir: "Creo que puedo hacerla". Observaba la camisa lo más cerca posible; entonces cortaba la tela y la cosía de tal modo que se parecía muchísimo a la camisa original de alto costo.

Le rindo el tributo de estar dispuesta a hacerlo y de ser capaz de hacerlo, aunque ella hubiera preferido elaborarlo de otra manera. Aun cuando podía estudiar el producto comercial y aproximarse a él, lo que en realidad quería era un modelo o molde que le permitiera anticipar los ángulos, las esquinas, costuras y puntadas que, de otro modo, le costaría reconocer. Además, si fuera necesario hacer una segunda o una tercera camisa, estaría trabajando en base a un modelo o patrón original y perfecto, sin repetir o multiplicar las imperfecciones de una réplica.

Creo que pueden ver mi punto y el de ella, tendremos problemas si hacemos una camisa en base a otra camisa que fue hecha de otra camisa. Un par de errores en el primer producto (algo inevitable al no seguir un patrón) se repetirán y exagerarán, se intensificarán, serán más incómodos con cada repetición que se haga, hasta que finalmente la prenda que tengo que ponerme para ir a la escuela simplemente no me quede bien. Una manga es muy larga, la otra muy corta; la costura de uno de los hombros me cae hasta el pecho y la del otro por la espalda; y el botón del cuello se abrocha en la nuca. Les aseguro que esa imagen no causará una buena impresión entre los compañeros de la escuela secundaria.

Extracto de "La Familia: Una Proclamación para el Mundo", Liahona, *noviembre de 2010, pág. 129.*

La familia es ordenada por Dios. El matrimonio entre el hombre y la mujer es esencial para Su plan eterno. Los hijos tienen el derecho de nacer dentro de los lazos del matrimonio, y de ser criados por un padre y una madre que honran sus promesas matrimoniales con fidelidad completa. Hay más posibilidades de lograr la felicidad en la vida familiar cuando se basa en las enseñanzas del Señor Jesucristo. Los matrimonios y las familias que logran tener éxito se establecen y mantienen sobre los principios de la fe, la oración, el arrepentimiento, el perdón, el respeto, el amor, la compasión, el trabajo y las actividades recreativas edificantes. Por designio divino, el padre debe presidir sobre la familia con amor y rectitud y tiene la responsabilidad de protegerla y de proveerle las cosas necesarias de la vida. La responsabilidad primordial de la madre es criar a los hijos. En estas responsabilidades sagradas, el padre y la madre, como iguales, están obligados a ayudarse mutuamente. Las incapacidades físicas, la muerte u otras circunstancias pueden requerir una adaptación individual. Otros familiares deben ayudar cuando sea necesario.

¿Qué puedo hacer para ayudar a los nuevos miembros de la Iglesia?

Para muchas personas, pasar a ser miembro de la Iglesia puede ser un desafío. Quizás incluya dejar amistades y ajustarse a un nuevo estilo de vida. Cada nuevo miembro de la Iglesia necesita un amigo, una responsabilidad y nutrirse de "la buena palabra de Dios" (Moroni 6:4). Podemos ayudar a los miembros nuevos al hacernos sus amigos, al servir junto a ellos, y al compartir nuestro testimonio con ellos.

¿Qué ha hecho usted para ayudar a fortalecer a los nuevos miembros? ¿Qué hicieron otros por usted después de bautizarse?

¿Alguna de las jóvenes de su clase es miembro nuevo? ¿Cómo se han adaptado a ser miembros de la Iglesia? ¿Cómo les han ayudado otras jovencitas?

Prepararse espiritualmente

¿Qué Escrituras y otros recursos inspirarán a las jóvenes a fortalecer a los nuevos miembros de la Iglesia?

Lucas 22:32; Romanos 15:1–2; Moroni 6:4–5; D. y C. 81:5; 108:7 (Fortalecer a los santos)

Juan 21:15–17 (Apacienta mis ovejas)

Dieter F. Uchtdorf, "Ustedes son Mis manos", *Liahona*, mayo de 2010, págs. 68–75

Henry B. Eyring, "Amigos verdaderos", *Liahona,* julio de 2002, págs. 29–32

"Cómo ayudar a los miembros nuevos y a los menos activos", *La enseñanza: El llamamiento más importante*, 1999, pág. 39

Obra misional y retención: Georgia Elías

Video: "Ayuda a los miembros nuevos a llevar un nombre al templo"

Compartir experiencias

Al comienzo de cada clase, invite a las jóvenes a compartir, enseñar y testificar acerca de las experiencias que hayan tenido al aplicar lo que aprendieron en la lección de la semana anterior. Esto alentará la conversión personal y ayudará a las jóvenes a darse cuenta de la importancia que tiene el Evangelio en la vida cotidiana.

