

# Lihona



LOS  
acontecimientos  
reveladores DE  
1829

pág. 12

¿Está mi hijo  
discapacitado listo  
para ser bautizado?,  
pág. 18

Alergias alimentarias: Qué  
hacer para que la Iglesia  
sea un lugar más seguro,  
pág. 22

Definida por una  
habilidad, no  
una discapacidad,  
pág. 28

LA  
IGLESIA  
ESTÁ AQUÍ

# Oakland Township **Pensilvania, E**



# EE. UU.

Esta casa en el sitio de la restauración del sacerdocio es una reconstrucción de la casa de José y Emma en Harmony, conocida ahora como Oakland Township.



10 Barrios y ramas, incluida la Rama Susquehanna, en la Estaca Scranton, Pensilvania.

Kilómetros desde el sitio de la restauración del sacerdocio hasta el Templo de Palmyra, Nueva York.



15 Revelaciones recibidas en Harmony, Pensilvania, que están incluidas en Doctrina y Convenios.

Porcentaje aproximado del Libro de Mormón traducido en la casa de José y Emma.



**1804** Emma Hale (que más tarde se casaría con José Smith) nace en Harmony.

**1829** Juan el Bautista confiere el Sacerdocio Aarónico a José Smith y a Oliver Cowdery. Posteriormente, Pedro, Santiago y Juan les confieren el Sacerdocio de Melquisedec.

**1960** Se alza en el sitio un monumento en honor a la restauración del sacerdocio.

**2015** El presidente Russell M. Nelson dedica el sitio de la restauración del sacerdocio.



Obtenga más información sobre otros sitios históricos de la Iglesia en [history.ChurchofJesusChrist.org](http://history.ChurchofJesusChrist.org).

FOTOGRAFÍA POR LESLIE NILSSON.

La ministración  
por medio  
de la reunión  
sacramental  
8



La función vital  
del sacerdocio en  
la Restauración  
Élder Gary E. Stevenson

12



Cómo manejar las  
alergias alimentarias  
en la Iglesia  
Lisa Ann Thomson

22

Necesidades  
especiales, lecciones  
especiales  
Élder Paul B. Pieper y  
Melissa T. Pieper

28



## La decisión del bautismo

Recientemente, mi esposo y yo estábamos tratando de decidir si nuestro hijo de siete años estaba listo para ser bautizado. Tiene autismo, así que no estábamos seguros de si entendía lo suficiente como para ser responsable de esa decisión. En la página 18, puede leer sobre las muchas cosas que sopesamos al intentar adoptar la decisión correcta.

Como especialista de la Iglesia en discapacidades, sé que muchas personas maravillosas con discapacidades desean sentirse incluidas en la Iglesia. A todos nuestros hermanos y hermanas que tienen discapacidades de un tipo u otro, les decimos: Los amamos, los necesitamos y deseamos aprender la manera de ministrarles mejor.

Varios artículos de este número nos ayudan a comprender las discapacidades y la forma de fomentar mejor la inclusión de personas que las tienen en nuestros barrios y comunidades:

- Página 28: El élder Paul B. Pieper, de los Setenta, y su esposa, Melissa, que tienen una hija que padece una

discapacidad, infunden esperanza y aliento a los padres.

- Página 21: Al final de mi artículo, puede encontrar ideas sobre cómo adaptar mejor las lecciones y los llamamientos de la Iglesia a las necesidades de los miembros con discapacidades.
- Página A16: Los padres pueden utilizar esta historia en la revista *Amigos* para ayudar a sus hijos a ver un ejemplo de cómo hacerse amigo de alguien que tenga alguna discapacidad.

Al leer este número, recuerde que “el valor de las almas es grande a la vista de Dios” (Doctrina y Convenios 18:10). Podemos ayudar a fomentar un ambiente de amor e inclusión en el hogar y en la Iglesia para que todos los que quieran venir y ser como Jesús disfruten de esta oportunidad.

Con amor,  
Katie Edna Steed  
Especialista en discapacidades,  
Departamento del Sacerdocio y la Familia

# Índice de temas

- 5 La restauración del Sacerdocio Aarónico** 🕒
- 6 Retratos de fe** 🕒  
**Lini Uilaau**  
Lini solía luchar con sentimientos de ira, pero el evangelio de Jesucristo la ayudó a cambiar la ira por paz.
- 8 Principios de ministración**  
**La ministración por medio de la reunión sacramental**  
La reunión sacramental nos da la oportunidad de relacionarnos con otras personas y ministrarles.
- 12 La función vital del sacerdocio en la Restauración**  
*Por el élder Gary E. Stevenson*  
Gracias al regreso del sacerdocio a la tierra, se pudo llevar a cabo la Restauración.
- 18 ¿Está mi hijo discapacitado listo para ser bautizado?**  
*Por Katie Edna Steed*  
Nuestro hijo estaba a punto de cumplir ocho años, pero ¿cómo podíamos estar seguros de que estaba listo para el bautismo?
- 22 Cómo manejar las alergias alimentarias en la Iglesia**  
*Por Lisa Ann Thomson*  
A veces utilizamos la comida para mostrar nuestro amor, pero en el caso de graves alergias alimentarias, la *carencia de* alimentos también puede ser una expresión de amor.
- 28 Necesidades especiales, lecciones especiales**  
*por el élder Paul B. Pieper y Melissa T. Pieper*  
Nuestra hija tiene necesidades especiales; hemos aprendido más de ella de lo que jamás nos hubiésemos imaginado.
- 32 Voces de los Santos de los Últimos Días** 🕒  
Una maestra escucha la voz del profeta en un lugar inesperado; un hombre elige entre su trabajo y el Evangelio; un matrimonio ora por el bienestar de su bebita que aún no ha nacido; a un hombre se le ablanda el corazón al visitar el templo.
- 36 Nuestro hogar, nuestra familia** 🕒  
**Un regalo de amor**  
*Por Faith S. Watson*  
En la tierna bendición del sacerdocio que mi esposo dio a nuestra bebita, vi el amor del Padre Celestial como un regalo para nosotros.
- 38 Ven, sígueme: Libro de Mormón** 📖 🕒  
Este mes, estos artículos semanales pueden dar apoyo a su estudio del Libro de Mormón.

🕒 Lectura rápida

📖 Apoyo para *Ven, sígueme*

**En la cubierta**  
*Sobre vosotros, mis consiervos*, por Linda Curley Christensen y Michael Malm.



## Secciones

Jóvenes adultos

42

**Manejar la época del noviazgo** puede ser algo temible, pero no tiene que serlo. Lee relatos de otros jóvenes adultos que han tenido éxito en **quitar la presión de encontrar un compañero eterno.**



Jóvenes

50

Aprende sobre la **historia de la organización de las Mujeres Jóvenes.**



Niños

*Amigos*

**Aprende acerca de** Abish **y conoce a amigos** de Alemania.



## ARTÍCULOS DE JUNIO, SOLO EN FORMATO DIGITAL



### Él necesitaba una bendición del sacerdote. ¿Podría hacerlo?

Por O'Dale Johnson

Un adulto joven nos habla sobre cómo superó el miedo a dar bendiciones del sacerdocio.



### Lo que la discapacidad de mi hija me enseñó sobre la Gracia

Por Jeffrey S. McClellan

Un padre proporciona una perspectiva sobre cómo la gracia de Jesucristo le brinda esperanza en sus circunstancias.



### Cómo confiar en las segundas impresiones y en la guía del Espíritu

Por Marie Netzler

Una joven adulta de Australia dice cómo el dar una segunda oportunidad a alguien marcó la diferencia en su vida.



### Estar soltera me recuerda que debo confiar en todo el plan que Dios tiene para mí

Por Christina Cotterall

Una joven adulta soltera cuenta cómo encontró una esperanza renovada en la vida cuando las cosas no salieron como había planeado.

## DESCUBRE MÁS

En la aplicación Biblioteca del Evangelio y en liahona.ChurchofJesusChrist.org puedes:

- Encontrar el ejemplar de este mes.
- Descubrir contenido solo disponible en formato digital.
- Buscar ejemplares anteriores.
- Enviar tus relatos y comentarios.
- Suscribirte o regalar una suscripción.
- Mejorar el estudio mediante las herramientas digitales.
- Compartir tus artículos y videos preferidos.
- Descargar o imprimir artículos.
- Escuchar tus artículos preferidos.

## COMUNÍCATE CON NOSOTROS

Envía tus preguntas y comentarios a [liahona@ChurchofJesusChrist.org](mailto:liahona@ChurchofJesusChrist.org).

Envía tus relatos a [liahona.ChurchofJesusChrist.org](http://liahona.ChurchofJesusChrist.org) o por correo postal a:

Liahona, flr. 23

50 E. North Temple Street

Salt Lake City, UT 84150-0023, EE. UU.

JUNIO DE 2020, VOL. 44 NÚM. 6  
LIAHONA 16721 002

Revista internacional de La Iglesia de Jesucristo de los Santos de los Últimos Días

**La Primera Presidencia:** Russell M. Nelson, Dallin H. Oaks, Henry B. Eyring

**El Cuórum de los Doce Apóstoles:** M. Russell Ballard, Jeffrey R. Holland, Dieter F. Uchtdorf, David A. Bednar, Quentin L. Cook, D. Todd Christofferson, Neil L. Andersen, Ronald A. Rasband, Gary E. Stevenson, Dale G. Renlund, Gerrit W. Gong, Ulisses Soares

**Editor:** Randy D. Funk

**Asesores:** Becky Craven, Sharon Eubank, Cristina B. Franco, Walter F. González, Larry S. Kacher, Jan E. Newman, Adrián Ochoa, Michael T. Ringwood, Vern P. Stanfill

**Director gerente:** Richard I. Heaton

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

**Gerente administrativo:** Garff Cannon

**Editor gerente:** Adam C. Olson

**Editor administrativo auxiliar:** Ryan Carr

**Ayudante de publicación:** Camila Castrillón

**Redacción y revisión:** David Dickson, David A. Edwards, Matthew D. Flitton, Garrett H. Garff, Jon Ryan Jensen, Aaron Johnston, Charlotte Larcabal, Michael R. Morris, Eric B. Murdoch, Joshua J. Perkey, Jan Pinborough, Richard M. Romney, Mindy Selu, Lori Fuller Sosa, Chakell Wardleigh, Marissa Widdison

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

**Diseño:** Jeanette Andrews, Fay P. Andrus, Mandy Bentley, C. Kimball Bott, Thomas Child, Joshua Dennis, David Green, Colleen Hinckley, Eric P. Johnson, Susan Lofgren, Scott M. Mooy, Aleni Regehr, Mark W. Robison, K. Nicole Walkenhorst

**Coordinadora de Propiedad**

**Intelectual:** Collette Nebeker Aune

**Gerente de producción:** Jane Ann Peters

**Producción:** Ira Glen Adair, Julie Burdett, José Chavez, Thomas G. Cronin, Bryan M. Gygi, Ginny J. Nilson, Marrassa M. Smith

**Preimpresión:** Joshua Dennis, Ammon Harris

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

**Director de distribución:** Nelson González

**Coordinación de Liahona:** Patsy Carroll-Carlini

**Dirección postal:** Liahona, Fl. 23, 50 E. North Temple St., Salt Lake City, UT 84150-0023, USA.

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, kiribati, letón, lituano, malgache, marshalés, mongol, noruego, polaco, portugués, rumano,

ruso, samoano, sueco, suajili, tagalo, tailandés, tahitiano, tongano, ucraniano, urdu y vietnamita. (La frecuencia de las publicaciones varía según el idioma).

© 2020 por Intellectual Reserve, Inc. Todos los derechos reservados. Impreso en los Estados Unidos de América.

**Información de derechos de autor:** Salvo donde se indique lo contrario, el material de la revista Liahona puede copiarse para uso personal, no comercial (incluso para llamamientos en la Iglesia). Ese derecho puede revocarse en cualquier momento. El material visual no se puede copiar si aparecen restricciones en la línea de crédito del mismo. Las preguntas que tengan que ver con derechos de autor deben dirigirse a Intellectual Property Office, 50 E. North Temple St., FL 13, Salt Lake City, UT 84150, USA; correo electrónico: [cor-intellectualproperty@ChurchofJesusChrist.org](mailto:cor-intellectualproperty@ChurchofJesusChrist.org).

**For Readers in the United States and Canada:** June 2020 Vol. 44 No. 6. LIAHONA (USPS 311-480) Spanish (ISSN

0885-3169) is published monthly by The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints, 50 E. North Temple St., 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 address below. Subscription help line: 1-800-537-5971. Credit card orders (American Express, Discover, MasterCard, Visa) may be taken by phone or at [store.ChurchofJesusChrist.org](http://store.ChurchofJesusChrist.org). (Canada Post 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.

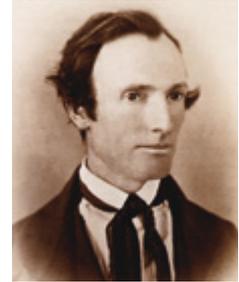
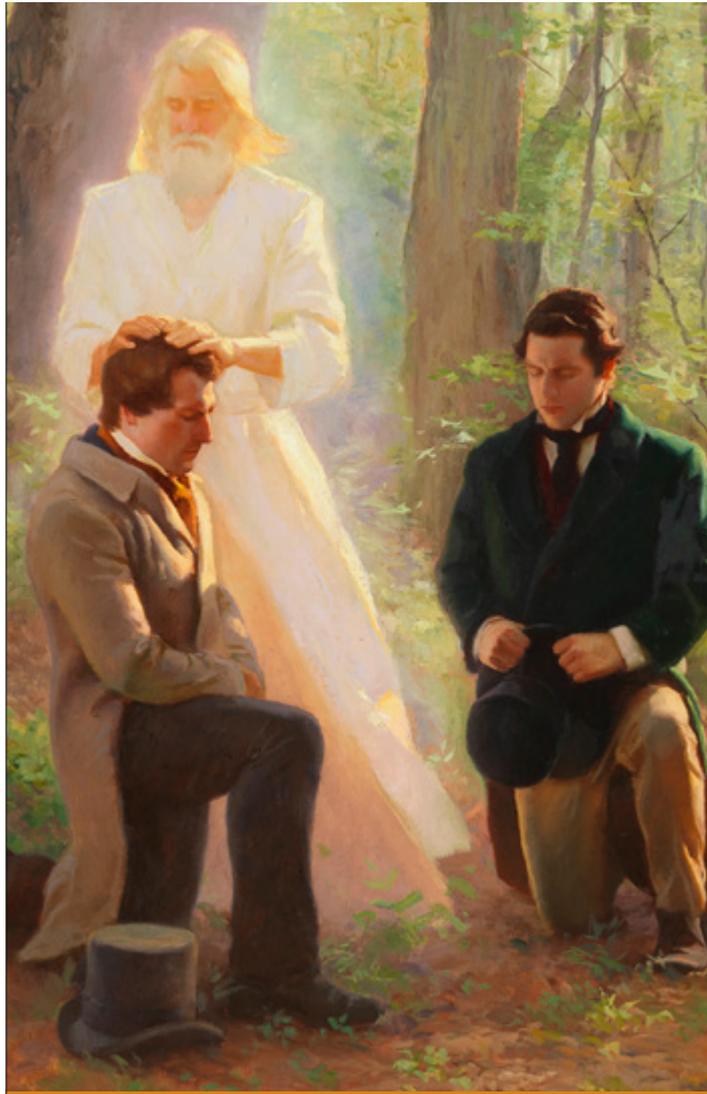


# La restauración del Sacerdocio Aarónico

El 15 de mayo de 1829, Juan el Bautista confirió el Sacerdocio Aarónico a José Smith y a Oliver Cowdery. Algunos extractos de los recuerdos que tuvieron de ese día tan importante muestran lo increíble que fue ese acontecimiento.

“**E**l mensajero que en esta ocasión nos visitó y nos confirió este sacerdocio dijo que **se llamaba Juan, el mismo que es conocido como Juan el Bautista en el Nuevo Testamento**, y que obraba bajo la dirección de Pedro, Santiago y Juan, quienes poseían las llaves del Sacerdocio de Melquisedec”.

José Smith, en José Smith—Historia 1:72; negrilla agregada



Oliver Cowdery también estaba con José Smith en 1836 cuando se restauraron las llaves del sacerdocio en el Templo de Kirtland.

