

# Lialona



**Solo Él podía llegar a ser nuestro Salvador, pág. 8**

Debido a la resurrección, ¿qué verdades aprendemos acerca del cuerpo físico?, pág. 14

Cómo liberarse de las cargas del abuso sexual, pág. 22

Conoce a tu enemigo: Cómo oponerse a cuatro de las estrategias de Satanás, pág. 30



*Obreros colocan un rótulo en el sitio de construcción del Templo de Berna, Suiza. El presidente David O. McKay dedicó el templo en septiembre de 1955. Fue el primer templo que se construyó fuera de Norteamérica y el primero que presentó las ordenanzas en idiomas que no fueran el inglés.*

Fotografía cortesía de la Biblioteca de Historia de la Iglesia.



## MENSAJES

- 4 Mensaje de la Primera Presidencia: El justo por la fe vivirá**  
Por el presidente Dieter F. Uchtdorf
- 7 Mensaje de las maestras visitantes: El juramento y el convenio del sacerdocio**



**EN LA CUBIERTA**  
*Las tres Marías en el sepulcro*, por William-Adolphe Bouguereau.

## ARTÍCULOS DE INTERÉS

- 8 La expiación del Salvador: El cimiento del verdadero cristianismo**  
Por el élder Robert D. Hales  
*Debido a que Él vive, todos volveremos a vivir.*
- 14 La resurrección de Jesucristo y algunas verdades sobre el cuerpo físico**  
Por David A. Edwards  
*La resurrección de Jesucristo nos enseña verdades esenciales sobre la naturaleza eterna y sagrada del cuerpo.*
- 22 Un puente a la esperanza y la sanación**  
Por Nanon Talley  
*¿Cómo puede usted o un ser querido encontrar paz, esperanza y sanación después de algo tan perverso y traumático como el abuso sexual?*

- 28 El viejo álbum familiar: El poder de las historias familiares**  
Por Amneris Puscasu  
*Las historias y la vida de mis antepasados siguen fortaleciéndome.*
- 30 La guerra continúa**  
Por el élder Larry R. Lawrence  
*El élder Lawrence comparte cuatro estrategias de Satanás y el modo de oponerse a ellas.*

## SECCIONES

- 20 Música: Ven, ven hacia Él**  
Por Steven K. Jones y Michael F. Moody
- 38 Retratos de fe: Skaidrīte Bokuma**
- 40 Voces de los Santos de los Últimos Días**
- 80 Hasta la próxima: El poder de Dios**  
Por el élder Bruce R. McConkie



**44 Entender tu bendición patriarcal**

Por Allie Arnell y Margaret Willden  
*Las bendiciones patriarcales son como nuestro mapa personal de caminos. Algunas ideas para que te orientes con el tuyo.*

**48 Cómo prepararse para una nueva travesía**

Por Karina Martins Pereira  
Correia de Lima  
*Las dudas y los temores de empezar mi propia familia me preocupaban. ¿Cómo podría hallar paz?*

**Busca la Liahona que está escondida en este ejemplar. Pista: ¡Brilla!**

**50 ¿Cómo puedo estudiar con la mente y con el corazón?**  
*¿Cuál es la manera del Señor de encontrar respuestas a mis preguntas y entender mejor las Escrituras?*

**52 Personaliza tu estudio del Evangelio**  
*Aprende la manera de sacar el mejor provecho de tu estudio del Evangelio.*

**56 Respuestas de los líderes de la Iglesia: Cómo hallar la paz verdadera**  
Por el élder Quentin L. Cook

**57 Olvidé los libros, recordé el testimonio**  
Por Abigail D. Ferrer  
*El día en que me pidieron compartir información sobre la Iglesia fue el mismo día que olvidé mis materiales de la Iglesia. ¿Serían suficientes mis simples palabras?*

**58 Lo vieron a Él**  
*Lee estos testimonios del Salvador resucitado para saber cómo puedes ser también un testigo de Su resurrección.*

**62 Nuestro espacio**  
**63 Póster: Con valor marchemos**

**64 Preguntas y respuestas**  
*¿Cómo puedo saber que Dios está escuchando mis oraciones?*



**66 Andrei y la mala palabra**  
Por Julie C. Donaldson  
*Una pequeña mala palabra no haría mucho daño, ¿no?*

**68 Respuestas de un Apóstol: ¿Cómo puedo ayudar a mi familia a ser fuerte?**  
Por el élder David A. Bednar

**69 Prepárate para el templo todos los días**  
Por Joy D. Jones  
*Aprende cómo la hermana Jones estableció una meta importante.*

**70 Star brilla**  
Por Jane McBride  
*Star se sentía nerviosa por ir a la Primaria por primera vez. ¿Podría encontrar una amiga?*

**72 Sé una luz**  
Por Elizabeth Pinborough  
*Ocho maneras de ser un buen amigo.*

**73 Figuras de la historia de la Iglesia: Dar a conocer el Evangelio**

**74 Pensando en Jesús**  
Por Lindsay Tanner  
*Mía aprende sobre la Santa Cena.*

**76 Relatos de Jesús: Jesús nos dio la Santa Cena**  
Por Kim Webb Reid

**79 Lirios de la Pascua de Resurrección**



Publicación de La Iglesia de Jesucristo de los Santos de los Últimos Días en español.

**La Primera Presidencia:** Thomas S. Monson, Henry B. Eyring, Dieter F. Uchtdorf

**El Cuórum de los Doce Apóstoles:** Russell M. Nelson, Dallin H. Oaks, M. Russell Ballard, Robert D. Hales, Jeffrey R. Holland, David A. Bednar, Quentin L. Cook, D. Todd Christofferson, Neil L. Andersen, Ronald A. Rasband, Gary E. Stevenson, Dale G. Renlund

**Editor:** Joseph W. Sitati

**Editores auxiliares:** Randall K. Bennett, Carol F. McConkie

**Asesores:** Brian K. Ashton, Jean B. Bingham, LeGrand R. Curtis Jr., Christoffel Golden, Douglas D. Holmes, Erich W. Kopischke, Larry R. Lawrence, Carole M. Stephens

**Director administrativo:** Peter F. Evans

**Director de Revistas de la Iglesia:** Allan R. Loyborg

**Gerente administrativo:** Garff Cannon

**Editor administrativo:** Adam C. Olson

**Editor administrativo auxiliar:** Ryan Carr

**Ayudante de publicaciones:** Cremilda Amaral

**Redacción y revisión:** Bethany Bartholomew, Brittany Beattie, David Dickson, David A. Edwards, Matthew D. Flitton, Lori Fuller, Garrett H. Garff, LaRene Porter Gaunt, Charlotte Larcabal, Michael R. Morris, Eric B. Murdock, Sally Johnson Odekir, Joshua J. Perkey, Jan Pinborough, Richard M. Romney, Mindy Anne Selu, Marissa Widdison

**Director administrativo de arte:** J. Scott Knudsen

**Director de arte:** Tadd R. Peterson

**Diseño:** Jeanette Andrews, Fay P. Andrus, C. Kimball Bott, Thomas Child, David Green, Colleen Hincley, Susan Lofgren, Eric P. Johnsen, Scott M. Mooy, Mark W. Robison, Rachel Smith, Brad Teare, K. Nicole Walkenhorst

**Coordinadora de Propiedad Intelectual:**

Collette Nebeker Aune

**Gerente de producción:** Jane Ann Peters

**Producción:** Glen Adair, Connie Bowthorpe Bridge, Julie Burdett, Bryan W. Gygi, Ginny J. Nilson, Gayle Tate Rafferty, Derek Richardson

**Preimpresión:** Joshua Dennis, Ammon Harris

**Director de impresión:** Steven T. Lewis

**Director de distribución:** Troy K. Vellinga

**Coordinación de Liahona:** Francisco Pineda, Fernando Dealba

**Distribución:**

Corporation of the Presiding Bishop of  
The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints  
Steinmühlstrasse 16, 61352 Bad Homburg v.d.H., Germany

**Información para la suscripción:**

Para suscribirse o para cambios de dirección, tenga a bien

contactar a servicios al cliente

Teléfono gratuito: 00800 2950 2950

Tel: +49 (0) 6172 4928 33/34

Correo-e: orderseu@ldschurch.org

En línea: store.lds.org

El precio para la suscripción de un año: EUR 5,25 para España;

2,25 para las Islas Canarias y 7,5 para Andorra.

**Los manuscritos y las preguntas deben enviarse** en línea a [liahona.lds.org](mailto:liahona.lds.org); por correo a *Liahona*, Room 2420, 50 E. North Temple Street, Salt Lake City, UT 84150-0024, USA; o por correo electrónico a: [liahona@ldschurch.org](mailto:liahona@ldschurch.org).

*Liahona* (un término del Libro de Mormón que significa "brújula" o "director") se publica en albanés, alemán, armenio, bislama, búlgaro, camboyano, cebuano, coreano, croata, checo, chino, chino (simplificado), danés, esloveno, español, estonio, fijiano, finlandés, francés, griego, holandés, húngaro, indonesio, inglés, islandés, italiano, japonés, kiribatí, letón, lituano, malgache, marshallés, mongol, noruego, polaco, portugués, rumano, ruso, samoano, suajili, sueco, tagalo, tailandés, tahitiano, tongano, ucraniano, urdu, y vietnamita. (La frecuencia de las publicaciones varía de acuerdo con el idioma.)

© 2017 por Intellectual Reserve, Inc. Todos los derechos reservados. Impreso en los Estados Unidos de América.

**Información de derechos de autor:** A menos que se indique lo contrario, las personas pueden copiar material de la revista *Liahona* para uso personal, no comercial (incluso para llamamientos de la Iglesia). Ese derecho se puede revocar en cualquier momento.

No se puede copiar el material visual si figuran restricciones en la línea de crédito de la obra de arte. Las preguntas que se tengan con respecto a los derechos de autor se deben enviar a Intellectual Property Office, 50 East North Temple Street, FL 13, Salt Lake City, UT 84150, USA; correo electrónico: [cor-intellectualproperty@ldschurch.org](mailto:cor-intellectualproperty@ldschurch.org).

**Para los lectores de México:** Certificado de Licitud de título número 6988 y Licitud de contenido número 5199, expedidos por la Comisión Calificadora de Publicaciones y revistas ilustradas el 15 de septiembre de 1993. "Liahona" © es nombre registrado en la Dirección de Derechos de Autor con el número 252093. Publicación registrada en la Dirección General de Correos número 100. Registro del S.P.M. 0340294 características 218141210.

**For Readers in the United States and Canada:**

April 2017 Vol. 41 No. 4. LIAHONA (USPS 311-480) Spanish (ISSN 0885-3169) is published monthly by The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints, 50 East North Temple, Salt Lake City, UT 84150. USA subscription price is \$10.00 per year; Canada, \$12.00 plus applicable taxes. Periodicals Postage Paid at Salt Lake City, Utah. Sixty days' notice required for change of address. Include address label from a recent issue; old and new address must be included. Send USA and Canadian subscriptions to Salt Lake Distribution Center at the address below. Subscription help line: 1-800-537-5971. Credit card orders (Visa, MasterCard, American Express) may be taken by phone. (Canada Poste Information: Publication Agreement #40017431)

POSTMASTER: Send all UAA to CFS (see DMM 507.1.5.2).

NONPOSTAL AND MILITARY FACILITIES: Send address changes to Distribution Services, Church Magazines, P.O. Box 26368, Salt Lake City, UT 84126-0368, USA.

# Ideas para la noche de hogar

Este ejemplar contiene artículos y actividades que se podrían usar para la noche de hogar. A continuación hay dos ejemplos:



**"Lo vieron a Él",** pág. 58: ¿Qué significa ser un testigo de Cristo? Después de leer el artículo en familia, podrían hablar de las formas en que pueden ser testigos de Cristo, incluso sin verlo físicamente. Podrían pensar en ideas para acercarse al Salvador, como por ejemplo buscar oportunidades de prestar servicio a los refugiados de la comunidad, aprender sobre la vida del para que durante el estudio de las Escrituras, cuidar a los niños de un matrimonio para que los padres puedan asistir al templo, o tender una mano de ayuda a un amigo necesitado. Además podrían ver el video que se encuentra en [mormon.org/easter](http://mormon.org/easter) y reflexionar en la importancia que tienen Cristo y Su resurrección en nuestra vida.

**"Prepárate para el templo todos los días",** pág. 69: La hermana Joy D. Jones nos recuerda la importancia de hacer del templo una prioridad en nuestra vida y llevar a cabo historia familiar para ayudarnos a prepararnos para entrar en el templo. En una noche de hogar, podrían realizar una "noche de historia familiar y del templo". Podrían aprender a indexar nombres y a buscar registros familiares, o hablar sobre la importancia de las ordenanzas del templo y ver imágenes de templos alrededor del mundo. Si viven cerca de un templo, podrían visitar los terrenos del templo y hablar sobre cómo los templos pueden acercarnos al Padre Celestial y ayudarnos a sentir Su amor.

## MÁS EN INTERNET

La revista *Liahona* y otros materiales de la Iglesia están disponibles en muchos idiomas en [languages.lds.org](http://languages.lds.org). Visite [facebook.com/liahona.magazine](https://www.facebook.com/liahona.magazine) (disponible en español, inglés y portugués) para encontrar ideas para la noche de hogar y ayudas para las lecciones del domingo, así como artículos para compartir con sus amigos y su familia.

## TEMAS DE ESTE EJEMPLAR

Los números indican la primera página del artículo.

**Abuso sexual,** 22

**Adoración en el templo,** 69

**Amistad,** 70, 72

**Bendiciones patriarcales,** 44

**Conocimiento,** 50, 52

**Convenios,** 7

**Cuerpo físico,** 14

**Ejemplo,** 72

**Esperanza,** 22, 48

**Espíritu Santo,** 50

**Estudio de las Escrituras,**  
43, 52, 57

**Expiación,** 8, 22, 74, 76

**Familia,** 28, 42, 48, 68

**Fe,** 4, 38, 41, 48, 80

**Guerra en los cielos,** 30

**Historia de la Iglesia,** 73

**Historia familiar,** 28

**Jesucristo,** 8, 14, 30, 56,

58, 74, 76, 79

**Lenguaje,** 40, 66

**Oración,** 41, 62, 64

**Pascua de Resurrección,**  
14, 58, 76, 79

**Paz,** 48, 56, 62, 66

**Poder espiritual,** 4, 30,  
63, 80

**Resurrección,** 8, 14, 58,  
76, 79

**Sacerdocio,** 7, 80

**Sanación,** 22.

**Santa Cena,** 74, 76

**Servicio,** 4, 42, 68

**Tentación,** 30, 63

**Testimonio,** 38, 50, 57, 58

**Valor,** 40, 57, 63

**Vida eterna,** 8, 14



Por el presidente  
Dieter F. Uchtdorf

Segundo Consejero de  
la Primera Presidencia

# EL JUSTO POR LA FE VIVIRÁ

## El rabino y el fabricante de jabón

Hay un viejo relato judío sobre un fabricante de jabón que no creía en Dios. Un día, mientras caminaba con un rabino, dijo: “Hay algo que no puedo entender; hemos tenido la religión durante miles de años, pero por dondequiera que uno mira hay maldad, corrupción, deshonestidad, injusticia, dolor, hambre y violencia. Parece que la religión no ha mejorado el mundo en absoluto. Así que le pregunto, ¿de qué sirve?”.

El rabino no respondió durante un tiempo, sino que siguió caminando con el fabricante de jabón. Finalmente se acercaron a un parque donde los niños, cubiertos de polvo, jugaban en la tierra.

“Hay algo que no entiendo”, dijo el rabino. “Mire esos niños; hemos tenido jabón por miles de años, y sin embarco esos niños están sucios. ¿De qué sirve el jabón?”.

El fabricante de jabón respondió: “Pero rabino, no es justo culpar al jabón por esos niños sucios; el jabón se tiene que usar antes de que pueda lograr su propósito”.

El rabino sonrió y dijo: “Exactamente”.

## ¿Cómo viviremos?

El apóstol Pablo, al citar a un profeta del Antiguo Testamento, sintetizó lo que significa ser un creyente cuando escribió: “... el justo por la fe vivirá” (Romanos 1:17).

Tal vez con esa sencilla declaración comprendamos la diferencia que existe entre una religión que es frágil e ineficaz y una que tiene el poder de transformar vidas.

Sin embargo, para entender lo que significa vivir por la fe, debemos entender lo que esta es.

La fe es más que creer; es una completa confianza en Dios, acompañada de acción.

Es más que desear;

Es más que simplemente sentarnos, asentir con la cabeza, y decir que estamos de acuerdo. Cuando decimos “el justo *por la fe vivirá*”, estamos diciendo que nuestra fe nos guía y nos dirige. *Actuamos* de una manera que es compatible con nuestra fe, no por un sentido de obediencia irreflexiva, sino por un amor seguro y sincero por nuestro Dios y por la valiosa sabiduría que Él ha revelado a Sus hijos.

La fe debe ir acompañada de acción, de lo contrario, no tiene vida (véase Santiago 2:17); simplemente no es fe; no tiene el poder de cambiar a una sola persona, y mucho menos al mundo.

Los hombres y las mujeres de fe confían en su misericordioso Padre Celestial, incluso en tiempos de incertidumbre, incluso en tiempos de duda y adversidad cuando no pueden ver perfectamente ni entender con claridad.

Los hombres y las mujeres de fe caminan fervientemente por el camino del discipulado y se esfuerzan por seguir el ejemplo de su amado Salvador Jesucristo. La fe nos motiva y, de hecho, nos inspira a inclinar nuestros corazones al cielo y a activamente ayudar, edificar y bendecir a nuestros semejantes.

La religión sin acción es como el jabón que permanece en la caja; puede tener un potencial maravilloso, pero en realidad tiene poco poder para tener algún efecto hasta que cumpla con su propósito. El evangelio restaurado de Jesucristo es un evangelio de acción. La Iglesia de Jesucristo enseña la verdadera religión como un mensaje de esperanza, fe y caridad, incluyendo ayudar a nuestro prójimo de manera espiritual y temporal.



*El presidente Uchtdorf y su hija, Antje, visitaron un campo de refugiados cerca de Atenas, Grecia.*

Hace unos meses, mi esposa, Harriet, y yo estábamos en un viaje familiar con algunos de nuestros hijos en el Mediterráneo; visitamos algunos campos de refugiados y nos reunimos con familias de países devastados por la guerra. Esas personas no eran de nuestra fe, pero eran nuestros hermanos y hermanas y necesitaban ayuda urgentemente. Se nos conmovió el corazón cuando experimentamos en carne propia cómo la fe activa de los miembros de nuestra Iglesia brinda ayuda, alivio y esperanza a nuestros semejantes necesitados, sin importar su religión, nacionalidad o educación.

La fe, unida a la acción constante, llena el corazón con bondad, la mente con sabiduría y comprensión, y el alma con paz y amor.

Nuestra fe puede bendecir y ejercer una influencia recta, tanto

en los que nos rodean como en nosotros.

Nuestra fe puede llenar el mundo con bondad y paz.

Nuestra fe puede transformar el odio en amor y los enemigos en amigos.

Los justos, pues, viven actuando por fe; viven confiando en Dios y caminando en Sus vías.

Esa es la clase de fe que puede transformar a las personas, a las familias, a las naciones y al mundo. ■

#### **CÓMO ENSEÑAR CON ESTE MENSAJE**

**E**l presidente Uchtdorf explica que la fe es más que una expresión de creencia. La fe verdadera en el Padre Celestial y en Jesucristo requiere acción, y vivir por fe tiene el poder de transformar vidas y hogares. Podría invitar a las personas que enseña a que compartan momentos en los que hayan visto las bendiciones y el poder de vivir por fe, ya sea de ejemplos personales o de haber observado a otras personas. Anímelos a orar para pedir orientación para saber cómo vivir mejor el Evangelio.

### Prestar servicio a los demás con fe

El presidente Uchtdorf nos dice que nuestra fe en Dios *debe* ir “acompañada de acción”. Él nos explica que cuando nuestra fe está “unida a la acción constante, llena... el alma con paz y amor”. Con la promesa de esa bendición, *podemos* marcar una diferencia, y podemos lograrlo si nos damos tiempo para prestar servicio lleno de fe. Cada mañana, puedes orar para pedirle al Señor que te ayude para servir a los demás. Por ejemplo, pídele que te muestre cuando uno de tus hermanos necesite ayuda con alguna tarea, o cuando un amigo necesite una palabra de ánimo. Después, cuando recibas una impresión, ¡actúa de acuerdo con dicha impresión! Si conviertes esas oraciones y ese servicio en un hábito, entonces la acción fiel y constante será una bendición en tu vida y en la vida de los demás. El presidente Uchtdorf promete que puedes “transformar a las personas, a las familias, a las naciones y al mundo”.

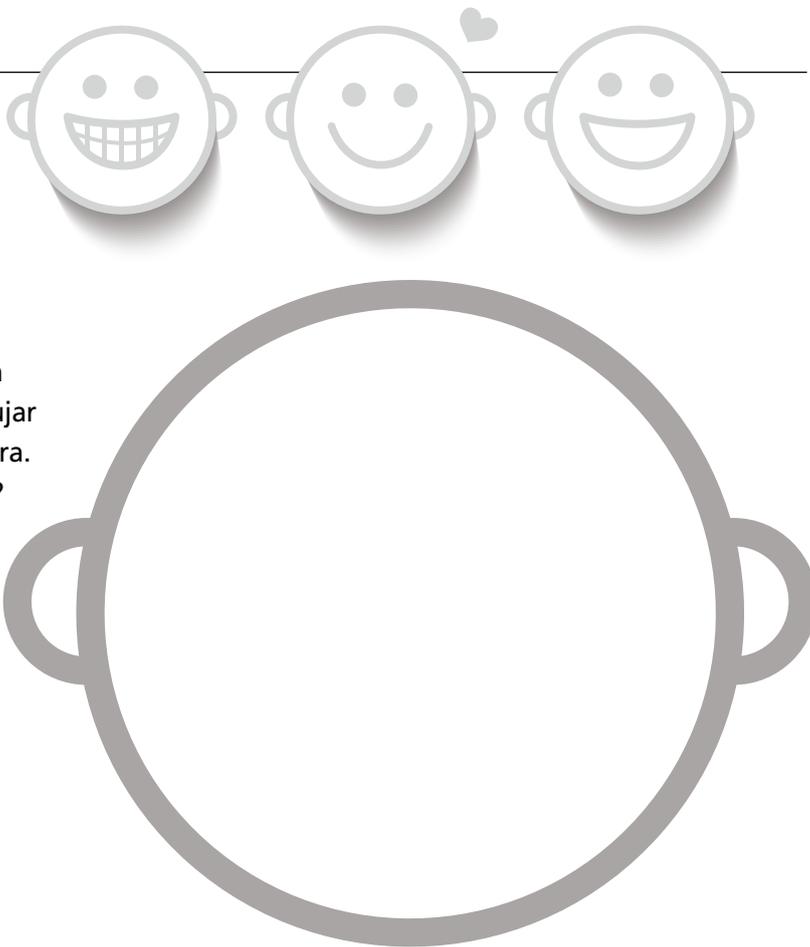


### Confianza

Intenta hacer esta actividad con un amigo. Tendrás que confiar y seguir sus instrucciones cuidadosamente.

Con una pluma o un lápiz en la mano, cierra los ojos. Deja que tu amigo te diga dónde dibujar los ojos, la nariz, la boca y el cabello en esta cara. Después puedes abrir los ojos. ¿Lo hiciste bien? Puedes colorear la cara y dibujar otra para volver a jugar.

A veces es difícil seguir instrucciones, pero cuando tratamos de seguir al Padre Celestial y escuchamos al Espíritu Santo, Él nos ayudará. Siempre podemos confiar en Él.



# El juramento y el convenio del sacerdocio

*Estudie este material con espíritu de oración y busque inspiración para saber lo que debe compartir. ¿En qué forma el entender el propósito de la Sociedad de Socorro preparará a las hijas de Dios para las bendiciones de la vida eterna?*

Cuanto más nosotras, las hermanas, entendamos que el juramento y el convenio del sacerdocio se aplican a nosotras personalmente, más abrazaremos las bendiciones y las promesas del sacerdocio.

El élder M. Russell Ballard, del Cuórum de los Doce Apóstoles, dijo: “Todos los que han hecho convenios sagrados con el Señor y que honran dichos convenios son dignos de recibir revelación personal, de ser bendecidos con el ministerio de ángeles, de comunicarse con Dios, de recibir la plenitud del Evangelio y, finalmente, de llegar a ser herederos junto con Jesucristo de todo lo que nuestro Padre tiene”<sup>1</sup>.

Las bendiciones y promesas del juramento y el convenio del sacerdocio se relacionan con los hombres así como con las mujeres. La hermana Sheri L. Dew, ex consejera de la Presidencia General de la Sociedad



Fe  
Familia  
Socorro

de Socorro, dijo: “... la plenitud del sacerdocio comprendida en las ordenanzas más sublimes de la casa del Señor solo las pueden recibir juntos un hombre y una mujer”<sup>2</sup>.

La hermana Linda K. Burton, Presidenta General de la Sociedad de Socorro, ha emitido este llamado: “Los insto a que... memoricen el juramento y convenio del sacerdocio, que se encuentra en Doctrina y Convenios 84:33–44. Si lo hacen, les prometo que el Espíritu Santo expandirá su comprensión del sacerdocio y los inspirará y elevará de formas maravillosas”<sup>3</sup>.

Las instrucciones que José Smith dio a la Sociedad de Socorro tenían como fin preparar a las mujeres para “tomar posesión de los privilegios, las bendiciones y los dones del sacerdocio”.

Eso se lograría mediante las ordenanzas del templo.

“Las ordenanzas del templo [son] ordenanzas del sacerdocio, pero estas [no] confieren oficios eclesiásticos a los hombres o a las mujeres. [Estas ordenanzas cumplen] la promesa del Señor de que Su pueblo —mujeres y hombres— serían ‘investidos con poder de lo alto’ [D. y C. 38:32]”<sup>4</sup>.

#### Escrituras e información adicionales

Doctrina y Convenios 84:19–40; 121:45–46; [reliefsociety.lds.org](http://reliefsociety.lds.org)

#### NOTAS

1. M. Russell Ballard, “Los hombres y las mujeres, y el poder del sacerdocio”, *Liahona*, septiembre de 2014, pág. 36.
2. Sheri L. Dew, en *Hijas en Mi reino: La historia y la obra de la Sociedad de Socorro*, 2011, pág. 142.
3. Linda K. Burton, “El poder del sacerdocio — Al alcance de todos”, *Liahona*, junio de 2014, págs. 21–22.
4. Gospel Topics, “Joseph Smith’s Teachings about Priesthood, Temple, and Women”, [topics.lds.org](http://topics.lds.org).