Presentar la doctrina

Elija alguna de las ideas siguientes, o utilice las suyas, para presentar la lección de esta semana:

• Pida a las jóvenes que compartan sus ideas en cuanto a cómo pueden ser las manos del Salvador para otros. Comparta con ellas el párrafo que se encuentra al comienzo de esta reseña y pregúnteles lo que pueden hacer para ser las manos del Salvador para un nuevo miembro de la Iglesia.

• Invite a las jóvenes a que describan algunos sentimientos que acompañan a las nuevas experiencias, como el primer día de clase, unirse a un club o un equipo o empezar un trabajo nuevo. Pídales que analicen cómo estos sentimientos pueden ser parecidos a los que experimentan los nuevos miembros de la Iglesia. Invítelas a compartir experiencias relacionadas que hayan tenido en cuanto a ser miembros nuevos, ya sea de ellas mismas o de otras personas.

Aprender juntas

Sugerencia para la enseñanza

"Antes de comenzar la clase, designe a una o dos personas para que escuchen con atención y se preparen para resumir uno de los puntos principales de la lección o la lección completa" (*La enseñanza: El llamamiento más importante*, 1999, pág. 106).

Cada una de las actividades siguientes puede ayudar a las jovencitas a aprender cómo fortalecer a los nuevos miembros de la Iglesia. Siguiendo la inspiración del Espíritu, seleccione una o más que resulten mejor para su clase:

• Muestre una imagen del Salvador abrazando a un cordero (véase el *Libro de obras de arte del Evangelio*, 64). Escriba las palabras "Apacienta mis corderos". Pregunte a las jóvenes qué saben acerca de esta declaración. Invítelas a prestar atención a otras ideas adicionales a medida que lee a la clase Juan 21:15–17. ¿Quiénes son las "ovejas" y los "corderos" en este pasaje? ¿Cómo los nuevos miembros de la Iglesia son similares a los corderos? ¿Qué significa apacentar a los corderos del Salvador? Invite a las jóvenes a compartir experiencias que hayan tenido al fortalecer a nuevos miembros. ¿Qué cosas específicas pueden hacer para ayudar a los nuevos miembros en el futuro?

• Invite a las jóvenes a ver el video "Obra misional y retención: Georgia Elías" y buscar cosas que el nuevo barrio de Georgia hizo para ayudarla a mantenerse firme en el Evangelio después de su bautismo. ¿Qué más aprenden de la experiencia de Georgia que les pueda ayudar a fortalecer a los nuevos miembros? Invite a las jóvenes a pensar en los nuevos miembros de su barrio. ¿Qué preguntas se podrían hacer? ¿Cómo les podrían ayudar las jóvenes? Como parte de este análisis, tal vez quiera mostrar y hablar sobre el video "Ayuda a los miembros nuevos a llevar un nombre al templo".

• Escriba referencias de las Escrituras en la pizarra (como aquellas que se presentan en esta reseña) en cuanto a nuestra responsabilidad de fortalecer a nuestros hermanos los santos. Pida a cada jovencita que lea una de las referencias de las Escrituras, pensando en cuanto a cómo se aplica a los nuevos miembros de la Iglesia. Pida a cada una que escriba en la pizarra un breve resumen de su pasaje y que comparta un ejemplo del principio que enseña. Pregunte a las jovencitas por qué es tan importante fortalecer a los nuevos miembros de la Iglesia.

- Lea en voz alta el consejo del presidente Gordon B. Hinckley al comienzo de "Cómo ayudar a los miembros nuevos y a los menos activos" en *La enseñanza: El llamamiento más importante* (pág. 39), y pida a las jóvenes que identifiquen tres cosas que cada miembro nuevo necesita. Divida a las jóvenes en tres grupos y asigne a un grupo que haga una lista de cosas específicas que podrían hacer para entablar amistad con una nueva miembro de la clase; asigne a otro grupo que haga una lista de las responsabilidades que le podrían dar a ella; asigne al tercer grupo que haga una lista de maneras en que podrían nutrir a una nueva miembro con la buena palabra de Dios. (Si necesitan ayuda, vea las sugerencias en la página 39 de *La enseñanza: El llamamiento más importante.*) Pida a los grupos que compartan sus listas los unos con los otros.