“Repentinamente, cual si hubiera salido desde el centro de la eternidad, **la voz del Redentor nos habló paz, y se partió el velo y un ángel de Dios descendió, revestido de gloria**, y dejó el anhelado mensaje y las llaves del evangelio de arrepentimiento. ¡Qué gozo! ¡Qué admiración! ¡Qué asombro!”

Oliver Cowdery, en José Smith—Historia 1:71, nota; negrilla agregada



Video de la Biblia que representa a Juan el Bautista bautizando a Jesucristo.



El río Susquehanna, en Harmony, Pensilvania, cerca de donde se bautizaron José Smith y Oliver Cowdery el 15 de mayo de 1829.

Para obtener más información sobre la restauración del sacerdocio y su función esencial, consulte el artículo del élder Gary E. Stevenson “La función vital del sacerdocio en la Restauración”, en la página 12.

SOBRE VOSOTROS, MIS CONSERVOS, POR LINDA CURLEY-CHRISTENSEN Y MICHAEL MALM. FOTOGRAFÍA DEL RÍO SUSQUEHANNA POR BRAD WALKER-STEVENSON.

## Lini Uilaau

Savai'i, Samoa



*Lini una vez luchó contra sentimientos de ira e impaciencia. No obstante, cuando su esposo y ella se unieron a La Iglesia de Jesucristo de los Santos de los Últimos Días, Lini sintió que esos sentimientos desaparecían al vivir el Evangelio.*

**LESLIE NILSSON, FOTÓGRAFO**

Comencé a estudiar el Evangelio y aprendí a través de las enseñanzas de la Iglesia lo mucho que Jesús amaba a los niños. Siempre fue muy amable con ellos.

Empecé a intentar ser más como Jesús. Ahora trato de amar mejor a todos los miembros de mi familia. Dedico más tiempo a estar con ellos y a averiguar sus necesidades. Leemos las Escrituras en familia y oramos juntos todas las noches.

Mi corazón es ahora mucho más tierno. Siento más amor, paz y felicidad en nuestro hogar al seguir las enseñanzas de Jesucristo. Estoy agradecida por la forma en que el Evangelio me ayuda a aprender a ser una mejor esposa, madre y abuela.





#### DESCUBRA MÁS

Conozca más sobre el trayecto de fe de Lini, e incluso vea más fotografías, en la versión en línea o en la Biblioteca del Evangelio de este artículo en [ChurchofJesusChrist.org/go/6206](https://ChurchofJesusChrist.org/go/6206).

Lea cómo el élder Neil L. Andersen enseña la manera en la que nuestro amor por el Señor nos inspira a llegar a ser mejores: [ChurchofJesusChrist.org/go/6207](https://ChurchofJesusChrist.org/go/6207).

# Principios de ministración

## LA MINISTRACIÓN POR MEDIO DE LA REUNIÓN SACRAMENTAL

*La reunión sacramental brinda oportunidades para relacionarse con los demás y ministrarles.*

**L**a reunión sacramental es un momento de nutrición espiritual y reflexión personal sobre el Salvador y Su expiación. A medida que participamos de la Santa Cena cada semana, nos edificamos juntos (véase Doctrina y Convenios 84:110). Sin embargo, algunas personas de nuestros barrios y ramas llevan sobre sí cargas pesadas o no asisten nunca.

A continuación figuran algunas oportunidades de cómo podríamos aprovechar esa hora sagrada para ministrar a los demás y marcar una diferencia en su vida.

### **AYUDE A MEJORAR LA REUNIÓN SACRAMENTAL PARA AQUELLOS A QUIENES MINISTRA**

El primer paso para aprender a ministrar es conocer a las personas o familias y sus necesidades. Podría haber maneras de ayudarles a mejorar su experiencia en la adoración sacramental y lo puede lograr sencillamente conociendo más sobre ellos.



Para Mindy, una joven madre de pequeñas mellizas, los sencillos esfuerzos de su hermana ministrante marcaron una enorme diferencia en la experiencia que tenía durante la reunión sacramental cada semana.

“Debido al horario de trabajo de mi esposo, llevo sola a nuestras mellizas a la Iglesia todas las semanas”, explica Mindy. “Es realmente abrumador intentar pasar toda la reunión sacramental con dos pequeñas inquietas, pero mi hermana ministrante se ha comprometido a ayudarme.



“Se sienta con nosotras y me ayuda a cuidar a mis hijas todas las semanas. El solo tenerla a mi lado significa mucho y realmente alivia mi ansiedad en los momentos de berrinches o irritabilidad de las pequeñas. No creo que lle-

gue a saber cuánto me han impactado sus acciones en este momento de mi vida. Percibió mis necesidades como madre joven y llena de ansiedad y me ayuda a convertir la Iglesia en un lugar pacífico y feliz para todas nosotras”.

#### Ideas para ayudar a las personas con necesidades específicas

- Consulte con los líderes del cuórum de élderes y de la Sociedad de Socorro sobre las necesidades de los miembros.
- Los líderes planifican los discursos de la reunión sacramental para ayudar a satisfacer las necesidades de los miembros. Si aquellos a quienes ministra se beneficiarían por escuchar un mensaje determinado, comparta esa idea con sus líderes.
- Si sabe que alguien padece una discapacidad o alergia alimentaria que le impida disfrutar de las bendiciones de la Santa Cena, pídale detalles y qué adaptaciones se podrían hacer para mejorar su experiencia de adoración. Comparta esta información con sus líderes<sup>1</sup>.
- Si alguien a quien ministra o conoce está confinado en su hogar, ya sea de manera permanente o temporal, pregúntele a su obispo si se le puede dar la Santa Cena en su casa. Incluso podría tomar notas durante la reunión sacramental y compartirlas por teléfono, correo electrónico o en persona.
- Si alguien a quien ministra tiene hijos pequeños, puede ofrecerse para ayudarlos durante la reunión sacramental.
- Si las personas a las que ministra no asisten con regularidad a la reunión sacramental, intente comprenderlas y pensar en maneras de ayudarlas. Si necesitan transporte, podría ofrecerse a llevarlas en su vehículo. Si no cuentan con el apoyo de la familia, podría invitarlas a sentarse con usted. Podría extenderles invitaciones especiales para ayudarlas a sentirse bienvenidas y aceptadas en la reunión sacramental.

#### RECUERDE, LOS ACTOS SENCILLOS PUEDEN MARCAR LA DIFERENCIA

Al hablar de la ministración, la hermana Jean B. Bingham, Presidenta General de la Sociedad de Socorro, enseñó: “A veces pensamos que tenemos que hacer algo grandioso y heroico para ‘que cuente’ como servicio a nuestro prójimo. Sin embargo, los actos simples de servicio pueden tener efectos profundos tanto en los demás como en nosotros mismos”<sup>2</sup>.

En un barrio pequeño de Bélgica, Evita a menudo se ofrece a interpretar durante las reuniones de la Iglesia para visitantes y miembros que hablan español. Una vez, le presentaron a Evita una persona de la República Dominicana que estaba aprendiendo sobre la Iglesia. Él sabía algo de inglés, pero el español era su lengua materna, por lo que Evita se ofreció a interpretar en voz baja para él en la reunión sacramental, a fin de que se sintiera más cómodo.

“Traducir puede hacer a veces que mi día de reposo sea más ajetreado”, dice Evita, “pero seguir la impresión de preguntarles a los demás si necesitan un intérprete me brinda definitivamente un sentimiento de gozo y calor al saber que puedo ayudarlos a sentir el Espíritu y disfrutar de sus reuniones”.





### Ideas para ayudar a través de actos sencillos

- Hable con sus líderes para ver quién podría necesitar una pequeña ayuda extra durante la reunión sacramental, o si conoce a alguien que sí la precise, asegúrese de que sus líderes estén pendientes de ellos.
- Siéntese en silencio mientras espera que comience la reunión. Eso ayudará a “los demás corazones quebrantados y espíritus apesadumbrados que están a nuestro alrededor”<sup>3</sup>, quienes necesitan la paz que se puede experimentar mediante la reverencia en un lugar santo.
- El domingo de ayuno, considere la posibilidad de dedicar el ayuno y sus oraciones a alguien a quien ministra y que pueda necesitar consuelo adicional.
- Ore para saber si hay alguien que podría beneficiarse de que usted se sienta a su lado o cerca durante la reunión sacramental o si hay alguna otra manera en la que podría ayudarle.

*Es importante asegurarse de que todos los que asisten a la reunión sacramental se sientan bienvenidos y sean nutridos espiritualmente.*

## LA REUNIÓN SACRAMENTAL PUEDE SER UN LUGAR ACOGEDOR PARA TODOS

El presidente Joseph Fielding Smith (1876–1972) enseñó: “[L]a reunión sacramental es la más sagrada, la más santa de todas las reuniones de la Iglesia”<sup>4</sup>. En ese caso, es importante asegurarse de que todos los que asisten a la reunión sacramental se sientan bienvenidos y sean nutridos espiritualmente, sobre todo los nuevos miembros o los miembros que no hayan asistido por algún tiempo.

Merania, de Nueva Gales del Sur, Australia, se hizo amiga de una mujer que estaba aprendiendo sobre la Iglesia en su barrio. “Ahora se ha convertido en una de mis amigas íntimas”, explica Merania. “Me encanta sentarme con ella en la reunión sacramental todas las semanas y siempre le pregunto cómo está y si hay algo que pueda hacer para ayudarla”. Después de algún tiempo, la amiga de Merania se bautizó. Los esfuerzos de los miembros del barrio, así como el ambiente acogedor en la reunión sacramental, desempeñaron un papel importante en la decisión que tomó.

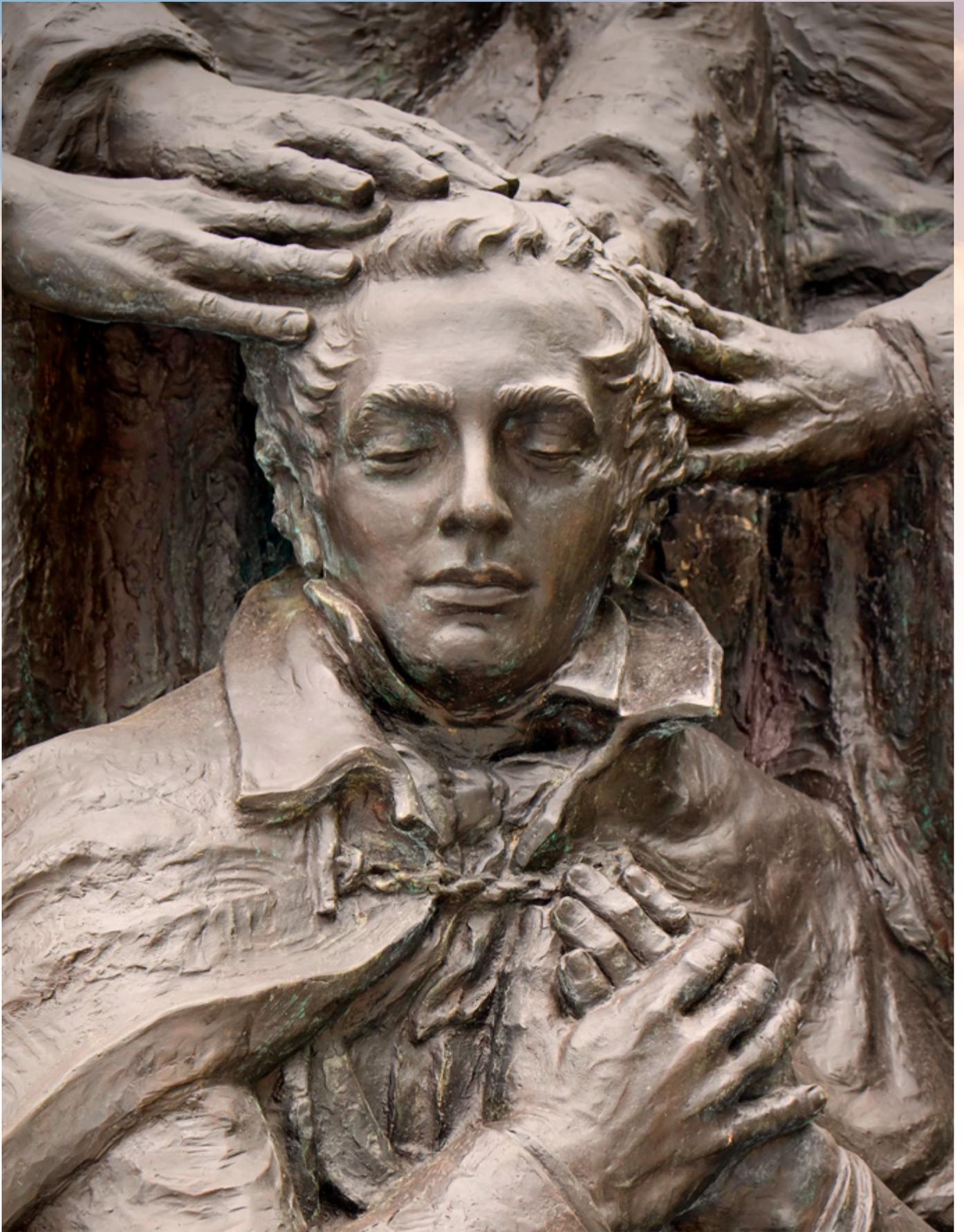
### Ideas para ministrar a miembros que regresan o a miembros nuevos

- Cuando vaya a discursar en una reunión sacramental, podría invitar a amigos, familiares y otras personas a que vayan a escuchar su mensaje.
- Puede buscar a los que están solos o que podrían necesitar ayuda y darles la bienvenida. Pregunte si puede sentarse junto a ellos o invítelos a sentarse con usted.
- Cuando finalice la reunión, podría invitar a aquellos a quienes ministra y a otras personas a las próximas actividades de la Iglesia, al templo o a un evento social.
- Si alguien a quien ministra asiste a la reunión sacramental pero no ha asistido por algún tiempo, puede preguntarle si tienen alguna pregunta sobre lo que se enseñó. Dígales que siempre pueden preguntarle a usted si hubo un término, una historia o una doctrina que no comprendieron. Pueden buscar las respuestas juntos, si fuera necesario. ■



### NOTAS

1. Puede leer también “4 maneras de servir a familias con discapacidades” (artículo solo en formato digital), *Liahona*, junio de 2018; o “Cómo manejar las alergias alimentarias en la Iglesia”, en este número, en la página 22.
2. Jean B. Bingham, “Ministrar como lo hace el Salvador”, *Liahona*, mayo de 2018, pág. 104.
3. Jeffrey R. Holland, “He aquí el Cordero de Dios”, *Liahona*, mayo de 2019, pág. 46.
4. Joseph Fielding Smith, en Conference Report, octubre de 1929, págs. 60–61.





Por el élder  
**Gary E. Stevenson**  
Del Cuórum de los  
Doce Apóstoles

# LA *función vital del sacerdocio* EN LA RESTAURACIÓN

---

La Restauración no habría sido posible sin el regreso del sacerdocio a la tierra.

**P**ara abril de 1829, José Smith llevaba ya casi diez años recibiendo visitas divinas. El Padre y el Hijo se le aparecieron en 1820 en una arboleda cerca de su casa cuando tenía catorce años (véase José Smith—Historia 1:5–17)<sup>1</sup>. La primera visita del ángel Moroni tuvo lugar en 1823, seguida de visitas cada año en las que se enseñó y guio a José hasta 1827, cuando recibió el antiguo registro escrito en planchas que se convertiría en el Libro de Mormón (véase José Smith—Historia 1:30–54).

Sin embargo, en los 18 meses siguientes, después de obtener las planchas, a José le costó mucho trabajo traducir el registro debido al acoso de personas donde vivía, a la rotación de escribientes y a la pérdida de una parte del manuscrito. Fue una época frustrante y dolorosa para José. (Véase José Smith—Historia 1:58–62; Doctrina y Convenios 3).

Pero todo cambió en abril de 1829 con la llegada de un maestro de escuela que se llamaba Oliver Cowdery, quien se convirtió en el escribiente a tiempo completo de José. La traducción del Libro de Mormón se aceleró entonces a un ritmo veloz.

Durante el otoño de 1828, después de pasar gran parte del tiempo trabajando en su granja en Harmony, Pensilvania, para mantener a la familia, José centró toda la atención en 1829 a la traducción del Libro de Mormón. Durante un período breve, la esposa de José, Emma, y su hermano Samuel trabajaron como escribientes. Mientras tanto, Oliver Cowdery se alojaba en la casa de los padres de José en Nueva York.