Considere lo siguiente

¿Qué puede hacer usted para comprender más plenamente las bendiciones prometidas del juramento y el convenio del sacerdocio y acceder a ellas?



GETSEMANI, POR. J. KIRK RICHARDS

# La expiación del Salvador:

## EL CIMIENTO DEL VERDADERO CRISTIANISMO



Por el élder  
**Robert D. Hales**  
Del Cuórum de los  
Doce Apóstoles

*Todos resucitaremos y llegaremos a ser inmortales gracias  
al sacrificio expiatorio de Jesucristo.*

**A**l profeta José Smith (1805–1844) se le hizo la siguiente pregunta: “¿Cuáles son los principios fundamentales de su religión?”. Él respondió: “Los principios fundamentales de nuestra religión son el testimonio de los apóstoles y de los profetas concernientes a Jesucristo: que murió, fue sepultado, se levantó al tercer día y ascendió a los cielos; y todas las otras cosas que pertenecen a nuestra religión son únicamente apéndices de eso”<sup>1</sup>.

Deseo testificar sobre la declaración del profeta José. El núcleo de todo lo que creemos es nuestro Salvador y Su sacrificio expiatorio: “la condescendencia de Dios” (1 Nefi 11:16) mediante la cual el Padre envió a Su Hijo a la tierra para llevar a cabo la Expiación. El propósito central de la vida de Jesús era finalizar el sacrificio expiatorio. La Expiación es la base del verdadero cristianismo.

¿Por qué es la expiación del Salvador el principio central del Evangelio en la Iglesia y en nuestra vida?

### **Artículos de Fe 1:3**

El tercer Artículo de Fe dice: “Creemos que por la Expiación de Cristo, todo el género humano puede salvarse, mediante la obediencia a las leyes y ordenanzas del Evangelio”.

“Salvarse” en este contexto se refiere a alcanzar el más alto grado de gloria en el reino celestial. La resurrección se concede a todos los que vienen a la tierra, pero para recibir la vida eterna, todas las bendiciones del progreso eterno, cada persona debe obedecer las leyes, recibir las ordenanzas y hacer los convenios del Evangelio.

¿Por qué Jesucristo, y solo Él, podía expiar los pecados del mundo? Él reunía todos los requisitos.

## Dios lo amaba y confiaba en Él

Jesús nació de Padres Celestiales en un mundo pre-mortal; fue el Primogénito de nuestro Padre Celestial; fue escogido desde el principio; fue obediente a la voluntad de Su Padre. Las Escrituras a menudo hablan del gozo que el Padre tiene en Su Hijo.

En Mateo leemos: "... y he aquí, una voz de los cielos que decía: Este es mi Hijo amado, en quien me complace" (Mateo 3:17).

Lucas registra: "Y vino una voz desde la nube, que decía: Este es mi Hijo Amado; a él oíd" (Lucas 9:35).

Y en el templo, en la tierra de Abundancia, tras la resurrección del Salvador, el pueblo oyó la voz del Padre: "He aquí a mi Hijo Amado, en quien me complace" (3 Nefi 11:7).

Me conmueve en particular cuando leo que, mientras Jesús se encontraba sufriendo en el Jardín de Getsemaní, el Padre, a causa de Su gran amor y compasión por Su Hijo Unigénito, envió a un ángel para que lo consolara y lo fortaleciera (véase Lucas 22:43).

## Jesús utilizó Su albedrío para obedecer

Jesús tuvo que dar Su vida por nosotros por Su propia voluntad.

En el gran concilio de los cielos, Lucifer, "el hijo de la mañana" (Isaías 14:12; D. y C. 76:26–27), dijo:

"Heme aquí, envíame a mí. Seré tu hijo y redimiré a todo el género humano, de modo que no se perderá ni una sola alma, y de seguro lo haré; dame, pues, tu honra.

"Pero, he aquí, mi Hijo Amado, que fue mi Amado y mi Escogido desde el principio, me dijo: Padre, hágase tu voluntad, y sea tuya la gloria para siempre" (Moisés 4:1–2; véase también Abraham 3:27).

Debido al gran amor que el Hijo tiene por Su Padre y por cada uno de nosotros, Él dijo: "... envíame a mí". Cuando Jesús dijo "envíame a mí", Él utilizó Su albedrío.

"... así como el Padre me conoce, y yo conozco al Padre; y pongo mi vida por las ovejas...

"Por eso me ama el Padre, porque yo pongo mi vida, para volverla a tomar.

"Nadie me la quita, sino que yo la pongo de mí mismo. Tengo poder para ponerla, y tengo poder para volverla a

tomar. Este mandamiento recibí de mi Padre" (Juan 10:15, 17–18).

Si el Salvador lo hubiese deseado, legiones de ángeles podrían haberlo llevado de la cruz directamente a Su Padre. No obstante, Él utilizó Su albedrío para sacrificarse por nosotros, para finalizar Su misión en la tierra, y para perseverar hasta el fin, llevando a cabo así el sacrificio expiatorio.

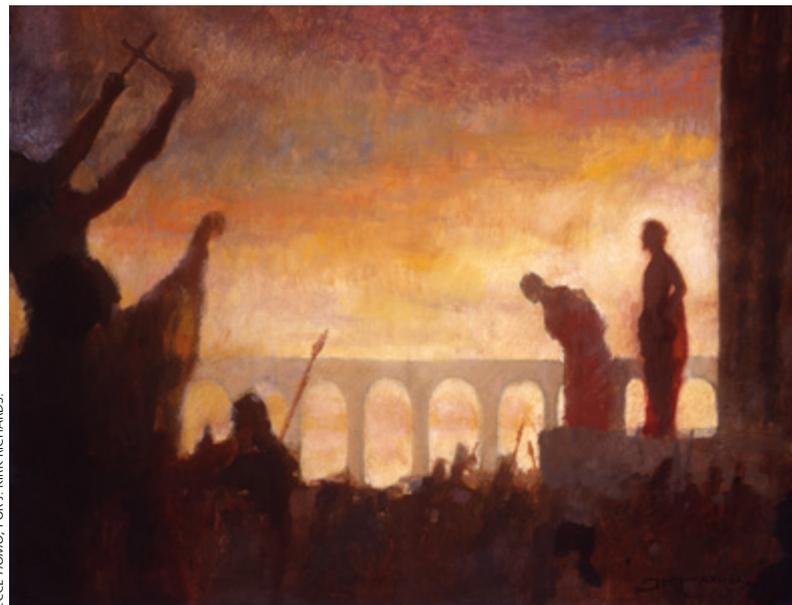
Jesús quiso venir a la tierra, y reunía los requisitos para hacerlo, y cuando vino, dijo: "... he descendido del cielo, no para hacer mi voluntad, sino la voluntad del que me envió" (Juan 6:38).

## Jesús fue preordenado

Pedro enseñó que Jesús fue "ordenado desde antes de la fundación del mundo" (véase 1 Pedro 1:19–21).

Los profetas de todas las dispensaciones predijeron la venida de Jesucristo y cuál sería Su misión. Por su gran fe, a Enoc se le mostró una maravillosa visión del nacimiento, de la muerte, la ascensión y la segunda venida del Salvador:

"Y he aquí, Enoc vio el día de la venida del Hijo del Hombre en la carne; y se regocijó su alma, y dijo: El Justo es levantado, y muerto es el Cordero desde la fundación del mundo...



ECCE HOMO. POR J. KIRK RICHARDS.

“Y dijo el Señor a Enoc: Mira; y mirando, vio que el Hijo del Hombre era levantado sobre la cruz, a la manera de los hombres;

“y oyó una fuerte voz; y fueron cubiertos los cielos; y todas las creaciones de Dios lloraron; y la tierra gimió; y se hicieron pedazos los peñascos; y se levantaron los santos y fueron coronados a la diestra del Hijo del Hombre con coronas de gloria...

“Y Enoc vio al Hijo del Hombre ascender al Padre...

“Y aconteció que Enoc vio el día de la venida del Hijo del Hombre, en los últimos días, para morar en rectitud sobre la tierra por el espacio de mil años” (Moisés 7:47, 55–56, 59, 65).

Aproximadamente 75 años antes del nacimiento de Cristo, Amulek testificó: “He aquí, os digo que yo sé que Cristo vendrá entre los hijos de los hombres para tomar sobre sí las transgresiones de su pueblo, y que expiará los pecados del mundo, porque el Señor Dios lo ha dicho” (Alma 34:8).

### **Jesús poseía aptitudes únicas**

Solo Jesucristo podía llevar a cabo el sacrificio expiatorio por haber nacido de una madre mortal, María, y haber recibido el poder de vida de Su Padre (véase Juan 5:26). Debido a ese poder de vida, Él venció la muerte, se hizo nulo el poder del sepulcro, y Él se convirtió en nuestro Salvador y Mediador y el Maestro de la Resurrección, que constituyen los medios por los cuales se nos conceden a todos la salvación y la inmortalidad. Todos resucitaremos y llegaremos a ser inmortales gracias al sacrificio expiatorio de Jesucristo.

### **De Su propia voluntad, Jesús expió el pecado original**

El segundo Artículo de Fe declara: “Creemos que los hombres serán castigados por sus propios pecados, y no por la transgresión de Adán”.

Mediante el uso de nuestro albedrío, elegimos ejercitar nuestra fe. Si somos diligentes, podemos arrepentirnos; sin la Expiación, no podemos hacerlo.

En Moisés se nos enseña: “De allí que se extendió entre el pueblo el dicho: Que el Hijo de Dios ha expiado la transgresión original, por lo que los pecados de los



DÍA GRIS EN GÓLGOTÁ, POR J. KIRK RICHARDS.

padres no pueden recaer sobre la cabeza de los niños, porque estos son limpios desde la fundación del mundo” (Moisés 6:54).

En 2 Nefi se nos da una grandiosa enseñanza:

“Porque así como la muerte ha pasado sobre todos los hombres, para cumplir el misericordioso designio del gran Creador, también es menester que haya un poder de resurrección, y la resurrección debe venir al hombre por motivo de la caída; y la caída vino a causa de la transgresión; y por haber caído el hombre, fue desterrado de la presencia del Señor.

“Por tanto, es preciso que sea una expiación infinita, pues a menos que fuera una expiación infinita, esta corrupción no podría revestirse de incorrupción. De modo que el primer juicio que vino sobre el hombre habría tenido que permanecer infinitamente. Y siendo así, esta carne tendría que descender para pudrirse y desmenuzarse en su madre tierra, para no levantarse jamás” (2 Nefi 9:6–7).

### **Jesús fue el único Ser perfecto**

En Doctrina y Convenios, el Salvador dice: “Padre, ve los padecimientos y la muerte de aquel que no pecó, en quien te complaciste; ve la sangre de tu Hijo que fue derramada, la sangre de aquel que diste para que tú mismo fueses glorificado” (D. y C. 45:4).

Jesús fue el único Ser humano que fue perfecto, sin pecado. En el Antiguo Testamento, sacrificio significaba un sacrificio de sangre que señalaba el sacrificio futuro de

nuestro Señor y Redentor en la cruz para cumplir con el sacrificio expiatorio. Cuando en los templos antiguos se llevaban a cabo sacrificios de sangre, los sacerdotes sacrificaban un cordero sin defecto, perfecto en todo sentido. En las Escrituras con frecuencia se hace referencia al Salvador como “el Cordero de Dios” debido a Su pureza (véanse, por ejemplo, Juan 1:29, 36; 1 Nefi 12:6; 14:10; D. y C. 88:106).

Pedro enseñó que somos redimidos “con la sangre preciosa de Cristo, como de un cordero sin mancha y sin contaminación” (1 Pedro 1:19).

### **Jesús quitó los pecados del mundo**

Los siguientes versículos aclaran que por medio de Su expiación, el Salvador pagó el precio de nuestros pecados:

“Todos nosotros nos hemos descarriado como ovejas, nos hemos apartado, cada cual por su propio camino; y el Señor ha puesto sobre él las iniquidades de todos nosotros” (Mosíah 14:6).

“Mas Dios demuestra su amor para con nosotros, en que, siendo aún pecadores, Cristo murió por nosotros...”

“Porque si siendo enemigos, fuimos reconciliados con Dios por la muerte de su Hijo, mucho más, estando ya reconciliados, seremos salvos por su vida.

“Y no solo esto, sino que también nos gloriamos en Dios por medio del Señor nuestro Jesucristo, por quien hemos recibido ahora la reconciliación...”

“Porque así como por la desobediencia de un hombre los muchos fueron constituidos pecadores, así también por la obediencia de uno, los muchos serán constituidos justos” (Romanos 5:8, 10–11, 19).

“... para que se cumpliera lo que fue dicho por el profeta Isaías, que dijo: Él mismo tomó nuestras enfermedades y llevó nuestras dolencias” (Mateo 8:17).

“Mas Dios no cesa de ser Dios, y la misericordia reclama al que se arrepiente; y la misericordia viene a causa de la expiación; y la expiación lleva a efecto la resurrección de los muertos; y la resurrección de los muertos lleva a los hombres de regreso a la presencia de Dios; y así son restaurados a su presencia, para ser juzgados según sus obras, de acuerdo con la ley y la justicia...”

“Y de este modo realiza Dios sus grandes y eternos propósitos, que fueron preparados desde la fundación del mundo. Y así se realiza la salvación y la redención de los hombres, y también su destrucción y miseria” (Alma 42:23, 26).

### **Jesús perseveró hasta el fin**

Jesús soportó las pruebas, el sufrimiento, el sacrificio y las tribulaciones de Getsemaní, así como la angustia del Gólgota en la cruz. Entonces, finalmente, pudo decir: “¡Consumado es!” (Juan 19:30). Él había llevado a cabo Su obra en la mortalidad y había perseverado hasta el fin, finalizando así el sacrificio expiatorio.

En el jardín, Él dijo: “Padre mío, si es posible, pase de mí esta copa; pero no sea como yo quiero, sino como tú” (Mateo 26:39).

En Doctrina y Convenios se nos enseña:

“... padecimiento que hizo que yo, Dios, el mayor de todos, temblara a causa del dolor y sangrara por cada poro y padeciera, tanto en el cuerpo como en el espíritu, y deseara no tener que beber la amarga copa y desmayar.

“Sin embargo, gloria sea al Padre, bebí, y acabé mis preparativos para con los hijos de los hombres” (D. y C. 19:18–19).

Jesús le dijo a Su Padre: “Yo te he glorificado en la tierra; he acabado la obra que me diste que hiciese” (Juan 17:4).



¿A DÓNDE SE LO HAN LLEVADO? POR J. KIRK RICHARDS.

Después, sobre la cruz, “cuando Jesús tomó el vinagre, dijo: ¡Consumado es! E inclinando la cabeza, entregó el espíritu” (Juan 19:30).

Jesús vino a la tierra, mantuvo Su divinidad a fin de poder realizar el sacrificio expiatorio, y perseveró hasta el fin.

### Recordémoslo mediante la Santa Cena

Hoy día recordamos el sacrificio expiatorio del Salvador con los emblemas del pan y del agua —símbolos de Su cuerpo y Su sangre— tal como se instituyeron durante la última cena del Señor con Sus apóstoles.

“Entonces tomó el pan, y habiendo dado gracias, lo partió y les dio, diciendo: Esto es mi cuerpo, que por vosotros es dado; haced esto en memoria de mí.

“Asimismo, tomó también la copa, después que hubo cenado, diciendo: Esta copa es el nuevo convenio en mi sangre, que por vosotros se derrama” (Lucas 22:19–20).

En Juan 11:25–26 leemos:

“Yo soy la resurrección y la vida; el que cree en mí, aunque esté muerto, vivirá.

“Y todo aquel que vive y cree en mí, no morirá eternamente”.

También leemos: “Yo soy el pan vivo que ha descendido del cielo; si alguno come de este pan, vivirá para siempre; y el pan que yo daré es mi carne, la cual yo daré por la vida del mundo” (Juan 6:51).

“La vida del mundo” significa la vida eterna.

Todas las semanas debemos prepararnos nosotros y preparar a nuestras familias a fin de ser dignos de participar de la Santa Cena y renovar nuestros convenios con corazones arrepentidos.

### El Padre y el Hijo nos aman

El Padre envió a Su Hijo a la tierra —la condescendencia— para permitirle ser crucificado y pasar por todo lo que tenía que pasar. En Juan leemos:

“Jesús le dijo: Yo soy el camino, y la verdad y la vida; nadie viene al Padre sino por mí.

“Si me conocierais, también a mi Padre conoceríais; y desde ahora le conocéis y le habéis visto” (Juan 14:6–7).

“En esto consiste el amor: no en que nosotros hayamos amado a Dios, sino en que él nos amó a nosotros y



NO DUDÉS, TOMÁS, POR J. KIRK RICHARDS.

envió a su Hijo en propiciación por nuestros pecados” (1 Juan 4:10).

*Propiciación* significa reconciliación o pacificación.

### Conclusión

Todo el que viene a la tierra y recibe un cuerpo terrenal será resucitado, pero tenemos que esforzarnos para recibir la bendición de la exaltación mediante nuestra fidelidad, nuestro albedrío, nuestra obediencia y nuestro arrepentimiento. La misericordia se ejecutará con justicia, dando lugar al arrepentimiento.

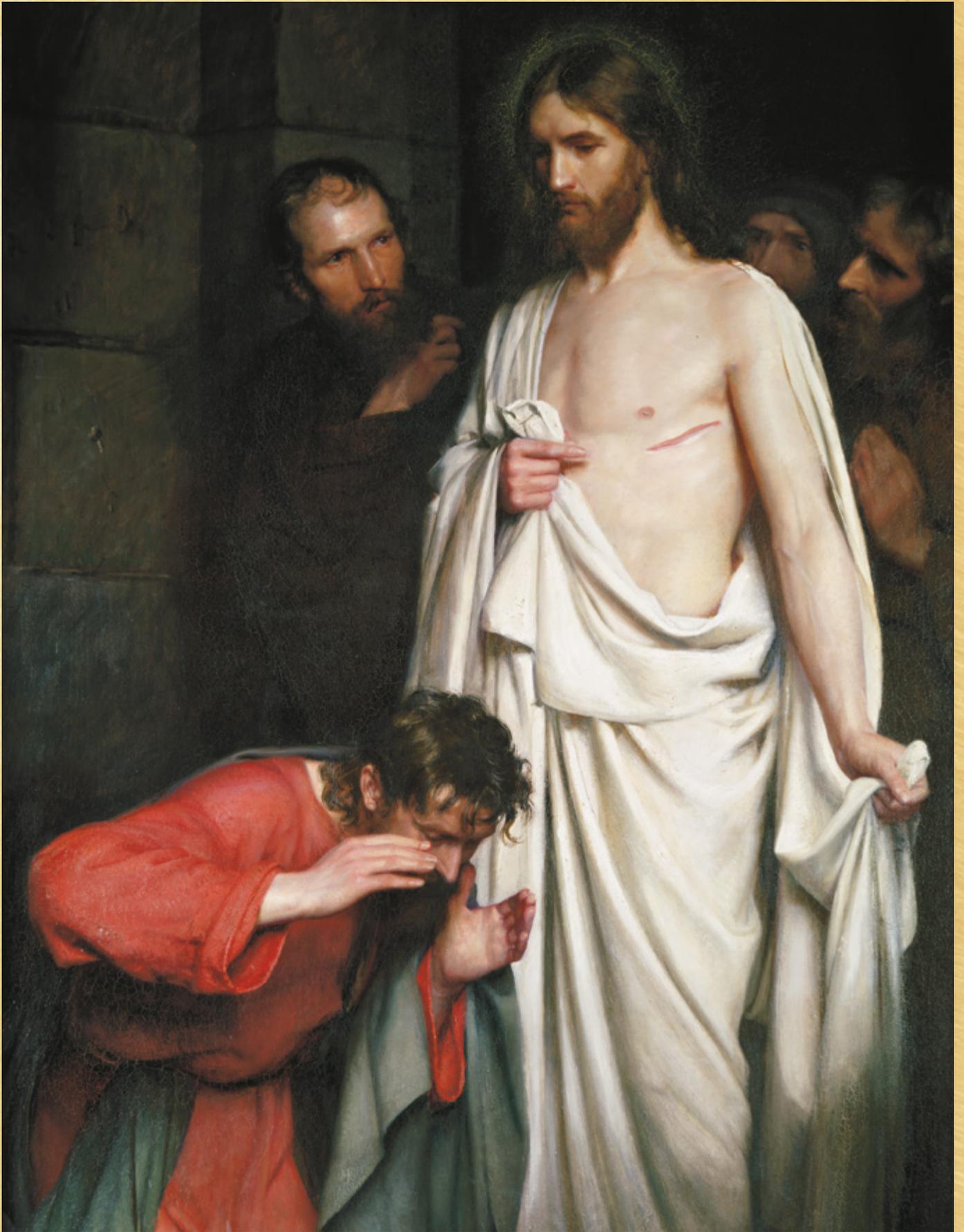
Debido a que hemos escogido seguir y aceptar a Jesucristo como nuestro Redentor, tomamos Su nombre sobre nosotros durante el bautismo. Adoptamos la ley de la obediencia y prometemos que siempre lo recordaremos y guardaremos Sus mandamientos. Renovamos nuestros convenios cuando participamos de la Santa Cena.

Al renovarlos, se nos da la promesa de que siempre tendremos Su Espíritu con nosotros. Si permitimos que el Espíritu forme parte de nuestra vida y la dirija, podemos regresar a la presencia del Padre Celestial y de Jesucristo, que es el plan de felicidad: el Plan de Salvación. ■

*Tomado del discurso “La Expiación”, pronunciado durante el seminario para nuevos presidentes de misión en el Centro de Capacitación Misional de Provo, el 24 de junio de 2008.*

### NOTA

1. *Enseñanzas de los Presidentes de la Iglesia: José Smith, 2007, págs. 51–52.*



# LA resurrección DE Jesucristo

## Y ALGUNAS VERDADES SOBRE EL CUERPO FÍSICO

Por David A. Edwards

Revistas de la Iglesia

“Jesús... dijo: ¡Consumado es! E inclinándose la cabeza, entregó el espíritu” (Juan 19:30). En ese momento, el espíritu de Jesucristo dejó Su cuerpo; un cuerpo que había soportado padecimientos para que Él pudiese expiar los pecados de todas las personas y socorrerlas de acuerdo con las debilidades de ellas (véase Alma 7:12–13). Aquel cuerpo, ahora un tabernáculo vacío, fue quitado de la cruz, envuelto en una sábana, y finalmente colocado en una tumba. Al tercer día, las mujeres que se dirigían al sepulcro fueron para terminar los preparativos para la sepultura del cuerpo; no obstante, el cuerpo no estaba.

El hallazgo del sepulcro vacío fue solo el comienzo. Más adelante, María Magdalena, los apóstoles y muchas otras personas vieron algo milagroso: a Jesucristo, resucitado y perfeccionado, en forma humana y tangible.

El Salvador se aseguró de que quienes lo vieran tras Su resurrección comprendieran plenamente la clase de cuerpo que tenía; invitó a los apóstoles, por ejemplo, a palparlo a fin de que pudieran tener la certeza de que tenía un cuerpo físico y que no era una aparición (véase Lucas 24:36–40)<sup>1</sup>. Incluso

comió con ellos (véase Lucas 24:42–43).

Luego, conforme los apóstoles cumplieron con su comisión de predicar el evangelio de Jesucristo, afrontaron oposición y persecuciones, en parte porque enseñaban que Jesucristo había resucitado y que todo el género humano resucitaría como resultado de ello (véase Hechos 4:1–3).

Hoy en día, la resurrección de Jesucristo es tan esencial en el mensaje que Su Iglesia proclama al mundo como lo era entonces. Tal como dijo el profeta José Smith: “Los principios fundamentales de nuestra religión son el testimonio de los apóstoles y de los profetas concernientes a Jesucristo: que murió, fue sepultado, se levantó al tercer día y ascendió a los cielos; y todas las otras cosas que pertenecen a nuestra religión son únicamente apéndices de eso”<sup>2</sup>.

La Resurrección sirve para dar respuesta a preguntas fundamentales sobre la naturaleza de Dios, nuestra naturaleza y nuestra relación con Dios, el propósito de esta vida, y la esperanza que tenemos en Jesucristo. Las siguientes son algunas de las verdades que la resurrección de Jesucristo puso de relieve.

*Mediante Su resurrección, Jesucristo nos enseñó importantes verdades sobre el cuerpo físico.*



**C**ualquiera que rechace el concepto de un Dios con un cuerpo, rechaza al Cristo viviente y al resucitado”. —Élder Jeffrey R. Holland

### El Padre Celestial tiene un cuerpo glorificado

Ciertamente, la idea de que Dios tiene forma humana está arraigada en la Biblia<sup>3</sup>, así como en el pensamiento popular; sin embargo, muchas tradiciones filosóficas —teológicas y religiosas— la han rechazado a cambio de un dios “sin cuerpo, partes ni pasiones”<sup>4</sup>, ya que, desde esa perspectiva, el cuerpo (y la materia en general) es maligno o irreal; mientras que el espíritu, la mente o las ideas son la verdadera esencia del ser o realidad supremos.

Por lo tanto, ¡cuán gloriosamente sencilla y revolucionaria fue la revelación de la naturaleza de Dios por medio de Su Hijo Jesucristo!

Durante Su ministerio, el Salvador dijo: “El que me ha visto a mí, ha visto al Padre” (Juan 14:9); eso fue aun más cierto después de Su resurrección con un cuerpo perfeccionado e inmortal, lo cual demostró que “el Padre tiene un cuerpo de carne y huesos, tangible como el del hombre; así también el Hijo” (D. y C. 130:22).

De ese modo se reveló la naturaleza física del Padre Celestial. Más tarde, José Smith explicó: “Lo que no tiene cuerpo ni partes es nada. No hay otro Dios en el cielo sino ese Dios de carne y huesos”<sup>5</sup>.

El élder Jeffrey R. Holland, del Cuórum de los Doce Apóstoles, lo ha explicado de este modo: “Si Dios no solo no necesita ni desea un cuerpo ¿por qué el Redentor de la humanidad redimió *Su* cuerpo, redimiéndolo de las garras de la muerte y de la tumba, garantizando de ese modo que nunca más volvería a separarse de Su espíritu en esta vida y la eternidad? *Cualquiera que rechace el concepto de un Dios con un cuerpo, rechaza al Cristo viviente y al resucitado*”<sup>6</sup>.