- Ayude a una joven a pensar en preguntas que le gustaría hacer a alguien que se haya unido a la Iglesia recientemente. Con el permiso del obispo, invite a uno o dos conversos recientes a la clase. Pídales que compartan la historia de su conversión y su experiencia como nuevos miembros de la Iglesia. Invite a las jóvenes a hacer sus preguntas y a analizar cómo pueden ayudar a los nuevos miembros a hacer la transición al unirse a la Iglesia.

- Invite a las jovencitas a leer "Las amistades" en *Para la Fortaleza de la Juventud* y a encontrar respuestas a la pregunta: "¿Qué significa ser un verdadero amigo?". Pídales que compartan lo que encuentren y que compartan una experiencia en la que alguien haya sido un verdadero amigo para ellas. ¿Por qué es especialmente importante para nosotras ser buenas amigas de los nuevos miembros de la Iglesia? Invite a las jóvenes a hacer una lista de los nuevos miembros que conozcan y a analizar cómo pueden aplicar el consejo de *Para la Fortaleza de la Juventud* de entablar amistad con ellos.

Pida a las jóvenes que compartan lo que aprendieron hoy. ¿Comprenden cómo fortalecer a los nuevos miembros de la Iglesia? ¿Qué sentimientos o impresiones tienen? ¿Desean hacer otras preguntas? ¿Resultaría útil dedicarle más tiempo a esta doctrina?

Enseñar a la manera del Salvador

Cuando el Salvador enseñaba a Sus discípulos, respondía sus preguntas y escuchaba sus experiencias. Se interesó sinceramente por escuchar las respuestas a Sus preguntas y se regocijó en sus expresiones de fe. ¿Qué puede hacer usted para mostrar amor e interés en las jovencitas de su clase?

Vivir lo que se aprende

Pida a las jóvenes que piensen cómo pondrán en práctica lo que han aprendido hoy. Por ejemplo, podrían:

- Invitar a un miembro nuevo a venir a la actividad de la Mutual o a otro evento del barrio.
- Compartir su testimonio con un miembro nuevo.

Comparta con las jóvenes lo que se estudiará la próxima semana. ¿Qué podrían hacer a fin de prepararse para aprender? Por ejemplo, podrían leer un discurso, ver un video o estudiar un pasaje de las Escrituras relacionado con la lección de la semana siguiente.

Recursos seleccionados

Extracto de Dieter F. Uchtdorf, "Ustedes son Mis manos", Liahona, *mayo de 2010, págs. 68–75.*

Se cuenta que en el bombardeo de una ciudad durante la Segunda Guerra Mundial una estatua de Jesús resultó sumamente dañada. Cuando los habitantes hallaron la estatua entre los escombros, se lamentaron porque había sido un amado símbolo de su fe y de la presencia de Dios en su vida.

Los expertos lograron reparar la mayor parte de la estatua, pero las manos estaban tan dañadas que no las pudieron restaurar. Algunos sugirieron contratar a un escultor para que hiciera manos nuevas, pero otros querían dejarla así, como recordatorio permanente de la tragedia de la guerra. Al final, la estatua permaneció sin manos; sin embargo, la gente de la ciudad agregó en la base de la estatua de Jesucristo una placa con estas palabras:"Ustedes son Mis manos"…

Cuando yo era pequeño, después de la Segunda Guerra Mundial, Alemania estaba destruida y en ruinas. Había mucha gente hambrienta, enferma y moribunda. Recuerdo bien los envíos humanitarios de alimentos y ropa que llegaron de la Iglesia en Salt Lake City. Hasta el día de hoy, puedo recordar el olor de la ropa y aún puedo probar la dulzura de los melocotones enlatados.

Algunos se unieron a la Iglesia por los bienes que recibían en esa época. Algunos de los miembros menospreciaban a esos nuevos conversos; incluso les dieron un apodo ofensivo: *Büchsen Mormonen* o "Mormones Enlatados". Resentían a esos nuevos miembros porque creían que una vez satisfechas sus necesidades temporales, se apartarían.

Aunque algunos sí se fueron, muchos se quedaron: vinieron a la Iglesia, probaron la dulzura del Evangelio y sintieron el tierno abrazo de buenos hermanos y hermanas. Descubrieron un "hogar". Y ahora, tres o cuatro generaciones después, el origen de muchas familias en la Iglesia se remonta a esos conversos.