Al oír sobre las planchas y su traducción, Oliver se sintió intrigado y deseó saber si esas cosas eran de Dios. “Una noche, después de acostarse, invocó al Señor para saber si estas cosas eran así”, escribió José, “y el Señor le manifestó que eran verdaderas”<sup>2</sup>.

Oliver viajó inmediatamente los 225 km a Harmony para conocer a José. Oliver fue una respuesta a las oraciones de José. Dos días después de que se conocieran en abril, la traducción del Libro de Mormón se reanudó a un ritmo acelerado, llegando a completarse en unos asombrosos 60 a 65 días hábiles aproximadamente. Toda la traducción se completó para el 30 de junio.

El profeta José pudo haber considerado que su obra estaba a punto de concluir, tras cumplir el mandato divino estipulado por el ángel mensajero de traducir y publicar el antiguo registro. El Profeta no se podía imaginar entonces que no estaba completando, sino que tan solo estaba comenzando su función fundamental en la restauración del evangelio de Jesucristo.

Pocos acontecimientos en la historia se pueden comparar en importancia a lo que sucedió en la primavera de 1829. Oliver describió ese destacado capítulo de

la Restauración como “días inolvidables” (José Smith—Historia 1:71, nota). Además del milagro de la traducción del Libro de Mormón, pronto aparecieron ángeles y confirieron a José y a Oliver la autoridad del sacerdocio. Esta época reveladora de traducción y restauración redirigió y ensanchó la visión de José y allanó el camino para la organización formal de la Iglesia un año después.

### La restauración del Sacerdocio Aarónico

Mientras traducían el Libro de Mormón, José y Oliver encontraron numerosos pasajes sobre el bautismo y la autoridad. A José se le había dicho previamente que “el Señor [daría] el santo sacerdocio a algunas personas”<sup>3</sup>. El 15 de mayo de 1829, José y Oliver se retiraron a un lugar apartado de un arboleda de arces azucareros cercana “para pedir al Señor en oración que me hiciera saber Su voluntad concerniente a mí”<sup>4</sup>.

Mientras oraban, la voz del Redentor les habló paz “y se partió el velo y un ángel de Dios descendió, revestido de gloria, y dejó el anhelado mensaje y las llaves del evangelio de arrepentimiento” (José Smith—Historia 1:71, nota). El ángel se presentó como Juan, “el mismo que es conocido como Juan el Bautista en el Nuevo Testamento, y que obraba bajo la dirección de Pedro, Santiago y Juan” (José Smith—Historia 1:72).

José y Oliver se arrodillaron cuando el Juan resucitado puso las manos sobre sus cabezas y les confirió el Sacerdocio Aarónico, “el cual tiene las llaves del ministerio de ángeles, y del evangelio de arrepentimiento, y

del bautismo por inmersión para la remisión de pecados” (José Smith—Historia 1:69; véase también Doctrina y Convenios 13:1). Se les prometió que se les conferiría autoridad adicional del sacerdocio “en el momento oportuno”. José fue llamado “el primer Élder de la Iglesia, y él (Oliver Cowdery) el segundo” (José Smith—Historia 1:72). También recibieron instrucciones de bautizarse el uno al otro: que José bautizara a Oliver primero y que después Oliver bautizara a José.

En algún momento ese día, los dos “descendieron al agua” a orillas del río Susquehanna para bautizarse. Se vieron “obligados a guardar en secreto las circunstancias relativas al haber recibido el sacerdocio y el habernos bautizado, por motivo del espíritu de persecución que ya se había manifestado en la región” (José Smith—Historia 1:74). El río servía como vía principal

*Además del milagro de la traducción del Libro de Mormón, pronto aparecieron ángeles y confirieron la autoridad del sacerdocio a José y a Oliver.*



para el comercio y el transporte durante las inundaciones de primavera, con un flujo constante de embarcaciones. Es posible que José y Oliver esperaran hasta después del anochecer o aprovecharan el agua más profunda y encontraran un lugar más apartado en la llanura aluvial<sup>5</sup>.

Después de bautizarse el uno al otro, José ordenó a Oliver al Sacerdocio Aarónico. Oliver ordenó luego a José como el ángel les había mandado. El presidente Joseph Fielding Smith enseñó que era necesario reconfirmar la ordenación inicial recibida bajo las manos de Juan el Bautista después de sus bautismos para *volo[er] a sellar* aquellas bendiciones en el orden adecuado<sup>6</sup>.

### Restauración del Sacerdocio de Melquisedec

Tenemos menos detalles sobre la visita que Pedro, Santiago y Juan hicieron a José y a Oliver para restaurar el Sacerdocio de Melquisedec. Diversas interpretaciones, basadas en los recuerdos de varias personas, fechan ese acontecimiento a partir de la primavera de 1829, quizás a finales de mayo o junio, hasta meses después<sup>7</sup>. José y Oliver nunca pusieron fecha a la aparición de Pedro, Santiago y Juan, como lo hicieron con Juan el Bautista y la restauración del Sacerdocio Aarónico. Quizás al principio no hayan comprendido por completo la naturaleza del sacerdocio ni sus divisiones. La comprensión que José adquirió sobre el sacerdocio aumentó gradualmente.

De 1830 a 1835, se determinaron los oficios del sacerdocio y se formaron cuórum, consejos, presidencias y obispados. Incluso el término *Sacerdocio de Melquisedec* no se utilizó como nombre del “sumo sacerdocio” o “sacerdocio mayor” (Doctrina y Convenios 107:9; 84:19) hasta 1835 (véase Doctrina y Convenios 107:2–4).

José proporcionó detalles aproximados sobre la ubicación. En 1842, recordó haber oído “[l]a voz de Pedro, Santiago y Juan en el yermo despoblado entre Harmony [...] y Colesville [...] en las márgenes del Susquehanna, declarando que poseían las llaves del reino” (Doctrina y Convenios 128:20).

Esto sugiere que la restauración del Sacerdocio de Melquisedec sucedió en algún lugar de un tramo de un camino de 45 km entre la casa de los Smith en Harmony, Pensilvania, y la ciudad de Colesville, Nueva York, donde vivía la familia de Joseph Knight. Los integrantes de la familia Knight fueron de los primeros miembros de la Iglesia y amigos leales de José Smith. Proporcionaron papel y provisiones durante la traducción del Libro de Mormón y luego formaron el núcleo de la Rama Colesville de la Iglesia.

Además de recibir el Sacerdocio de Melquisedec de Pedro, Santiago y Juan, José y Oliver fueron ordenados “para ser apóstoles y testigos especiales” del Señor (Doctrina y Convenios 27:12) y recibieron las llaves necesarias para inaugurar la dispensación del cumplimiento de los tiempos. Ahora tenían la autoridad para administrar todas las ordenanzas del sacerdocio, incluido el conferir el don del Espíritu Santo.



*La restauración del sacerdocio fue una parte fundamental del llamado divino de José Smith como el primer profeta de esta dispensación.*

También recibieron “las llaves de todas las bendiciones espirituales de la iglesia” (Doctrina y Convenios 107:18) esenciales para organizar la Iglesia en abril de 1830 y recibir revelación para restaurar todas las cosas en el orden adecuado. Las bendiciones espirituales se manifestaron a través de milagros, sanidades y ordenanzas efectuadas por la autoridad del sacerdocio. En 1836, otros mensajeros angélicos entregaron las llaves del sacerdocio relacionadas con el recogimiento de Israel y la obra del templo (véase Doctrina y Convenios 110).

### Implicaciones de la restauración del sacerdocio

El presidente David O. McKay (1873–1970) enseñó que la característica más distintiva de la Iglesia restaurada del Salvador es la “autoridad divina por revelación directa”<sup>8</sup>. La Restauración no habría sido posible sin el regreso del sacerdocio a la tierra. El sacerdocio autoriza la realización de ordenanzas y proporciona el marco

---

*Ruego que cada uno de  
nosotros esté dispuesto  
a participar en la  
restauración continua del  
Evangelio, abrazando y  
practicando con entusiasmo  
lo que se ha revelado a los  
profetas modernos.*

para gobernar la Iglesia del Señor en la tierra.

José organizó formalmente la Iglesia el 6 de abril de 1830. En los años subsiguientes, se organizaron la Primera Presidencia y el Cuórum de los Doce Apóstoles. Bajo la dirección del Presidente de la Iglesia, las llaves del sacerdocio se delegan a los líderes locales de todo el mundo, lo cual permite que ruede “el evangelio hasta los extremos” de la tierra (Doctrina y Convenios 65:2).

La restauración del sacerdocio fue una parte fundamental del llamado divino de José Smith como el primer profeta de esta dispensación. En el prefacio de Doctrina y Convenios, el Señor explicó: “Por tanto, yo, el Señor, sabiendo las calamidades que sobrevendrían a los habitantes de la tierra, llamé a mi siervo José Smith, hijo, y le hablé desde los cielos y le di mandamientos” (Doctrina y Convenios 1:17).

Antes de la visita de Juan el Bautista en mayo de 1829, José se centró en traducir el Libro de Mormón. Con la restauración del Sacerdocio Aarónico y el de Melquisedec, se dio cuenta de que su llamado abarcaba mucho más. Recibir autoridad del cielo preparó aún más a José para asumir sus responsabilidades como “vidente, traductor, profeta [y] apóstol de Jesucristo” (Doctrina y Convenios 21:1).

El élder Robert D. Hales (1932–2017), del Cuórum de los Doce Apóstoles, describió cómo sería nuestra vida sin el sacerdocio: “Si el poder del sacerdocio no estuviera sobre la tierra, el adversario tendría la libertad de andar errante y reinar sin ninguna restricción. No tendríamos el don del Espíritu Santo para dirigirnos e iluminarnos; ni profetas para hablar en el nombre del Señor, ni templos donde hacer convenios sagrados y eternos; ni autoridad para bendecir y bautizar, para sanar y consolar. Sin el poder del sacerdocio ‘toda la tierra sería totalmente asolada’ (véase Doctrina y Convenios 2:1–3). No habría luz, ni esperanza, solo tinieblas”<sup>9</sup>.

El recibir las ordenanzas del sacerdocio es fundamental para la obra del Señor de “llevar a cabo la inmortalidad y la vida eterna del hombre” (Moisés 1:39). El bautismo y la confirmación, la investidura del templo y el sellamiento por el tiempo y la eternidad son esenciales para nuestra salvación. La capacidad de unir y sellar familias en los templos

por las personas a ambos lados del velo solo es posible a través de la autoridad y las llaves del sacerdocio, según lo indique el Presidente de la Iglesia.

### **La Restauración continua**

¿Cómo podría la autoridad

del sacerdocio inspirar su participación en la Restauración continua de la Iglesia? Puede que no sepamos lo que depare el futuro, pero está claro que la Restauración es continua. El Señor no reveló todas las doctrinas u ordenanzas ni impartió todas las instrucciones a José en la Arboleda Sagrada, mediante Moroni en Cumorah o en la reunión en la que se organizó la Iglesia. La Restauración no ocurrió como un acontecimiento único. Más bien, el Señor reveló cosas “línea por línea” (2 Nefi 28:30) a José, así como continúa revelando cosas a Sus profetas en la actualidad de acuerdo con Sus propósitos y Su tiempo.

Una línea ininterrumpida de profetas desde los días de José Smith ha hablado en nombre del Señor y continúa dando a conocer Su voluntad. Los profetas perciben la perspectiva más amplia y reciben dirección específica para los desafíos de su tiempo. El presidente Russell M. Nelson ha declarado: “Somos testigos de un proceso de restauración. Si ustedes creen que la Iglesia ha sido restaurada completamente, [les digo que] apenas han visto el principio. Hay mucho más por venir”<sup>10</sup>.

### **La Restauración y usted**

Ruego que cada uno de nosotros esté dispuesto a participar en la restauración continua del Evangelio, abrazando y practicando con entusiasmo lo que se ha revelado a los profetas modernos. Ejemplos de ello incluyen vivir la ley más alta y santa de ministrar a nuestros hermanos y hermanas<sup>11</sup>. También que cada uno de nosotros halle gozo duradero en el Evangelio a través de un plan centrado en el hogar y apoyado por la Iglesia para aprender la doctrina, fortalecer la fe, guardar los mandamientos y fomentar una mayor adoración personal, que incluya una noche de hogar que satisfaga las necesidades individuales y familiares<sup>12</sup>.

Podemos prepararnos para la segunda venida del Salvador al acelerar el recogimiento de Israel en ambos lados del velo<sup>13</sup>.

Podemos mejorar al hacer que el día de reposo sea una delicia tanto en nuestros servicios de adoración dominical como en el hogar<sup>14</sup>. Podemos estar más en sintonía con el Espíritu Santo al realizar el trabajo espiritual necesario para recibir revelación personal diaria<sup>15</sup>.

Testifico que los cielos permanecen abiertos y que hay mucho más por venir mientras el Señor nos prepara para los emocionantes días futuros. La restauración del sacerdocio permite a los hijos de Dios administrar y recibir las ordenanzas salvadoras, y autoriza a los profetas, videntes y reveladores modernos a dirigir el reino del Señor.

La Iglesia y sus miembros reciben innumerables bendiciones a diario gracias a la accesibilidad del sacerdocio del Señor. Ruego que a diario expresemos nuestra gratitud por las apariciones de Juan el Bautista y de Pedro, Santiago y Juan, y por el retorno del Sacerdocio Aarónico y de Melquisedec en esta última y final dispensación, en preparación para el regreso de nuestro Señor y Salvador, sí, Jesucristo. ■

#### NOTAS

1. Joseph Smith, *History, 1838–1856*, tomo A–1, creado el 11 de junio de 1839–24 agosto de 1843, pág. 15, Biblioteca de Historia de la Iglesia.
2. José Smith, en *History of the Church*, tomo I, pág. 35.
3. Oliver Cowdery, carta a W. W. Phelps, en *Latter Day Saints' Messenger and Advocate*, octubre de 1835, pág. 199.
4. *Enseñanzas de los Presidentes de la Iglesia: José Smith*, 2007, pág. 90. Aunque una tradición arraigada los situaba en las orillas del río Susquehanna, los registros actuales indican que se retiraron a una arboleda de arces azucareros en el extremo norte de la propiedad (véase Mark Lyman Staker, “Where Was the Aaronic Priesthood Restored? Identifying the Location of John the Baptist’s Appearance, May 15, 1829”, *Mormon Historical Studies* 12, nro. 2, otoño de 2011: págs. 142–159).
5. Véase Mark L. Staker, “Where Was the Aaronic Priesthood Restored?”, pág. 153.
6. Joseph Fielding Smith, *Doctrina de Salvación*, compilación de Bruce R. McConkie, 1955, tomo I, pág. 189.
7. Véanse Larry C. Porter, “Dating the Restoration of the Melchizedek Priesthood”, *Ensign*, junio de 1979, págs. 5–9; Larry C. Porter, “The Restoration of the Aaronic and Melchizedek Priesthoods”, *Ensign*, diciembre de 1996, págs. 42–44.
8. David O. McKay, “The Mission of the Church and Its Members”, *Improvement Era*, noviembre de 1956, pág. 781.
9. Robert D. Hales, “Las bendiciones del sacerdocio”, *Liahona*, enero de 1996, pág. 36.
10. “Latter-day Saint Prophet, Wife and Apostle Share Insights of Global Ministry”, [newsroom.ChurchofJesusChrist.org](https://newsroom.ChurchofJesusChrist.org).
11. Véanse Russell M. Nelson, “Ministrar con el poder y la autoridad de Dios”, *Liahona*, mayo de 2018, págs. 68–70, 75; Russell M. Nelson, “Ministrar”, *Liahona*, mayo de 2018, pág. 100; Henry B. Eyring, “El ministerio inspirado”, *Liahona*, mayo de 2018, págs. 61–64; Jean B. Bingham, “Ministrar como lo hace el Salvador”, *Liahona*, mayo de 2018, págs. 104–107.
12. Véanse Russell M. Nelson, “Observaciones iniciales”, *Liahona*, noviembre de 2018, págs. 6–8; Quentin L. Cook, “Una conversión profunda y duradera al Padre Celestial y al Señor Jesucristo”, *Liahona*, noviembre de 2018, págs. 8–12.
13. Véanse Russell M. Nelson, “Juventud de Israel” (devocional mundial para los jóvenes, 3 de junio de 2018), [HopeofIsrael.ChurchofJesusChrist.org](https://HopeofIsrael.ChurchofJesusChrist.org); Russell M. Nelson, “La participación de las hermanas en el recogimiento de Israel”, *Liahona*, noviembre de 2018, págs. 68–70.
14. Véase Russell M. Nelson, “El día de reposo es una delicia”, *Liahona*, mayo de 2015, págs. 129–132).
15. Véase Russell M. Nelson, “Revelación para la Iglesia, revelación para nuestras vidas”, *Liahona*, mayo de 2018, págs. 93–96.