### El Padre Celestial es omnipotente, omnisciente y amoroso

Los atributos supremos de la naturaleza del Padre Celestial también se revelan en el hecho mismo de la resurrección de Jesucristo. Como ha dicho el élder D. Todd Christofferson, del Cuórum de los Doce Apóstoles: “Dada la realidad de la resurrección de Cristo, carecen de fundamento las dudas acerca de la omnipotencia, la omnisciencia y la benevolencia de Dios el Padre, quien dio a Su Hijo Unigénito para la redención del mundo”<sup>7</sup>.

El poder, el conocimiento y la benevolencia de Dios se demuestran mediante la resurrección de Jesucristo, que da evidencia de la sabiduría y del amor del plan del Padre Celestial y de la capacidad de Él (y de la de Su Hijo) para llevarlo a cabo.

### Somos hijos de Dios

Tal como nos enseña la Biblia, fuimos creados “a imagen de Dios... varón y hembra” (Génesis 1:27). La resurrección de Jesucristo recalca dicha verdad. De hecho, en el momento mismo de Su resurrección, Jesucristo enfatizó nuestra relación con el Padre Celestial al decir: “Subo a mi Padre y a *vuestro Padre*, a mi Dios y a vuestro Dios” (Juan 20:17; cursiva agregada).

El Salvador reveló que Dios y el género humano no son completamente distintos el uno del otro en la esencia de su ser. La forma

básica de nuestro cuerpo es semejante a la de nuestro espíritu<sup>8</sup>, y nuestro espíritu se creó a imagen de Dios, porque tal es la naturaleza de la relación entre los padres y los hijos.

### **El cuerpo es un don habilitador y ennoblecedor**

Mediante Su resurrección, el Salvador nos mostró que la existencia física y corporal es una parte integral de la existencia eterna de Dios y de Sus hijos. Tal como el Señor le reveló a José Smith: “Los elementos son eternos; y espíritu y elemento, inseparablemente unidos, reciben una plenitud de gozo” (D. y C. 93:33). Esa conexión inseparable fusiona el espíritu y la materia física a fin de que sean un solo cuerpo inmortal, incorruptible, glorioso y perfecto; la única clase de cuerpo capaz de recibir la plenitud de gozo que Dios posee.

Por el contrario, después de tener un cuerpo físico y luego separarnos de él para entrar en el mundo de los espíritus, “los muertos [consideran] un cautiverio la... separación de sus espíritus y sus cuerpos” (véase D. y C. 138:50; véase también D. y C. 45:17).

Incluso nuestro cuerpo mortal es parte esencial del plan del Padre Celestial y es un don divino. Cuando nuestros espíritus preterrenales vienen a la Tierra, les es “añadido” un cuerpo (Abraham 3:26). Tal y como el profeta José Smith enseñó: “Vinimos a esta tierra para tener un cuerpo y presentarlo puro ante Dios en el reino celestial. El gran principio de la felicidad consiste en tener un cuerpo. El diablo no lo tiene y ese es su castigo”<sup>9</sup>.

El élder David A. Bednar, del Cuórum de los Doce Apóstoles, ha enseñado: “Nuestro cuerpo físico posibilita una amplitud de experiencias profundas e intensas que sencillamente no podríamos obtener en nuestra existencia premortal. De este modo, nuestra relación con otras personas, nuestra capacidad para

reconocer la verdad y de actuar según ella, y nuestra habilidad de obedecer los principios y las ordenanzas del evangelio de Jesucristo aumentan por medio de nuestro cuerpo físico. En la escuela de la vida terrenal, experimentamos ternura, amor, bondad, felicidad, tristeza, desilusión, dolor e incluso los desafíos de las limitaciones físicas en modos que nos preparan para la eternidad. En pocas palabras, hay lecciones que debemos aprender y experiencias que debemos tener, como dicen las Escrituras, ‘según la carne’ (1 Nefi 19:6; Alma 7:12–13)”<sup>10</sup>.

Asimismo, el profeta José Smith enseñó que “todos los seres que tienen cuerpo poseen potestad sobre los que no lo tienen”<sup>11</sup>. Satanás puede tentarnos, pero no puede obligar. “El diablo solo tiene poder sobre nosotros cuando se lo permitimos”<sup>12</sup>.

En definitiva, el don de un cuerpo perfecto y resucitado nos pone fuera del alcance del poder de Satanás para siempre. Si no hubiera resurrección, “nuestros espíritus tendrían que estar sujetos... al diablo, para no levantarse más. Y nuestros espíritus habrían llegado a

**N**uestro cuerpo mortal es parte esencial del plan del Padre Celestial y es un don divino. Cuando nuestros espíritus vienen a la tierra les es “añadido” un cuerpo (Abraham 3:26).



ser como él, y nosotros seríamos diablos, ángeles de un diablo, para ser separados de la presencia de nuestro Dios y permanecer con el padre de las mentiras, en la miseria como él” (2 Nefi 9:8–9).

### **El espíritu y el cuerpo no son enemigos**

Aunque son diferentes, el espíritu y el cuerpo no pertenecen a dos realidades distintas e irreconciliables. José Smith aprendió que “no hay tal cosa como materia inmateral. Todo espíritu es materia, pero es más refinado o puro, y solo los ojos más puros pueden discernirlo; no lo podemos ver; pero cuando nuestros cuerpos sean purificados, veremos que todo es materia” (D. y C. 131:7–8).

En Su estado glorificado y resucitado, Jesucristo representa la unión perfecta del espíritu y el cuerpo, lo cual nos pone de manifiesto que “el espíritu y el cuerpo son el alma del hombre” (D. y C. 88:15). En esta vida nos esforzamos por ser “de mente espiritual” en lugar “de mente carnal” (2 Nefi 9:39), por “[despojarnos] del hombre natural” (Mosíah 3:19), y por “refrenar todas [nuestras] pasiones” (Alma 38:12). Sin embargo, eso no significa que el espíritu y el cuerpo sean enemigos. Tal como Jesucristo nos mostró, el cuerpo no ha de ser despreciado y trascendido, sino dominado y transformado.

### **La vida en un cuerpo mortal tiene un propósito significativo**

El concepto de que esta vida es una prueba cobra más sentido al considerar lo que sabemos sobre nuestra vida anterior y posterior a ella. Vivíamos como espíritus antes de

venir a la Tierra; y el Padre Celestial desea que lleguemos a ser semejantes a Él y vivamos para siempre con cuerpos físicos inmortales. Esas verdades significan que nuestro tiempo de prueba en este cuerpo mortal no se deja a la casualidad, sino que tiene un significado y un propósito reales.

El élder Christofferson ha explicado: “Mediante nuestras decisiones le demostraríamos a Dios (y a nosotros mismos) nuestro compromiso y nuestra capacidad de vivir Su ley celestial mientras estábamos alejados de Su presencia y en un cuerpo físico, con todos sus poderes, apetitos y pasiones. ¿Podríamos refrenar la carne a fin de que se convirtiera en el instrumento, en lugar del amo, del espíritu? ¿Se nos podrían confiar, por el tiempo y la eternidad, poderes divinos, incluso el poder para crear vida? ¿Venceríamos personalmente lo malo? A los que lo hicieran, ‘les [sería] aumentada gloria sobre su cabeza para siempre jamás’ [Abraham 3:26], siendo un aspecto sumamente importante de esa gloria el tener un cuerpo físico resucitado, inmortal y glorificado”<sup>13</sup>.

Las vivencias que tengamos en nuestro cuerpo actual, incluso la relación que tengamos los unos con los otros, son importantes, puesto que son una semejanza de lo que ha de venir. José Smith aprendió que “la misma sociabilidad que existe entre nosotros aquí, existirá entre nosotros allá; pero la acompañará una gloria eterna que ahora no conocemos” (D. y C. 130:2).

### **Tenemos esperanza en Jesucristo**

Desde el momento en que se vio el sepulcro vacío, la resurrección de Jesucristo ha brindado esperanza, ya que reconocemos en Su resurrección la esperanza de la



*En Su estado glorificado y resucitado, Jesucristo representa la unión perfecta del espíritu y el cuerpo, lo que pone de manifiesto que “el espíritu y el cuerpo son el alma del hombre” (D. y C. 88:15).*



Desde el momento en que se vio el sepulcro vacío, la resurrección de Jesucristo ha brindado esperanza, ya que reconocemos en Su resurrección la esperanza de la nuestra.

nuestra, en la cual “todas [nuestras] pérdidas se [nos] compensarán... si [continuamos] siendo fieles”<sup>14</sup>.

Los primeros apóstoles del Salvador pudieron testificar osadamente de Su resurrección, puesto que habían visto y palpado Su cuerpo; sin embargo, se trataba de mucho más que eso. Del mismo modo en que Jesucristo había sanado enfermedades del cuerpo a fin de mostrar que tenía poder para perdonar pecados (véase Lucas 5:23–25), Su resurrección —la prueba tangible de Su poder para vencer la muerte física— llegó a ser la certeza que tenían Sus discípulos de Su poder para vencer la muerte espiritual. Las promesas que extendió en Sus enseñanzas —el perdón de los pecados, la paz en esta vida, la vida eterna en el reino del Padre— llegaron a hacerse realidad y, la fe de ellos, inquebrantable.

“Si Cristo no resucitó, [nuestra] fe es vana” (1 Corintios 15:17). No obstante, dado que Él sí resucitó de entre los

muertos, podemos “tener esperanza [en que] por medio de la expiación de Cristo y el poder de su resurrección... [seremos] levantados a vida eterna, y esto por causa de [nuestra] fe en él, de acuerdo con la promesa” (véase Moroni 7:41).

Durante Su vida terrenal, Jesucristo invitaba a las personas a seguirlo; tras Su muerte y resurrección, el lugar de destino se tornó aun más claro. Si nosotros, mediante la obediencia a las leyes y ordenanzas del Evangelio, cultivamos un “espíritu celestial” en nuestro interior, podemos “[recibir] el mismo cuerpo que fue el cuerpo natural” y ser “vivificados por una porción de la gloria celestial [y recibir] entonces de ella, sí, una plenitud” (D. y C. 88:28–29). Él ha mostrado el camino; Él es el camino. Mediante Su poder —mediante Su expiación y resurrección— es posible dicha plenitud celestial, la cual incluye una plenitud de gozo en un cuerpo resucitado. ■

#### NOTAS

1. Cuando Jesucristo se apareció a los del pueblo del Nuevo Mundo les pidió a que fuesen “uno por uno” —miles de ellos— y tocaran Sus manos, pies y costado a fin de que pudieran testificar que habían palpado y visto al Señor resucitado (véase 3 Nefi 11:14–15; 18:25).
2. *Enseñanzas de los Presidentes de la Iglesia*: José Smith, 2007, págs. 51–52.
3. Véanse Génesis 1:27; Éxodo 33:11; Hechos 7:56.

4. Aunque en los credos cristianos de los primeros días había ideas semejantes, esta enunciación en particular proviene de los XXXIX Artículos de la Iglesia de Inglaterra, 1563.
5. *Enseñanzas*: José Smith, pág. 44.
6. Jeffrey R. Holland, “El único Dios verdadero, y a Jesucristo, a quien Él ha enviado”, *Liahona*, noviembre de 2007, pág. 42.
7. D. Todd Christofferson, “La resurrección de Jesucristo”, *Liahona*, mayo de 2014, pág. 113.
8. Incluso el que Jesucristo se revelara durante

- Su vida preterrenal fue testimonio de ese hecho, ya que demostró que el cuerpo de Su espíritu tenía forma humana (véase Éter 3:16).
9. *Enseñanzas*: José Smith, pág. 222.
  10. David A. Bednar, “Creemos en ser castos”, *Liahona*, mayo de 2013, pág. 41.
  11. *Enseñanzas*: José Smith, pág. 222.
  12. *Enseñanzas*: José Smith, pág. 225.
  13. D. Todd Christofferson, “El porqué del matrimonio, el porqué de la familia”, *Liahona*, mayo de 2015, pág. 51.
  14. *Enseñanzas*: José Smith, pág. 53.

# Ven, ven hacia Él

Con sentimiento ♩ = 44-48

Letra de Steven K. Jones  
Música de Michael F. Moody

*mp*

1. Es -  
(2. Al)  
(3. Vi-)

5

tu - vo a - quí y Él nos a - mó. Dis - pues - to\_a\_a-yu - dar - nos, a  
mun-do lle - gó; Él fue un ser mor - tal y pu - do\_en - ten - der la\_a - flic -  
vió con do - lor, que - bran - to\_y pe - sar. A to - do\_el que cre - e a -

8

*rall.*

na - die\_ol - vi - dó. La os - cu - ri - dad Él a - lum - bró; las  
ción te - rre - nal; y to - do\_el do - lor Él lo sin - tió; el  
yu - da le da. O - fre - ce per - dón, da\_en - ten - di - mien - to\_al hu -

11

*a tempo*

pe - nas, pe - sa - res, Él nos qui - tó. Ven, ven ha - cia  
ham - bre\_y la\_an - gus - tia tam - bién a - li - vió. Ven, ven ha - cia  
mil - de, al fiel y\_a quien si - gue\_al Se - ñor. Ven, ven ha - cia

2



14

Él. \_\_\_\_\_  
Él. \_\_\_\_\_ Ven a Él. Ven a\_a - pren - der. \_\_\_\_\_ Es  
Él. \_\_\_\_\_

17

man - so y hu - mil - de en Su co - ra - zón. Ven, ven ha - cia

20

Él. \_\_\_\_\_ 1. 2. 3. \_\_\_\_\_  
2. Al 3. Vi- \_\_\_\_\_ Oh,

23

ven, ven ha - cia Él. \_\_\_\_\_

©2016 por Steven K. Jones y Michael F. Moody. Todos los derechos reservados.  
Se pueden hacer copias de esta canción para uso informal, no comercial en la Iglesia o en el hogar.



# UN PUENTE A LA esperanza Y LA sanación

*Con la ayuda adecuada, las víctimas de abuso sexual pueden hallar la sanación que tanto ansían.*

**Por Nanon Talley**

Servicios para la Familia SUD, Texas, EE. UU.

Imaginen que están ante el borde de un precipicio y quieren cruzar al otro lado de un cañón profundo, donde les han dicho que los espera una gran dicha. Mientras buscan la manera de hacerlo, encuentran un montón de elementos que, si se unen correctamente, formarán un puente para atravesar el cañón.

Si no saben cómo construir el puente, los elementos de nada servirán y sentirán frustración y desesperanza; pero si reciben ayuda de alguien con experiencia en construcción de puentes, podrán ampliar su conocimiento y entendimiento, y juntos podrán realizar la tarea.

Durante los últimos dieciocho años, mi labor ha sido proporcionar instrumentos y orientación para ayudar a algunas personas a cruzar el abismo del sufrimiento emocional o mental. De todas las personas que he tratado, no hay paciente alguno que parezca llegar tan herido como aquellos que han sido víctimas de abuso sexual. He visto el impacto que dicho problema tiene en la capacidad de la persona de sobrellevarlo bien hasta el fin.

No obstante, también he llegado a saber que el alivio perdurable de nuestras luchas y padecimientos es posible mediante nuestro Salvador. Su amor eleva a las personas por encima de las tinieblas hasta la luz.

## ¿Por qué causa tanto daño el abuso sexual?

Las víctimas de abuso me cuentan de vidas colmadas de depresión, inseguridad y otros hondos pesares emocionales. El presidente Gordon B. Hinckley (1910–2008) nos ha ayudado a entender por qué el abuso sexual causa un daño tan grande:

“Existe la terrible y perversa práctica del abuso sexual. Excede la capacidad de comprensión. Es una afrenta a la decencia que debe existir en todo hombre y en toda mujer. Es *la violación de lo que es sagrado y divino*. Es destructivo en la vida de los niños. Es reprochable y *digno de la más rigurosa condenación*.”

“¡Qué vergüenza para el hombre o la mujer que abuse sexualmente de un niño! Al hacerlo, el abusador no solo ocasiona *el más grave de los perjuicios*, sino que también se halla condenado ante el Señor”<sup>1</sup>.

El poder de la procreación es un poder sagrado y divino que nuestro Padre Celestial ha dado a Sus hijos. El élder David A. Bednar, del Cuórum de los Doce Apóstoles, ha enseñado: “El poder de la procreación es de importancia espiritual... Nuestro Padre Celestial y Su Hijo Amado son creadores y nos han confiado una porción de

Su poder para crear”<sup>2</sup>. No es de sorprender, por lo tanto, que la violación de dicho sagrado poder sea “[digna] de la más rigurosa condenación” y que ocasione “el más grave de los perjuicios”.

## Entender el daño

El abuso sexual es cualquier interacción no consentida que implica conductas con contacto o sin este en la que se usa a una persona para la satisfacción sexual de otra persona. Con demasiada frecuencia, las víctimas de abuso sexual se quedan confundidas, así como con sentimientos de indignidad y vergüenza que pueden llegar a ser una carga casi demasiado pesada para soportarla. El pesar y el sufrimiento que experimentan a menudo se intensifica por los comentarios de otras personas, los cuales se originan al no entender el abuso sexual y sus efectos. A algunas víctimas se las acusa de mentir o se les dice que el abuso —de algún modo— fue culpa de ellas. A otras se las conduce equivocadamente a creer que deben arrepentirse, como si hubieran pecado por ser víctimas.

A muchos de los pacientes que he tratado que habían sufrido abuso sexual en la niñez o adolescencia se les había dicho que “lo olviden de una vez por todas”, que “lo dejen atrás” o que “sencillamente perdonen y olviden”. Ese tipo de frases —en especial cuando provienen de amigos cercanos, familiares o líderes de la Iglesia— puede llevar a la víctima a más silencio y vergüenza en lugar de sanación y paz. Como sucede con las heridas físicas o infecciones graves, esas heridas emocionales no desaparecen con tan solo ignorarlas. Más bien, la confusión que comienza con el abuso aumenta y, junto con los consiguientes sentimientos de dolor, la forma de pensar de la persona puede alterarse para dar paso con el tiempo a conductas perjudiciales. No es inusual que las víctimas no distingan que lo que les ha ocurrido ha sido un abuso; asimismo, podrían adquirir conductas perjudiciales y emociones dolorosas.

Hannah (se ha cambiado el nombre) sufrió abuso sexual durante la infancia. Al igual que otras víctimas, creció sintiendo que era una persona muy mala y que no tenía valor individual. Pasó la mayor parte de la vida tratando de servir a los demás lo suficiente como para compensar sus sentimientos de no ser “lo suficientemente buena”



para el Padre Celestial ni para que alguien la amara. En sus relaciones con otras personas, temía que si alguien llegaba a conocerla en verdad, pensaría que era tan mala como ella creía que era. Experimentó un profundo temor al rechazo que la condujo a sentir miedo de intentar cosas nuevas en la vida y de realizar tareas sencillas como llamar a alguien por teléfono. Fue bendecida con talento para el arte, pero lo abandonó ante el temor de no poder soportar las críticas.

Durante más de 50 años, sus sentimientos de desamparo, impotencia, temor, ira, confusión, vergüenza, soledad y aislamiento guiaron sus decisiones diarias.

### Reemplazar el dolor por la paz

El Salvador padeció “dolores, aflicciones y tentaciones de todas clases”. Lo hizo a fin de saber “según la carne... cómo socorrer a los de su pueblo” (Alma 7:11–12). Su padecimiento no fue solo por nuestros pecados, sino también para que sanásemos cuando los pecados de otra persona nos ocasionaran sufrimiento.

Si el Salvador estuviera aquí hoy, me imagino que lloraría con aquellos de quienes se ha abusado sexualmente y los bendeciría, así como lloró y bendijo a los nefitas (véase 3 Nefi 17). Si bien no está aquí físicamente, Su Espíritu puede estar con nosotros, y nos ha proporcionado la forma de sanar, sentir paz y perdonar.

Para muchos de los que han sufrido daño, la idea de que el dolor que



cargan puede reemplazarse por paz es casi imposible de creer. Con frecuencia, las heridas de la persona abusada pasan desapercibidas para otras personas o no las ven durante años. El dolor queda oculto tras un rostro sonriente, tras la disposición de ayudar a los demás y tras llevar la vida como si nada estuviera mal; no obstante, el pesar se halla presente de modo constante.

Comparemos el proceso de sanación emocional con el de atender y tratar las lesiones físicas. Supongamos que cuando eran niños se quebraron una pierna. En vez de ir al médico y colocar el hueso en su lugar, cojearon hasta que el dolor intenso se fue, pero siempre hay un leve dolor con cada paso que dan. Años después, quieren que el dolor desaparezca, así que acuden al médico. El médico debe volver a colocar el hueso, eliminar cualquier calcificación adicional que se haya producido, colocar un yeso [férula], y enviarlos a rehabilitación para fortalecer la pierna.

El proceso de sanación del abuso es similar en el hecho de que la víctima debe reconocer primeramente que el dolor es real y que puede

## COMPORTAMIENTOS COMUNES DE LAS VÍCTIMAS

Las víctimas a menudo tienen dificultades en las relaciones y es posible que busquen constantemente la aprobación de otras personas, que asuman una actitud pasiva, que pongan barreras para mantener distancia de la gente a fin de evitar que las hieran, que se vuelvan promiscuas para buscar afecto mediante la actividad sexual (incluso el uso de pornografía y la masturbación), o hacer exactamente lo contrario y evitar todo lo relacionado con el sexo. La vergüenza que se relaciona con dichas conductas a menudo inhibe a las personas e impide que procuren buscar ayuda de los padres, los líderes del sacerdocio o los profesionales, ya que no entienden la relación que existe entre lo que les ha sucedido y sus comportamientos.

Al vivir el Evangelio, las víctimas tienden a ir de un extremo al otro; algunas se vuelven religiosas sobremanera; en un intento por ocultar lo que piensan que es su falta de dignidad, tratan de hacer todo del modo correcto; otras creen que nunca serán dignas de la vida eterna y a veces dejan de intentarlo.

## LECCIONES DE DOCTRINA Y CONVENIOS 123

Mientras el profeta José Smith se hallaba preso en la cárcel de Liberty, Misuri, escribió una epístola a la Iglesia, la cual comprende las secciones 121–124 de Doctrina y Convenios, e incluye el “deber de los santos con relación a sus perseguidores” (D. y C. 123, encabezamiento de la sección). No dijo a los santos que habían padecido persecución y lesiones físicas que guardaran el dolor para sus adentros e hiciesen como si nada hubiera pasado. Consideren cómo puede aplicarse el consejo que se imparte en la sección 123 al problema del abuso.



hacerse algo al respecto. El proceso implica admitir lo que sucedió, y permitir que los sentimientos de sentirse heridos, temerosos y tristes se reconozcan y se den por válidos. A menudo es de provecho tratar con un profesional experimentado en este proceso de sanación. (Consulte a su líder del sacerdocio para saber si los Servicios para la Familia SUD están disponibles en su zona).

Ya sea que la víctima tenga acceso a ayuda profesional o no, lo mejor es orar, estudiar la vida del Salvador y Su expiación, y conversar con un líder del sacerdocio con regularidad. Él puede ayudar a aligerar la carga y recibir inspiración para ayudar a la víctima a entender su valía divina y su relación con el Padre Celestial y el Salvador. Tal como enseñó recientemente la hermana Carole M. Stephens, Primera Consejera de la Presidencia General de la Sociedad de Socorro: “La sanación puede ser un proceso largo. Requerirá que, con espíritu de oración, busquen guía y la ayuda adecuada, incluyendo consultar con los poseedores del sacerdocio debidamente ordenados. A medida que aprendan a comunicarse abiertamente, fijen límites adecuados y quizás busquen terapia profesional. ¡Es de

vital importancia que mantengan la salud espiritual en todo el proceso!”<sup>3</sup>.

En el caso de Hannah, su vida se había tornado tan incómoda que procuró ayuda. Gracias a su testimonio, sabía que podía sentir paz y satisfacción en la vida, pero no las sentía de modo constante. Mediante la oración y al hablar con el obispo, se la guió a acudir a terapia profesional, donde pudo adquirir los instrumentos que necesitaba para sacar a la luz la verdad y compartir la terrible carga que había llevado sola. Al hacerlo, pudo liberar el dolor y hallar la paz que prometió el Salvador (véase Juan 14:27). Junto con la paz y el consuelo llegaron el deseo y la capacidad de perdonar.

### La necesidad de perdonar

A las víctimas de abuso a menudo les resulta difícil oír en cuanto a la idea de perdonar y con frecuencia esta se malinterpreta. Si ven el perdón como permitir que el abusador quede libre de consecuencias o como decir que lo que hizo ya no importa, la víctima no se sentirá respaldada. Aunque se nos manda perdonar (véase D. y C. 64:10), en las situaciones en que el daño es grave, por lo general

la sanación debe comenzar antes de que la víctima pueda perdonar por completo al abusador.

Quienes padecen el dolor que causa el abuso pueden hallar consuelo en este consejo del Libro de Mormón: “Yo, Jacob, quisiera dirigirme a vosotros, los que sois puros de corazón. Confiad en Dios con mentes firmes, y orad a él con suma fe, y él os consolará en vuestras aflicciones, y abogará por vuestra causa, y hará que la justicia descienda sobre los que buscan vuestra destrucción” (Jacob 3:1). La necesidad de justicia y el derecho a la restitución se pueden depositar en manos del Señor a fin de que Él pueda reemplazar nuestro dolor por paz.

Con el tiempo, Hannah descubrió que podía dejar en manos del Salvador la necesidad de justicia y que a cambio hallaría un sentimiento de paz en su vida como jamás había sentido. Anteriormente, había temido asistir a las reuniones familiares en las que el abusador estaría presente. Ahora, gracias a su disposición de afrontar las difíciles heridas emocionales en su camino a la sanación, ya no siente temor en su presencia e incluso puede tener compasión de él en su avanzada edad.

### Quedar libre de las cargas innecesarias

El élder Richard G. Scott (1928–2015), del Cuórum de los Doce Apóstoles, ha aseverado: “La recuperación completa vendrá por conducto de tu fe en Jesucristo y en Su poder y capacidad de que, por medio de Su

expiación, se curarán las cicatrices de lo que es injusto o innecesario...

“Él te ama. Él dio Su vida para que quedes libre de cargas innecesarias. Él te ayudará a lograrlo. Sé que Él tiene el poder para sanarte”<sup>4</sup>.

El adversario quiere mantener a las personas sujetas por medio del dolor y del sufrimiento porque él es miserable (véase 2 Nefi 2:27). Con la ayuda de nuestro Salvador Jesucristo, ciertamente el dolor puede reemplazarse por la paz, como la que solo el Salvador puede brindar, y podremos vivir con gozo. “Adán cayó para que los hombres existiesen; y existen los hombres para que tengan gozo” (2 Nefi 2:25). Vivir con gozo permitirá que los momentos de prueba sean más llevaderos, y nos permitirá aprender, crecer y llegar a ser más semejantes a nuestro Padre Celestial.