Espero que recibamos y amemos a todos los hijos de Dios, incluso a los que tal vez tengan otra apariencia o forma de vestir, de hablar y de hacer las cosas. No está bien hacer sentir a los demás como si fuesen deficientes; elevemos a los que nos rodean. Extendamos una mano de bienvenida. Depositemos sobre nuestros hermanos y hermanas de la Iglesia una medida especial de humanidad, compasión y caridad para que sientan que, después de tanto tiempo, por fin han llegado a casa…

Una antigua leyenda judía cuenta de dos hermanos, Abram y Zimri, que tenían un campo que trabajaban juntos. Acordaron dividir la labor y la cosecha en partes iguales. Una noche, al terminar la cosecha, Zimri no podía dormir porque no parecía justo que Abram, que tenía una esposa y siete hijos a quienes mantener, recibiera sólo la mitad de la cosecha, mientras que él, que estaba solo, tuviera tanto.

Así que Zimri se vistió y calladamente se fue al campo, donde tomó una tercera parte de su cosecha y la colocó en la porción de su hermano. Después regresó a acostarse, satisfecho de que había hecho lo correcto.

Mientras tanto, Abram tampoco podía dormir. Pensó en su pobre hermano Zimri, que estaba muy solo y no tenía hijos para ayudarle con su labor. No le parecía justo que Zimri, que trabajaba tanto, recibiera sólo la mitad de la cosecha. Eso seguramente no complacía a Dios. Así que Abram fue en silencio al campo, tomó una tercera parte de su cosecha y la puso en la porción de su amado hermano.

A la mañana siguiente, los hermanos fueron al campo y se asombraron al ver que sus porciones todavía parecían ser del mismo tamaño. Esa noche los dos salieron de sus casas para repetir lo que habían hecho la noche anterior, pero esta vez se descubrieron el uno al otro, y cuando eso sucedió, lloraron y se abrazaron. Ninguno pudo hablar, porque sus corazones rebozaban de amor y gratitud (véase Clarence Cook, "Abram and Zimri," en *Poems by Clarence Cook*, 1902, págs. 6–9).

¿Cómo puedo ayudar a mis amigos menos activos a regresar a la Iglesia?

Como parte de nuestro compromiso de "ser testigos de Dios en todo tiempo, y en todas las cosas y en todo lugar" (Mosíah 18:9), extendemos una mano a nuestros amigos y vecinos Santos de los Últimos Días que no asisten a la Iglesia. Podemos ayudarles al asegurarnos de que sientan nuestro amor y preocupación genuinos, y al compartir nuestro testimonio por medio de nuestras palabras y acciones al incluirlos en nuestras actividades.

¿Qué hace para tender una mano a los miembros menos activos a los que conoce? ¿Qué experiencias puede compartir con las jóvenes?

¿Cómo tratan las jovencitas a las miembros de la clase que son menos activas? ¿Cuáles son algunas maneras en que podrían acercarse más a esas jovencitas?

Prepararse espiritualmente

¿Qué Escrituras y discursos ayudarán a las jóvenes a aprender cómo ayudar a sus amigos menos activos?

Lucas 15 (Las parábolas de la oveja perdida, la moneda perdida y el hijo pródigo)

Lucas 22:32; Juan 21:15–17; 1 Pedro 5:2–4 (El Señor nos manda que nos fortalezcamos mutuamente)

Alma 31:34–35; D. y C. 18:10–16 (El valor de las almas es grande)

Thomas S. Monson "Las remolachas azucareras y el valor de un alma", *Liahona* julio de 2009, págs. 3–5 (véase también el video "Las remolachas y el valor de las almas")

Thomas S. Monson, "Ver a los demás como lo que pueden llegar a ser", Liahona, noviembre de 2012, págs. 68–71

Jeffrey R. Holland, "De nuevo llegaron profetas a la tierra", *Liahona,* noviembre de 2006, págs. 104–107

Gordon B. Hinckley, "La fe que mueve montañas", *Liahona,* noviembre de 2006, págs. 83–84

Video: "Ayuda a otras personas a regresar a la Iglesia"

Compartir experiencias

Al comienzo de cada clase, invite a las jóvenes a compartir, enseñar y testificar acerca de las experiencias que hayan tenido al aplicar lo que aprendieron en la lección de la semana anterior. Esto alentará la conversión personal y ayudará a las jóvenes a darse cuenta de la importancia que tiene el Evangelio en la vida cotidiana.

Presentar la doctrina

Elija alguna de las ideas siguientes, o utilice las suyas, para presentar la lección de esta semana:

- Escriba en la pizarra el título de esta lección. Invite a las jóvenes a escribir en un papel una manera en que podrían ayudar a amigos menos activos a regresar a la Iglesia. Recoja los papeles y páselos a diferentes jovencitas. Invítelas a compartir las ideas escritas en los papeles. Pida a las jóvenes que piensen durante la lección en alguien que conozcan que no esté activo en la Iglesia, y que busquen maneras en que podrían ayudar a esa persona.