# ¿Está mi hijo con una discapacidad listo para ser bautizado?

---

El octavo cumpleaños de nuestro hijo se acercaba; pero, ¿cómo podíamos estar seguros de que estaba listo para el bautismo?

Por Katie Edna Steed

Nuestro hijo, David, cumpliría ocho años en menos de un año. Mi esposo y yo queríamos que estuviera preparado para hacer los convenios sagrados del bautismo. Eso significaba hacer cosas como leer el Libro de Mormón, estudiar los convenios bautismales y repasar las preguntas de la entrevista bautismal. Ya habíamos hecho todo eso antes con la hermana mayor de David, pero David tiene autismo, por lo que decidir si debía ser bautizado no fue tan sencillo para nosotros.

Sí, sabíamos qué hacer para ayudarlo a prepararse, pero sobre toda esa preparación se cernían las preguntas: ¿Debía David ser bautizado? ¿Estaba listo? ¿Necesitaba que se le bautizara? ¿Entendía a lo que se estaría comprometiendo? ¿Cómo podíamos estar seguros de que estábamos haciendo lo correcto?

Al igual que muchos padres que tienen hijos con alguna discapacidad, estas preguntas nos llevaron por un trayecto de búsqueda de perspectivas doctrinales y revelación personal.

### La edad de responsabilidad vs. la responsabilidad

En Doctrina y Convenios 68:27 dice: “Y sus hijos serán bautizados para la remisión de sus pecados cuando tengan ocho años de edad, y recibirán la imposición de manos”.

Si nos basáramos únicamente en ese pasaje, concluiríamos que cualquier niño de ocho años está listo para ser bautizado. Sin embargo, las Escrituras también enseñan:

“... los niños pequeños son redimidos [...] mediante mi Unigénito;

“por tanto, no pueden pecar [...], sino hasta cuando empiezan a ser responsables ante mí” (Doctrina y Convenios 29:46–47; véase también Moroni 8:7–22).

¿Cómo podíamos mi esposo y yo comprender si David era responsable? Continuamos nuestra búsqueda.

De las normas de la Iglesia, aprendimos que la responsabilidad de una persona depende tanto de sus deseos como de su nivel de comprensión: si David era digno y deseaba ser bautizado, y demostraba que podía considerársele responsable, no debíamos negarle el bautismo.

También aprendimos que si la discapacidad de David limitaba su capacidad intelectual a la de un niño pequeño, no sería responsable y no necesitaría las ordenanzas de salvación (véase *Manual 1: Presidentes de estaca y obispos*, 2010, 16.1.8; los miembros que tienen preguntas sobre las normas de la Iglesia pueden consultar con sus obispos).

La capacidad intelectual de David era en realidad bastante típica. Sin embargo, aún me hallaba cuestionando si David había alcanzado un nivel apropiado de responsabilidad. Con espíritu de oración, continué buscando y esperando recibir la guía que me brindara paz.

### Discapacidades e inocencia

Conozco a algunos padres que tienen un hijo con discapacidad que reciben gran consuelo al leer que

quienes pasan por la vida terrenal sin haber llegado a ser responsables conservan el estado de inocencia: "... todos los niños pequeñitos viven en Cristo [...]. Porque el poder de la redención surte efecto en todos aquellos que no tienen ley [...]; y para tal el bautismo de nada sirve" (Moroni 8:22).

El profeta José Smith también describió la condición de los niños que mueren y no han llegado a ser responsables: "Y también vi que todos los niños que mueren antes de llegar a la edad de responsabilidad se salvan en el reino celestial de los cielos" (Doctrina y Convenios 137:10).

Sé que para esas personas el bautismo no es necesario en esta vida. También sabía que Dios nos ayudaría a saber qué sería lo mejor para David.

### En busca de la guía divina

De entre los que tienen discapacidades, existe una gran variedad de capacidades. Muchas personas con discapacidades están por encima del nivel mental de ocho años y se las puede bautizar y confirmar si llegan a ser responsables de sus actos (véase *Manual 1*, 16.3.5). Otras personas no serán responsables de sus actos. Sabía que mi esposo y yo podíamos consultar con nuestro hijo, con Dios y con nuestro obispo, quien actúa como un "juez en Israel", para ayudarnos a tomar la decisión inspirada en cuanto a si David estaba listo para ser bautizado (véase Doctrina y Convenios 107:76).

Estas palabras de Alma me brindaron gran paz: "... y ya que deseáis entrar en el redil de Dios y ser llamados su pueblo [...], ¿qué os impide ser bautizados en el nombre del Señor, como testimonio ante él de que habéis concertado un convenio con él de que lo serviréis y guardaréis sus mandamientos, para que

él derrame su Espíritu más abundantemente sobre vosotros?" (Mosíah 18:8–10).

Después de toda nuestra preparación, todas nuestras lecciones en casa y en la Primaria, comencé a hacerle preguntas a David que yo sabía que le harían en su entrevista bautismal.

A veces sus respuestas demostraban comprensión, pero otras veces no sabía qué responder. Me pregunté si estábamos haciendo lo correcto.

Finalmente, el Espíritu le susurró a mi corazón: "¿Por qué no le preguntas a David lo que él piensa?"

Me volví hacia David y le pregunté: "David, ¿quieres ser bautizado?"

Me miró directamente y dijo: "¡Sí!"

Cuando le pregunté por qué quería ser bautizado, dijo: "Para ser como Jesús".

Me embargó un sentimiento de paz y orientación. Supe en ese momento que, incluso si David no entendía todas las preguntas a la perfección, estaba listo para ser bautizado y confirmado. Él sabía lo que necesitaba saber y, lo más importante, tenía, a sabiendas, el deseo de entrar en el reino de Dios mediante el bautismo.

El día que David fue bautizado y confirmado miembro de La Iglesia de Jesucristo de los Santos de los Últimos Días estuvo lleno de amor, amistad y paz. El salón estaba lleno de familiares, miembros del barrio, amigos de la escuela e incluso maestros de la escuela de David. El ejemplo que David dio ese día al elegir seguir a Jesús y ser bautizado fue un ejemplo que influyó en muchas personas para bien. Nuestra familia es más fuerte porque tuvimos la oportunidad de aprender la forma en que las obras de Dios se manifestarían por medio de nuestro hijo, David (véase Juan 9:3). ■

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

## ¿CÓMO PODEMOS AYUDAR A LOS MIEMBROS CON DISCAPACIDADES?

Cuando los líderes siguen con amor el ejemplo del Salvador de ayudar a los demás a sentirse incluidos, los miembros con discapacidades y sus familias sentirán Su amor y comprenderán el importante lugar que ocupan dentro del cuerpo de Cristo (véase 1 Corintios 12:12, 18). Al liderar y servir, tenga en cuenta lo siguiente:

### 1. No tenga temor de hacer preguntas.

A veces tenemos miedo de abordar el tema de las diferencias, pero a medida que usted haga preguntas con respeto, las personas apreciarán su deseo sincero de comprender las circunstancias de ellas. Formule las preguntas de manera amorosa, como: “¿De qué manera puedo hacer que su experiencia en la Iglesia sea más significativa?”. Los miembros con discapacidades y sus familias a menudo son el mejor recurso para aprender sobre la discapacidad que tienen y pueden decirle en qué aspectos se necesita ayuda.

**2. Ayude a los demás a comprender.** Después de consultar con los miembros sobre sus discapacidades, converse con ellos sobre las cosas que ellos se sentirían cómodos que usted compartiera con otras personas. Luego, según sea apropiado, ayude a los líderes del barrio y a otros miembros a comprender las discapacidades y necesidades de la persona. Eso puede fomentar mayor compasión y comprensión, así como inspiración sobre cómo brindar apoyo.

**3. Realice adaptaciones.** Hay muchos ajustes simples que usted puede hacer para fomentar el aprendizaje y la participación de todos, entre ellos dar tiempo adicional

para responder preguntas, usar subtítulos en los videos, permitir que las personas con audición o visión limitadas se sienten donde puedan escuchar o ver mejor, y usar diversos materiales multimedia para presentar las lecciones. También puede consultar a un especialista de barrio o de estaca en discapacidades en cuanto a adaptaciones específicas que puede realizar.

**4. Cree oportunidades de servicio.** Reúnanse con las personas y con quienes les brindan cuidado para determinar cuáles son sus habilidades y talentos. Luego, en oración, busque maneras significativas en las que puedan prestar servicio. Todos tienen algo que pueden contribuir a la obra.

**5. Tienda una mano con amor.** Procure emular el sincero recibimiento que hay en las palabras del élder Jeffrey R. Holland: “Como miembros de la Iglesia, nos hallamos en ese trayecto [...]; cualesquiera sean sus circunstancias, son bienvenidos” (“Lo que deseo que todo miembro nuevo sepa y que todo miembro experimentado recuerde”, *Liahona*, octubre de 2006, pág. 10). De todos los recursos de la Iglesia, algunos de los más grandiosos serán siempre las personas que se ministran unas a otras con amor y amistad.

# Cómo manejar las **ALERGIAS** **ALIMENTARIAS** en la Iglesia



Por Lisa Ann Thomson

Una actividad de los jóvenes en una fría noche de enero de 2017 cambió a la familia Sorenson para siempre.

El hijo de Terry y Jenilyn, Tanner, tenía 14 años. La actividad combinada estaba llegando a su fin; un líder estaba ofreciendo el último refrigerio. Tanner, que era alérgico al maní, agarró una galleta y la mordió. No debió hacerlo; era una galleta de mantequilla de maní.

“Habitualmente era muy cuidadoso”, cuenta Terry.

Tanner logró llegar a su casa, que estaba en la misma calle del centro de reuniones, pero enseguida perdió el conocimiento. Dejó de respirar. Los paramédicos y el personal de la sala de emergencias lucharon valientemente por él, pero desafortunadamente sus esfuerzos no tuvieron éxito.

Tanner falleció esa noche debido a su alergia alimentaria.

## Un problema a nivel mundial

A nivel mundial, alrededor del cinco por ciento de los niños tienen alguna alergia alimentaria<sup>1</sup>. En los Estados Unidos, aproximadamente el cuatro por ciento de los adultos y hasta el ocho por ciento de los niños tienen alguna alergia<sup>2</sup>, con cifras similares en los países europeos y algunos países asiáticos<sup>3</sup>. En un barrio de 200 adultos, eso significa unas ocho personas; y en una Primaria de 50 niños, son unos cuatro.

Se han identificado más de 170 alimentos como posibles alérgenos pero, en los Estados Unidos, los “8 grandes” representan la mayoría de las alergias alimentarias: leche, huevos, maní, nueces, trigo, soja [soya], pescado y mariscos crustáceos<sup>4</sup>. A nivel regional, otros alimentos encabezan la lista de alérgenos, como los garbanzos en la India, el alforfón o trigo



sarraceno en Corea del Sur y Japón, y los huevos de hormigas en el norte de Tailandia. La leche de vaca y los huevos están casi invariablemente entre los alérgenos alimentarios más prevalentes en todo el mundo<sup>5</sup>.

Una reacción alérgica ocurre cuando el sistema inmune del cuerpo reacciona de forma exagerada a una sustancia que percibe como una amenaza. La más grave de esas reacciones es la anafilaxia, que es un efecto rápido y sistémico que puede causar la muerte<sup>6</sup>. Los síntomas pueden incluir hormigueo o picazón en la boca; hinchazón de los labios, cara, lengua u otras partes del cuerpo; náuseas o vómitos; constricción de las vías respiratorias; pulso rápido y mareos; y shock<sup>7</sup>.

“Es tan grave como si en la capilla alguien estuviera sufriendo un derrame cerebral o un ataque cardíaco, o incluso más grave”, señala el Dr. Jonathan Olson, alergólogo y miembro de la Iglesia. “Una persona que tiene una reacción alérgica podría morir más rápidamente que alguien que sufre un ataque cardíaco”.

Aunque hay posibles terapias que son prometedoras, en la actualidad no existe una cura para las alergias alimentarias. El criterio para el cuidado continúa siendo “evitar el alérgeno y reconocer y tratar la anafilaxia”, dice el Dr. Olson.

### La comida es amor

La comida es a menudo uno de los elementos principales de las reuniones; representa culturas,



tradiciones y fiestas. La comida se utiliza para alimentar nuestro cuerpo, pero también para nutrir nuestra alma, mostrar amor y preocupación, y atraer a las personas para que se reúnan y se relacionen entre sí.

En ninguna parte es esto más cierto que en la Iglesia. En las clases, se entregan golosinas para alentar la asistencia o para reforzar una lección. Las comidas compartidas del barrio, las competencias de cocina y otras actividades dan a los santos un motivo para reunirse y socializar. Hacemos

***“Una persona que tiene una reacción alérgica podría morir más rápidamente que alguien que sufre un ataque cardíaco”.***

comidas para madres que acaban de dar a luz y para funerales, a manera de servicio sincero. Dejamos golosinas a la entrada de una casa para decirles que estamos pensando en ellos.

Incluso el Salvador dio de comer a las cinco mil personas que se habían reunido para oírlo enseñar<sup>8</sup>.

Estos ejemplos sirven para ilustrar por qué las alergias alimentarias pueden ser tan difíciles de manejar y tan difíciles de entender para algunos, incluso, y especialmente, en la Iglesia. Muy a menudo, la comida es amor; pero si los miembros del

barrio ven las alergias alimentarias como una oportunidad para ministrar, entonces el hacer los arreglos necesarios teniendo en cuenta a las personas que padecen alergias, e incluso la *falta de comida*, también puede ser una expresión de amor.

### **Hacer que la Santa Cena sea sagrada... y segura**

El élder Jeffrey R. Holland, del Cuórum de los Doce Apóstoles, dijo: “[L]a Santa Cena del Señor [es] el centro de atención sagrado y reconocible de nuestra experiencia semanal de adoración [...]”.

“[E]sa hora decretada por el Señor es la hora más sagrada de la semana”<sup>9</sup>.

Sin embargo, como se señaló en las pautas que

para la Santa Cena y cómo evitar el contacto cruzado en la mesa de la Santa Cena (Se puede encontrar información más detallada en [disability.ChurchofJesusChrist.org](http://disability.ChurchofJesusChrist.org)). El seguir estas pautas puede garantizar una experiencia segura durante la Santa Cena para la mayoría de los miembros.

***Los miembros que tienen alergias pueden analizar con los líderes algunas opciones seguras para el pan que consumen durante la Santa Cena.***



Los miembros con alergias pueden analizar con su obispo las adaptaciones apropiadas para la Santa Cena. Los miembros pueden proporcionar su propio pan libre de alérgenos en una bolsa de plástico sellada.

Además, las familias con alergias alimentarias enfrentan desafíos cuando otras personas llevan alimentos o refrigerios a la reunión sacramental. Debido a que algunas reacciones alérgicas pueden ocurrir simplemente al inhalar o tocar un alérgeno, las familias que tienen alergias alimentarias se pasan la reunión sacramental cambiando de asiento o saliendo al vestíbulo cuando hay comida presente.

la Iglesia publicó recientemente en cuanto a la capacitación sobre alergias alimentarias y contaminación cruzada: “Las alergias alimentarias y las reacciones a los alimentos pueden tener un efecto significativo en la salud emocional [...] de una persona y en su capacidad de participar en las reuniones y actividades de la Iglesia”<sup>10</sup>.

Las pautas de la Iglesia sobre las alergias alimentarias incluyen instrucciones sobre cómo proveer de pan seguro

En una reunión de capacitación de abril de 2015, el presidente M. Russell Ballard, Presidente en Funciones del Cuórum de los Doce Apóstoles, sugirió: “Nuestro objetivo principal es que todos tengan una experiencia espiritual y una fe fortalecedora en nuestro Padre Celestial y en el Señor Jesucristo a través de la observancia del día de reposo”. Y añadió: “Seguramente podemos esperar que los teléfonos celulares y los iPads, los juegos

y la comida puedan dejarse a un lado durante una preciosa hora, de 168 horas en una semana, para la reunión sacramental que se dedica al Padre Celestial y a Su Hijo Amado, el Señor Jesucristo”<sup>11</sup>.