Me siento humilde al considerar la bendición que he tenido en la vida de sentarme con quienes han sido perjudicados por el abuso y ver el milagro de la sanación que verdaderamente se recibe solo mediante el Salvador. Si se hallan sufriendo, por favor, busquen ayuda con espíritu de oración; no tienen que llevar esa pesada carga solos. Yo sé que Él sana, porque lo he visto en innumerables ocasiones. ■

#### NOTAS

1. Véase de Gordon B. Hinckley, “Salvemos a los niños”, *Liahona*, enero de 1995, pág. 67; cursiva agregada.
2. David A. Bednar, “Creemos en ser castos”, *Liahona*, mayo de 2013, pág. 42.
3. Carole M. Stephens, “El Maestro sanador”, *Liahona*, noviembre de 2016, pág. 11.
4. Richard G. Scott, “Para quedar libre de las pesadas cargas”, *Liahona*, noviembre de 2002, pág. 88.

## ALGUNAS PALABRAS DE CONSEJO PARA LOS LÍDERES, FAMILIARES Y AMIGOS

Cuando una víctima confía en ustedes lo suficiente como para contarles sus sufrimientos y abusos, la conversación debe comenzar con amor y comprensión para con ella. Con demasiada frecuencia, ha habido víctimas que me han dicho que al acudir al obispo para procurar ayuda, este se ha centrado principalmente en la necesidad de perdonar al transgresor. Eso puede ocasionar que la víctima sienta que todo lo que importa es el transgresor. Cuando sucede eso, las personas rara vez regresan al obispo en busca de ayuda y no reciben la sanación espiritual que es posible con el amor y el apoyo eclesiásticos.

Perdonar es una parte crucial del proceso de sanación y es un mandamiento; no obstante, confíen en que permitir primero que alguien reconozca su sufrimiento, exteriorice sus sentimientos y hable sobre ellos con una persona de confianza conducirá, con el tiempo, a la sanación que proviene de poder perdonar al abusador.

Los líderes de la Iglesia pueden remitirse a [ministering.lds.org](http://ministering.lds.org) y consultar “Abuso: ayuda para la víctima” para obtener más información.

# El viejo álbum familiar:

## El poder de las historias familiares

*El legado de mis antepasados perdura en mí, influyendo continuamente en mi vida para bien.*

Por Amneris Pucasu

Una mañana de verano antes de la Segunda Guerra Mundial, mi bisabuelo se despertó como siempre lo hacía, antes del amanecer. Salió de su casa y se dirigió a una colina desde la que se apreciaba un valle verde y su pueblo en Rumania, y se sentó en el pasto cubierto por el rocío de la mañana, profundamente ensimismado en sus pensamientos, los mismos que tenía desde hacía tiempo. Era un hombre culto que tenía un gran corazón y una mente inquisitiva, y toda la gente del pueblo lo quería y lo respetaba.

Después de que salió el sol, volvió a casa y le confesó a su esposa que había tenido la curiosidad de ver cómo sería su funeral y que deseaba realizar un ensayo general de su funeral. Fijó la fecha, compró el ataúd, contrató al sacerdote y a los dolientes profesionales y consiguió todos los demás artículos que requería la tradición griega ortodoxa. Entonces llegó el día del ensayo general del funeral. Se colocaron mesas en medio del pueblo para el banquete tradicional, los familiares estaban vestidos de negro, llegó el sacerdote, mi bisabuelo estaba acostado en el ataúd, acomodando la almohada para tener una vista cómoda y comenzó la procesión fúnebre. Al concluir la ceremonia, se invitó a todo el pueblo al banquete, y mi bisabuelo realizó el sueño de bailar en su propio funeral. Vivió otros 20 años, y con frecuencia comprobaba si aún cabía en su ataúd.

### No solo nombres y fechas

Nunca conocí a mi bisabuelo, pero de las historias que me transmitieron mis abuelos, la de él siempre ha sido mi preferida. Todos los días mis abuelos nos contaban a mis hermanos y a mí relatos de nuestros antepasados: de dónde venían, cómo eran, sus valores, sueños y esperanzas. Cada domingo después de comer, mis abuelos sacaban el álbum familiar y, con cada vuelta



de página, los relatos cobraban vida y los corazones se entrelazaban en un tapiz de amor que abarca seis generaciones. No eran solo viejas fotografías con nombres y fechas garabateados en el reverso. Detrás de cada rostro había un padre o una madre, un hijo o una hija, un hermano o una hermana, y de esa manera me transmitieron su legado, junto con otras tradiciones familiares.

### Fortaleza en tiempos de pruebas

Para cuando yo tenía 19 años, mis padres y la mayoría de mis familiares más cercanos habían muerto, y muchas de las posesiones que yo había heredado se habían perdido o las habían robado. Sin embargo, hay algo que ni el tiempo, los desastres naturales ni aun la muerte podrán destruir: el puente que abarca el pasado, el presente y el futuro que construyeron cada uno de los miembros de mi familia. Gracias a su diligencia, el lazo que ata los corazones de mi familia me ha dado fortaleza para superar circunstancias difíciles.

Cuando mis padres y mis abuelos murieron, sentí un pesar tan profundo que me preguntaba si tendría la fuerza para seguir adelante. Tuve la bendición de sentir su influencia desde el otro lado del velo, y eso me ayudó a obtener un fuerte testimonio del Plan de Salvación, de la

vida después de la muerte y, más tarde, de las ordenanzas del templo que son tan necesarias para nuestra salvación. Nunca conocí a mis bisabuelos ni a la mayoría de mis tías y tíos, pero cada vez que veo el viejo álbum familiar con sus fotografías, me veo a mí misma en sus ojos. Soy quien soy gracias a aquellos que vinieron antes de mí; sus experiencias y sabiduría han servido para moldear mi carácter y me han guiado en la vida.

Uno de los dones más grandes que mi familia me dio desde mi niñez es el conocimiento de mi historia familiar y la convicción de que soy el eslabón entre el pasado y el futuro. Sé además que vine a la Tierra para vivir mi propia historia: para explorarla, experimentarla y atesorarla. Este conocimiento de mi historia familiar es lo que me sostiene en todas las pruebas de la vida.

A menudo pienso en mi familia que está al otro lado del velo y en los sacrificios que hicieron por mí para que tuviera una vida mejor. Pienso en las ordenanzas del templo que algún día nos permitirán estar nuevamente juntos como familia. Y pienso en la expiación de mi Salvador, quien hizo todo esto posible. Él pagó el precio para que pudiésemos vivir. Por esta razón lo amamos y lo adoramos con gratitud hoy y para siempre. ■

*La autora vive en Nueva York, EE. UU.*





**Por el élder  
Larry R. Lawrence**  
De los Setenta



# La guerra continúa

*La guerra que comenzó en el cielo continúa hoy en día. De hecho, la batalla se está intensificando a medida que los santos se preparan para el regreso del Salvador.*

Cualquiera que esté al tanto de las noticias internacionales estará de acuerdo con que vivimos en un tiempo de “guerras y rumores de guerras” (D. y C. 45:26). Por suerte, todos los que estamos en la Tierra somos veteranos de guerra. Hemos luchado contra las huestes del mal en una guerra continua que comenzó en la esfera premortal antes de que naciéramos.

Debido a que aún no habíamos recibido cuerpos físicos, combatimos en la guerra en los cielos sin espadas, armas ni bombas. Sin embargo, el combate fue tan intenso como cualquier guerra moderna, y hubo miles de millones de bajas.

La guerra preterrenal se libró con palabras, ideas, debate y persuasión (véase Apocalipsis 12:7-9, 11). La estrategia de Satanás fue atemorizar a la gente. Él sabía que el miedo es la mejor manera de destruir la fe. Probablemente utilizó argumentos como estos: “Es demasiado difícil”. “Es imposible regresar limpios”. “El riesgo es mucho”. “¿Cómo sabes que puedes confiar en Jesucristo?”. Él sentía mucha envidia del Salvador.

Afortunadamente, el plan de Dios triunfó sobre las mentiras de Satanás. El plan de Dios implicaba el albedrío moral de la humanidad y un gran sacrificio. Jehová, a quien conocemos como Jesucristo, se ofreció para ser aquel sacrificio y sufrir por todos nuestros pecados. Él estaba dispuesto a dar Su vida por Sus hermanos y hermanas para que aquellos que se arrepintieran pudiesen regresar limpios y con el tiempo llegaran a ser como su Padre Celestial. (Véanse Moisés 4:1-4; Abraham 3:27).

*En la guerra en los cielos, amábamos y apoyábamos a nuestro Padre Celestial; deseábamos llegar a ser como Él.*

La otra ventaja que ayudó a Jehová a ganarse el corazón de los hijos de Dios fueron los poderosos testimonios que compartieron Sus seguidores, dirigidos por Miguel, el arcángel (véanse Apocalipsis 12:7, 11; D. y C. 107:54). En la vida preterrenal, Adán se llamaba Miguel, y Satanás se llamaba Lucifer, que significa “portador de luz”<sup>1</sup>. Tal parecería un nombre extraño para el príncipe de las tinieblas (véase Moisés 7:26), pero las Escrituras enseñan que, antes de caer, Satanás era “un ángel de Dios que tenía autoridad delante de Dios” (véase D. y C. 76:25–28).

¿Cómo es posible que un espíritu que tenía tanto conocimiento y experiencia cayera tan bajo? Fue por causa de su orgullo. Lucifer se rebeló contra nuestro Padre Celestial porque quería el reino de Dios para sí mismo.

En su clásico discurso “Cuidaos del orgullo”, el presidente Ezra Taft Benson (1899–1994) enseñó que “Lucifer quería recibir honra por encima de todos los demás” y que “su orgulloso deseo era destronar a Dios”<sup>2</sup>. Ustedes también han escuchado que Satanás quería destruir el albedrío del hombre, pero esa no es la única razón por la que fue rechazado. Se lo expulsó del cielo por rebelarse contra el Padre y el Hijo (véanse D. y C. 76:25; Moisés 4:3).

¿Por qué ustedes y yo peleamos contra el diablo? Luchamos motivados por la lealtad. Amábamos y apoyábamos a nuestro Padre Celestial; deseábamos llegar a ser como Él. Lucifer tenía otro objetivo; quería reemplazar al Padre (véanse Isaías 14:12–14; 2 Nefi 24:12–14). Imaginen la forma en que la traición de Satanás hirió a nuestros Padres Celestiales. En las Escrituras leemos que “los cielos lloraron por él” (D. y C. 76:26).

Luego de una campaña intensa, Miguel y sus ejércitos prealecieron. Dos tercios de las huestes celestiales decidieron

seguir al Padre (véase D. y C. 29:36). Satanás y sus seguidores fueron expulsados del cielo, pero no se los envió inmediatamente a las tinieblas de afuera. Primero fueron enviados a esta Tierra (véase Apocalipsis 12:7–9), donde Jesucristo nacería y donde Su sacrificio expiatorio se llevaría a cabo.

¿Por qué se permitió a las huestes de Satanás venir a la Tierra? Vinieron a crear oposición para aquellos que están siendo probados aquí (véase 2 Nefi 2:11). ¿Serán finalmente echados a las tinieblas de afuera? Sí. Después del Milenio, Satanás y sus huestes serán desterrados para siempre.

Satanás sabe que sus días están contados. Durante la segunda venida de Jesús, Satanás y sus ángeles serán



atados por 1.000 años (véanse Apocalipsis 20:1-3; 1 Nefi 22:26; D. y C. 101:28). A medida que se acerca esa fecha límite, las fuerzas del mal están luchando desesperadamente para capturar a cuantas almas puedan.

A Juan el Revelador se le mostró la guerra en los cielos como parte de una gran visión. Se le mostró cómo Satanás fue arrojado a la Tierra para tentar a la humanidad. Esta fue la reacción de Juan: “¡Ay de los moradores de la tierra y del mar!, porque el diablo ha descendido a vosotros, teniendo gran ira, pues sabe que tiene poco tiempo” (Apocalipsis 12:12).

¿Cómo pasa Satanás sus días, sabiendo que no tiene tiempo que perder? El apóstol Pedro escribió que “el diablo, cual león rugiente, anda alrededor buscando a quien devorar” (1 Pedro 5:8).

¿Qué motiva a Satanás? Él nunca tendrá un cuerpo, nunca tendrá esposa ni una familia, y nunca tendrá una plenitud de gozo, por lo que desea que todos los hombres y mujeres “sean miserables como él” (2 Nefi 2:27).

El diablo ataca a todos los hombres, pero en especial a aquellos que tienen un mayor potencial de alcanzar la felicidad eterna. Claramente él envidia a cualquiera que esté en el camino que conduce a la exaltación. Las Escrituras enseñan que Satanás “les hace la guerra a los santos de Dios, y los rodea por todos lados” (D. y C. 76:29).

La guerra que comenzó en el cielo continúa hoy en día. De hecho, la batalla se está intensificando a medida que los santos se preparan para el regreso del Salvador.

El presidente Brigham Young (1801-1877) profetizó “que la Iglesia se propagaría, prosperaría, crecería y se extendería y que, en proporción a la expansión del Evangelio entre las naciones de la Tierra, también aumentaría el poder de Satanás”<sup>3</sup>.

Creo que todos nosotros coincidimos en que esta profecía se está cumpliendo al ver que el mal se infiltra en las sociedades del mundo. El presidente Young enseñó que debemos estudiar las tácticas del enemigo a fin de vencerlo. Comparto cuatro estrategias comprobadas de Satanás y algunas ideas de cómo resistirlas.

## Las estrategias de Satanás

**1. La tentación.** El diablo es desvergonzado cuando se trata de ponernos ideas inicuas en la mente. El Libro de

Mormón enseña que Satanás susurra pensamientos impuros y desagradables y siembra pensamientos de duda. Nos atosiga para que cedamos a deseos adictivos, al egoísmo y a la codicia. No quiere que reconozcamos de dónde provienen esas ideas, por lo que nos susurra: “Yo no soy el diablo, porque no lo hay” (2 Nefi 28:22).

¿Cómo podemos resistir esa tentación directa? Una de las herramientas más eficaces es simplemente mandar a Satanás que se retire. Eso es lo que Jesús haría.

Podemos aprender del relato del Nuevo Testamento acerca del Salvador en el monte de las tentaciones. Después de cada tentación que el diablo le ofrecía, Jesús utilizó una técnica defensiva de dos pasos: primero ordenó a Satanás que se marchase; después citó las Escrituras.

Permítanme darles un ejemplo: “Vete, Satanás”, mandó Jesús, “porque escrito está: Al Señor tu Dios adorarás y a él solamente servirás” (Mateo 4:10). El versículo siguiente dice: “El diablo entonces le dejó, y he aquí, los ángeles vinieron y le servían” (Mateo 4:11). ¡La defensa del Salvador fue muy eficaz!

La biografía del presidente Heber J. Grant (1856-1945) nos enseña cómo el presidente Grant resistía al diablo cuando era un jovencito. Cuando el presidente Grant reconocía que Satanás le susurraba tratando de sembrar dudas en su corazón, él simplemente decía en voz alta: “Sr. Diablo, cállese”<sup>4</sup>.

Ustedes tienen derecho a decirle a Satanás que se marche cuando afrontan tentaciones. Las Escrituras enseñan: “... resistid al diablo, y huirá de vosotros” (Santiago 4:7).

La otra parte de la defensa del Salvador consistió en citar una Escritura. Existe gran poder en memorizar Escrituras, como lo hizo Jesús. Los versículos de las Escrituras pueden convertirse en un arsenal de municiones espirituales.

Cuando sean tentados, pueden recitar mandamientos como “Acuérdate del día del reposo para santificarlo”, “Amad a vuestros enemigos” o “deja que la virtud engalane tus pensamientos incesantemente” (Éxodo 20:8; Lucas 6:27; D. y C. 121:45). El poder de las Escrituras no solo intimida a Satanás, sino que también invita al Espíritu en el corazón, nos tranquiliza y nos fortalece contra la tentación.

**2. Las mentiras y el engaño.** Las Escrituras revelan que Satanás es “el padre de las mentiras” (2 Nefi 9:9). No le crean cuando les susurre mensajes como “Nunca haces



nada bien”, “Eres demasiado pecador como para ser perdonado”, “Nunca cambiarás”, “No le importas a nadie” y “No tienes talentos”.

Otra de las mentiras que utiliza a menudo es la siguiente: “Tienes que probar todo al menos una vez, solo para tener la experiencia. Una sola vez no te hará daño”. El pequeño y sucio secreto que él no quiere que ustedes sepan es que el pecado es adictivo.

Otra mentira eficaz que Satanás intentará hacerles creer es esta: “Todos lo están haciendo; está bien”. ¡No está bien! Así que díganle al diablo que ustedes no quieren ir al reino celestial, aunque todos vayan allí.

Aunque Satanás les mienta, ustedes pueden contar con que el Espíritu les dirá la verdad. Es por eso que el don del Espíritu Santo es tan esencial.

El diablo ha sido llamado “el gran impostor”<sup>5</sup>. Él intenta falsificar cada principio verdadero que el Señor presenta.

Recuerden que las falsificaciones no son lo mismo que lo opuesto. Lo opuesto de blanco es negro, pero una falsificación del color blanco sería un color blancuzco o gris. Las falsificaciones se asemejan a las cosas auténticas a fin de engañar a quienes están desprevenidos; son una versión truncada de algo bueno, y al igual que el dinero falsificado, no valen nada. Permítanme ilustrarlo:

Una de las falsificaciones de Satanás de la fe es la superstición. Su falsificación del amor es la lujuria. Él falsifica el sacerdocio por medio de las supercherías sacerdotales, e imita los milagros de Dios mediante la hechicería.

El matrimonio entre el hombre y la mujer es ordenado por Dios, pero el matrimonio entre personas del mismo

***Ustedes pueden contar con que el Espíritu les dirá la verdad. Es por eso que el don del Espíritu Santo es tan esencial.***



sexo es solo una falsificación; no conduce ni a la posteridad ni a la exaltación. Aunque sus imitaciones engañan a muchas personas, no son reales; no pueden brindar felicidad perdurable.

Dios nos advirtió en cuanto a las falsificaciones en Doctrina y Convenios. Él dijo: "... lo que no edifica no es de Dios, y es tinieblas" (D. y C. 50:23).

**3. La contención.** Satanás es el padre de la contención. El Salvador enseña: "... él irrita los corazones de los hombres, para que contiendan con ira unos con otros" (3 Nefi 11:29).

El diablo ha aprendido durante siglos de experiencia que donde hay contención, el Espíritu del Señor se aleja. Desde que convenció a Caín para que matara a Abel, Satanás ha influido en las disputas entre hermanos. También siembra problemas en los matrimonios, entre los

miembros del barrio y entre compañeros misionales. Le encanta ver discutir a la gente buena. Él trata de iniciar discusiones en las familias justo antes de que vayan a la Iglesia el domingo, justo antes de la noche de hogar el lunes por la tarde y cada vez que una pareja tiene planes de asistir a una sesión del templo. El momento en que se interpone es predecible.

Cuando haya contención en sus hogares o en su lugar de trabajo, dejen de hacer inmediatamente lo que sea que estén haciendo y procuren establecer la paz. No importa quién empezó.

La contención a menudo comienza con la crítica. José Smith enseñó que "el diablo nos lisonjea haciéndonos creer que somos muy correctos, cuando en realidad nos fijamos en las faltas de los demás"<sup>6</sup>. Si lo pensamos, la superioridad moral es solo una falsificación de la verdadera rectitud.

A Satanás le encanta promover la contención en la Iglesia. Él se especializa en señalar las faltas de los líderes de la Iglesia. José Smith advirtió a los santos que el primer paso hacia la apostasía es perder la confianza en los líderes de la Iglesia<sup>7</sup>.

Casi toda la literatura antimormona se basa en mentiras sobre el carácter de José Smith. El enemigo trabaja arduamente para desacreditar a José porque el mensaje de la Restauración depende del relato del Profeta acerca de lo que pasó en la Arboleda Sagrada. El diablo está esforzándose hoy más que nunca para hacer que los miembros cuestionen su testimonio de la Restauración.

En los primeros días de nuestra dispensación, muchos hermanos del sacerdocio, muy a su pesar, no permanecieron fieles al Profeta. Uno de ellos fue Lyman E. Johnson, quien fue excomulgado por conducta indebida. Más tarde lamentó haber abandonado la Iglesia: "Permitiría que me cortaran la mano derecha si pudiera crearlo de nuevo. Entonces me sentía lleno de gozo y alegría. Mis sueños eran placenteros. Cuando me despertaba en la mañana mi espíritu era alegre. Era feliz de día y de noche, y me sentía lleno de paz, gozo y gratitud. Pero ahora todo es oscuridad, dolor, tristeza, miseria en extremo. Desde entonces nunca he tenido un momento feliz"<sup>8</sup>.

Piensen en esas palabras; son una advertencia para todos los miembros de la Iglesia.

Soy converso a la Iglesia. Fui bautizado cuando era un joven adulto soltero de 23 años de edad que estudiaba en la escuela de medicina en Arizona, EE. UU. Sé por experiencia propia cómo Satanás obra en los investigadores para confundirlos y desanimarlos cuando se hallan en busca de la verdad.

Durante toda mi juventud había observado el ejemplo de amigos Santos de los Últimos Días. Me impactaba la manera en que dirigían su vida. Tomé la decisión de aprender más acerca de la Iglesia, pero no quería decirle a nadie que estaba estudiando el mormonismo. Para evitar la presión de mis amigos, decidí que mi búsqueda sería una investigación privada.

Esto fue muchos años antes de internet, así que fui a la biblioteca pública. Encontré un ejemplar del Libro de Mormón y un libro llamado *Una obra maravillosa y un prodigio*, por el élder LeGrand Richards (1886–1983), del Cuórum de los Doce Apóstoles. Comencé a leer esos libros con un profundo deseo, y me parecieron inspiradores.

Aunque mi espíritu ansiaba aprender más, Satanás comenzó a susurrarme al oído. Me dijo que a fin de ser totalmente objetivo, también debía leer lo que habían escrito los que criticaban la Iglesia. Regresé a la biblioteca y empecé a buscar. Por supuesto, encontré un libro que desacreditaba al Profeta José.

Leer ese libro antimormón me confundió. Perdí el dulce espíritu y la influencia que habían guiado mi investigación; me frustré y estuve a punto de abandonar mi búsqueda de la verdad. ¡Oraba pidiendo una respuesta mientras leía literatura antimormona!

Para mi sorpresa, recibí una llamada de una amiga de la escuela secundaria que asistía a la Universidad Brigham Young. Me invitó a que la visitara en Utah, con



la promesa de que me encantaría el paisaje del viaje. Ella no tenía idea de que yo estaba estudiando sobre su Iglesia en secreto.

Acepté su invitación. Mi amiga propuso que fuéramos a Salt Lake City para visitar la Manzana del Templo. Mi respuesta entusiasta la sorprendió; ella no tenía idea de cuánto me interesaba descubrir la verdad sobre José Smith y la Restauración.

Las misioneras de la Manzana del Templo me ayudaron mucho. Sin saberlo, contestaron muchas de mis preguntas. Sus testimonios me hicieron “[dudar] de [mis] dudas”<sup>9</sup>, y mi fe comenzó a crecer. No se puede subestimar el poder de un testimonio sincero.

***El diablo ataca a todos, pero en especial a aquellos que tienen un mayor potencial de alcanzar la felicidad eterna.***

Mi amiga también compartió su testimonio conmigo y me invitó a orar y preguntarle a Dios si la Iglesia era verdadera. En el largo viaje de regreso a Arizona, empecé a orar con fe, por primera vez, “con un corazón sincero, con verdadera intención” (Moroni 10:4). En un momento durante ese viaje, tuve la impresión de que mi automóvil entero se llenó de luz. Aprendí por mí mismo que la luz puede disipar las tinieblas.

Después de que había tomado la decisión de bautizarme, el diablo libró una última lucha. Obró sobre mi familia, quienes hicieron todo lo posible para desalentarme y se negaron a asistir a mi bautismo.

Me bauticé de todos modos, y sus corazones se ablandaron gradualmente. Comenzaron a ayudarme a investigar mi historia familiar. Unos años más tarde bauticé a mi hermano menor. La amiga que me invitó a visitarla en Utah es ahora mi esposa.

**4. El desánimo.** Cuando todo lo demás falla, Satanás utiliza esta herramienta eficazmente con los santos más fieles. En mi caso, cuando comienzo a sentirme desanimado, eso me ayuda a reconocer quién está tratando de desalentarme y me enoja lo suficiente como para darme ánimo, solo para fastidiar al diablo.

Hace varios años, el presidente Benson dio un discurso titulado “No desesperéis”. En ese profundo discurso, él advirtió: “Satanás aumenta sus esfuerzos para vencer a los santos con las armas de la desesperación, el desaliento, el decaimiento y la depresión”<sup>10</sup>. El presidente Benson instó a los miembros de la Iglesia a estar en guardia, y dio 12 sugerencias realistas para combatir el desaliento.

Sus sugerencias incluían prestar servicio a los demás; trabajar arduamente y evitar la ociosidad; poner en práctica buenos hábitos de salud, los cuales incluyen hacer ejercicio y comer alimentos en su estado natural; procurar una bendición del sacerdocio; escuchar música inspiradora; contar las bendiciones y fijar metas. Sobre todo, como enseñan las Escrituras, debemos orar siempre para que podamos vencer a Satanás (véase D. y C. 10:5)<sup>11</sup>.

*Satanás tiembla cuando ve de rodillas al más débil de los santos*<sup>12</sup>.

Es importante saber que el poder del mal tiene límites. La Trinidad establece dichos límites, y Satanás no puede

traspasarlos. Por ejemplo, las Escrituras nos aseguran que “no le es dado poder a Satanás para tentar a los niños pequeños” (D. y C. 29:47).

Otra limitación importante es que Satanás no conoce nuestros pensamientos a menos que se los digamos. El Señor explicó: “... no hay quien conozca tus pensamientos y las intenciones de tu corazón sino Dios” (D. y C. 6:16).

Tal vez por esa razón el Señor nos ha dado mandamientos como “No te quejes” (D. y C. 9:6) y “No hablarás mal de tu prójimo” (D. y C. 42:27). Si pueden aprender a refrenar la lengua (véase Santiago 1:26), no terminarán dándole demasiada información al diablo. Cuando él escucha murmuraciones, quejas y críticas, toma nota minuciosamente. Las palabras negativas que ustedes pronuncian exponen sus debilidades frente al enemigo.