- Invite a las jóvenes a escribir en un papel sus respuestas a la siguiente pregunta: "¿Por qué ayudamos a los miembros menos activos a regresar a la Iglesia?". Recoja sus papeles y léalos a la clase.

Aprender juntas

Cada una de las actividades siguientes ayudará a las jóvenes a comprender cómo ayudar a que sus amigos o amigas menos activos regresen a la Iglesia. Siguiendo la inspiración del Espíritu, seleccione una o más actividades que resulten mejor para su clase:

- Pida a las jóvenes que piensen en una situación en la que perdieron algo muy valioso. ¿Qué hicieron para tratar de encontrarlo? Asigne a cada joven una de las tres parábolas en Lucas 15. Pida a cada una que relate la parábola en sus propias palabras y que comparta una frase de la parábola que resuma lo que el Salvador estaba enseñando en ella. ¿Qué aprenden las jóvenes de las acciones del pastor, de la mujer y del padre en estas parábolas? ¿Cómo pueden seguir estos ejemplos al intentar ayudar a aquellos que están "perdidos" de la Iglesia? Pida a las jóvenes que compartan cualquier experiencia de amigos o familiares que hayan regresado después de estar menos activos, si se sienten cómodas de hacerlo.

- Pregunte a las jóvenes lo que significa "rescatar" a alguien. Comparta con ellas el relato de los pioneros de los carros de mano que quedaron varados en una tormenta de nieve en 1856, y la súplica de Brigham Young a los santos de que fueran a rescatarlos (véase Gordon B. Hinckley, "La fe que mueve montañas", *Liahona,* noviembre de 2006, págs. 83–84). Invite a alguien a leer el cuarto párrafo desde el final del discurso del élder Jeffrey R. Holland "De nuevo llegaron profetas a la tierra". ¿Cómo los pioneros de carros de mano son similares a las personas de hoy en día que las jovencitas saben que necesitan ser rescatadas? Pídales que piensen en un amigo o un miembro de la familia a quien podrían ayudar a regresar a la actividad en la Iglesia.

Sugerencia para la enseñanza

"El escuchar con atención es una manifestación de amor y con frecuencia requiere sacrificio. Cuando verdaderamente escuchamos a otras personas, por lo general debemos refrenarnos de lo que queremos decir para entonces permitir que otros puedan expresarse" (*La enseñanza: El llamamiento más importante,*1999, pág. 71).

• Comparta una experiencia que haya tenido usted al ayudar a un amigo o un familiar menos activo a regresar a la Iglesia. Invite a las jóvenes a leer Alma 31:34–35 y D. y C. 18:10–16. ¿Qué nos enseñan estas Escrituras sobre cómo se siente el Padre Celestial en cuanto a Sus hijos? Ayude a las jóvenes a hacer una lista de jovencitas menos activas del barrio, y analicen como clase el gran valor que cada una de ellas tiene, y las cosas que pueden hacer para invitar a esas jóvenes a regresar.

• Invite a las jóvenes a compartir relatos de ocasiones en las que hayan visto a un miembro menos activo volver a la Iglesia. ¿Cómo se invitó a esa persona a volver? Invite a la clase a analizar maneras en que pueden ayudar a sus amigos y familiares menos activos a regresar a la Iglesia. Considere hacer una lista y fijarse metas como clase.

• Muestre el video "Ayuda a otras personas a regresar a la Iglesia". Invite a las jóvenes a buscar los principios que enseña el élder Bednar que les ayudarán a ser más eficientes al invitar a sus amigos menos activos a regresar a la Iglesia. ¿Por qué es la obra de historia familiar una buena manera de invitar a los amigos menos activos a participar en la Iglesia? ¿Qué otras actividades podrían lograr lo que el élder Bednar describe?

Pida a las jóvenes que compartan lo que aprendieron hoy. ¿Qué sentimientos o impresiones tienen? ¿Comprenden cómo ayudar a los amigos menos activos? ¿Desean hacer otras preguntas? ¿Sería útil dedicarle más tiempo a este tema?

Enseñar a la manera del Salvador

El Salvador ayudó a aquellos a quienes enseñaba a crecer espiritualmente y llegar a convertirse al invitarlos a actuar en fe. ¿Cómo puede mostrar a las jovencitas a las que enseña que usted confía en la habilidad de ellas para vivir el Evangelio?