Por varias razones, no todos pueden dejar a un lado la comida durante las reuniones de la Iglesia; pero, con el horario acortado, tal vez podamos considerar la sugerencia del presidente Ballard y evaluar si es necesario llevar comida a la reunión sacramental.

### Llevar las cargas los unos de los otros

Si bien el efecto físico de las alergias alimentarias puede ser grave, el impacto espiritual puede ser igualmente profundo, para bien o para mal.

La hija de Francesca tiene una grave alergia a la leche. Mientras su hija estaba en la Primaria, a una de sus maestras le encantaba llevar pastelitos caseros a la clase para los cumpleaños. Francesca se ofreció a llevar pastelitos seguros cada vez que hubiera un cumpleaños; la maestra rechazó la oferta y, en cambio, envió a la niña de seis años a sentarse en el pasillo cuando se compartían las golosinas de cumpleaños.

“Eso fue muy doloroso en muchos aspectos”, recuerda Francesca. “En lugar de enseñar a los otros niños a ‘ser como Jesús’ y preocuparse lo suficiente como para incluir a todos, ella les enseñó a excluir”.

La inclusión y la exclusión son temas comunes cuando se habla con familias que experimentan alergias alimentarias. El hijo de nueve años de Cynthia, que es alérgico al maní y a los frutos secos, esperaba con ilusión asistir a un campamento de día. Sin embargo, en la mañana del campamento, recibieron una llamada de una líder que les pedía que no asistiera, porque no podían adaptarse para tomar en cuenta sus alergias.

“Al concluir de hablar con ella, comencé a llorar”, recuerda Cynthia, “lágrimas de congoja desde el fondo de mi corazón por mi pequeño a quien se volvía a excluir”.

Katie Edna Steed, gerente especialista de la Iglesia en discapacidad, señala: “El Salvador dejaría a las noventa y nueve e iría en busca de la que falta. Debemos recordar ese ejemplo: ver a la persona en particular y tenerla en cuenta”.

### Nosotros podemos ayudar

Hay mucho que los miembros que sufren alergias alimentarias y sus familias del barrio pueden hacer para mostrar amor y hacer que la participación en la Iglesia sea segura e inclusiva.

*¿Qué pueden hacer las familias que experimentan alergias alimentarias?*

### *Preguntas para hacer cuando se planifica una actividad o lección*

1. El incluir comida en mi lección o actividad, ¿apoyaría mi mensaje? ¿Podría eliminar la comida de mi lección o actividad?
2. Si la comida es una parte importante de mi actividad, ¿cómo puedo ministrar a los que tienen alergias alimentarias? ¿Hay opciones de alimentos que contribuyan a mi propósito y sean seguras para todos los que participen? ¿Podría pedir a las personas o a los padres que proporcionen una golosina segura o que me ayuden a determinar opciones seguras?
3. Si no hay forma de proporcionar algo que todos puedan comer, ¿puedo ofrecer una alternativa para los que tienen alergias? ¿Puedo coordinar directamente con las personas que tienen alergias a fin de establecer un plan con el que se sientan cómodas?





Las familias en las que hay alergias pueden explicar sus necesidades a los líderes y maestros, y comunicarse de nuevo a medida que los líderes y maestros van cambiando. Pue-

Un domingo, no le repartieron la Santa Cena. Los presbíteros que la preparaban se habían dado cuenta de que el pan para ella se había contaminado con el otro pan que había en la mesa.

“Me buscaron después de la reunión sacramental, explicaron lo sucedido y me dijeron que habían recibido permiso especial del obispo para administrarme la Santa Cena en un salón de clase”, dice Suzanne. “Lloré mientras bendecían y repartían la Santa Cena en esa pequeña habitación. Pude sentir el amor del Salvador con mucha fuerza y saber que Él sabía lo mucho que yo había luchado con este desafío”.

***“El Salvador dejaría a las noventa y nueve e iría en busca de la que falta. Recuerden ver a la persona en particular y tenerla en cuenta”.***

den ofrecerse a proporcionar alimentos seguros y ayudar a planificar menús y actividades. Pueden proporcionar capacitaciones sencillas que pueden salvar la vida, así como planes de emergencia. Entenderán cuando los miembros expresen temor o reservas, pero educarán con paciencia a los miembros y trabajarán juntos para encontrar opciones seguras e inclusivas. Deben pedir adaptaciones razonables que el barrio pueda efectuar y mantener.

*¿Qué pueden hacer los miembros del barrio?*

Los miembros del barrio pueden tratar de comprender las situaciones individuales. Los miembros del barrio deben respetar las instrucciones de los padres en cuanto a darle comida a un niño. Si la comida es necesaria para una actividad o lección, los maestros y los líderes pueden preguntar a las personas y a los padres si la comida será segura. Los miembros del barrio pueden invitar a las personas y a los padres a participar y resolver problemas según las circunstancias lo requieran.

Suzanne tiene varias alergias alimentarias. Ella se ha sentido particularmente conmovida por la sensibilidad que muestran los presbíteros de su barrio al preparar la Santa Cena. “Me llena de humildad ver a los hombres jóvenes que han hecho que el tomar la Santa Cena sea seguro para mí”, dice ella.



“El estar dispuestos a crear un ambiente seguro en la Iglesia para las personas con alergias graves es también demostrar que se está dispuesto a llevar las cargas los unos de los otros”, dice Suzanne.

La hija de Francesca ya asiste a las Mujeres Jóvenes. Su presidenta de las Mujeres Jóvenes sintió la impresión de ayudar a esta familia con sus cargas. “Sentí que debíamos hacer lo que fuera necesario para asegurarnos de que no se viera obligada a elegir entre su seguridad y su adoración”,

dijo. “Oré en cuanto a la manera de enfrentar esa situación y sentí firmemente que debíamos acoger a esa familia y asegurarnos de que se les incluyera plenamente”.

Los líderes de los jóvenes aceptaron el desafío de planificar una conferencia de jóvenes que incluía pasar la noche y a la cual la hija de Francesca pudiera asistir sin riesgo. Francesca ayudó a planear el menú y a comprar la comida. Los hombres jóvenes lavaron con agua a presión las planchas de cocina antes de cocinar en ellas.

“¡Fue maravilloso!”, dice Francesca. “Lloré y sentí el amor de Dios a través de sus acciones amorosas e inclusivas, y mi hija también lo sintió”.



*Las familias, los maestros y los líderes pueden trabajar juntos para hacer de la Iglesia un lugar más seguro donde todos puedan aprender y crecer.*

### La manifestación de las obras de Dios

La familia de Tanner ha sentido muchos milagros, grandes y pequeños, desde que perdieron a su hijo. Esperan que el tomar mayor conciencia con respecto a las alergias alimentarias sea uno de ellos.

“No es que estos chicos que sufren alergias sean irresponsables; no es que no estén prestando atención, pero son chicos”, dice el padre de Tanner, Terry. “Solo lleva un segundo bajar la guardia”.

Pero la ministración puede ayudarlos a mantener la guardia en alto. “La ministración, por definición, significa atender las necesidades de los demás”, dice el Dr. Olson. “Todo lo relacionado con la Iglesia se basa en las necesidades de cada persona y en asegurarse de que se satisfagan sus necesidades espirituales y físicas”.

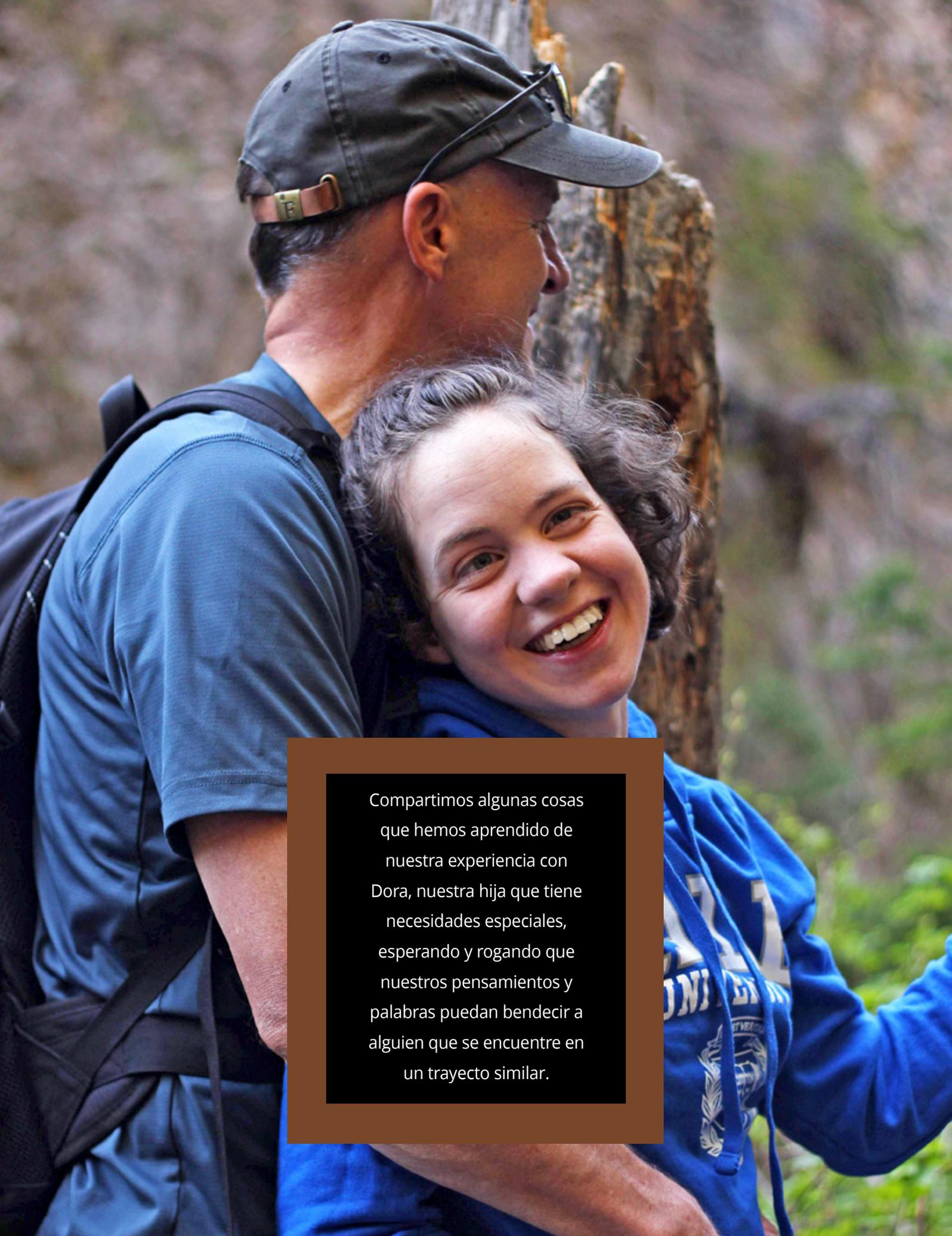
Sharon Eubank, Primera Consejera de la Presidencia General de la Sociedad de Socorro, enseñó: “Cristo les dijo con ternura a los nefitas: ‘... he mandado que *ninguno* de vosotros se alejara’ [...]. Un requisito inquebrantable de los discípulos cristianos y de los Santos de los Últimos Días es demostrar amor verdadero los unos a los otros”<sup>12</sup>.

Francesca, después de librar una lucha personal por entender por qué su hija enfrentaba el desafío de una alergia

alimentaria, llegó a darse cuenta de que “a veces Dios sana a alguien con una discapacidad para manifestar Sus gloriosas obras, y otras veces permite que alguien conserve su discapacidad porque desea que Sus obras se manifiesten en la forma en que los demás tratan a esa persona. Dios nos da a todos oportunidades de aprender a ser bondadosos y de aprender a ser como Él al permitirnos ser un milagro para alguien en su sufrimiento”. ■

### NOTAS

1. Véase “Food Allergies: Global Burden, Causes, Treatment, Prevention and Public Policy” (estudio de consenso del Instituto de Medicina de EE. U.U., 2017), National Academies of Science.
2. Véase Wenyin Loh y Mimi L. K. Tang, “The Epidemiology of Food Allergy in the Global Context”, *International Journal of Environmental Research and Public Health*, tomo XV, nro. 9 (18 de septiembre de 2018), pág. 2043, [ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6163515](https://ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6163515).
3. Véase Alison Joanne Lee, Meera Thalayasingam y Bee Wah Lee, “Food Allergy in Asia: How Does It Compare?”, *Asia Pacific Allergy*, tomo III, nro. 1 (enero de 2013), págs. 3–14, [ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3563019/](https://ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3563019/); FARE: Food Allergy Research & Education. “Food Allergy Facts and Statistics for the U.S.”, [foodallergy.org/sites/default/files/migrated-files/file/Final-FARE-Food-Allergy-Facts-Statistics.pdf](https://foodallergy.org/sites/default/files/migrated-files/file/Final-FARE-Food-Allergy-Facts-Statistics.pdf). Algunas alergias a los alimentos se curan con la edad, lo que explica el mayor porcentaje en la niñez que en la edad adulta.
4. Véase FARE, “Food Allergy Facts and Statistics for the U.S.”.
5. Véase Loh y Tang, “The Epidemiology of Food Allergy in the Global Context”.
6. Véase “Signs and Symptoms”, [anaphylaxis.org.uk/hcp/what-is-anaphylaxis/signs-and-symptoms](https://anaphylaxis.org.uk/hcp/what-is-anaphylaxis/signs-and-symptoms).
7. Véase Clínica Mayo, “Food allergy”, [mayoclinic.org](https://www.mayoclinic.org).
8. Véanse Marcos 6:37–44; Lucas 9:10–17.
9. Jeffrey R. Holland, “He aquí el Cordero de Dios”, *Liahona*, mayo de 2019, págs. 45, 46.
10. “Food Allergies”, en la sección de Normas y pautas de disability.ChurchofJesusChrist.org.
11. M. Russell Ballard, en “April 2015: Sabbath Day Observance” (video), [ChurchofJesusChrist.org/media-library](https://ChurchofJesusChrist.org/media-library).
12. Sharon Eubank, “Cristo: La luz que resplandece en las tinieblas”, *Liahona*, mayo de 2019, pág. 74; cursiva agregada.



Compartimos algunas cosas que hemos aprendido de nuestra experiencia con Dora, nuestra hija que tiene necesidades especiales, esperando y rogando que nuestros pensamientos y palabras puedan bendecir a alguien que se encuentre en un trayecto similar.



Por el élder Paul B. Pieper  
De los Setenta  
Y por Melissa T. Pieper

# Necesidades especiales, lecciones especiales

Los días posteriores al nacimiento programado por cesárea de nuestra hija Dora, supimos que algo en ella era diferente; pero no fue sino hasta que la llevaron directamente al hospital después de un reconocimiento médico, tres semanas después, que comenzamos a entender que su nacimiento sería un acontecimiento que cambiaría la vida de nuestra familia.

Las semanas y los meses siguientes nos llevaron por una montaña rusa de esperanzas y temores mientras profesionales dedicados trataban de diagnosticar la enfermedad de Dora. Cada nueva teoría conllevaba su propio conjunto de ansiedades.

“Por favor, *eso* no. No podríamos soportar perderla”, respondimos ante un posible diagnóstico. “Si es *eso*, no estamos seguros de cómo podríamos afrontarlo”, respondimos a otro.



El diagnóstico es una espada de dos filos; puede proporcionar alivio y ayudarnos a comprender cómo será el futuro, pero también puede crear expectativas o definir limitaciones que incluso quizás no sean reales. En nuestro caso, estamos

agradecidos de que, después de todas las teorías y pruebas, los médicos nunca pudieron llegar a un diagnóstico específico para Dora.

“Ella es fisiológicamente normal en todos los sentidos”, nos dijeron, “pero sufre de deficiencia muscular y convulsiones”.

Hemos vivido los últimos 28 años con esa declaración: sus incertidumbres, sus giros y vueltas, sus desafíos, y sus alegrías y posibilidades. No sabíamos cómo sería el

*Nos encanta definir a Dora por sus capacidades y no por sus limitaciones.*

camino, pero nunca nos sentimos limitados por un diagnóstico médico específico.