Tengo buenas noticias para ustedes. Los ejércitos de Dios son más grandes que los ejércitos de Lucifer. Es probable que ustedes miren alrededor y piensen: “El mundo es cada vez más inicuo; Satanás debe estar ganando la guerra”. No se dejen engañar. La verdad es que superamos en número al enemigo. Recuerden que dos tercios de los hijos de Dios escogieron el plan del Padre.

Hermanos y hermanas, asegúrense de pelear del lado del Señor. Asegúrense de empuñar la espada del Espíritu.

Ruego que al final de su vida, ustedes puedan decir con el apóstol Pablo: “He peleado la buena batalla, he acabado la carrera, he guardado la fe” (2 Timoteo 4:7). ■

**NOTAS**

1. Guía para el Estudio de las Escrituras, “Lucifer”, scriptures.lds.org/es.
2. Ezra Taft Benson, “Cuidaos del orgullo”, *Liahona*, julio de 1989, pág. 5.
3. *Discourses of Brigham Young*, selección de John A. Widtsoe, 1954, pág. 72.
4. Véase de Francis M. Gibbons, *Heber J. Grant: Man of Steel, Prophet of God*, 1979, págs. 35–36.
5. Véase, por ejemplo, Dieter F. Uchtdorf, “Ustedes son importantes para Él”, *Liahona*, noviembre de 2011, pág. 20; Gordon B. Hinckley, “Los tiempos en los que vivimos”, *Liahona*, enero de 2002, pág. 86.
6. *Enseñanzas de los Presidentes de la Iglesia: José Smith*, 2007, pág. 484.
7. Véase *Enseñanzas: José Smith*, pág. 337.
8. Lyman E. Johnson, en Brigham Young, *Deseret News*, 15 de agosto de 1877, pág. 484.
9. Dieter F. Uchtdorf, “Vengan, únense a nosotros”, *Liahona*, noviembre de 2013, pág. 23.
10. Véase de Ezra Taft Benson, “No desesperéis”, *Liahona*, febrero de 1975, pág. 43.
11. Ezra Taft Benson, “No desesperéis”, pág. 43.
12. William Cowper, en Robert Andrews, comp. *The Concise Columbia Dictionary of Quotations*, 1987, pág. 78.

*Skaidrīte es una de las personas más felices que he conocido. Su vida parece perfecta. Sin embargo, de niña vivía con su madre alcohólica, quien no podía cuidar de ella ni de su hermana. Skaidrīte tenía en brazos a su hermana cuando ella murió de hambre. A partir de los 8 años, Skaidrīte vivió en varios hogares adoptivos; le daban puntapiés, la golpeaban y le prohibieron que orara; la trataban como a una esclava. A lo largo de los años, pensó en suicidarse.*

*Años más tarde, en busca de esperanza, Skaidrīte entró a una capilla SUD.*

LESLIE NILSSON, FOTÓGRAFO

## Skaidrīte Bokuma

Liepāja, Letonia

“Una misionera me dio la bienvenida con una sonrisa. Pensé que era un ángel. Desde ese día mi vida ha cambiado. Ya han pasado 17 años, y todos los pensamientos de quitarme la vida han desaparecido. Hoy en día soy positiva. Cuando tengo cargas, las deposito en Dios; he aprendido a confiar en Él en todo. La vida es hermosa para mí”.

Para aprender a reconocer y ayudar a las personas que tal vez estén considerando el suicidio, visite [lds.org/go/41739](https://lds.org/go/41739).





## POR FAVOR, NO TOQUEN ESA CANCIÓN

Hace algún tiempo, mi familia y yo vivíamos en Veracruz, México, donde mis hijos asistían a la escuela primaria. Cada mañana, mientras ayudaba a mis tres hijos a prepararse para ir a la escuela, escuchábamos la radio, en la estación más popular de la ciudad, con un programa muy agradable dirigido por un joven locutor de radio.

Comenzamos a escuchar una canción muy pegadiza. Cuando empecé a prestar más atención a la letra, me di cuenta de que las cosas que decía, aunque no eran vulgares, eran sugestivas y ordinarias.

Con determinación les dije a mis hijos: “No podemos escuchar ese tipo de lenguaje”. Tal vez ni siquiera estuvieron prestando atención a la letra de la canción, pero sí prestaron la suficiente atención para tararear la melodía.

Vieron que bajé el volumen de la radio y me preguntaron qué estaba haciendo. “Voy a decirle al locutor de la radio que saque esa canción del programa”. Su asombro me llevó a tomar medidas adicionales.

Ellos no lo podían creer, ni yo, pero agarré el teléfono y llamé a la estación de radio. No esperaba que me atendieran, pero para mi sorpresa, el mismo locutor de radio que acabábamos de escuchar en el programa contestó mi llamada casi inmediatamente.

Le dije que no estaba de acuerdo con escuchar esa canción, ya que

Cuando escuchamos una canción pegadiza en la radio, empecé a prestar más atención a la letra.

muchas familias sintonizaban la radio a esa hora de la mañana. Me preguntó qué sugeriría a cambio, pero su comportamiento fue tan educado que solamente le pedí que no tocara esa canción durante las horas que los niños estaban en casa.

Nunca supe si mi llamada salió al aire, pero me sentí agradecida de que el locutor me hubiese escuchado. Durante los días siguientes, noté que habían concedido mi petición.

Esa experiencia me confirmó que debemos ser valientes cuando está dentro de nuestras posibilidades el tomar decisiones y hacer lo necesario para proteger a nuestros hijos de las influencias negativas. Al hacerlo, el Espíritu Santo continuará siendo nuestro compañero constante. ■  
María Hernández, Texas, EE. UU.



# LA BILLETERA PERDIDA

Hace poco, me mudé a una nueva casa y pedí ayuda a algunos miembros de la Iglesia para un proyecto en mi casa. En mitad del proyecto, salí a comprar algunos materiales que necesitábamos para terminar. Después de terminar el proyecto, me di cuenta de que no tenía mi billetera. Me puse muy nervioso porque dentro de mi billetera estaban todos mis documentos personales, junto con el dinero que había recibido de un cliente esa mañana. Regresé por el mismo camino donde había hecho las compras, pero no tuve suerte. Volví a casa y busqué para ver si se me había caído en alguna parte, pero aun así, no la encontré. Empecé a considerar la posibilidad de que tendría que obtener copias nuevas de todos los documentos. Entonces, antes de salir de casa, un amigo me preguntó: “¿Ya oraste?”.

Inmediatamente pensé: “¡Claro que ya oré!”, pero en realidad no había orado con verdadera intención. En vez de eso, quería imponer mi voluntad a mi Padre Celestial y de alguna manera hacer que Su deber fuera el de ayudarme a encontrar mi billetera; pero entonces recordé la Escritura en Isaías 55:8: “Porque mis pensamientos no son vuestros pensamientos, ni vuestros caminos mis caminos, dice Jehová”.

El domingo fui a la capilla y un miembro que había estado conmigo



Le pedí al Padre Celestial que contestara nuestra oración para fortalecer la fe de mi esposa e hijos.

el día anterior me dijo que había orado fervientemente al Padre Celestial para que yo pudiera encontrar mi billetera. Dijo que había tenido la sensación de que la encontraría. Más tarde, cuando me senté para mi estudio personal, empecé a leer *Cómo obtener respuestas a nuestras oraciones*, por el élder Gene R. Cook, miembro emérito de los Setenta. En la primera página se relataba una historia con un problema idéntico al mío: el hijo del élder Cook había perdido su billetera, por lo que la familia se reunió y oró al Señor para que pudieran encontrarla.

Después de leer sobre esa experiencia, puse en práctica lo que había aprendido y reuní a mi esposa e hijos. Formamos un círculo, y cada uno

ofreció una oración para implorar al Señor que, si era Su voluntad, nos ayudara a encontrar la billetera.

Anteriormente ya había sido testigo del poder de la oración, pero después, al orar en privado, pedí al Padre Celestial que contestara nuestra oración para fortalecer la fe de mi esposa e hijos.

Al día siguiente, un hombre me llamó; dijo que había encontrado mi billetera, con el dinero. Lloré como un niño porque se dio respuesta a mi oración y la fe de mi familia se fortaleció.

Sé que el Padre Celestial, aun con tantos hijos a quienes atender, nos responde según Su tiempo y a Su manera. ■

Luiz Marcelino, Goiás, Brasil

## RESCATADA EN EL VESTÍBULO

A menudo mi esposo tiene que trabajar los domingos, por lo que yo me encargo de llevar sola a nuestros cuatro hijos a la Iglesia. Un domingo en particular, durante la reunión sacramental, mis dos niños pequeños no se estaban llevando bien. Si conseguía que uno se interesara en un libro, su hermano lo quería. Intenté darles golosinas, juguetes o que colorearan, pero nada funcionó. Me sentía abrumada con mis hijos, quienes al parecer simplemente no podían estar tranquilos ni siquiera una hora.

Saqué un pequeño juguete de mi bolso y se lo di a mi hijo de un año; inmediatamente se dejó oír un grito de mi hijo de tres años, Tyson, que se abalanzaba sobre su hermano menor para tratar de quitarle el juguete. Me sentí avergonzada por tener que llevar a dos niños pequeños gritando y peleando hacia el vestíbulo.

Las lágrimas me humedecieron el rostro de inmediato. ¿Por qué tenía que ser tan difícil? Estaba haciendo lo que el Padre Celestial quería que hiciera al llevar a mi familia a la Iglesia, ¿no?, pero no podía hacerlo más. Era agotador y vergonzoso luchar cada semana sola con mis niños en la reunión sacramental; no quería regresar jamás.

Tuve esos pensamientos solo unos 15 segundos cuando una hermana a quien casi no conocía salió al vestíbulo tras de mí; era la hermana Beus. Por lo general se sentaba sola, ya

Me sentía abrumada con mis hijos, quienes al parecer simplemente no podían estar tranquilos ni siquiera una hora.



ILUSTRACIÓN POR ALLEN GARRIS.

que su esposo servía en el obispado y sus hijos ya eran mayores. Me dijo: “Siempre está aquí sola, y veo que se esfuerza mucho. ¿Puede sentarse Tyson conmigo?”. ¡Ni siquiera podía pensar en una respuesta! Solo asentí con la cabeza mientras ella lo tomaba de la mano y lo llevaba, tranquilo y feliz, de vuelta al salón sacramental.

Sequé mis lágrimas, cargué a mi bebé y regresé humildemente al salón sacramental para disfrutar el resto de la reunión en paz.

El siguiente domingo, al entrar a la reunión sacramental, Tyson buscó a su nueva amiga. Por la noche él oraba y decía: “Gracias, Padre Celestial, por la hermana Beus; ¡la quiero mucho!”.

Han pasado más de tres años y Tyson todavía busca a la hermana Beus en la capilla. El año pasado la llamaron para ser la maestra de Tyson en la Primaria; era el niño más feliz del mundo.

Estoy muy agradecida por la hermana Beus y por su buena disposición de amar y servir a los demás. Sé que podemos bendecir la vida de otras personas cuando servimos como lo hizo el Salvador. ■

Kristi Lewis, Utah, EE. UU.

## ¡LISTO!

**D**urante mis entrevistas como obispo un domingo por la tarde, tuve el placer de sentarme con un buen amigo y conversar sobre algunos desafíos que él estaba enfrentando. Después de escuchar sus preocupaciones por unos minutos, sentí que lo que él necesitaba era constancia al leer las Escrituras. Recordé que, como su obispo, yo también tenía que ser más constante en mi estudio de las Escrituras, algo con lo que había estado teniendo dificultades, de modo que le sugerí que nos convirtiéramos en “socios de responsabilidad” al esforzarnos por estudiar con más regularidad.

Todos los días, después de que terminábamos de leer nuestras Escrituras, nos enviábamos un mensaje de texto con la palabra *¡Listo!* El hecho de saber que alguien más estaba esperando oír si el otro había terminado su lectura del día era una gran motivación para ambos. Si uno de los dos se olvidaba, el recibir un mensaje de texto era un recordatorio; si la otra persona no enviaba un mensaje de texto, no se le decía nada. Decidimos tomar ese desafío sin hacer que la otra persona se sintiera culpable.

Comenzamos el desafío hace

seis meses, y recuerdo un día en que hayamos olvidado leer nuestras Escrituras. Ese hermano se levantó durante la reunión de ayuno y testimonio hace un par de meses y compartió su testimonio sobre el impacto positivo que el estudio de las Escrituras estaba teniendo en él y en su familia.

Estoy muy agradecido por ese hermano y por su amistad, al igual que por sus mensajes de texto diarios. He visto cómo la tecnología, cuando se utiliza apropiadamente, puede mejorar nuestra vida. También estoy agradecido por las Escrituras y por cómo testifican de Cristo. Sé que el sacrificio expiatorio del Salvador hace posible que cada uno de nosotros regrese a vivir con Él algún día. ■

Alex Whibley, Columbia Británica, Canadá

**N**os convertimos en “socios de responsabilidad” al esforzarnos por estudiar las Escrituras con más regularidad.

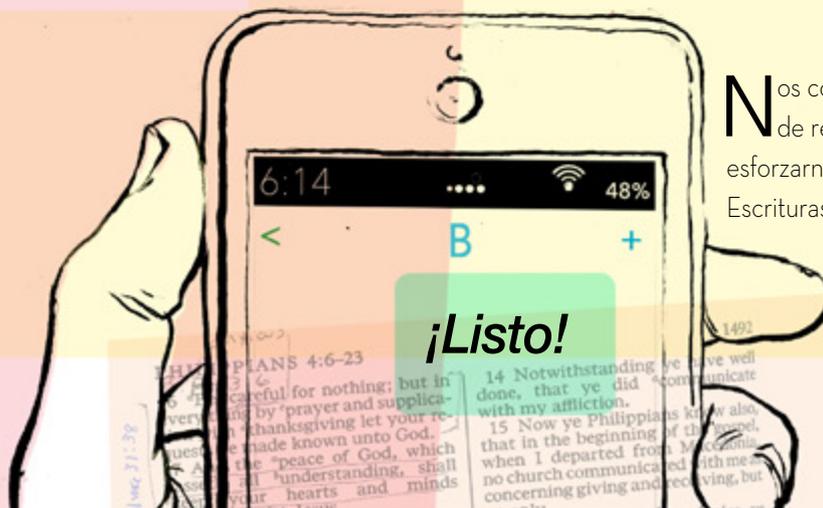


ILUSTRACIÓN POR ALLEN GARRIS.



### **TU PROPIA LIAHONA**

“La bendición no es para doblarla con cuidado y archivarla para siempre; no es para ponerla en un marco ni publicarla. Más bien, es para leerla; es para amarla y para seguirla. La bendición patriarcal es para ayudarte a pasar la noche más negra; te guiará a través de los peligros de la vida... La bendición patriarcal es una Liahona personal que te traza el curso y te muestra el camino”.

Véase del Presidente Thomas S. Monson, “Vuestra bendición patriarcal: una Liahona de luz”, *Liahona*, enero de 1987, págs. 65–66.



# Entender tu bendición patriarcal



Por Allie Arnell y Margaret Willden

La vida está llena de terreno desconocido: *¿Adónde debo ir a estudiar? ¿Qué debo estudiar? ¿Debo servir en una misión? ¿Con quién debo casarme?* Si se te diera un mapa personal para navegar por las decisiones de la vida, ¿lo seguirías?

El Padre Celestial y Jesucristo nos han dado ese mapa —la bendición patriarcal— para dar dirección a nuestra vida. Aunque se nos ha dado el don del albedrío para tomar nuestras propias decisiones, las bendiciones patriarcales pueden arrojar luz sobre qué caminos traerán mayor felicidad.

No obstante, el solo hecho de tener un mapa no es suficiente. Debemos estudiar, entender y aplicar el significado que hay dentro del mapa. Asimismo, a medida que llegues a entender el lenguaje que se utilizó en tu bendición patriarcal —tu propia guía para la vida— podrás discernir quién eres ante los ojos de Dios y lo que puedes llegar a ser.

## Descubre tu linaje

Antes que nada, tu bendición patriarcal declara tu linaje, o la tribu específica de las doce tribus de Jacob (que después fue llamado Israel) a la cual perteneces. Aunque no todos somos descendientes literales de Jacob, las Escrituras nos enseñan que los miembros de la Iglesia son adoptados en la casa de Israel: “Pues cuantos reciban este evangelio serán llamados por tu nombre; y serán considerados tu descendencia, y se levantarán y te bendecirán como padre de ellos” (Abraham 2:10).

Shelisa Schroepel, de Utah, EE. UU., dice: “El saber que soy de la casa de Jacob me ayuda a entender mi propósito en esta vida y por qué soy llamada a ciertos llamamientos en la Iglesia”.

Tu bendición patriarcal también podría describir cualquier bendición correspondiente que acompañe a tu tribu particular. Por ejemplo, muchos miembros de la Iglesia pertenecen a la tribu de Efraín,

**El identificar las diferentes partes de tu bendición puede ayudarte a encontrar dirección para tu vida.**

una tribu que tiene la responsabilidad singular de difundir el mensaje del Evangelio restaurado al mundo (véanse Deuteronomio 33:13–17; D. y C. 133:26–34).

## Busca consejo personal

Cuando se usa adecuadamente, un mapa evita que un viajero se pierda. De manera similar, en este camino por la vida, tu bendición patriarcal



## CONSEJOS PARA EL ESTUDIO

- Identifica cuáles son los consejos, las advertencias, los talentos y las promesas en tu bendición patriarcal. Ora en cuanto a cómo podrían aplicarse a ti en la etapa actual de tu vida.
- Estudia tu bendición con detenimiento y con frecuencia durante tu vida. La misma frase puede tener varios significados para ti en diferentes momentos.
- Recuerda que una bendición patriarcal no menciona cada aspecto de tu vida. Incluso si una meta importante no se menciona en tu bendición, todavía puede ser algo importante por lo que esforzarse.
- Sé obediente al Evangelio. Las bendiciones en tu bendición patriarcal dependen de tu rectitud.
- Establece metas para buscar los dones y desarrollar los talentos que se mencionan en tu bendición.
- Reflexiona hacia dónde vas en la vida y a dónde finalmente quieres llegar. ¿Cómo se alinean tus metas con tu bendición patriarcal?
- Podrías hacer una copia de tu bendición patriarcal para usarla para tu estudio. Puedes escribir pensamientos, resaltar palabras que destaquen y anotar Escrituras que se relacionen con tu bendición.

le puede brindar consejo y dirección a tu vida. Tu bendición patriarcal no te dice simplemente qué hacer, sino que puede brindar perspectivas personalizadas sobre qué caminos —si se buscan con fe— pueden ayudarte a saber si estás alineando tu vida con la voluntad del Padre Celestial. A medida que estudies tu bendición patriarcal y procures vivir de manera que invite al Espíritu del Señor, puedes encontrar seguridad, gozo y dirección.

Gabriel Paredes, de Lima, Perú, dice: “Algunos de los consejos que recibí en mi bendición solo he podido aplicarlos plenamente con mi familia después de ser sellado a mi esposa.

“Recientemente nos preguntábamos qué podríamos hacer para fortalecer y edificar nuestra nueva familia. Nuestra pregunta se contestó mediante mi bendición patriarcal. En ella se me aconseja dar prioridad al respeto, a la tolerancia y al amor en mi familia, ya que esos son algunos de los cimientos importantes del evangelio de Jesucristo.

“Al concentrarnos en ello, mi esposa y yo hemos podido superar problemas. Aún tenemos algunos problemas como familia, pero somos felices. Sentí como si el Señor me recordara cómo podía tener la familia que Él me prometió. Sé que el Señor habla mediante las bendiciones patriarcales y que el consejo que encierran se ha de utilizar en nuestra vida”.

### **Presta atención a las admoniciones**

Un mapa no necesariamente señala cada peligro en el camino, pero,

afortunadamente, las bendiciones patriarcales a menudo nos dan advertencias para protegernos a lo largo del camino. Algunas de esas admoniciones nos ayudan a protegernos de la influencia de Satanás; otras pueden darnos luz sobre cómo podemos superar al hombre natural en nuestro interior.

Para Caitlin Carr, de Utah, algunas de las advertencias de su bendición patriarcal no fueron claras de inmediato, pero el estudio posterior de su bendición le brindó nuevas perspectivas.

“Cuando recibí mi bendición patriarcal, se me advirtió sobre personas que intentarían alejarme de la verdad con ideas persuasivas. No pensé mucho en ello; tenía una firme creencia en las doctrinas que se me habían enseñado.

“Sin embargo, al año siguiente me enfrenté con ideas y filosofías que, a simple vista, parecían estar arraigadas en la imparcialidad y el amor, pero no lo estaban. Esos mensajes parecían venir de todos lados: los medios de comunicación, la escuela, incluso de amigos cercanos. Aunque sabía que esas filosofías eran contrarias al plan de Dios, me encontré deseando apoyar esas nuevas ideas del mundo y a la Iglesia. Pronto me di cuenta de que ‘ninguno puede servir a dos señores’ (Mateo 6:24) y que no debería confiar en la sabiduría del hombre. El Padre Celestial resolvió mis dudas mediante las Escrituras y le dio paz a mi mente y corazón. Por consiguiente, mi testimonio se ha fortalecido y me he vuelto más firme al defender lo que sé que es verdadero”.

## Desarrolla dones y talentos

Tu bendición patriarcal también puede mencionar dones y talentos espirituales que el Señor te ha dado para edificar Su reino. Si tu bendición menciona un talento que te es desconocido, tal vez sea porque aún no has tenido la oportunidad de descubrir o desarrollar ese talento. Mediante la búsqueda diligente y la ayuda del Señor, puedes progresar para desarrollar ese talento y muchos más.

El desarrollar tus talentos te ayuda a reconocer las cosas singulares con las que contribuyes a la obra del Señor. Johanna Blackwell, de California, EE. UU., medita en los dones y talentos que se mencionan en su bendición cuando siente la tentación de compararse con los demás: “Al mirar las palabras de mi bendición patriarcal, me recuerda que he sido bendecida con los dones que personalmente he necesitado para superar pruebas y participar en el apresuramiento de la obra del Señor.

“Mi bendición menciona mi habilidad para amar, perdonar y tener el valor de relacionarme con quienes me rodean. Al llevar esos dones a la práctica, el Señor me ha bendecido con un mayor deseo de encontrar nuevas personas y culturas, y conectarme con ellas. Por consiguiente, mi testimonio de que todos somos hijos de un amoroso Padre Celestial ha crecido, y he podido servir a los demás mientras todos procuramos llegar a ser más como Cristo”.

## Busca las bendiciones prometidas

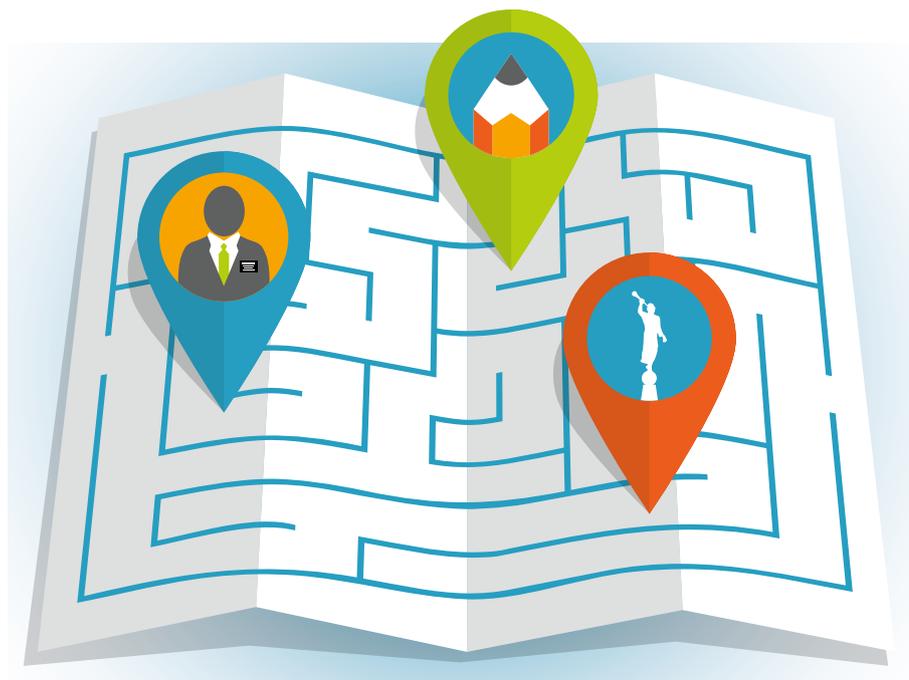
Por último, nuestras bendiciones patriarcales revelan las bendiciones que el Padre Celestial nos ha prometido si permanecemos fieles a Él. No hay garantía de cuándo se cumplirán esas promesas, pero podemos saber que en tanto que vivamos obedientemente el Evangelio, estas se cumplirán, ya sea en esta vida o en la próxima.

Sergio Gutiérrez, de Nevada, EE. UU., se apoya en una promesa

de su bendición patriarcal cada vez que se siente preocupado por sus planes profesionales futuros: “A veces siento inquietud acerca de la incertidumbre de mi futuro, pero hay una promesa en mi bendición patriarcal que siempre me tranquiliza. Esa promesa me ayuda a saber que en tanto que trabaje arduamente y permanezca fiel, tendré los recursos necesarios para poder cuidar de mi familia y edificar la Iglesia. No sé exactamente qué carrera quiero seguir todavía, pero el tener esa promesa me da fe y confianza”.

Si alguna vez te has preguntado cuál es la voluntad del Padre Celestial para contigo, no eres el único. El Señor comprendía que enfrentarías muchos diferentes senderos que podrías seguir en la vida, así que te ha proporcionado un mapa personal para mantener tu vida alineada con Su evangelio. Las bendiciones patriarcales no pueden tomar decisiones por nosotros, pero pueden guiarnos a nuestra propia revelación personal. Mediante nuestra bendiciones patriarcales, se nos muestra cómo encajamos en el plan del Señor para recoger a Israel al aprender de nuestra tribu; se nos da consejo personal, admoniciones y promesas; y se nos enseña sobre los dones y talentos singulares que el Padre Celestial nos ha dado para servirle. En tanto que vivas de acuerdo con todos esos elementos de tu propia bendición patriarcal, puedes saber que tus decisiones han estado dentro de la voluntad que el Señor tiene para tu vida. ■

*Las autoras viven en Illinois, EE. UU., y Nueva York, EE. UU., respectivamente.*



**El Señor te ha proporcionado un mapa personal para mantener tu vida alineada con Su evangelio.**

# Cómo prepararse para una nueva travesía

Por Karina Martins Pereira  
Correia de Lima

En las semanas previas a mi matrimonio y sellamiento en el templo, comencé a sentirme un poco nerviosa por todo lo que tenía que hacer antes de comenzar mi nueva familia. A pesar de toda la alegría de ese momento, me sentía estresada por tener que organizar una rutina nueva, poner las finanzas en orden, encontrar un depósito para almacenar nuestras pertenencias, y por todas mis nuevas responsabilidades como esposa. Quería asegurarme de que comenzaríamos nuestro matrimonio de la manera correcta al encontrar lugar en nuestras actividades para cosas importantes como guardar los mandamientos y pasar tiempo juntos como esposo y esposa a pesar de nuestras vidas ocupadas.