Vivir lo que se aprende

Pida a las jóvenes que piensen cómo pondrán en práctica lo que han aprendido hoy. Por ejemplo, podrían:

• Completar la experiencia 7 con el valor Buenas obras del *Progreso Personal*.

• Orar para recibir inspiración en cuanto a cómo ayudar a un amigo o a un familiar a regresar a la Iglesia, e invitar a esa persona a asistir a la Iglesia o a una actividad de la Mutual.

• Llevar a cabo cualquier plan que hayan hecho hoy de tender una mano a una miembro menos activa de la clase.

Comparta con las jóvenes lo que se estudiará la próxima semana. ¿Qué podrían hacer a fin de prepararse para aprender? Por ejemplo, podrían leer un discurso, ver un video o estudiar un pasaje de las Escrituras relacionado con la lección de la semana siguiente.

Recursos seleccionados

Extracto de Richard C. Edgley, "El rescate para el verdadero crecimiento", Liahona, *mayo de 2012, págs. 52–54.*

Un domingo por la mañana, hace unos 30 años, mientras prestaba servicio en una presidencia de estaca, recibimos una llamada telefónica de uno de nuestros fieles obispos que nos explicó que su barrio había crecido tan rápido que ya no podía extender un llamamiento significativo a todos los miembros dignos. Su súplica era que dividiéramos el barrio. Mientras esperábamos esa aprobación, como presidencia de estaca decidimos que visitaríamos el barrio y llamaríamos a todos esos maravillosos y dignos hermanos y hermanas a ser misioneros de estaca.

La tercera persona con la que hablé fue una joven estudiante que asistía a la universidad de la localidad. Después de conversar por unos minutos, le extendí el llamamiento de servir como misionera. Hubo silencio por unos instantes; después dijo: "Presidente, ¿no sabe que no estoy activa en la Iglesia?".

Después de un momento de silencio de mi parte dije: "No, no sabía que usted no estaba activa".

Ella respondió: "No he estado activa en la Iglesia por años". Y agregó: "¿Acaso no sabe que cuando una ha estado inactiva no es tan fácil regresar?".

Le respondí: "No; las reuniones de su barrio empiezan a las 9:00 de la mañana. Venga a la capilla y ya estará con nosotros".

Ella respondió: "No, no es tan fácil. Una se preocupa por muchas cosas: se preocupa por si alguien la saludará o si se sentará sola y pasará inadvertida durante las reuniones, y se preocupa por si será aceptada y quiénes serán sus nuevos amigos".

Con las lágrimas rodando por sus mejillas ella continuó: "Sé que mi madre y mi padre han estado orando por mí durante años para que regrese a la Iglesia". Después de otro momento de silencio, dijo: "Los últimos tres meses he estado orando para encontrar el valor, la fortaleza y la manera de volver a estar activa". Luego preguntó: "Presidente, ¿usted cree que este llamamiento podría ser una respuesta a esas oraciones?".

Se me llenaron los ojos de lágrimas al responder: "Creo que el Señor ha contestado sus oraciones".

Ella no sólo aceptó el llamamiento, sino que se convirtió en una excelente misionera. Y estoy seguro de que ella misma tuvo mucho gozo, y llevó ese gozo también a sus padres y probablemente a otros integrantes de la familia.

Hubo muchas cosas que aprendí o recordé de ésta y otras entrevistas similares:

- Aprendí que muchos miembros menos activos tienen seres queridos que doblan sus rodillas a diario y le piden ayuda al Señor para rescatar a un ser querido.

- Aprendí que no es tan fácil ni tan cómodo para un miembro menos activo simplemente regresar a la Iglesia. Ellos necesitan ayuda, necesitan apoyo, necesitan hermanamiento.

- Aprendí que tenemos miembros menos activos que están tratando y desean encontrar el camino para estar activos otra vez.

- Aprendí que muchos miembros menos activos aceptarían un llamamiento si se les pidiera.

- Aprendí que un miembro menos activo merece que se lo trate como a un igual y que se lo considere como un hijo o una hija de un Dios amoroso.

¿Qué es Sión?

El Señor nos manda: "Procurad sacar a la luz y establecer la causa de Sión" (D. y C. 6:6). *Sión* se refiere al pueblo del Señor que son uno en corazón y en voluntad, y que viven juntos en rectitud. Podemos establecer Sión al edificar unidad y fortaleza espiritual en nuestro hogar, barrio, rama y comunidad.

¿Cómo se esfuerza por vivir los principios de Sión en su vida y con su familia? ¿Cuándo ha tenido un sentimiento de unidad en un barrio o con su familia?