### Definir a una persona con necesidades especiales

Algunas de las preguntas más frecuentes que se nos han hecho a lo largo de los años sobre Dora son: “¿Qué tiene ella?” y “¿Cuál es su discapacidad?”. En general, respondemos diciendo algo como: “Bueno, no habla, no camina sin ayuda y no se alimenta ni se viste sola, pero ella es mucho más que eso”.

Hemos aprendido a no definirla por sus incapacidades o limitaciones; más bien, nos encanta definirla por sus capacidades.

Por ejemplo, Dora puede sonreír. Su sonrisa hace sonreír a los que la rodean. Personas totalmente extrañas nos han detenido en el aeropuerto para preguntarnos si pueden tomarse una foto con Dora simplemente porque les ha impresionado la luz de su radiante sonrisa.

Puede dar abrazos. Si tienes la suerte de recibir un abrazo de Dora, te cambiará la vida. Una vez, cuando salíamos de un evento deportivo, Dora pasó junto a un hombre sin hogar que estaba en la acera y espontáneamente extendió los brazos y lo abrazó. Por la expresión de él, fue obvio



### CUERPO FRÁGIL, DESTINO DIVINO

“[N]o se requiere un cuerpo perfecto para alcanzar un destino divino; de hecho, algunos de los espíritus más dulces se alojan en cuerpos frágiles. A menudo, las personas que tienen dificultades físicas desarrollan una gran fortaleza espiritual, precisamente por el desafío que afrontan. Tales personas tienen derecho a todas las bendiciones que Dios tiene reservadas para Sus hijos fieles y obedientes”.

Presidente Russell M. Nelson, “El cuerpo: Un don magnífico que debemos apreciar”, *Liahona*, agosto de 2019, pág. 53.

que el abrazo fue una de las cosas más increíbles que había experimentado ese día.

Dora te ayuda a sentirte amado. Si Dora te mira a los ojos, aunque sea por un segundo, sentirás un amor y una dulzura que pueden causar que se te llenen los ojos de lágrimas. Con esos dones increíbles, ¿por qué querríamos definirla como “discapacitada” o “minusválida”? Ha influido en cientos de vidas para siempre simplemente por ser quien es y hacer lo que hace.

### Día a día

Es fácil que los padres se sientan abrumados cuando se dan

cuenta de que su hijo dependerá de ellos durante toda la vida. La sensación de agobio se pronuncia aún más cuando ese hijo requiere constante apoyo físico, emocional y quizás médico. La perspectiva de alimentar, vestir, bañar, cuidar y apoyar a un hijo todos los días puede presentarse como una montaña que es demasiado alta y empinada como para escalar.

En esos momentos, es importante dar un paso atrás y decir: “Solo debo hacer esto hoy”. Hemos descubierto que al centrarnos solo en las necesidades y oportunidades de cada día, la tarea parece más llevadera. Podemos vivir solo un

día a la vez, y podemos buscar la alegría y el crecimiento que acompañan a ese día.

### Capacidad de crecimiento

Cada espíritu que se envía a la tierra es capaz de experimentar “crecimiento”<sup>1</sup>. Se espera que todos ejerzamos nuestro albedrío en la medida que podamos. Quienes cuidamos a otras personas somos responsables de ayudar a los que están bajo nuestro cuidado a crecer y progresar física, emocional y espiritualmente en la medida de lo posible. Eso puede significar ayudarlos a tener oportunidades de servir, como Dora al dar abrazos o sonrisas. También puede significar ayudarlos a utilizar y, si es posible, aumentar sus capacidades físicas y mentales por medio de la terapia y la actividad.

Al hacerlo, debemos ser realistas. Si estamos constantemente frustrados, quizás estemos presionando demasiado. El Señor puede ayudarnos y guiarnos a través de Su Espíritu para hacer las cosas que son posibles y apropiadas. En algunos casos, Él nos dará milagros, por pequeños que parezcan.

Siempre recordaremos que un destacado especialista en ortopedia nos dijo que Dora nunca caminaría; pero después de varios años de mucha oración y trabajo arduo, Dora ahora puede caminar con ayuda. Su condición general no ha cambiado, pero el Señor nos dio un pequeño milagro para ayudarla a crecer y disfrutar más la vida.

### Fe para no ser sanado

Cuando un preciado hijo de Dios con alguna discapacidad es enviado a nuestro hogar, es natural preguntar *¿por qué?* Nuestra fe, naturalmente, nos lleva a preguntarle a Dios si sería posible sanar o quitarle la enfermedad al niño. Tenemos la certeza de que Dios puede sanar a nuestra hija, pero Él también ha dejado en claro que no es Su voluntad hacerlo ahora.

Nuestro Padre Celestial tiene Sus propios propósitos

para enviarnos a Dora, y Él la sanará... si desea hacerlo y cuando lo desee. Es posible que ese día no llegue sino hasta el momento de la curación definitiva: la resurrección. Se necesita tanta fe para aceptar la voluntad de Dios de que estos seres preciados no sean sanados ahora como la que se necesita para creer que Él puede sanarlos ahora. Dora nos fue enviada con un propósito, y nos hemos sentido prevenidos de no buscar el *porqué*, sino de preguntarle al Padre Celestial *qué* desea Él que aprendamos.

“El preguntar ‘¿Por qué tiene que pasarme esto? ¿Por qué tengo que sufrir? ¿Qué hice para merecerlo?’ te llevará a callejones sin salida”, dijo el élder Richard G. Scott (1928–2015), del Cuórum de los Doce Apóstoles. En cambio, él dijo: “Es mejor preguntarse: ‘¿Qué debo hacer? ¿Qué aprenderé con esto? [...] El pedir con verdadera convicción: ‘Permíteme saber Tu voluntad’ y ‘Hágase Tu voluntad’ es la mejor forma de recibir la máxima ayuda de tu amoroso Padre”<sup>2</sup>.

En ocasiones pensamos en los padres de los niños que el Salvador sanó durante Su ministerio terrenal. Tal vez, como nosotros, esos padres se preguntaron con qué propósito se les enviaron sus hijos. Después de que el Salvador los sanó, los padres pudieron comprender que le habría sido imposible a Él demostrar Su poder sanador y Su divinidad si no hubiera

habido nadie a quien sanar. Tenemos fe en que llegará un momento de sanación para todos los hijos de Dios<sup>3</sup>.

Esperamos ansiosamente ese día. ■

Quienes cuidamos a otras personas somos responsables de ayudar a quienes están bajo nuestro cuidado a crecer y progresar física, emocional y espiritualmente en la medida de lo posible.

### NOTAS

1. El profeta José Smith enseñó: “Todas las mentes y todos los espíritus que Dios ha enviado al mundo son susceptibles al crecimiento” (*Enseñanzas de los Presidentes de la Iglesia: José Smith*, 2007, pág. 221).
2. Véase Richard G. Scott, “La confianza en el Señor”, *Liahona*, enero de 1996, pág. 18.
3. Para obtener información sobre cómo tener “la fe para no ser sanado”, véase David A. Bednar, “Aceptar la voluntad y el tiempo del Señor”, *Liahona*, agosto de 2016, págs. 16–23.

# Las palabras del profeta para todos

*No esperaba ver una cita de un profeta de Dios en las paredes de la escuela.*

Me desperté temprano una mañana para prepararme para ir a trabajar. Normalmente me encanta mi trabajo como maestra, pero ese día no estaba de humor y solo quería volver a meterme bajo las sábanas y hacer de cuenta que volvía a ser la hora de acostarse.

Cuando llegué a la escuela secundaria, intenté prepararme mentalmente para trabajar. Sabía que en poco tiempo tenía que enseñar una clase de matemáticas, pero sentía el corazón y la cabeza apagados y deprimidos. Todas mis emociones eran negativas.

Decidí ir al baño antes de la clase. De vez en cuando, alguien fija volantes en los baños con información para los

estudiantes y el personal. De reojo, un volante me llamó la atención. En él había una buena cita que decía: "... si desea dar su luz a los demás, uno tiene que resplandecer"<sup>1</sup>. Me sorprendió ver que esa cita era del presidente Thomas S. Monson (1927–2018).

No esperaba ver una cita de un profeta de Dios en las paredes de la escuela. Vivo en un pequeño pueblo de Pensilvania, EE. UU., y estoy segura de que soy una de las pocas personas, o posiblemente la única, que es miembro de La Iglesia de Jesucristo de los Santos de los Últimos Días en la escuela. Sabía que era una de las pocas personas que entendería la importancia de

las palabras del presidente Monson, un hombre a quien había sostenido durante muchos años como profeta. Sentí que ese mensaje era para mí. Me ablandó el corazón y me levantó el ánimo. El corazón se me llenó de gratitud por mi testimonio y sentí a mi alrededor el amor del Padre Celestial.

Deseaba arrancar el volante de la pared y guardármelo en el bolsillo todo el día para elevarme el ánimo, pero pronto me di cuenta de algo. El presidente Monson no fue solo el profeta para mí y otros miembros de la Iglesia; fue el profeta para el mundo. Sus palabras, como las del presidente Russell M. Nelson hoy en día, son para todos. Las palabras de un profeta ayudan y elevan a *todos* los que las escuchan. Tomé una foto de la cita con mi teléfono y dejé el volante para cualquier otra persona que pudiera necesitarlo.

Estoy agradecida de que nuestro Padre Celestial haya puesto ese mensaje en mi camino. Quiero dar luz a los demás. Por medio de la obediencia y la cercanía a nuestro Salvador, puedo resplandecer incluso en los días en los que la oscuridad me haría perder el rumbo. ■

**Katherine Furgeson, Pensilvania, EE. UU.**

**NOTA**

1. Véase Thomas S. Monson, "Porque yo era ciego, pero ahora puedo ver", *Liahona*, julio de 1999, pág. 69.



## “No renunciaré a mi fe”

*Me convertí en objeto de burla y desprecio en el trabajo. ¿Por qué me aferraba a un trabajo que se había convertido en un peligro para mi bienestar espiritual?*

Poco después de haber sido contratado como subdirector de una gran biblioteca, mi equipo y yo comenzamos un ambicioso proyecto para digitalizar 37 000 libros. Un día mi supervisor me llamó a su oficina.

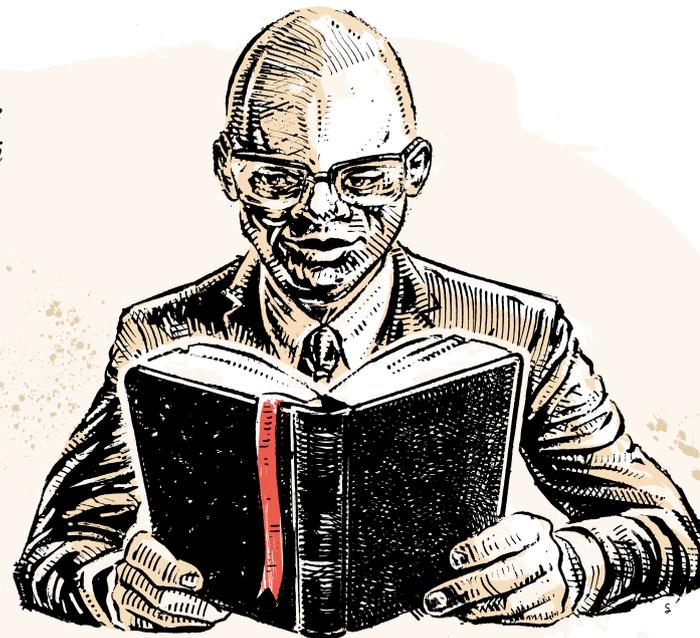
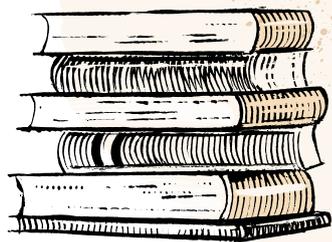
“Edouard”, dijo, “me han invitado a presentar nuestro proyecto de digitalización de libros en Estados Unidos y a solicitar algunas nuevas adquisiciones. Me han pedido que lleve conmigo a un compañero de trabajo de confianza. Confío en ti pero no en tu iglesia. Si renuncias a tu fe, puedes venir conmigo”.

Antes de que pudiera decir nada, me dijo que lo pensara y que me retirara.

Esa noche, le conté a mi esposa lo que había sucedido. Ella me animó a tener fe. Al día siguiente, le dije a mi supervisor que mantendría mi fe. Se enojó y dijo que viajaría solo.

Un año después, tuve la oportunidad de viajar a Francia para recibir capacitación en financiamiento, adquisiciones y administración de bibliotecas; solo necesitaba la aprobación de mi supervisor. Dijo que lo aprobaría solamente si renunciaba a mi fe. De nuevo me negué a hacerlo. Luego rompió el documento y me lo arrojó a la cara. Un tiempo después, mi supervisor se me volvió a acercar.

“Estoy a punto de salir en otro viaje”, dijo; “puedes acompañarme, pero la



condición sigue siendo la misma. Nunca viajaré con un miembro de tu iglesia”.

“No renunciaré a mi fe”, dije. Se fue sin decir una palabra. Al poco tiempo comenzó a hablarles a mis colegas sobre mí.

“Le he ofrecido oportunidades”, decía, “pero las ha echado a perder todas por su fe ciega. Es un necio”.

A partir de ese momento, me convertí en objeto de burla y desprecio en el trabajo. Me sentía abatido. Una noche, preocupado por ese problema, abrí la Biblia y leí: “Por tanto, si tu ojo derecho te es ocasión de caer, sácalo y échalo de ti; porque mejor te es que se pierda uno de tus miembros, y no que todo tu cuerpo sea echado al infierno” (Mateo 5:29).

Si el Señor dice que debemos desahucarnos de algo para salvarnos a nosotros mismos, ¿por qué me aferraba a

un trabajo que se había convertido en un peligro para mi bienestar espiritual? Al día siguiente, entregué mi carta de renuncia.

Hoy, me regocijo por esa decisión. Con valor y fe en Jesucristo, me enfrenté a la humillación en el trabajo y a quedar desempleado temporalmente. Mi nuevo trabajo me brinda oportunidades que antes no habían estado a mi alcance. El Señor me ha bendecido, y le agradezco Su bondad y Su amor por mí. ■

**Edouard Ngindu, Katoka, República Democrática del Congo**

# Necesitábamos un segundo milagro

*Ya habíamos recibido un milagro con el embarazo de mi esposa; ahora necesitábamos otro.*

**M**i esposa, Sarah, estaba de veinticuatro semanas de embarazo cuando comenzó a sentir mucho dolor. Le di una bendición y luego me fui a trabajar. Todavía estaba en el trabajo cuando me pidió que fuese a casa para que la llevara al hospital.

“Su bebé está en camino”, nos dijeron cuando llegamos. Como Sarah solo estaba de veinticuatro semanas, para tener mayores probabilidades de que la bebé sobreviviera, había que realizarle una cesárea de emergencia.

“Su esposa no tiene por qué pasar por ningún trauma adicional”, me dijo el médico. “Ella va a perder a la bebé de todos modos”.

Sarah y yo hablamos y oramos sobre lo que el doctor había dicho. Sentimos que si había alguna posibilidad de que nuestra bebé pudiera sobrevivir, teníamos que aprovecharla. Habíamos tenido dificultades para tener hijos. Nuestro hijo mayor, Taylor, es adoptado. Cuando Sarah se quedó embarazada dos años después de adoptar a Taylor, pensamos que era un milagro. Ahora necesitábamos un segundo milagro.

Un rato más tarde, un especialista se acercó a nosotros y nos dijo: “Creo que podemos disponer de tiempo para llevar a su esposa a un hospital de niños en El Paso, Texas, que está equipado para atender a recién nacidos prematuros y en

estado crítico. La bebé tendrá una posibilidad de sobrevivir allí”.

Una ambulancia salió de nuestro hospital local con Sarah y se dirigió a toda velocidad hacia el hospital para niños a 45 minutos. La seguí de cerca, rogándole al Señor en oración que nos hiciera un milagro. Le prometí que me mantendría en el camino del Evangelio y trataría de ser mejor.

En el hospital, le dije al médico de la unidad de cuidados intensivos neonatales: “Sabemos que ya hemos recibido un milagro con el embarazo de mi esposa; ahora esperamos otro”.