Al acercarse el día de la boda, me sorprendió una serie de pesadillas con todo tipo de problemas que podrían afectar a una familia. Debido

a que provengo de una familia amorosa aunque atribulada, amenazada por discusiones constantes e intensas y por corazones rotos, las pesadillas me afectaron más de lo que deberían haberlo hecho. Entonces una noche, después de varias como esa, desperté sudando y decidí seguir el consejo que la hermana Neill F. Marriott, Segunda Consejera de la Presidencia General de las Mujeres Jóvenes, dio en su discurso “Entregar nuestro corazón a Dios” (*Liahona*, noviembre de 2015, págs. 30–32). Cerré los ojos y oré: “Querido Padre Celestial, ¿qué puedo hacer para mantener estas cosas malas lejos de mi familia?”.

La respuesta me llegó tan rápido y tan fuerte como si alguien me hubiera abierto una puerta en la cabeza y hubiese puesto el pensamiento allí. La voz suave y apacible me inspiró: “Solo haz lo que se supone que debes hacer. Sé fiel en cada paso”. El Espíritu me susurró algunos consejos

**Al igual que Nefi  
que navegaba hacia  
lo desconocido,  
yo necesitaba  
ejercer fe en el  
Señor con respecto  
a comenzar  
una familia.**

específicos y sentí que si hacía esas cosas, todo estaría bien.

Sonreí y sentí que el pecho se me llenaba de calidez. De repente olvidé todas las preocupaciones, porque sabía que era así. Antes había sentido el Espíritu Santo, pero nunca tan fuerte como lo sentí esa noche. Sentí que el amor de nuestro Padre Celestial y de nuestro Salvador me rodeaban, y



supe que el consuelo y la salvación de mi familia eran tan importantes para Ellos como lo eran para mí.

A modo de una confirmación adicional, recordé un relato de las Escrituras: el momento en que el Señor le mandó a Nefi que construyera un barco: “Y aconteció que el Señor me habló, diciendo: Construirás un barco, *según la manera que yo te mostraré*, para que yo lleve a tu pueblo a través de estas aguas” (1 Nefi 17: 8; cursiva agregada).

Nefi y su familia habían estado en el desierto por años, soportando toda clase de tribulaciones. Él podría haber sentido miedo de comenzar una travesía por el mar y permitir que sus temores se volvieran más fuertes que su fe; pero no lo hizo. Aceptó y obedeció las instrucciones de Dios. Tuvo fe en que Sus promesas se cumplirían. El Señor nunca le dijo a Nefi que no habría tormentas o que las olas no azotarían el barco; le dijo a Nefi que si seguía Sus instrucciones, él podría guiar a su familia a salvo a través del océano hasta la tierra prometida.

Me di cuenta de que por muchos años yo también había viajado por un desierto, pero ahora estaba frente al

mar, preparándome para una nueva travesía: el matrimonio. He sido llamada —y creo que es el caso de todas las familias Santos de los Últimos Días— a construir un barco siguiendo las instrucciones de Dios.

Una vez que mi esposo y yo nos casamos, sí surgieron problemas; enfermé y tuvimos dificultades para estabilizar nuestros asuntos económicos y poner en práctica todos los buenos hábitos que habíamos decidido seguir.

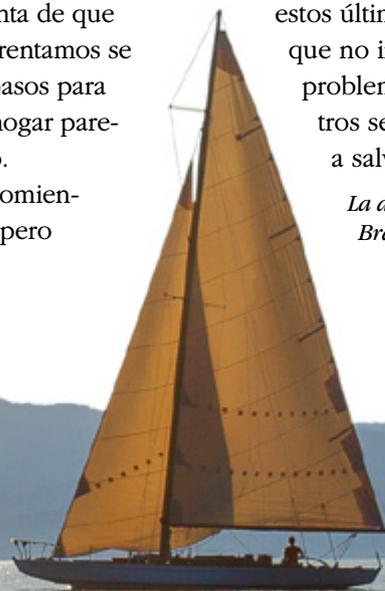
No obstante, el consejo que había recibido esa noche permaneció en mi corazón. Todos los días intentamos aprender y atesorar la palabra de Dios en nuestro corazón, seguir los buenos ejemplos de nuestros queridos líderes —entre ellos, Cristo— y mejorar nuestro propio comportamiento. Obtuve un testimonio más fuerte de la oración y en verdad experimenté el amor que el Padre tiene por nosotros. Comencé a confiar más y a temer menos. Nos dimos cuenta de que las dificultades que enfrentamos se habían convertido en pasos para mejorar. Hoy, nuestro hogar parece un pedacito de cielo.

Aún estamos en el comienzo de nuestra travesía, pero

casarme y comenzar una familia fue la mejor decisión que jamás he tomado. Mi corazón rebosa de gozo cuando pienso en la ordenanza del templo que recibimos y sé que fue sellada por la autoridad de Dios. Cuanto más entiendo sobre la importancia de la familia en el plan del Padre Celestial y sobre la santidad del convenio que hicimos, más quiero ayudar a otras familias a recibir la misma ordenanza.

Aprendí que no tenemos que preocuparnos de lo que ocurrirá, porque “no nos ha dado Dios espíritu de cobardía, sino de poder, de amor, y de dominio propio” (2 Timoteo 1:7). Simplemente tenemos que ser obedientes, seguir las instrucciones que se han dado mediante las Escrituras y las palabras de los profetas actuales, y pedir en oración más instrucciones personales. Si hacemos esas cosas, podemos cruzar el océano de estos últimos días confiando en que no importa qué clase de problemas nos azoten, nuestros seres queridos estarán a salvo. ■

*La autora vive en Paraná, Brasil.*



# ¿Cómo puedo estudiar con **LA MENTE** y

Descubre lo que puedes hacer cuando tengas preguntas.

¿Qué debes hacer cuando tengas una pregunta sobre cuestiones doctrinales, históricas o personales? ¿Cómo encuentras una respuesta? El Señor promete: "... hablaré a tu mente y a tu corazón por medio del Espíritu Santo" (D. y C. 8:2). ¿Cómo utilizas la mente y el corazón para reconocer la inspiración? Estas son algunas ideas.

## MENTE

### Estudia, ora y escucha

El élder Robert D. Hales, del Cuórum de los Doce Apóstoles, dijo que cuando tomamos "decisiones importantes... el Padre Celestial espera que usemos nuestro albedrío, que estudiemos la situación en la mente de acuerdo con los principios del Evangelio y que le presentemos una decisión a través de la oración" ("El Espíritu Santo", *Liahona*, mayo de 2016, pág. 105).

Es igual para cualquier pregunta. Cuando estudies, ora con sinceridad en cuanto a las respuestas que halles durante el proceso. El Espíritu Santo te dará impresiones —ya sea a través de ideas, palabras a tu mente u otros recordatorios personales— para guiarte a otras respuestas que necesitas.

### Utiliza recursos

Escudriña las Escrituras, incluso la Guía para el Estudio de las Escrituras y otras ayudas para el estudio. También puedes buscar otros recursos SUD, como discursos de la conferencia general, Temas del Evangelio, revistas de la Iglesia, el proyecto "Los documentos de José Smith", y más. (Consulta la página 54 para encontrar una lista de recursos útiles de la Iglesia).

### Habla de ello

No tengas miedo de pedir ayuda. El élder Ronald A. Rasband, del Cuórum de los Doce Apóstoles, dijo: "Les voy a dejar un desafío... Tienen que pensar en alguien [que pueda ayudarles a encontrar respuestas] —un amigo en quien confíen, un progenitor, un abuelo, un maestro, un miembro del obispado [o] un asesor— y tienen que tener respuestas a esas preguntas" (Transmisión Cara a Cara, 20 de enero de 2016). ¡Inténtalo! Habla con alguien en quien confíes acerca de tus preguntas y encuentren respuestas juntos.

Orar

Escuchar

Hablar

ILUSTRACIÓN POR JOSH TALBOT

# con EL CORAZÓN?



**RESPUESTAS DE DIOS**

“Analizar las preguntas sinceras es una parte importante de edificar la fe, y para ello usamos el intelecto y los sentimientos. El Señor dijo: ‘Hablaré a tu mente y a tu corazón’ [D. y C. 8:2]. No todas las respuestas se reciben de inmediato, pero la mayoría de las preguntas se pueden resolver mediante el estudio sincero y al procurar las respuestas de Dios”.

Élder Neil L. Andersen, del Cuórum de los Doce Apóstoles, “La fe no es una casualidad, sino una elección”, *Liahona*, noviembre de 2015, pág. 66.

Estudiar

Estudiar

Orar

Escuchar

Paciencia

**CORAZÓN**

*Estudia, ora y escucha*

Estos pasos son importantes para meditar con la mente y el corazón. El presidente Dieter F. Uchtdorf, Segundo Consejero de la Primera Presidencia, dijo: “Si quieren reconocer una verdad espiritual, deben usar los instrumentos correctos. No pueden llegar a un entendimiento de una verdad espiritual con instrumentos que no la pueden detectar” (“Cómo recibir un testimonio de luz y verdad”, *Liahona*, noviembre de 2014, pág. 22). El Espíritu Santo es el instrumento mediante el cual aprendemos las cosas que son espirituales. De modo que, al orar y escuchar al Espíritu, con el tiempo podrás encontrar respuestas.

*Sé paciente*

El presidente Uchtdorf explicó también: “Cuanto más volcamos nuestro corazón y mente hacia Dios, más luz celestial se destila sobre nuestra alma... Gradualmente, las cosas que antes parecían confusas, oscuras y lejanas se vuelven claras, brillantes y conocidas para nosotros” (“Cómo recibir un testimonio de luz y verdad”, pág. 22). El buscar respuestas puede ser un proceso largo, pero si estás dispuesto a escuchar las respuestas las encontrarás, aun cuando requiera tiempo.

*Practica la manera de reconocer las impresiones*

Cuanto mejor reconozcas las impresiones y estés dispuesto a actuar cuando el Espíritu te susurre al corazón, más fácil te resultará reconocer otras impresiones en el futuro. Podrás “[sentir] que está bien”, o experimentar un “estupor de pensamiento” si está mal (véase D. y C. 9:8-9). También podrías sentir un recordatorio sutil, un sentimiento de paz u otra sensación específicamente dirigida a ti. El Señor te conoce y Él sabe la manera en la que entenderás al Espíritu. Te brindará una guía amorosa que es exclusiva para ti. Así que continúa escuchando y continúa practicando. ■

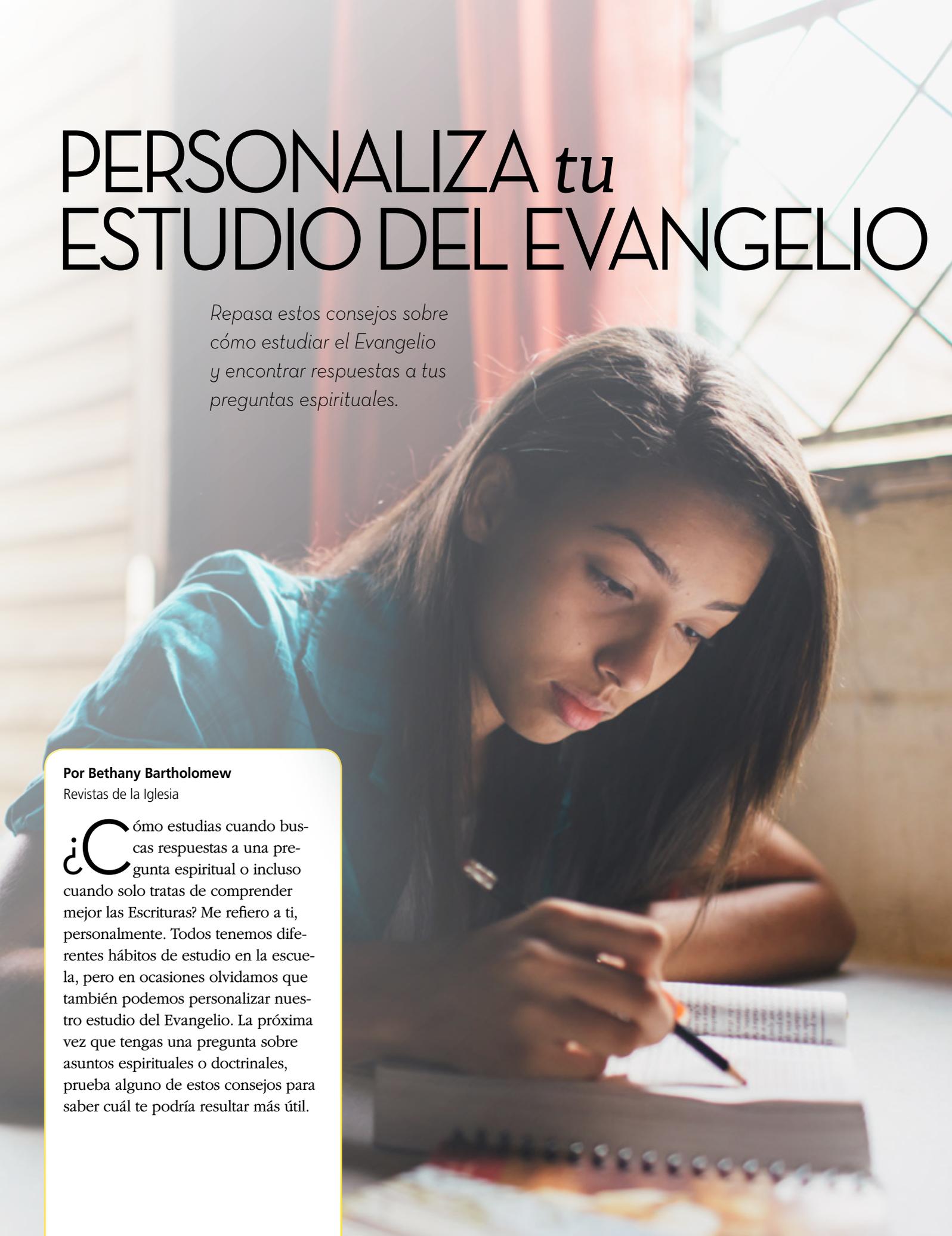
# PERSONALIZA *tu* ESTUDIO DEL EVANGELIO

*Repasa estos consejos sobre cómo estudiar el Evangelio y encontrar respuestas a tus preguntas espirituales.*

**Por Bethany Bartholomew**

Revistas de la Iglesia

¿Cómo estudias cuando buscas respuestas a una pregunta espiritual o incluso cuando solo tratas de comprender mejor las Escrituras? Me refiero a ti, personalmente. Todos tenemos diferentes hábitos de estudio en la escuela, pero en ocasiones olvidamos que también podemos personalizar nuestro estudio del Evangelio. La próxima vez que tengas una pregunta sobre asuntos espirituales o doctrinales, prueba alguno de estos consejos para saber cuál te podría resultar más útil.





## 1. CREAR

Haz una lista, una gráfica o un mapa. (Mira un ejemplo a continuación).

Crea un mapa conceptual. Anota palabras e ideas, y luego únelas con líneas y globos para mostrar cómo se relacionan entre sí.

### CREA UNA LISTA, UNA GRÁFICA O UN MAPA

En ocasiones, durante el estudio del Evangelio, es útil organizar visualmente las ideas poniéndolas en una lista, una gráfica o un mapa de algún tipo. Este es un ejemplo de la clase de gráfica que una persona podría crear al estudiar las epístolas de Pablo en el Nuevo Testamento. Puedes crear tu propia lista, gráfica o mapa utilizando el formato que te resulte más útil. ¡Sé creativo! Busca maneras divertidas de organizar tu estudio del Evangelio.

EPÍSTOLAS DE PABLO			
EPÍSTOLA	¿CON COMPAÑERO?	ESCRITA DESDE...	TEMAS PRINCIPALES DE LA EPÍSTOLA
Ejemplo: 1 Timoteo	No se menciona	Laodicea (véase nota al final de 1 Timoteo 6)	La verdadera doctrina, el Salvador, oración, fe y caridad, cualidades de liderazgo, apostasía, cuidar de los pobres, permanecer fieles, desechar las riquezas del mundo.

## 2. ESCRIBIR

Registra en tu diario de estudio las ideas e impresiones que recibas durante tu estudio de las Escrituras, y repasa con frecuencia esos pensamientos.

Escribe las ideas e impresiones que recibas después de orar, incluso aunque estas no estén directamente relacionadas con el tema que estás estudiando, y fíjate en lo que el Espíritu te va enseñando con el paso del tiempo.

Anota tus preguntas en una computadora portátil, en tu celular o en una libreta junto a tu cama, que te recuerde y te ayude a seguir pensando en las cosas que estás aprendiendo cada día.



### 3. ESCUCHAR Y HABLAR DE ELLO

Habla con uno de tus padres o con un líder en quien confíes, y resuélvanlo juntos. Puede tomar algún tiempo, pero ambos progresarán durante el proceso.

Enseñen a otra persona. Tomen turnos para compartir las cosas que sí saben. Hablen de lo que aprendieron el uno del otro.

Escucha en voz alta las Escrituras u otros relatos y recursos SUD.

## 4. INVESTIGAR

Busca ayudas para el estudio en las Escrituras y en línea (mira a continuación una lista de recursos SUD útiles).

Busca en LDS.org videos y canciones sobre lo que estás estudiando.

Estudia el contexto. Investiga la historia o los capítulos relacionados con el tema o el pasaje de Escrituras que estás estudiando.

### UTILIZA LAS AYUDAS PARA EL ESTUDIO

En las Escrituras y en línea hay muchos recursos valiosos disponibles para ayudarte a medida que estudias temas importantes. Esta es una lista de algunos de los recursos que hay a tu disposición y dónde encontrarlos:



#### EN LAS ESCRITURAS

- Guía para el Estudio de las Escrituras
- Cronología de la Biblia (acontecimientos del Antiguo y del Nuevo Testamento puestos en orden cronológico con fechas aproximadas)
- Concordancia entre los Evangelios (relatos sobre el Salvador tomados de los evangelios de Mateo, Marcos, Lucas y Juan, organizados por acontecimientos, lugares y fechas aproximadas)
- Traducción de José Smith de la Biblia
- Mapas y fotografías
- Guía de abreviaturas



#### EN LDS.ORG

- Las Escrituras ([scriptures.lds.org](https://scriptures.lds.org))
- Conferencia general ([conference.lds.org](https://conference.lds.org))
- Temas del Evangelio ([topics.lds.org](https://topics.lds.org))
- Revistas ([liahona.lds.org](https://liahona.lds.org))
- Historia de la Iglesia ([history.lds.org](https://history.lds.org))
- Ayudas para el estudio ([scriptures.lds.org](https://scriptures.lds.org))
- Lecciones y recursos para la enseñanza ([lds.org/go/41754a](https://lds.org/go/41754a))
- Biblioteca multimedia SUD ([lds.org/media-library](https://lds.org/media-library))
- Ayuda ante los desafíos ([lds.org/go/41754b](https://lds.org/go/41754b))



#### OTROS RECURSOS EN LÍNEA

- Historia familiar ([familysearch.org](https://familysearch.org))
- Canal mormón ([mormonchannel.org](https://mormonchannel.org))
- Pasajes de las Escrituras citados en la conferencia general ([scriptures.byu.edu](https://scriptures.byu.edu))
- Sala de prensa mormona ([mormonnewsroom.org](https://mormonnewsroom.org))
- Obra misional y compartir el Evangelio ([mormon.org](https://mormon.org))
- Proyecto “Los documentos de José Smith” ([josephsmithpapers.org](https://josephsmithpapers.org))

## 5. HACER

Representa los relatos que aparecen en las Escrituras o en otros recursos. ¿En qué modo el ponerte en el lugar de esa persona te ayuda a entender mejor lo que estás estudiando? ¿Qué situaciones similares hay en tu vida?

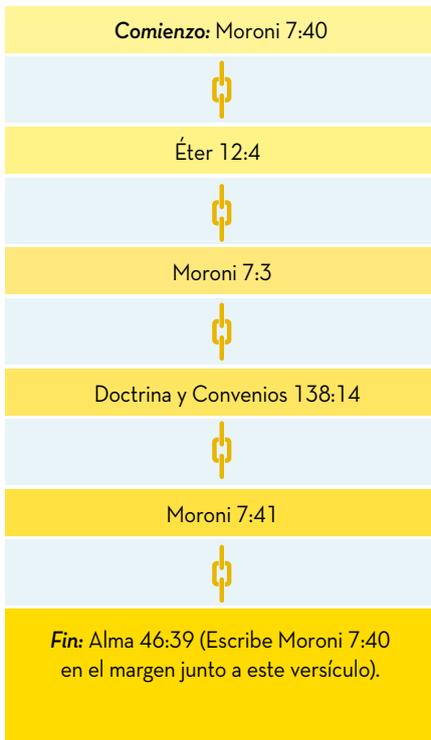
Haz una cadena de pasajes de las Escrituras que conecte las respuestas que encuentres en las Escrituras. (Mira un ejemplo a continuación).

### HAZ UNA CADENA DE ESTUDIO DE LAS ESCRITURAS

A veces es útil tomar nota de varios pasajes de las Escrituras que tratan del mismo tema. Revisa la Guía para el Estudio de las Escrituras para encontrar pasajes de las Escrituras relacionados con el tema que estás estudiando. A continuación, utiliza las notas al pie de página y el contexto para enlazar pasajes de las Escrituras que aporten más datos sobre el mismo tema. Escribe el siguiente pasaje de Escrituras de la cadena en el margen del pasaje anterior, y así sucesivamente. También puedes buscar discursos de la conferencia general sobre un tema en particular que te ayude en tu investigación (consulta la lista de temas en [conference.lds.org](http://conference.lds.org)). La cadena de estudio de las Escrituras sobre el tema de la esperanza es un ejemplo.

### CADENA DE ESTUDIO DE LAS ESCRITURAS

Pasajes de las Escrituras sobre la esperanza:



Discursos sobre la esperanza:

- Obispo Dean M. Davies, “Las bendiciones de la adoración”, Conferencia General de octubre de 2016.
- Élder Paul V. Johnson, “Y ya no habrá más muerte”, Conferencia General de abril de 2016.
- Presidente Dieter F. Uchtdorf, “Él los colocará en Sus hombros y los llevará a casa”, Conferencia General de abril de 2016.
- Élder L. Whitney Clayton, “Elijamos creer”, Conferencia General de abril de 2015.
- Presidente Boyd K. Packer (1924–2015), “La razón de nuestra esperanza”, Conferencia General de octubre de 2014.
- Presidente Henry B. Eyring, “Un incalculable legado de esperanza”, Conferencia General de abril de 2014. ■





Por el élder  
**Quentin L. Cook**  
Del Cuórum de los  
Doce Apóstoles

## CÓMO HALLAR LA PAZ VERDADERA

El justo deseo de las buenas personas en todas partes siempre ha sido y será que haya paz en el mundo. Nunca debemos darnos por vencidos en alcanzar esa meta. No obstante, el presidente Joseph F. Smith (1838–1918) enseñó: “Jamás habrá en el mundo ese espíritu de paz y amor... hasta que los seres humanos reciban la verdad de Dios y [Su] mensaje... y reconozcan Su poder y autoridad, que son divinos”.

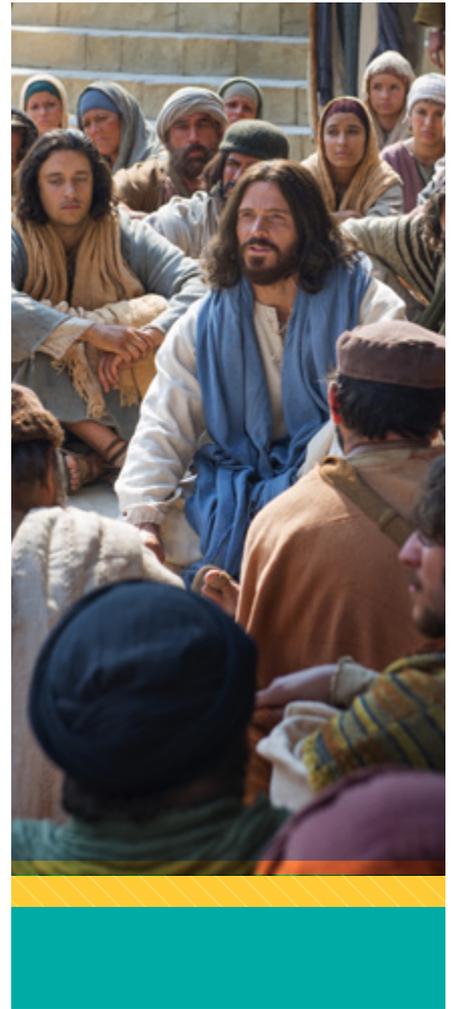
Aunque esperamos y rogamos con fervor que haya paz universal, es en forma individual y como familia que logramos el tipo de paz que se promete como **recompensa a la rectitud**. Esa paz es el don prometido mediante la misión y el sacrificio expiatorio del Salvador.

La paz no es simplemente seguridad o que no haya guerra, violencia, conflictos ni contención. La paz proviene del **conocimiento de que el Salvador sabe quiénes somos, sabe que tenemos fe en Él, que lo amamos y guardamos Sus mandamientos**, aun y especialmente durante las devastadoras pruebas y tragedias de la vida (véase D. y C. 121:7–8).

“¿Dónde hallo el solaz, dónde el alivio cuando mi llanto nadie puede calmar?” (“¿Dónde hallo el solaz?”, *Himnos*, nro. 69). **La respuesta es el Salvador**, quien es la fuente y el autor de la paz. Él es el “Príncipe de Paz” (Isaías 9:6).

**El humillarnos ante Dios, orar siempre, arrepentirnos de nuestros pecados, entrar en las aguas del bautismo con un corazón quebrantado y un espíritu contrito, y convertirnos en verdaderos discípulos de Jesucristo** son profundos ejemplos de la rectitud que se premia con paz perdurable.