¿Están las jóvenes unidas como una hermandad? ¿Qué pueden hacer para establecer Sión? ¿Qué obstáculos podrían afrontar?

Prepararse espiritualmente

Estudie con espíritu de oración los siguientes recursos y pasajes de las Escrituras. ¿Qué piensa que ayudaría a las jóvenes a aprender cómo establecer la causa de Sión?

Mosíah 18:21; D. y C. 38:26–27 (Debemos buscar la unidad)

1 Nefi 13:37; D. y C. 6:6 (Procuremos sacar Sión a la luz)

4 Nefi 1:1–18 (Los nefitas y los lamanitas viven juntos en un estado similar a Sión)

D. y C. 97:21; Moisés 7:18 (¿Qué es Sión?)

Henry B. Eyring, "Entrelazados nuestros corazones en uno", *Liahona*, noviembre de 2008, págs. 68–71

D. Todd Christofferson, "A Sión venid", *Liahona,* noviembre de 2008, págs. 37–40

"Sión", *Leales a la Fe* 2004, págs. 183–184

"Sirvamos unidas ", *Himnos*, Nº 205

Compartir experiencias

Al comienzo de cada clase, invite a las jóvenes a compartir, enseñar y testificar acerca de las experiencias que hayan tenido al aplicar lo que aprendieron en la lección de la semana anterior. Esto alentará la conversión personal y ayudará a las jóvenes a darse cuenta de la importancia que tiene el Evangelio en la vida cotidiana.

Presentar la doctrina

Elija alguna de las ideas siguientes, o utilice las suyas, para presentar la lección de esta semana:

- Escriba "Sión" en la pizarra y pida a las jóvenes que mencionen palabras que les vengan a la mente cuando piensan en Sión. Invítelas a leer las páginas 183–184 de *Leales a la fe* para añadir a su definición. ¿Cuál es nuestra función como mujeres en la edificación de Sión?

• Canten juntas un himno sobre la unidad o Sión y pida a las jovencitas que encuentren palabras y frases en el himno que enseñen en cuanto a Sión o el llegar a estar unidas. Ínstelas a que compartan lo que crean que es su función al establecer un hogar, un barrio o una comunidad como Sión.

Aprender juntas

Sugerencia para la enseñanza

"No debemos atribuir declaraciones a líderes de la Iglesia sin confirmar previamente la fuente de tales declaraciones. Cuando citamos las Escrituras, debemos asegurarnos de que nuestro empleo de las mismas concuerde con su contexto" (*La enseñanza: El llamamiento más importante*, 1999, pág. 58).

Cada una de las actividades siguientes ayudará a las jóvenes a entender qué es Sión. Siguiendo la inspiración del Espíritu, seleccione una o más actividades que resulten mejor para su clase:

• Como clase, lean D. y C. 38:27. ¿Por qué el Señor quiere que seamos uno? Anlicen lo que significa ser uno en corazón y voluntad. ¿Cuáles son algunos de los obstáculos que dificultan que las jóvenes logren la unidad? Considere hacer una lista en la pizarra. ¿Cómo pueden ellas vencer estos obstáculos? Inste a las jóvenes a ponerse metas personales para aumentar la unidad en sus familias. Trabajen juntas para establecer una meta similar con el fin de estar más unidas como clase.

• Como clase, lean los cinco primeros párrafos del discurso del élder D. Todd Christofferson, "A Sión venid", y busquen respuestas a la pregunta: "¿Qué significa salir de Babilonia y venir a Sión?". Divida la clase en tres grupos, y asigne a cada grupo que lean las secciones del discurso "La unidad", "La santidad" o "El cuidado de los pobres". Invite a las jóvenes a que analicen en sus grupos cosas que puedan hacer para aplicar estos principios de edificar Sión a sus hogares presentes y futuros. Pídales que compartan con el resto de la clase lo que hayan analizado.

• Divida la clase en dos grupos. Pida a un grupo que lea y analice Mosíah 18:21 y Doctrina y Convenios 97:21, y pida al otro grupo que lea y analice Doctrina y Convenios 38:27 y Moisés 7:18. Invite a los grupos a que planeen una lección práctica que podrían usar para enseñar al resto de la clase lo que hayan aprendido de sus Escrituras (si necesitan ayuda, comparta con ellas "Comparaciones y lecciones prácticas" en las páginas 185–186 de *La enseñanza: El llamamiento más importante*). Pídales que compartan sus ideas las unas con las otras. ¿Qué aprenden de estas Escrituras que les ayuda a edificar Sión en su familia, su clase, y en su barrio o rama?