El parto salió bien y nuestra bebé sobrevivió. Después de pasar cuatro meses y medio en la unidad de cuidados intensivos neonatales, llevamos a Shanna a casa. *Habíamos* recibido un segundo milagro. No muchos años después, recibimos otro milagro: el Señor nos bendijo con gemelos.

Shanna tiene un coeficiente intelectual ligeramente bajo y está en una silla de ruedas, pero está llena de alegría, siempre es positiva y es amiga de todos. Le encanta hablar sobre lo que ha hecho durante el día y está entusiasmada con la vida. Nos mantiene sonriendo y nos enseña a ser felices. La amamos y estamos agradecidos por ella. Shanna es realmente una bendición. ■

**Daniel Payne, Nuevo México, EE. UU.**





## Las puertas abiertas de un templo me abrieron el corazón

*Con el anuncio de las jornadas de puertas abiertas del templo, sentí como si el Señor me estuviera invitando personalmente a entrar en Su casa.*

**M**e bauticé cuando tenía quince años. Mucha gente no entendía mi nueva fe. Algunos, entre ellos mis amigos, incluso se burlaron de mí por la decisión que tomé de unirme a la Iglesia. Mis padres no eran miembros de la Iglesia, o sea que no contaba con su apoyo.

Como resultado, se me hizo difícil continuar asistiendo a la Iglesia y seguir viviendo el Evangelio. Para cuando cumplí diecinueve años, había dejado de ir a la Iglesia.

Diez años después, oí que se iba a construir un templo en El Salvador. ¡Me sorprendió escuchar que se construiría una casa del Señor en mi país! Cuatro años más tarde, se terminó el Templo de San Salvador, El Salvador, y se dio el anuncio de las jornadas de puertas abiertas del templo. Cuando me enteré de que las puertas abiertas me daría la oportunidad de entrar en el templo, sentí como si el Señor me

estuviera invitando personalmente a entrar en Su casa.

El día que caminé por el templo fue uno de los mejores días de mi vida. Durante la jornada de puertas abiertas, aprendí más sobre lo que sucede dentro de los templos una vez que son dedicados. También aprendí sobre los convenios sagrados del templo que las personas hacen con Dios.

Mientras caminaba por cada sala del templo, sentí la presencia de Dios. Me sentí en paz. Visitar el templo me dio el deseo de volver a la Iglesia y vivir de nuevo el Evangelio. Cuando me di cuenta de que podía participar en la gran obra de Dios, quise completar la obra del templo por mis antepasados y ejercer el sacerdocio.

La experiencia que tuve en el templo ese día me cambió. Ahora ayudo a los miembros de mi barrio a prepararse para ir al templo y los ayudo con la historia familiar para que puedan llevar a cabo la obra del templo por sus antepasados.

Nunca es demasiado tarde para regresar a la Iglesia. Nunca es tarde para hacer el bien. El Señor, con Su amor infinito, siempre está con nosotros. El templo es un lugar que nos une a Él y nos permite regresar algún día a vivir con Él. ■

**Ricardo Matamoros, Ahuachapán, El Salvador**

# Un regalo de amor

Por Faith S. Watson

*Cuando mi esposo bendijo a nuestra hijita, comencé a vislumbrar la profundidad y amplitud del don de amor del Padre Celestial: el sacerdocio.*

Yo era una miembro nueva de la Iglesia, una nueva esposa y ahora una nueva madre. Era domingo de ayuno y nuestra pequeña hija estaba a punto de recibir un nombre y una bendición. Nunca antes había visto la bendición de un bebé porque vivíamos en un barrio con pocas familias jóvenes. No sabía qué esperar; sin embargo, sentí por medio del Espíritu que era algo muy especial y significativo.

Mi esposo, junto con otros poseedores del sacerdocio reverentes, acunó cuidadosamente a nuestra preciada hijita. La dulzura del Espíritu me llenó de alegría; las lágrimas corrieron por mis mejillas, y miles de impresiones inundaron mi mente. Sabía que apenas comenzaba a vislumbrar la profundidad y amplitud del magnífico regalo de amor del Padre Celestial: el sacerdocio.

Cuando los misioneros me enseñaron las charlas, percibí cuán honrados se sentían de portar el sacerdocio. Lo había oído en sus palabras y en sus oraciones, incluso cuando me bendijeron para superar un desafío que tenía con la Palabra de Sabiduría. Sentí que sus manos, colocadas suavemente sobre mi cabeza, comenzaban a temblar mientras emitían palabras que sabía que provenían del Señor, palabras de amor y sanación.

Me bauticé poco después, y de nuevo se colocaron sobre mi cabeza las manos de poseedores del sacerdocio. Se me confirmó miembro de la Iglesia del Señor y se me confirió el don del Espíritu Santo. Quedé limpia y volví a nacer; sentí el poder del sacerdocio en todo mi cuerpo y, por primera vez en mi vida, conocí el gozo.

Poco después de mi bautismo, mi esposo y yo nos casamos. Los padres de él eran miembros de la Iglesia y su hogar estaba centrado en el Evangelio, pero sabía que su testimonio no estaba bien arraigado. Sin embargo, no estaba preocupada. Mi joven fe rebosaba de optimismo. Simplemente lo amaría y sería paciente, y oraría mucho.

Durante los meses que llevé en mi vientre a nuestra primogénita, me sentí como las madres, tan cerca de mi pequeña, tan llena de asombro por esa nueva vida que llevaba en mi interior. Cuando nació nuestra hija, el vínculo que tenía con ella se había convertido en una cuerda de amor, fuerte y dulce.

Pero estaba preocupada por mi esposo; él no había tenido la bendición de experimentar esa intensa cercanía a nuestra hija que yo había disfrutado. Por supuesto que la amaba, pero me preguntaba y me preocupaba si se desarrollaría un fuerte

vínculo entre él y ella. Me preocupaba mientras pasaba tiempo amamantándola, bañándola y abrazándola, mientras que la mayor parte del tiempo mi esposo estaba ocupado trabajando para mantener a nuestra familia.

Ahora, unas semanas después de su nacimiento, allí nos encontrábamos en nuestra capilla. Ante mis ojos y en mi corazón se estaba desarrollando un milagro. Tímidamente, mi esposo sonrió con humildad a los hermanos que estaban en el círculo, con los ojos llenos de luz y un destello de lágrimas. A su vez, de esos hermanos fluyeron hacia él amor y apoyo mientras colocaban las manos sobre los hombros los unos de los otros y ayudaban a acunar a nuestra bebé, formando un pequeño círculo bañado con amor puro y sagrado. Cuando mi esposo comenzó la bendición, escuché cómo le temblaba la voz y me di cuenta de que estaba sintiendo el poder del Señor y el honor de poseer Su sacerdocio.

Sentí el gran amor que emanaba de él hacia nuestra pequeña, y reconocí que él había tratado de prepararse para darle la bendición que el Padre Celestial tenía para ella. Sentí enorme gozo al darme cuenta de que ahora sentía un firme vínculo con nuestra hija, uno que nunca se debilitaría.



Han pasado años desde aquella experiencia. En innumerables ocasiones he presenciado y sentido el poder y la belleza del sacerdocio manifestado de muchas maneras, en muchos lugares y en beneficio de muchos de los hijos del Padre Celestial. He visto cuando se han otorgado hermosas ordenanzas de salvación y he visto corazones rebosantes. He presenciado purificación, sanación, consuelo y enseñanza. He

visto y sentido cómo se han aligerado cargas.

Sé que todavía no comprendo la plena magnificencia del sacerdocio, pero cada bendición de un bebé que he presenciado me ha llenado del mismo asombro que sentí durante la bendición de mi primogénita. Estoy impresionada por el amor que nuestro Padre Celestial ha manifestado al compartir Su poder con nosotros, y

siento una gratitud inexpressable por el testimonio que tengo de Él, de Su Hijo Amado y de nuestro hermoso Evangelio restaurado. ■

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



# ¿Cómo pueden ayudarnos las preguntas de Alma a crecer espiritualmente?

## ¿QUÉ TAL LO ESTOY HACIENDO?

Alma hizo treinta y seis preguntas al pueblo de Zarahemla para ayudarlos a evaluar su progreso espiritual. El presidente M. Russell Ballard, Presidente en Funciones del Cuórum de los Doce Apóstoles, explicó que una evaluación espiritual es útil. Dijo: “Para guiarme durante [esta evaluación] [...], me gusta leer y reflexionar sobre las palabras introspectivas que se hallan en el quinto capítulo de Alma”<sup>1</sup>.

## ¿Qué tengo que cambiar?

Mientras lea Alma 5:7–13, busque lo que Alma enseñó sobre cómo podemos cambiar y acercarnos más a Cristo. Considere qué cosas puede cambiar y haga un plan para actuar.

## ¿De qué forma me ha bendecido el Señor?

Alma también invitó al pueblo a recordar cómo el Señor liberó a sus padres y a recordar su conversión. Considere escribir la historia de su conversión para recordar cómo el Señor lo ha bendecido. También podría leer las historias de conversión de sus antepasados o de los primeros miembros de la Iglesia.

“Sería maravilloso que todos los Santos de los Últimos Días conocieran la historia de la conversión de sus antepasados [...]. Cada uno de nosotros será enormemente bendecido si conocemos las historias de fe y sacrificio que llevaron a nuestros antepasados a unirse a la Iglesia del Señor”<sup>2</sup>.

### NOTAS

1. M. Russell Ballard, “Volver y recibir”, *Liahona*, mayo de 2017, pág. 64.
2. William R. Walker, “Vivir firmes en la fe”, *Liahona*, mayo de 2014, págs. 97–100.





## Alma 8–12

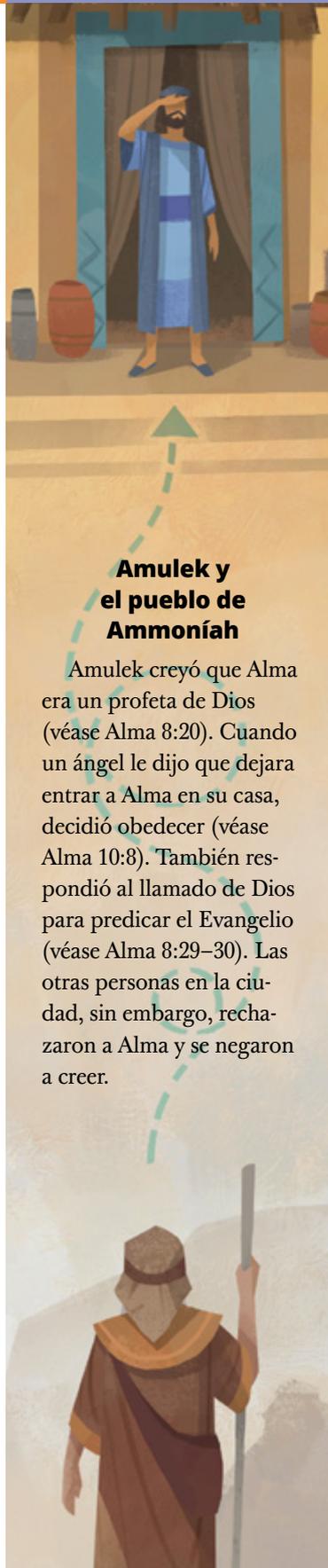
JUNIO 8-14

# ¿Cómo nos ayuda el desarrollo de un corazón blando a obtener conocimiento espiritual?

Cuando Alma predicó el Evangelio en Ammoníah, la mayoría de la gente lo rechazó, pero Amulek escuchó y creyó. La diferencia entre Amulek y el resto de Ammoníah nos muestra las consecuencias de tener un corazón blando o un corazón endurecido hacia las cosas de Dios (véase Alma 12:10). Usted puede decidir tener un corazón blando.

### ANÁLISIS

- ¿Cuáles eran las características de Amulek? ¿De qué manera puede usted desarrollar las buenas características de él?
- Si está buscando respuestas a una pregunta específica, ¿qué puede hacer para ser más receptivo a la revelación del Padre Celestial?
- Al decidir tener un corazón blando y obediente, ¿qué bendiciones podría tener el Señor reservadas para usted y su familia?



### Amulek y el pueblo de Ammoníah

Amulek creyó que Alma era un profeta de Dios (véase Alma 8:20). Cuando un ángel le dijo que dejara entrar a Alma en su casa, decidió obedecer (véase Alma 10:8). También respondió al llamado de Dios para predicar el Evangelio (véase Alma 8:29–30). Las otras personas en la ciudad, sin embargo, rechazaron a Alma y se negaron a creer.

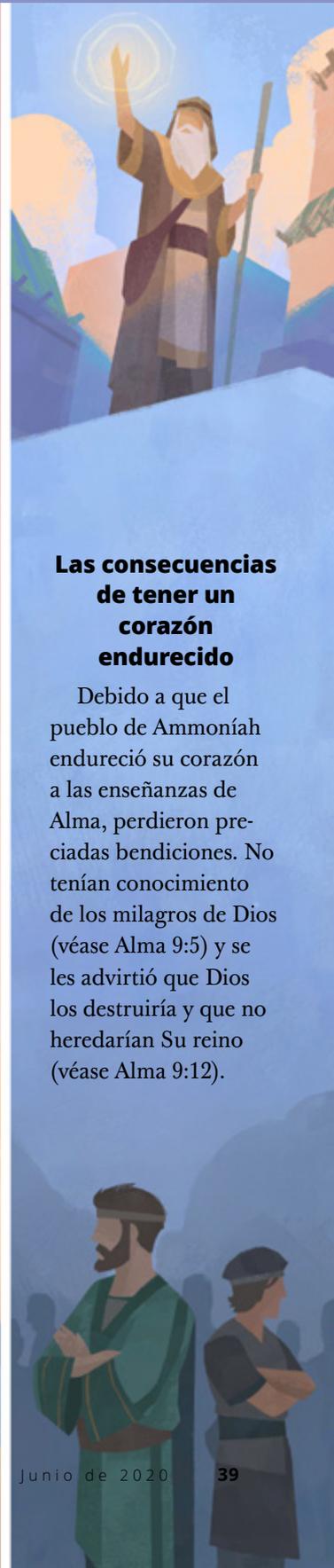
### Las bendiciones de tener un corazón blando

Debido a que aceptó la palabra de Dios, Amulek fue bendecido con conocimiento espiritual. Fue lleno “del Espíritu Santo” (Alma 8:30), obtuvo un testimonio del poder de Dios (véase Alma 10:5), e incluso pudo saber cuáles eran los pensamientos de aquellos que intentaron engañarlo (véase Alma 10:17). Usted también puede decidir aceptar la palabra de Dios y recibir Sus bendiciones.



### Las consecuencias de tener un corazón endurecido

Debido a que el pueblo de Ammoníah endureció su corazón a las enseñanzas de Alma, perdieron preciadas bendiciones. No tenían conocimiento de los milagros de Dios (véase Alma 9:5) y se les advirtió que Dios los destruiría y que no heredarían Su reino (véase Alma 9:12).





Alma 13–16

JUNIO 15–21

# ¿De qué forma las ordenanzas de salvación me conducen a Cristo?

“Un buen comportamiento sin las ordenanzas del Evangelio no redimirá ni exaltará a la humanidad”<sup>1</sup>.

## PREPARARSE

Alma y Amulek fueron llamados y preparados por el Señor para enseñar Sus mandamientos (véase Alma 13:3). También fueron “ordenados con una santa ordenanza” (Alma 13:8). Se nos dan esta y otras ordenanzas para que podamos saber a dónde acudir para la remisión de nuestros pecados (véase Alma 13:16). Todas las ordenanzas nos conducen a Jesucristo.

¿Cómo puede prepararse para recibir las ordenanzas de salvación del Evangelio?

## ARREPENTIRSE

El arrepentimiento vuelve nuestros corazones hacia el Salvador. Las ordenanzas de salvación enfocan nuestras mentes en Cristo y en Su gracia para que podamos volver a Él (véase Alma 13:16).

## RECIBIR

El Señor proporciona ordenanzas de salvación para que podamos experimentar el “poder de Cristo para salvar” (Alma 15:6).

¿Qué ordenanzas de salvación ha recibido usted y cómo lo han acercado al Salvador?

## NOTA

1. Boyd K. Packer, “La única Iglesia verdadera”, *Liahona*, enero de 1986, pág. 64.



Alma 17–22  
JUNIO 22–28

## ¿Cómo puedo actuar de inmediato con fe?

Los actos fieles e inmediatos de Abish, en el Libro de Mormón, demuestran cómo la fe puede ayudar a traer a otras personas a Cristo. Considere cómo ella está plenamente “convertid[a] al Señor” (Alma 19:16).