La Iglesia es un refugio donde los seguidores de Cristo logran tener paz. Algunos jóvenes del mundo dicen ser espirituales, pero no religiosos. Sentir que uno es espiritual es un buen primer paso; sin embargo, en la Iglesia es donde **se nos hermana, se nos enseña y se nos nutre con la buena palabra de Dios**. Más importante aun, es la autoridad del sacerdocio en la Iglesia que proporciona las **sagradas ordenanzas y los convenios** que unen a las familias y nos hacen dignos de



regresar a Dios el Padre y a Jesucristo en el reino celestial. Esas ordenanzas traen paz porque son convenios con el Señor.

En los templos es donde se llevan a cabo muchas de esas sagradas ordenanzas y también son una fuente de refugio del mundo. Quienes **visitan los jardines del templo** o participan de los programas de puertas abiertas de los templos también sienten esa paz.

*El Salvador es la fuente de la paz verdadera.* A pesar de las pruebas de la vida, gracias a la expiación del Salvador y a Su gracia, una vida recta será recompensada con paz personal (véase Juan 14:26–27; 16:33). ■

*Tomado de un discurso de la Conferencia General de abril de 2013.*

# Olvidé los libros, recordé el testimonio

*Todos tenían la mirada puesta en mí. ¿Podría defender la Iglesia solo con mi sencillo testimonio?*

Por Abegail D. Ferrer

Un año me puse la meta de mejorar mi aprendizaje espiritual. Llevaba libros de la Iglesia, folletos, manuales y las Escrituras a todas partes, incluso a la escuela, porque tenía hambre de la palabra de Dios, pero mis esfuerzos se retrasaron cuando tuve que dedicarme de lleno al estudio para un examen que tendría en poco tiempo.

Un día, nuestra maestra condujo un debate en el que pidió que todos los alumnos que no fueran católicos se pusieran en pie. Yo era la única Santo de los Últimos Días de la clase. Otros seis alumnos se levantaron también.

A continuación nos preguntó: ¿A qué iglesia pertenecen? ¿Quién fue su fundador? ¿Cómo se estableció su iglesia?

Yo fui la última en responder. Me puse nerviosa cuando me di cuenta de que no había llevado mis libros de la Iglesia, pero traté de recordar las cosas que había estudiado. Un versículo de la Biblia acudió a mi mente:

“Confía en Jehová con todo tu corazón, y no te apoyes en tu propia prudencia.

“Reconócelo en todos tus caminos, y él enderezará tus veredas” (Proverbios 3:5–6).

Con valor, me puse frente a la clase y olvidé mis temores. Declaré que soy

miembro de La Iglesia de Jesucristo de los Santos de los Últimos Días y compartí el relato de un jovencito, José Smith, que vio a Dios. Sentí un ardor en el pecho, y las lágrimas caían de mis ojos. Dije que la Iglesia se había organizado el 6 de abril de 1830, y testifiqué que un profeta de Dios había sido llamado, y el sacerdocio se había restaurado. Testifiqué que sabía que todo aquello era verdad.

Las muchas horas de estudio del Evangelio habían valido la pena; me habían ayudado a defender mi fe y a compartir el Evangelio. Me sentí orgullosa cuando, varias semanas después, cuatro de mis compañeros de clase me acompañaron a la Iglesia.

Esa experiencia me enseñó la importancia de un testimonio. Al principio me preguntaba por qué el Señor no me había inspirado a llevar mis libros aquel día; me habrían ayudado a contestar perfectamente las preguntas que me hicieron, pero entonces me di cuenta de que no necesitamos memorizar todas las cosas sobre la Iglesia, o confiar en las referencias; debemos estudiar, vivir y compartir el Evangelio, poniendo nuestra confianza en el Espíritu Santo. Puede que no tuviera mis libros, pero tenía mi testimonio. ■

*La autora vive en Cagayán, Filipinas.*



# LO VIERON A ÉL

*Estas personas en efecto vieron al Salvador resucitado pero tú, a tu manera, también puedes ser un testigo de Cristo.*

¿Cómo crees que sería ser testigo del Salvador resucitado? Cientos de personas en los días de Jesús no tuvieron que imaginarlo; ellos lo vivieron. Las Escrituras dan cuenta de al menos doce registros de ocasiones en el Nuevo Testamento, y varias más en el Libro de Mormón, en que el Señor resucitado apareció al pueblo. Esas personas fueron testigos de uno de los milagros más extraordinarios de la historia: Jesucristo vencía la muerte y hacía posible que cada uno de nosotros viviese de nuevo. Increíble, ¿verdad?

Y bien, ¿qué significa exactamente ser un testigo de Cristo? Repasemos algunos de esos momentos en las Escrituras y pensemos en cómo nosotros, aunque sin verlo físicamente, también podemos ser testigos de Cristo.

## María Magdalena

María Magdalena fue el primer testigo. La mañana del domingo después de la Crucifixión, ella fue al sepulcro con otras mujeres para unguir el cuerpo del Señor. Cuando María descubrió la tumba vacía, lloró. Alguien se acercó a ella desde atrás y le preguntó: "Mujer, ¿por qué lloras?". Imaginen su sorpresa cuando descubrió que era Jesús, resucitado de entre los muertos. (Véase Juan 20:1-18).



BANDERIN © ISTOCK/GETTY IMAGES.



### Dos discípulos en el camino a Emaús

Cleofas y otro discípulo iban por el camino que conducía a Emaús cuando se les unió un forastero. Ellos no reconocieron a su nuevo compañero, pero mientras cenaban juntos, el forastero partió pan. Entonces sus ojos fueron abiertos, y se dieron cuenta de que habían estado viajando con el Salvador todo el tiempo. “¿No ardía nuestro corazón en nosotros...?”, se preguntaban el uno al otro, meditando en la confirmación que sentían de que Él ciertamente había estado con ellos. (Véase Lucas 24:13-34).



### Los diez apóstoles

Los dos discípulos que viajaban a Emaús con Cristo regresaron a Jerusalén y relataron su experiencia a diez de los apóstoles. Mientras hablaban, el Salvador mismo se apareció a ellos, diciendo: “Mirad mis manos y mis pies, que yo mismo soy; palpad y ved, porque un espíritu no tiene carne ni huesos como veis que yo tengo”. (Véase Lucas 24:36-41, 44-49).

HA RESUCITADO, POR GREG K. OLSEN, PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN.  
CAMINO A EMAÚS, POR JON MCNAUGHTON.  
MIRAD MIS MANOS Y MIS PIES, POR HARRY ANDERSON.

## El apóstol Tomás

El apóstol Tomás no estaba presente cuando el Salvador se apareció por primera vez a los otros apóstoles, por lo que no creyó que Cristo hubiese resucitado. Una semana después, Cristo volvió a aparecerse a los apóstoles. En esa ocasión, Tomás estaba allí, y por causa de que vio a Cristo creyó que Él había resucitado. El Salvador advirtió a Tomás del peligro de creer solamente después de haber visto: “Porque me has visto, Tomás, has creído; bienaventurados los que no vieron y creyeron”. (Véase Juan 20:24-29).



PINTURA DE TOMÁS, POR BRIAN CALL



## Los once apóstoles en el mar de Tiberias

Un día, poco después de la Resurrección, varios de los apóstoles fueron a pescar en el mar de Tiberias, pero no tuvieron mucha suerte. A la mañana siguiente, el Salvador apareció y les sugirió que echaran la red por el lado derecho de la barca. Al hacerlo, la red atrapó tantos peces que apenas podían tirar de ella! Después de comer juntos, el Salvador enseñó acerca de la importancia de ministrar a los demás, diciendo: “Apacienta mis ovejas”. Los apóstoles pasarían el resto de sus vidas haciendo precisamente eso —enseñar a las personas acerca de Cristo— y en algunos casos incluso entregaron su vida por la causa. (Véase Juan 21:1-22).

EL CRISTO RESUCITADO, EN EL MAR DE TIBERIAS, POR DAVID LINDSLEY





UN PASTOR, POR HOWARD LYON

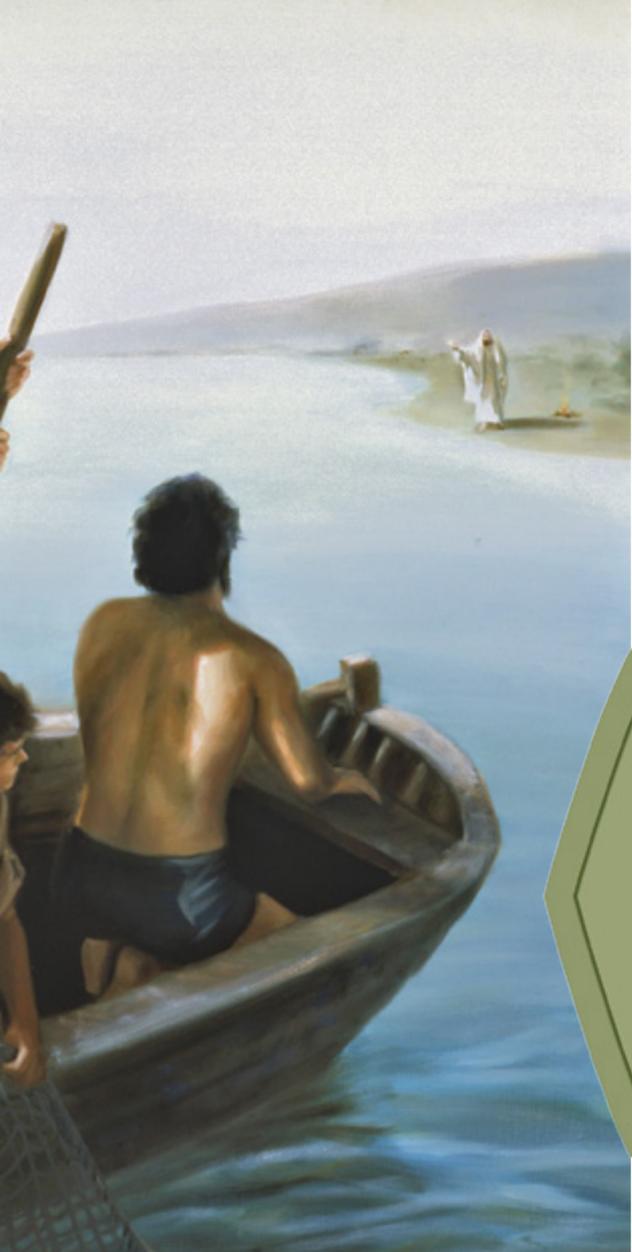
## Los nefitas en el continente americano

Durante la Crucifixión, la tierra en el continente americano fue arrasada por terremotos, fuegos y otros desastres naturales, y tres días de oscuridad señalaron la muerte del Salvador. Posteriormente, Cristo descendió de los cielos y visitó a una multitud de 2.500 personas que se había reunido cerca del templo en Abundancia. Él invitó a las personas a que palparan las marcas de las heridas en Sus manos y en Sus pies, pronunció un sermón y bendijo a los niños de los nefitas uno por uno. Al día siguiente se reunieron incluso más personas, y el Salvador los visitó y los instruyó. Finalmente los discípulos formaron la Iglesia de Cristo, y los nefitas recibieron un testimonio tan poderoso que tanto ellos como los lamanitas se convirtieron al Señor. (Véase 3 Nefi 11-18; véase también 3 Nefi 8-10; 4 Nefi 1).

## Testigos entonces y ahora

Cristo también se apareció a muchos otros, incluyendo varias mujeres que habían ido al sepulcro para ayudar a María Magdalena a ungir el cuerpo de Cristo, a un grupo de más de quinientos hombres, a Santiago y a Pablo. (Véanse Mateo 28:9; Hechos 9:4-19; 1 Corintios 15:6-7; véase también 3 Nefi 19; 26:13).

Tal vez no tengamos la oportunidad de ver al Salvador como lo hicieron esos testigos, pero todavía puedes ser un testigo de Cristo. Puedes buscar personalmente al Salvador, como lo hizo María cuando fue al sepulcro, al aprender más acerca de Él. O podrías ejercer la fe en Él al guardar los mandamientos y seguir el consejo de los profetas. O podrías reconocer las bendiciones del Salvador en tu vida, como lo hicieron los dos discípulos que iban camino a Emaús. En esta época de Pascua de Resurrección, piensa en lo que significa ser un testigo de Cristo. Esas personas fueron literalmente testigos que en efecto vieron al Cristo resucitado; pero esa no es la única manera en que puedes ser testigo de Él en tu vida. ■



### APRENDE DE ÉL

“Ustedes son testigos de Cristo cuando sienten el testimonio de Él que da el Santo Espíritu, confirmado y reconfirmado a su espíritu en muchas experiencias y lugares diferentes, a medida que tratan de hacer brillar en su propia vida la luz de Su ejemplo día tras día, y cuando expresan a otros su testimonio y les ayudan a aprender de Él y a seguirlo”.

Élder D. Todd Christofferson, del Cuórum de los Doce Apóstoles, “Cómo llegar a ser testigo de Cristo”, *Liahona*, marzo de 2008, pág. 63.

# NUESTRO ESPACIO

## DIOS NOS DA HERRAMIENTAS

**M**i tío es artista y construye pequeños barcos de madera dentro de botellas de cristal. Construirlos lleva mucho tiempo, concentración y esfuerzo.

Un día vi todas sus herramientas y observé que cada una de ellas se utilizaba para trabajar un detalle o un acabado específico del barco. Mientras lo veía trabajar, me sorprendió ver cómo utilizaba las herramientas para fabricar esos barcos. Me recordó al relato de Nefi al construir un barco (véase 1 Nefi 17–18). Lo construyó conforme a la manera del Señor, no a la manera del hombre. Dios nos da herramientas para construir nuestros propios barcos a Su manera. Las Escrituras, la fe y el amor de Dios son herramientas que debo utilizar en mi propia vida para construir con esmero mi propio barco sin ninguna grieta. Cada día aprendo a ser discípula del Señor. ■

María Mercedes G., Monagas, Venezuela



## ME SENTÍA SOLO

**E**ra una fría primavera en Dinamarca. Acababa de comenzar mi misión de tiempo completo y mi testimonio pasaba por dificultades. Me había convertido hacía solo diecinueve meses, y estaba lleno de inseguridades sobre cómo hacer frente a un país desconocido, un idioma que no sabía hablar y un laberinto de calles que no podía desentrañar. Mis oraciones, antes llenas de gratitud, pronto se convirtieron en amargas acusaciones: “Dios, ¿por qué me has dejado solo?”.

Una mañana le supliqué en oración, pero en lugar de preguntar “por qué” con ira en el corazón, imploré

que me diera un testimonio de la veracidad del Evangelio y que se disiparan mis dudas.

Después de orar, abrí mi ejemplar de las Escrituras al azar y di con Deuteronomio 31:6: “Esforzaos y cobrad ánimo; no temáis ni tengáis miedo de ellos, porque Jehová tu Dios es el que va contigo; no te dejará ni te desampará”.

El corazón se me llenó de gozo al reconocer la respuesta a mi oración: Dios había estado ahí todo el tiempo. Simplemente estaba esperando una oración sincera en lugar de acusaciones por abandono.

Dios nunca me abandonará, ni siquiera cuando todo parezca perdido, y podemos sentir Su luz por medio de la oración y de Sus Escrituras. ■

Clayton E., Texas, EE. UU.

## ES TU TURNO

La revista *Liahona* te invita a compartir tus experiencias y reflexiones al vivir el Evangelio. Envía tu relato a través de [liahona.lds.org](http://liahona.lds.org) o por correo electrónico a [liahona@ldschurch.org](mailto:liahona@ldschurch.org). Por favor, incluye tu nombre completo, barrio y estaca y el permiso de tus padres.

# CON VALOR MARCHEMOS

“El hombre y la mujer que desean obtener un lugar en el reino celestial descubrirán que tienen que esforzarse cada día”.

*Enseñanzas de los Presidentes de la Iglesia: Brigham Young, 1997, pág. 308.*



## “¿Cómo puedo saber que Dios está escuchando mis oraciones?”

La oración es una gran bendición, y se nos promete que el Padre Celestial siempre está escuchando; pero reconocer Sus respuestas con frecuencia requiere algo de esfuerzo<sup>1</sup>.

Piensa en esto: o Dios te escucha, o no lo hace. Si no lo hace, evidentemente orar no tiene sentido. Pero si Él escucha (¡y lo hace!), debemos llegar a entender cómo comunicarnos *realmente* en oración con Él, reconocer respuestas y avanzar con fe.

Cuando sentimos que no nos escucha, tal vez necesitemos experimentar algún progreso personal. Podrías hacerte algunas preguntas: ¿Soy puro? ¿Son dignas mis intenciones? ¿Estoy dispuesto a hacer lo que Él me pide?<sup>2</sup>. Si la respuesta a cada una de estas preguntas es sí, puedes estar seguro de que “el Señor tu Dios... dará respuesta a tus oraciones” (D. y C. 112:10). Recuerda que, algunas veces, las respuestas llegan de maneras sutiles o inesperadas.

Si respondiste no a alguna de esas preguntas, ¡nunca es demasiado tarde! Realiza los cambios necesarios en tu vida a fin de que puedas tener el Espíritu. Está dispuesto a actuar conforme a las impresiones que recibas.

No olvides que cada persona recibe respuestas de distinta manera. Ora para que el Espíritu Santo te enseñe el modo en que *tú* puedes reconocer las respuestas. Tal vez al principio no sea fácil reconocerlas, pero es como cualquier otra habilidad: la práctica hace al maestro. Ten fe y confía en que el Padre Celestial *siempre* escucha.

### NOTAS

1. Véanse Mateo 7:7; Santiago 1:5–6; Alma 33:4–11; Doctrina y Convenios 8:1–2.
2. Véase de Richard G. Scott, “Cómo reconocer las respuestas a las oraciones”, *Liahona*, enero de 1990, pág. 32.



### Escucha al Espíritu

Procura escuchar al Espíritu Santo. La gente escucha al Espíritu Santo de diferentes maneras, por lo que

puede que esperes oír una voz suave y apacible cuando la impresión tal vez llegue como un sentimiento. Sé que el Espíritu Santo te dirá todo lo que necesitas saber; solo tienes que escuchar.

*Elise G., 13 años, Alberta, Canadá*

### Búscalo

En una ocasión me preguntaba si Dios podía escuchar mis oraciones, y entonces sentí la respuesta en mi corazón. Oí a una persona dar testimonio acerca de la oración y pude sentir el Espíritu Santo. Mi otro consejo sería que preguntaras a tus padres, a tu obispo o a otros miembros de tu barrio. ¡Incluso podrías orar para recibir ayuda en cuanto a este tema!

*Joshua S., 13 años, Oregón, EE. UU.*



### Recuerda quién eres

Sé que Dios nos escucha porque la oración me produce un sentimiento de paz, alivio

y amor en el corazón. Veo que Él me libra de muchos peligros de la vida cotidiana, y que protege a mi familia, y siento que Él me ama. Antes de ir a la escuela, siempre recito el lema de las Mujeres Jóvenes; eso me ayuda a recordar que soy hija de un Padre Celestial que me ama.

*Nicol M., 19 años, Lima, Perú*

## Confía en Él

El Padre Celestial siempre escucha nuestras oraciones, pero a veces parece que no las contesta porque tal vez no lo haga de la manera o en el momento que nosotros queremos. Debemos estar dispuestos a someter nuestra voluntad a la Suya, y tener fe en que Él sabe lo que es mejor para nosotros. El Padre Celestial nos ama y siempre tratará de ayudarnos a aprender y a progresar a medida que dé respuesta a nuestras oraciones.

*Mosiah M., 17 años, Utah, EE. UU.*



### La oración de un niño

Sé que el Padre Celestial escucha mis oraciones gracias a estas palabras de la canción de la Primaria “Oración de un niño” (*Canciones para los niños*, nro. 6): “Padre Celestial, dime, ¿estás ahí? ¿Y escuchas siempre cada oración? Creo que el cielo muy cerca está, pues lo siento cuando empiezo a orar”. Cuando recuerdo esa canción, sé que Él está escuchando porque siento el Espíritu y Su infinito amor por mí. Al recordar que Él me ama, siento consuelo y sé que Él escucha mis oraciones.

*Elaine B., 16 años, Carolina del Norte, EE. UU.*

## Respuestas en la Iglesia

En una ocasión tenía muchas dudas acerca de si debía salir con una persona que no era miembro de la Iglesia. Un domingo, en la reunión sacramental, una hermana dio un discurso que

parecía estar dirigido especialmente a mí. En ese momento recibí la confirmación de que el Señor había contestado mi oración. Antes me había sentido confusa en cuanto a lo que debía hacer, pero recibí consuelo del Espíritu Santo que llenó mi corazón de gozo y valor. Dios nos responde mediante sentimientos, pensamientos, las Escrituras, ¡y hasta las personas que discursan en la Iglesia!

*Karen V., 19 años, Minas Gerais, Brasil*

## Pedir y recibiréis

En las Escrituras se nos enseña que Dios siempre escuchará nuestras oraciones y las contestará si nos dirigimos a Él con fe y verdadera intención. Sentiremos en nuestro corazón la confirmación de que Él sí nos escucha, un sentimiento de paz y sosiego. También podemos sentir que todo estará bien si hacemos la voluntad del Padre. Si dudamos que Él nos escucha, debemos procurar guía en las Escrituras, y entonces preguntar si las cosas que leemos son verdaderas.

*Constanza L., 20 años, Bío Bío, Chile*



## NO SE DEN POR VENCIDOS

“Sean obedientes, recuerden las veces que hayan

sentido el Espíritu en el pasado y pidan con fe. Su respuesta llegará, y sentirán el amor y la paz del Salvador. Puede que no llegue tan rápido ni en la forma en que la desean, pero la respuesta llegará. ¡No se rindan!”.

*Élder James B. Martino, de los Setenta, “Acudan a Él y las respuestas llegarán”, Liahona, noviembre de 2015, pág. 59.*

## Ora con sinceridad

Después de orar, presta atención a los sentimientos y los propósitos que te lleguen al corazón. Uno de ellos puede ser la respuesta a tu oración. Cuando oramos con verdadera intención y un corazón sincero, nuestro Padre Celestial responde conforme a la fe que tenemos en Él. Él no responde simplemente para satisfacer nuestra curiosidad.

*Jean-Claude N., 16 años, Kasai-Central, República Democrática del Congo*

## SIGUIENTE PREGUNTA

“¿Cómo puedo pedir a mis amigos que no hablen de forma cruel o inapropiada de otras personas?”

Envía tu respuesta y, si lo deseas, una fotografía de alta resolución antes del 15 de mayo de 2017 a [liahona.lds.org](mailto:liahona.lds.org) (haz clic en “Envía un artículo”) o por correo electrónico a [liahona@ldschurch.org](mailto:liahona@ldschurch.org).

Por favor incluye la siguiente información: (1) nombre completo, (2) fecha de nacimiento, (3) barrio o rama, (4) estaca o distrito, (5) tu autorización por escrito y, si tienes menos de 18 años, la autorización por escrito de tus padres (es admisible por correo electrónico) para publicar tu respuesta y fotografía.

Es posible que las respuestas se modifiquen para abreviarlas o darles más claridad.

# Andrei y la mala palabra

Por Julie C. Donaldson

Basado en una historia real

*“Intentaré arrepentirme, mejorar y orar”*  
(Children’s Songbook, pág. 98).

“**P**iensas que eres mejor que los demás porque no dices palabrotas”, dijo Nikolai durante el recreo.

“Eso no es verdad”, dijo Andrei.

“¿Y entonces por qué no dices una mala palabra? Solamente una; no te va a matar. Todos las dicen”.

Andrei se encogió de hombros. “Simplemente no quiero”.

Andrei sabía que decir malas palabras era malo y hace que el Espíritu Santo se aleje. Andrei quería tener consigo el Espíritu Santo, así que no decía malas palabras.

Andrei era nuevo en su escuela, y hasta ese momento, Nikolai era el único de su clase de sexto grado que quería ser su amigo. Pero Nikolai lo molestaba todos los días con lo de decir decir palabrotas, y cada día, Andrei se cansaba un poco más de decir que no. Además, Andrei tenía

miedo de que Nikolai dejara de ser su amigo, y entonces de verdad estaría solo.

“Tan solo di una mala palabra”, dijo Nikolai después de la escuela.

“Y entonces te dejaré tranquilo”.

Al final, Andrei estaba tan cansado de que lo molestara, que dijo una palabrota; era una que no era *tan* mala.

Nikolai asintió. “Muy bien, ahora eres uno de nosotros”.

Después de eso, los otros amigos de Nikolai también le hablaron a Andrei; comieron el almuerzo con él y jugaron





al fútbol con él durante el recreo, pero formar parte del grupo de amigos de Nikolai era como entrar en arenas movedizas. Cuanto más Andrei estaba con ellos, más hablaba y actuaba como ellos. Y todos decían malas palabras; muchas. Se reían los unos de los otros y se insultaban, decían cosas groseras en cuanto a sus profesores, y se enojaban y muchas veces eran crueles. Poco a poco, Andrei comenzó a sentirse enojado con más frecuencia, y encontró cada vez más razones para decir palabrotas.

Una noche, cuando su mamá y papá no estaban, Andrei y su hermana mayor Katya empezaron a discutir en cuanto a qué programa ver. Antes de que Andrei pudiera pensarlo, se le escapó una mala palabra.

Katya se quedó asombrada. “Se lo voy a decir a mamá”.

Andrei corrió a su habitación y cerró la puerta de golpe. ¿Qué pasaba con todos? ¿Por qué lo hacían enojar todo el tiempo? Cuando sus padres llegaron a casa, Andrei entreabrió la puerta y oyó a Katya decir: “Mamá, Andrei me ha dicho una mala palabra”.

“¿Qué?”. La mamá parecía sorprendida. “Andrei nunca diría palabrotas”.

Andrei cerró la puerta y se tiró en la cama. Pensó en lo diferente que era desde que había comenzado a decir malas palabras. Había pasado mucho tiempo desde que había sentido el Espíritu Santo.

Andrei se arrodilló junto a su cama y oró. “Querido Padre Celestial, siento mucho que he sido malo y que me he enfadado. Lamento que empecé a decir malas palabras; voy a mejorar”.

Mientras Andrei oraba, el corazón se le llenó con un sentimiento de calidez. Por primera vez desde que había comenzado a decir palabrotas, se sentía muy feliz. Sabía que Dios lo amaba y podía sentir el Espíritu Santo; sintió que se le había perdonado, que podía cambiar y ser mejor.

Después de su oración, le dijo la verdad a su mamá y le pidió perdón a Katya. Andrei se sintió mejor después de eso. Se sintió bien al arrepentirse.