• Invite a las jóvenes a leer 4 Nefi 1:1–18 y a hacer una lista en la pizarra de palabras o frases que describan la sociedad similar a Sión que los nefitas y lamanitas establecieron después de la venida de Cristo. Invítelas a hacer otra lista de cosas específicas que pueden hacer como personas individualmente o como clase para vivir estos principios y para animar a otros a hacer lo mismo.

Pida a las jóvenes que compartan lo que aprendieron hoy. ¿Qué sentimientos o impresiones tienen? ¿Comprenden lo que es Sión? ¿Desean hacer otras preguntas? ¿Resultaría útil dedicarle más tiempo a esta doctrina?

Vivir lo que se aprende

Pida a las jóvenes que piensen cómo pondrán en práctica lo que han aprendido hoy. Por ejemplo, podrían:

- Intentar conocer a alguien que no se sienta incluida en su círculo de amistades.
- Fortalecer su relación con un familiar o un amigo (véase la experiencia 3 con el valor Naturaleza divina en el *Progreso Personal*).

Comparta con las jóvenes lo que se estudiará la próxima semana. ¿Qué podrían hacer a fin de prepararse para aprender? Por ejemplo, podrían leer un discurso, ver un video o estudiar un pasaje de las Escrituras relacionado con la lección de la semana siguiente.

Enseñar a la manera del Salvador

En cada situación, el Salvador fue un ejemplo y un mentor para Sus discípulos. Les enseñó a vivir por la manera en que Él vivió. ¿Cómo afectará el ejemplo de usted de amor y unidad al deseo de las jóvenes de tener el deseo de alcanzar Sión?

Recursos seleccionados

Extracto de Henry B. Eyring, "Entrelazados nuestros corazones en uno", Liahona, *noviembre de 2008, págs. 68–71.*

El gozo de la unidad que tanto desea concedernos no va solo; debemos buscarlo y ser dignos de él junto con las demás personas. Por lo tanto, no es de sorprender que Dios nos inste a reunirnos para bendecirnos. Él quiere que nos unamos en familias; ha establecido clases, barrios y ramas y nos ha mandado que nos reunamos a menudo. En esas reuniones, que Dios ha designado para nosotros, yace nuestra gran oportunidad; podemos orar y trabajar para lograr la unidad que nos traerá gozo y multiplicará nuestro poder de prestar servicio…

El orgullo es el gran enemigo de la unidad; ustedes han visto y sentido sus terribles efectos. Hace apenas unos días observé a dos personas —buenas personas— comenzar una leve discusión. Comenzó como una discusión sobre lo que era verdad, pero se transformó en una competencia para ver quién tenía razón. El tono de la voz se subió gradualmente; los rostros se enrojecieron cada vez más; en lugar de hablar acerca del tema, las personas comenzaron a hablar de sí mismas, dando evidencia de por qué su punto de vista, considerando su gran aptitud y antecedentes, era más factible que fuese el correcto…

Felizmente, veo más y más pacificadores habilidosos que calman las aguas turbulentas antes de que se haga daño. Ustedes podrían ser uno de esos pacificadores, ya sean participantes del conflicto u observadores.

Una manera que he visto que se ha logrado es buscar algo en lo que estemos de acuerdo. Para ser ese pacificador, deben tener la fe sencilla de que como hijos de Dios, con todas nuestras diferencias, es posible que, en la firme posición que tomemos, haya elementos de verdad. El gran pacificador, el restaurador de la unidad, es el que encuentra la forma de ayudar a las personas a ver la verdad que tienen en común. La verdad que comparten es siempre mayor y más importante para ellos que sus diferencias. Ustedes pueden ayudarse a ustedes mismos y a los demás a ver ese punto en común si piden la ayuda de Dios y luego actúan. Él contestará sus oraciones para restaurar la paz, al igual que ha contestado las mías…

Eso nos conduce a otro principio de la unidad; es el hablar bien el uno del otro. Piensen en la última vez que se les preguntó cómo iban las cosas con alguien de su familia o de la Iglesia. A mí me sucedió más de una vez esta última semana. Hay ocasiones en que debemos juzgar a los demás; a veces se nos requiere declarar ese tipo de opiniones, pero la mayoría de las veces podemos escoger…

Al darse cuenta de que ven a los demás con luz imperfecta, hará que sean un poco más generosos en lo que digan. Además de esa Escritura, tal vez recuerden a su madre decir, como la mía: "Si no puedes decir algo bueno de una persona, no digas nada".