El día siguiente en la escuela, Andrei no comió el almuerzo con el grupo de Nikolai; en vez de eso, se sentó con algunos niños a los que no conocía. Tomaría tiempo, pero Andrei sabía que encontraría amigos que fueran buenos, felices y que no dijeran malas palabras. Igual que él. ■

*La autora vive en Utah, EE. UU.*



## DESAFÍO DE HLJ

“Usaré con reverencia el nombre de nuestro Padre Celestial y el de Jesucristo. No usaré un lenguaje indecente ni malas palabras”  
(Mis normas del Evangelio).

En un lado de una hoja de papel, escribe o dibuja cómo te hacen sentir las buenas palabras. En el otro lado, escribe o dibuja cómo te hacen sentir las malas palabras.

Lee Levítico 19:12. ¿Por qué es importante usar los nombres del Padre Celestial y de Jesucristo con respeto?

Pregunta a uno de tus padres o a un líder por qué debemos usar un buen lenguaje y cómo eso les ha bendecido.

Me desafío a mí mismo a...

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_





Por el élder  
David A. Bednar  
Del Cuórum de los  
Doce Apóstoles

# ¿Cómo puedo ayudar a mi familia a ser fuerte?



Di a los miembros de tu familia que los amas y demuéstralo con tus hechos.



Expresa tu testimonio de las cosas que sabes que son verdaderas por el testimonio del Espíritu Santo. Comparte tu testimonio con las personas a las que más amas.



Participa con tu familia en la oración familiar y en el estudio de las Escrituras. Participa activamente en la noche de hogar y haz que sea divertida.



Sé fiel en aprender, vivir y amar el evangelio restaurado de Jesucristo.



**Por Joy D. Jones**  
 Presidenta General  
 de la Primaria

# Prepárate para el TEMPLO todos los días

Cuando tenía nueve años, tuve una maravillosa maestra de la Primaria, la hermana Kohler. Yo era muy tímida y ella era muy amable y me encantaba estar con ella. Un día, nos dio una hoja de papel a cada uno en la que todos escribimos lo que queríamos hacer cuando fuéramos mayores. Yo escribí: “Ir a la universidad y casarme en el templo”. Pegué mi papel encima de la puerta de mi armario. Por la noche, la luz de la farola de la calle entraba por la ventana y yo miraba mi papel. Me recordaba que deseaba ir al templo.

En ese entonces, solo había doce templos en el mundo y yo quería ir a cada uno de ellos.

Siempre que mi madre y mi padre planeaban unas vacaciones, siempre llevaban a la familia al templo. Vivíamos en Oregón, EE. UU. El templo más cercano estaba a 600 millas (965 km) de distancia, en Cardston, Alberta, Canadá. Nuestro auto no tenía aire acondicionado y mi hermano, mi hermana y yo nos sentábamos en el asiento de atrás, sacábamos paños mojados por la ventana y después nos los poníamos en el cuello para refrescarnos.

Sentíamos una gran emoción cuando por fin veíamos el templo. Yo no sabía mucho en cuanto a lo que ocurría allí, pero mis padres siempre estaban felices cuando salían. Yo sabía que el templo era muy importante; sabía



que era la casa del Señor. (En la foto, yo soy la de la blusa blanca.)

Después de cumplir doce años, pude efectuar bautismos en varios templos. Cuando conocí a mi futuro esposo, descubrí que a él también le encantaba el templo. Nos casamos en el Templo de Manti, Utah.

Tú te puedes preparar para el templo todos los días. Acude al templo cada vez que puedas; toca sus paredes. Cuando mi nieto Jarret tenía once años, trabajaba en la historia familiar con su padre todos los domingos. Encontró muchos nombres de antepasados. Ahora que tiene doce años, está efectuando los bautismos en el templo por esos antepasados.

Cuando estás en el templo, puedes andar por donde Jesús anda. Es Su casa. Espero que ores todos los días para que el Padre Celestial te ayude a prepararte para entrar en el templo y sentir Su amor. ■

# Star brilla

Por Jane McBride

Basado en una historia real

*“Qué lindo es estar contigo aquí en la Primaria”* (Children’s Songbook, pág. 254).

Star se alisó la ropa. Todavía le resultaba extraño llevar un vestido para ir a la capilla. En su antigua iglesia, las niñas llevaban pantalones largos o cortos los domingos, pero no en su nueva Iglesia. Ella y su mamá se acababan de bautizar en La Iglesia de Jesucristo de los Santos de los Últimos Días.

Star suspiró al mirarse en el espejo. Estaba ilusionada con ir a la Iglesia por primera vez como miembro oficial, pero también estaba nerviosa. Antes, se quedaba con su mamá durante todo el tiempo en la Iglesia, pero esta vez iba a ir a la Primaria.

Star pestañeó al pensarlo. ¿Y si no encajaba en el grupo? ¿Y si no era del agrado de los otros niños?

“¿Star? ¿Estás lista?”, le llamó su mamá.

Star bajó las escaleras. “¿Me veo bien?”, preguntó ella.



Su mamá sonrió. “Estás hermosa”.

Star hizo una mueca. “Eso es lo que tienes que decir porque eres mi mamá”.

“Tienes razón. Sí tengo que decirlo, porque es verdad”.

Star sonrió levemente. Su mamá siempre sabía la manera de hacerla sentir mejor, pero aún seguía sintiendo mariposas en el estómago. ¿Y si los otros

niños no querían hablar con ella? Tenía amigos en la escuela, pero no eran miembros de su nueva Iglesia. Deseaba tener aunque fuera una amiga que la acompañara a la iglesia.

“Acabo de recordar que tengo que hacer una cosa”, le dijo a su mamá.

Subió las escaleras corriendo y se arrodilló junto a la cama. “Querido Padre Celestial, por favor ayúdame a hacer amigos. Creo que lo que los misioneros nos enseñaron es verdad, pero tengo miedo”.

Star se mantuvo de rodillas y escuchó. Después de un momento, tuvo un dulce sentimiento de paz, y dejó de sentirse nerviosa.



En la Iglesia, Star y su mamá se sentaron con una familia con tres niñas pequeñas. Los padres se presentaron y comenzaron a hablar con su mamá antes de que comenzara la reunión. Star ayudó a las niñas a colorear una lámina de Jesús.

El obispo Andrews se acercó a ellas. “¡Hermana Cunningham! ¡Star! ¡Qué gusto verlas hoy!”. A cada una dio una cálida sonrisa y un apretón de manos. Star se había olvidado lo amable que eran todos en la Iglesia. Quizás sí haría amigos después de todo.

Después de la reunión sacramental, Star fue a la Primaria. Algo nerviosa, miró a los otros niños mientras se sentaba; se hablaban unos a otros y no parecían notar su presencia. A Star se le cayó el alma al suelo. Después de todo, estaría sola.

En ese momento, entró en el salón una niña de la edad de Star. “También parece estar nerviosa”, pensó Star. “Podría ir y hablar con ella”.

Star respiró profundamente y se acercó a la niña. “Hola, me llamo Star, y soy nueva. ¿Te gustaría sentarte conmigo?”. Star contuvo la respiración. ¿Querría la niña ser su amiga?

En la boca de la niña se dibujó una sonrisa a medias. “Soy Sarah, y también soy nueva. Mi familia se acaba de mudar aquí de Ontario”.

“Mi mamá y yo nos bautizamos hace dos semanas”, dijo Star. “No estoy segura de lo que se supone que tengo que hacer”.

La sonrisa de Sarah se hizo más amplia. “Lo podemos ir descubriendo juntas”.

Star y Sarah se sentaron con su clase. A veces Star y Sarah se miraban; Star le sonreía y Sarah le devolvía la sonrisa. Star se sentía tranquila y feliz. Sabía que el

Padre Celestial había contestado su oración y le había ayudado a encontrar una amiga.

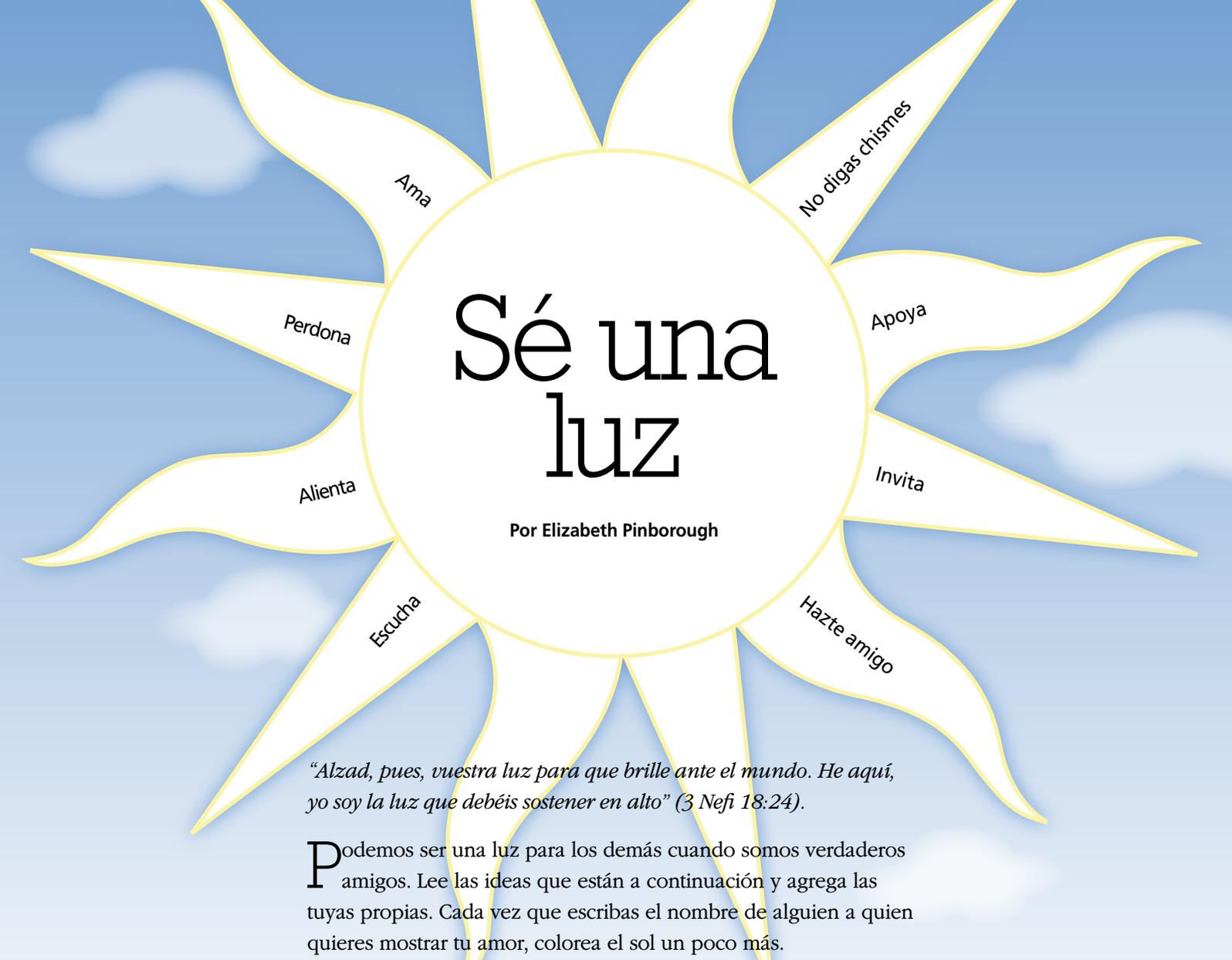
En la clase, la maestra pidió a Star y a Sarah que se presentaran.

Star se puso de pie. “Me llamo Star Cunningham. Mi mamá y yo nos bautizamos hace dos semanas”. Hizo una pausa, y empezó a sonreír mientras miraba a su nueva amiga. “Y ella es mi amiga Sarah”. ■

*La autora vive en Colorado, EE. UU.*

## ALGO PARA PENSAR

¿Cómo puedes dar la bienvenida a alguien que es nuevo en la Iglesia?



# Sé una luz

Por Elizabeth Pinborough

*“Alzad, pues, vuestra luz para que brille ante el mundo. He aquí, yo soy la luz que debéis sostener en alto” (3 Nefi 18:24).*

**P**odemos ser una luz para los demás cuando somos verdaderos amigos. Lee las ideas que están a continuación y agrega las tuyas propias. Cada vez que escribas el nombre de alguien a quien quieres mostrar tu amor, colorea el sol un poco más.

- 1. Ama a los demás:** Puedes marcar una gran diferencia en su vida. Cristo los ama, de modo que intenta mostrarles ese amor.  
**Quién:** \_\_\_\_\_
- 2. Perdona:** Si alguien te hace daño, intenta ver las cosas desde su punto de vista. Puedes ayudar a ablandarles el corazón si los perdonas.  
**Quién:** \_\_\_\_\_
- 3. Alienta:** Felicita a tus amigos por sus puntos fuertes. Mira lo mejor en ellos aunque necesiten progresar. También les sirve que te comportes de la mejor manera.  
**Quién:** \_\_\_\_\_
- 4. Escucha al Espíritu Santo:** Tus palabras pueden cambiar una mala situación y convertirla en buena. El Espíritu Santo te puede ayudar a saber qué decir y cómo mostrar bondad.  
**Quién:** \_\_\_\_\_
- 5. Nunca digas chismes:** Las palabras crueles pueden hacer daño. Da a los demás el beneficio de la duda, e ignora los pensamientos negativos.  
**Quién:** \_\_\_\_\_
- 6. Apoya a tus amigos:** El simple hecho de asistir a un evento deportivo o a una representación teatral de la escuela de tus amigos puede ayudarlos a sentir tu amor.  
**Quién:** \_\_\_\_\_
- 7. Invita a otras personas a aprender en cuanto al Evangelio:** Aunque no acepten lo que digas, les has demostrado que te importan lo suficiente como para compartirlo con ellos.  
**Quién:** \_\_\_\_\_
- 8. Hazte amigo de diferentes clases de personas:** Los demás tienen mucho bueno que compartir. Cristo ayudó y amó a todas las personas, sin importar lo que hubieran hecho.  
**Quién:** \_\_\_\_\_

# Dar a conocer el Evangelio

*¡Úsalas para compartir relatos de la historia de la Iglesia!*



Samuel Smith



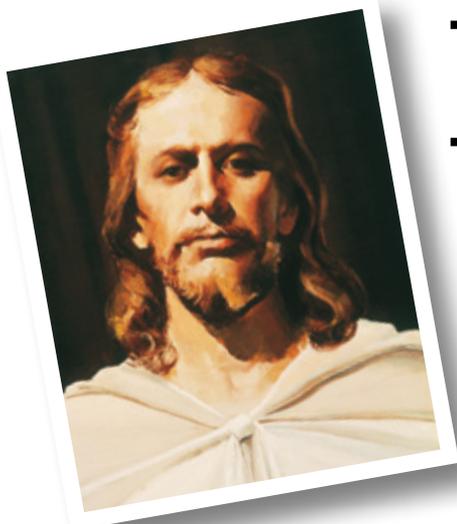
Hyrum Smith



Parley P. Pratt

**Después de que se organizara la Iglesia, el Padre Celestial quería que todos escucharan el Evangelio. El primer misionero fue Samuel, el hermano de José Smith. Hyrum, el hermano mayor de José, también enseñó a otras personas el Evangelio. Un día, un hombre llamado Parley P. Pratt le dijo a Hyrum que había pasado todo el día leyendo el Libro de Mormón. Hyrum le enseñó más acerca de la Iglesia, y se bautizó. ¡Después Parley sirvió en una misión! Llegó a ser líder en la Iglesia.**

Encuentra más figuras de la historia de la Iglesia en [liahona.lds.org](http://liahona.lds.org).



# Pensando en Jesús

Por Lindsay Tanner

Basado en una historia real

Mía estaba entusiasmada. ¡Era la primera vez que iba a la Iglesia! Las misioneras le habían hablado a su familia acerca de la Iglesia y ellos decidieron ir.

Mía miró a su alrededor; vio un mantel blanco sobre una mesa y había algo debajo.

“¿Qué hay debajo de ese mantel?”, preguntó Mía a una de las misioneras.

La hermana Hanson sonrió. “Es la Santa Cena”.

*Santa Cena.* Eran palabras importantes. Mía había oído a las misioneras

hablarles de ello a su mamá y a su papá, pero no estaba muy segura de lo que era.

Todos cantaron una canción; dos hombres levantaron el mantel blanco, y debajo había bandejas con pan. Mía los vio dividir el pan en trocitos.

Después de la canción, un hombre hizo una oración. Otros hombres repartieron el pan a todas las personas.

“El pan nos ayuda a recordar el cuerpo de Jesús”, susurró la hermana García.



Mía tomó un trocito de pan. Se imaginó a Jesús enfrente de ella.

Después se ofreció otra oración. Los hombres repartieron bandejas con vasitos de agua.

“El agua nos ayuda a recordar la sangre de Jesús”, susurró la hermana García. “Él murió por nosotros porque nos ama”.

Mía tomó un vasito de agua; pensó en lo mucho que Jesús la amaba. Sintió que Él le estaba dando un fuerte abrazo.

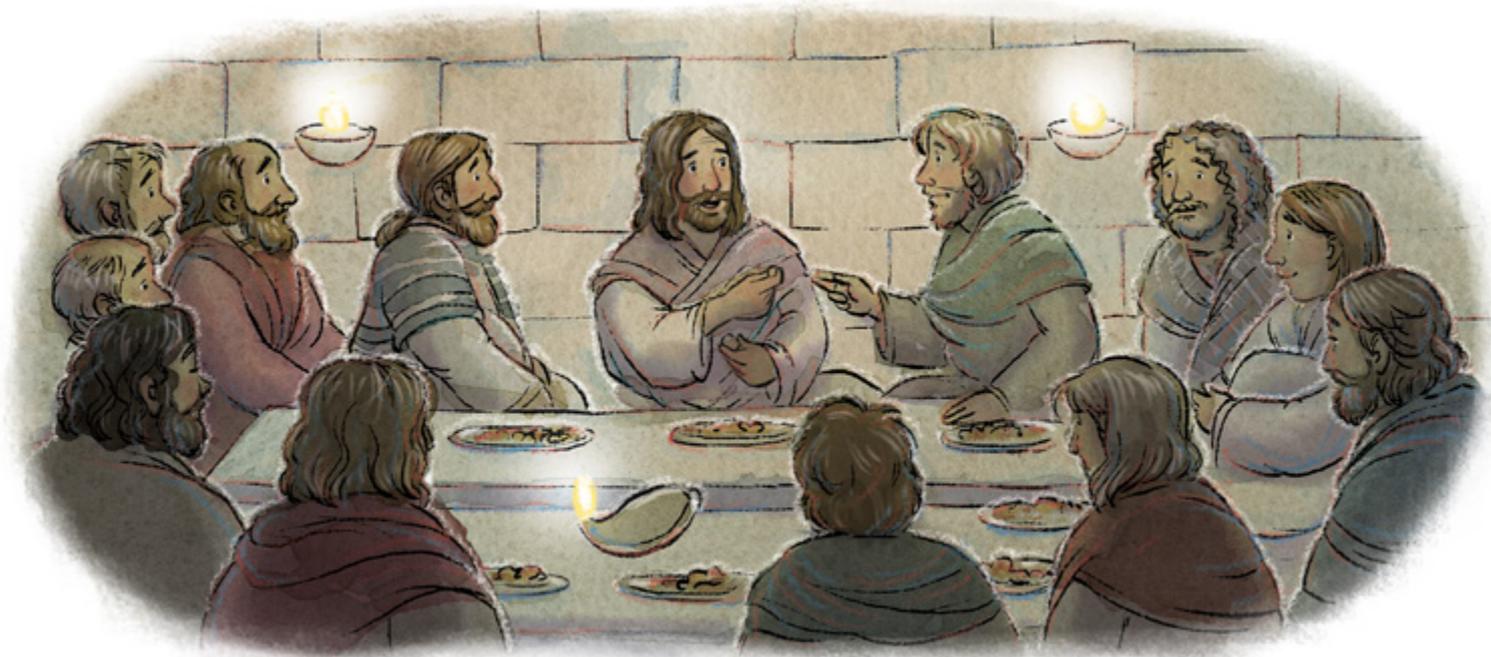
Más tarde, la hermana Hanson le dio a Mía una pequeña lámina de Jesús. “Comemos el pan y bebemos el agua para recordar a Jesús, y prometemos que lo seguiremos”. Ella sonrió. “¿Qué te pareció la Santa Cena?”.

Mía miró la imagen de Jesús. Recordó los sentimientos cálidos que había tenido y sonrió. “¡Fue muy linda! Amo a Jesús”. ■

*La autora vive en California, EE. UU.*

# Jesús nos dio la Santa Cena

Por Kim Webb Reid



Jesús sabía que Su tiempo en la tierra casi se había terminado. Reunió a Sus apóstoles para la última cena, les dio la Santa Cena y les pidió que siempre lo recordaran.



Jesús fue a orar a un jardín; sufrió por todos los pecados y las cosas tristes de la vida de todas las personas. Después murió en una cruz y lo enterraron en una tumba.

El domingo por la mañana después de que Jesús hubiera muerto, algunas mujeres fueron a la tumba. Habían quitado la piedra de la entrada, ¡y el sepulcro estaba vacío! ¿Dónde estaba Jesús?



¡Estaba vivo otra vez! María Magdalena vio a Jesús. Él visitó a Sus apóstoles para que pudieran estar preparados para enseñar el Evangelio después de que Él regresara al cielo.



Cuando tomo la Santa Cena, recuerdo a Jesús. Recuerdo que Él vivió y murió y que resucitó por mí, para que yo pueda volver a vivir. ■

# Lirios de la Pascua de Resurrección

Los hermosos lirios de la Pascua de Resurrección nos pueden hacer recordar el día maravilloso en que Jesús resucitó. En esta ilustración se encuentran escondidos cinco lirios. Cada vez que encuentres uno, di algo que hayas aprendido en cuanto a Jesús.



ILUSTRACIÓN POR APRYL STOTT.



Por el élder  
Bruce R. McConkie  
(1915–1985)

Del Cuórum de  
los Doce Apóstoles

## EL PODER DE DIOS

*La fe es poder y el poder es sacerdocio.*

**D**ios es Dios porque en Él se personifican toda la fe, y todo el poder, y todo el sacerdocio. La vida que Él vive se llama vida eterna.

El grado en que podemos llegar a ser como Él depende del grado en que logremos tener Su fe, obtener Su poder y ejercer Su sacerdocio. Y cuando seamos como Él es, en el verdadero sentido de la expresión, también tendremos vida eterna.

La fe y el sacerdocio van de la mano. La fe es poder y el poder es sacerdocio. Después de lograr la fe, recibimos el sacerdocio. Luego, por medio de este, aumentamos nuestra fe hasta que, teniendo ya todo poder, seremos como nuestro Señor.

Nuestra vida aquí en la tierra está destinada a ser un periodo de prueba y de oposición. Mientras estamos aquí, tenemos el privilegio de perfeccionar nuestra fe y progresar en el poder del sacerdocio...

El Santo Sacerdocio hizo más para perfeccionar a los hombres en los días de Enoc que en cualquier otra época. Conocido entonces como el Orden de Enoc (véase D. y C. 76:57), fue el poder por el cual él y su pueblo



fueron trasladados. Y lo fueron porque habían tenido fe y habían ejercido el poder del sacerdocio.

El Señor hizo un convenio eterno con Enoc de que todos los que recibieran el sacerdocio tendrían poder, por medio de la fe, de gobernar y controlar todo en la tierra, desafiar los ejércitos de las naciones y aparecer ante el Señor vestidos de gloria y exaltación.

Melquisedec tenía una fe similar: “Y su pueblo hizo justicia, y alcanzó el cielo y buscó la ciudad de Enoc” (Traducción de José Smith, Génesis 14:34)...

¿Cuál es, entonces, la doctrina del sacerdocio? Y ¿cómo debemos vivir siendo siervos del Señor?

Esta doctrina es que Dios nuestro Padre es un Ser glorificado, perfeccionado y exaltado que tiene toda potestad, todo poder y todo dominio, que

sabe todas las cosas y es infinito en todos Sus atributos, y que vive en una unidad familiar.

Esta doctrina es que nuestro Padre Eterno tiene este alto grado de gloria, perfección y poder porque Su fe es perfecta y Su sacerdocio ilimitado.

Esta doctrina es que sacerdocio es el nombre del poder de Dios, y que si vamos a llegar a ser como Él es, debemos recibir y ejercer Su sacerdocio o poder de la misma forma en que Él lo hace...

Esta doctrina es que tenemos el poder, por medio de la fe, de obtener y controlar todo, tanto en lo temporal como en lo espiritual; de hacer milagros y perfeccionar nuestra vida; de llegar a la presencia de Dios y ser como Él porque habremos obtenido Su fe, Su perfección y Su poder, o, en otras palabras, la plenitud de Su sacerdocio.

Esta es, pues, la doctrina del sacerdocio, y no existe ni puede existir nada que sea más grande. Este es el poder que podemos obtener mediante la fe y la rectitud.

Verdaderamente hay poder en el sacerdocio, un poder que procuramos obtener y ejercer, un poder por el que devotamente oramos para que esté con nosotros y nuestra posteridad para siempre. ■

*De un discurso de una sesión general del sacerdocio titulado “La doctrina del sacerdocio”, Liahona, julio de 1982, págs. 64–68; se ha estandarizado el uso de letras mayúsculas.*



**TENGO OTRAS OVEJAS,  
POR ELSPETH YOUNG.**

*El Señor resucitado visitó a Sus "otras ovejas" (3 Nefi 15:21) en las Américas y en otras partes. Los nefitas "palparon las marcas de los clavos en sus manos y en sus pies; y esto hicieron, yendo uno por uno, hasta que todos hubieron llegado; y vieron con los ojos y palparon con las manos, y supieron con certeza, y dieron testimonio de que era él, de quien habían escrito los profetas que había de venir" (3 Nefi 11:15).*

# También en este ejemplar

## PARA LOS JÓVENES ADULTOS

### Entender tu **bendición patriarcal**

Las bendiciones patriarcales no nos dicen todo lo que sucederá en nuestra vida, pero sí proporcionan un mapa personal que nos puede conducir a la gran felicidad que el Padre Celestial tiene para cada uno de nosotros.



pág.  
44

## PARA LOS JÓVENES



pág.  
58

### LO VIERON A **ÉL**

Ellos fueron testigos del Cristo resucitado. ¿Cómo podemos ser nosotros testigos hoy en día?

## PARA LOS NIÑOS

### Jesús nos dio la Santa Cena

Cada semana participamos de la Santa Cena, pero, ¿saben sus hijos por qué?



pág.  
76