### ANÁLISIS

¿Cómo puede fortalecer su fe en el Señor para que usted, y tal vez otros, se sientan capaces de actuar de inmediato y plenamente según la voluntad de Dios?

#### Ella lo sabía

La fe de Abish era tan fuerte que cuando vio que los de la casa de Lamoni habían caído a tierra, “supo que era el poder de Dios” (Alma 19:17). ¿Cómo puede usted edificar su fe para conocer, como lo hizo Abish, el poder de Dios?



#### Ella corrió

Una vez que Abish reconoció el poder de Dios, “corrió, pues, de casa en casa” y dijo al pueblo que viniera a ver el milagro (Alma 19:17). Su fe le dio poder para actuar de inmediato. ¿Hay aspectos del Evangelio en los que usted vaya caminando en lugar de ir corriendo para actuar con fe según la voluntad de Dios?

#### Ella tomó a otros de la mano

Abish “tomó a la reina de la mano” con la fe de que haría que la reina se levantara (Alma 19:29). Ella hizo lo que parecía imposible debido a su fe en Dios. ¿Cómo puede usted fortalecer su fe en Dios y lograr lo imposible en su vida?



## En esta sección

- 44 **Cómo quitar la presión de encontrar un compañero eterno**  
Por Dominika Stoica
- 48 **Aprendiendo a ser feliz mientras estoy soltero**  
Por Landon Hawes

## Solo para versión digital

**10 cosas para preguntarle a tu futuro cónyuge**

**Confiar en las segundas impresiones y en la guía del Espíritu**

Por Marie Netzler

**Ser soltera me recuerda confiar en el plan *completo* que Dios tiene para mí**

Por Christina Cotterall

**7 sugerencias para mantenerse conectados en una relación de larga distancia**

## Comparte tu historia

¿Tienes alguna experiencia que desees compartir? ¿O quieres ver artículos sobre determinados temas? Si es así, ¡queremos que nos lo digas! Puedes enviar tu artículo o tus comentarios y sugerencias a [liahona.ChurchofJesusChrist.org](mailto:liahona.ChurchofJesusChrist.org).

## En busca de un cónyuge y de la gracia del Salvador

**E**l Señor promete que “[Su] gracia es suficiente para los mansos” (Éter 12:26). Estas palabras deberían darnos a todos los jóvenes adultos solteros esperanza y consuelo, especialmente cuando se trata de encontrar un compañero eterno. Los discípulos de Cristo que tienen fe a menudo buscan el amor con el corazón abierto, solo para acabar decepcionados por esperanzas insatisfechas o molestos por el mal comportamiento de aquellos con quienes salen. Esa búsqueda puede producir miedo, enojo, amargura y estrés, ¡sobre todo si continúa años después de la fecha en la que pensabas que te casarías!

Pero, como puedes imaginar, esas emociones no son lo que Dios quiere que sintamos constantemente mientras seguimos Su mandato de casarnos y criar familias rectas y felices. De hecho, **¡Dios quiere que nos sintamos gozosos durante esa búsqueda!**

Teniendo esto en cuenta, los artículos de esta sección tienen por objeto ayudarte a **quitar el estrés de encontrar a tu compañero eterno**. Encontrarás historias sobre **cómo progresar en la vida**, independientemente de tu estado civil, y **consejos que pueden ayudarte a prepararte** para un futuro matrimonio amoroso, enriquecedor y firmemente establecido.

Mientras buscas a la persona que te entregará todo su corazón, y a la cual tú le entregarás el tuyo, dedica un momento para leer estos artículos. Prometo que uno de ellos te iluminará el corazón y te ayudará a confiar en que **la gracia del Salvador realmente es suficiente para ti**.

Atentamente,  
Landon Hawes

¿Cuál ha sido para ti la mejor manera de superar tus dudas relacionadas con la Iglesia? Envíanos tu respuesta a [liahona.ChurchofJesusChrist.org](mailto:liahona.ChurchofJesusChrist.org) antes del 30 de junio de 2020.



FOTOGRAFÍA DE GETTY IMAGES





# Cómo quitar la **PRESIÓN** de encontrar un compañero eterno

**Por Dominika Stoica**

**L**a Iglesia en Polonia es muy pequeña. De hecho, es pequeña en todas partes de Europa del Este. Normalmente no tenemos muchos miembros de la Iglesia de nuestra edad en todo nuestro país, y mucho menos en nuestro barrio o estaca. Afortunadamente, hay conferencias para jóvenes adultos solteros que tienen lugar cada año en muchos países europeos.

Estas conferencias no se organizan necesariamente para ayudarlos a encontrar a su "pareja perfecta", sino principalmente para ayudar a los jóvenes adultos a hacer nuevos amigos que compartan sus valores y los fortalezcan en su fe al hablar con otras personas sobre sus experiencias espirituales.

## **Centrarse en la amistad**

Conocí a Radu durante una conferencia en Polonia el año 2010. Él era de Rumania. Hablamos brevemente, pero no tardó en irse a la misión y nuestros caminos no se volvieron a cruzar hasta otra conferencia de JAS tres años después. Allí tuvimos tiempo de llegar a conocernos un poco, pero yo me iba a la misión un mes después. Radu me deseó todo lo mejor y dijo: "Sigamos en contacto". No pensé que lo haría, pero sí lo hizo. Me escribió cartas a lo largo de mi misión. No había nada romántico en sus cartas, pero llegó a ser uno de mis queridos amigos y me encantaba el respeto que tenía por mí y por la obra misional en general.

Cuando regresé a casa, Radu y yo estábamos muy emocionados de conocernos de forma adecuada, ¡finalmente podríamos lograrlo después de tantos años! Elegimos un lugar asequible para reunirnos los dos (que era en Bélgica en ese momento) y pasar tiempo juntos. Hablamos, conversamos y luego hablamos un poco más.

No pusimos ninguna presión en nuestra relación; nos centramos en edificar una amistad y simplemente

La vida no consiste en casarse, sino en llegar a ser la mejor versión de nosotros mismos y dejar que Dios lleve a cabo Su plan en nuestra vida.

llegar a conocernos. Siempre nos divertíamos mucho juntos, pero también teníamos conversaciones muy significativas y profundas sobre las cosas que más importan. Después de un tiempo, nuestra amistad se fortaleció. Hablábamos por Skype casi a diario y, conforme pasó el tiempo, empezamos a orar juntos por las noches. Al final comenzamos a visitarnos en nuestros países cada pocos meses.

### “Oremos al respecto”

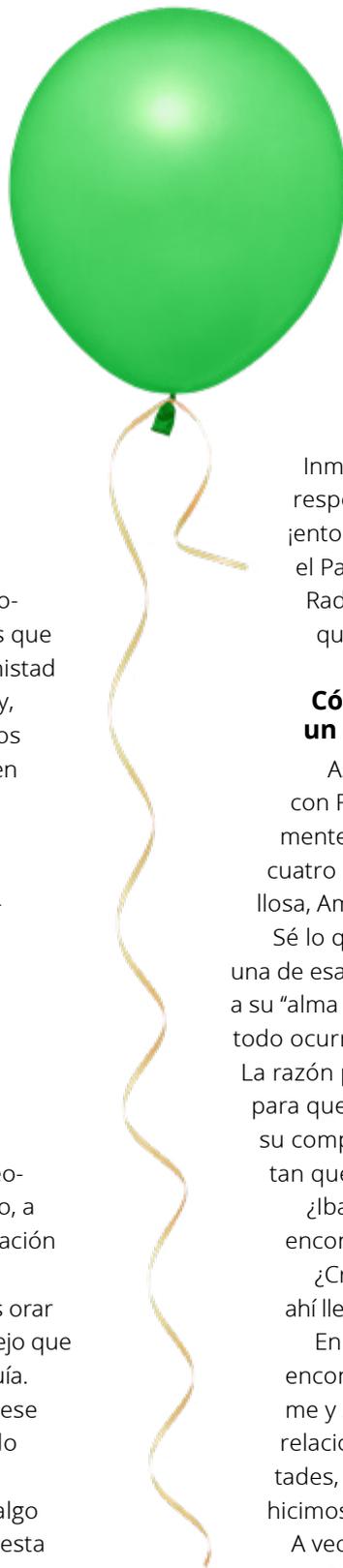
Después de un tiempo, empecé a sentir inquietud porque pensaba que nuestra amistad se estaba convirtiendo en algo más. ¡Pero él era de Rumania! Yo no quería empezar una relación a distancia, porque eso podría conducir al matrimonio, lo cual significaba que uno de nosotros tendría que mudarse a otro país. No me sentía preparada para eso.

Un día en el que me sentía particularmente preocupada, Radu me recordó un principio simple pero, a su vez, poderoso. Dijo: “Oremos sobre nuestra relación y veamos cómo nos sentimos”.

No sabía por qué no se me había ocurrido antes orar sobre nuestra relación, pero ese fue el mejor consejo que recibí por el momento. Así que oré para obtener guía.

No esperaba ninguna respuesta específica en ese momento, pero decidí seguir adelante conociendo más a Radu. Tenía la esperanza de que el Padre Celestial me advirtiera si nuestra relación no era algo que debía continuar, pero con el tiempo, la respuesta que había pedido sí llegó. Conversé con mi familia y amigos sobre Radu, y en cada conversación me aseguraron que iba en la dirección correcta.

Al poco tiempo me di cuenta de algo curioso. Una noche, después de otra buena conversación por Skype con Radu, me dije a mí misma: “Él es el mejor amigo que jamás he tenido. ¡Quiero ser su amiga para siempre!”. En ese momento me di cuenta.



Inmediatamente, una voz en mi cabeza respondió a mi propio comentario: “Bueno, ¡entonces debes casarte con él!”. Sabía que el Padre Celestial aprobaba mi relación con Radu. Pude ver que él era mi mejor amigo y que podíamos ser felices juntos.

### Cómo quitar la presión de encontrar un cónyuge

Así que me mudé a Rumania y me casé con Radu. Nunca se me había pasado por la mente que acabaría en Rumania; pero llevamos cuatro años casados y tenemos una hija maravillosa, Amelia.

Sé lo que estarán pensando: que solo soy una de esas jóvenes adultas solteras que conoció a su “alma gemela” en una conferencia de JAS y que todo ocurrió sin esfuerzo. Pero eso no es cierto. La razón por la que les cuento esta historia es para que dejen de presionarse por encontrar a su compañero(a) eterno(a) y, en cambio, permitan que Dios los guíe.

¿Iba yo a esas conferencias de JAS para encontrar esposo? No.

¿Creía que uno de esos chicos que conociera ahí llegaría a ser mi esposo? La verdad es que no.

En vez de eso, dejé de presionarme por encontrar a la persona con quien quería casarme y simplemente iba a esas conferencias para relacionarme con los demás y entablar amistades, que era exactamente lo que Radu y yo hicimos al principio.

A veces, la presión de encontrar a nuestro compañero eterno lo antes posible puede ser muy fuerte, pero no hay un tiempo límite para las relaciones eternas. No hace falta estresarse por ello. La vida no consiste en casarse, sino en llegar a ser la mejor versión de nosotros mismos y dejar que Dios lleve a cabo Su plan en nuestra vida. Sí, todos deberíamos salir, ir a las actividades, conocer gente, hacer nuevos amigos y salir de nuestro

elemento, pero deberíamos pensar que vamos a divertirnos y hacer grandes amigos, en vez de pensar que tenemos que mantener los ojos bien abiertos para encontrar a “la persona indicada” o si no arruinaremos todo el plan de nuestra vida.

Algo que Radu me dijo cuando estábamos comprometidos fue que, aunque normalmente se sentía un poco nervioso con chicas que le gustaban, no se sentía así conmigo. Dijo que, debido a nuestra amistad, siempre se sentía relajado y que podía ser él mismo.

Así que busquen buenas personas de las que rodearse y disfruten el momento en el que se encuentran ahora. Porque, francamente, cuando dejan de estresarse y simplemente eligen entablar amistades y aprenden a amar a la persona que son y el momento en el que están, entonces es cuando la vida se vuelve mucho más agradable.

### **Confiar en el plan que Dios tiene para nuestro futuro**

Radu y yo no somos perfectos. En realidad no buscábamos a la persona “perfecta”; solo éramos nosotros mismos. He notado que lo más atractivo para los demás es quienes son ustedes en realidad y cómo viven. Si se esfuerzan por seguir a Jesucristo, atraerán a quienes también están haciendo todo lo posible por seguirlo.

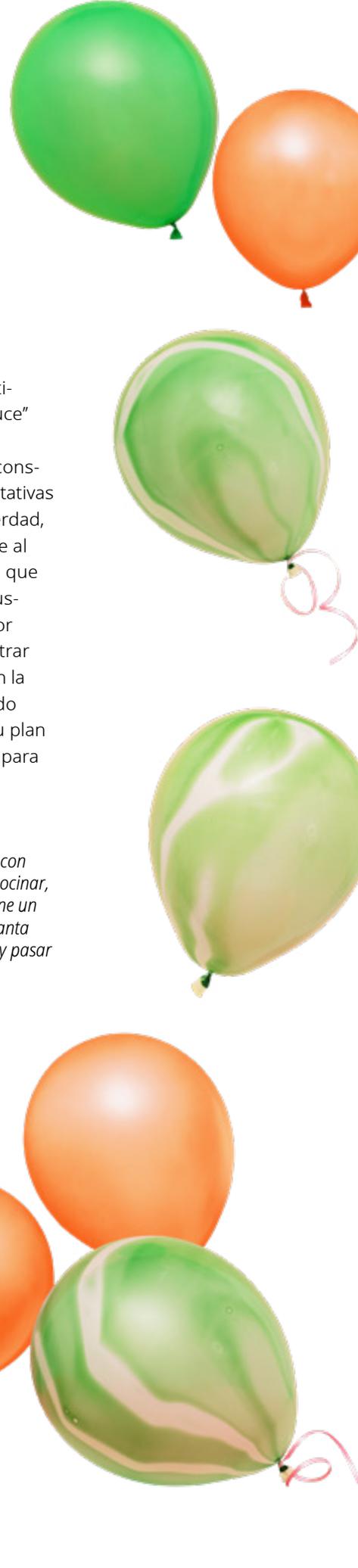
También he aprendido que, a medida que llegamos a ser mejores y tenemos una fe plena de que Dios está al mando, invitaremos Su mano en nuestras vidas y, cuando la reconozcamos, no hay por qué temer por el futuro. Recuerden lo que el Señor enseñó a Nefi: “Y también seré vuestra luz en el desierto; y prepararé el camino delante de vosotros, si es que guardáis mis mandamientos. Por lo tanto, al grado que guardéis mis mandamientos,

seréis conducidos hacia la tierra prometida; y sabréis que yo soy el que os conduce” (1 Nefi 17:13).

No estamos aquí para presionarnos constantemente por no cumplir ciertas expectativas o logros en nuestro propio tiempo. En verdad, el tiempo del Padre Celestial es diferente al nuestro: es eterno. Él tiene un plan para que recibamos todas las bendiciones que buscamos. Y cuando hagamos nuestro mejor esfuerzo por confiar en Su plan y encontrar satisfacción en cualquier circunstancia en la que nos encontremos, *es entonces* cuando encontraremos la verdadera felicidad. Su plan siempre será mejor que el que tenemos para nosotros mismos. ■



**Dominika Stoica** es una madre con espíritu emprendedor. Le gusta cocinar, bailar y hacer reír a la gente. Tiene un blog sobre estilo de vida y le encanta editar fotos, montar en bicicleta y pasar tiempo en las montañas.



Por Landon Hawes

# APRENDIENDO A SER FELIZ MIENTRAS ESTOY SOLTERO



Me di cuenta de que había estado saliendo con jovencitas de la manera incorrecta.

“¿Por qué todo el mundo sale en citas y se divierte?”  
“¿Por qué no estoy casado?”  
“¿Qué me pasa?”

La mayoría de los adultos solteros probablemente se habrán hecho esas preguntas al menos una vez. El desafío de buscar un(a) compañero(a) eterno(a) puede debilitar la fe y la esperanza de incluso los Santos de los Últimos Días más dedicados. Y sí, también en mi caso, salir con jovencitas ha sido especialmente difícil.

El matrimonio siempre me ha parecido una gran aventura, y lo he anhelado desde muy joven, pero me desanimé cuando parecía que el salir con jovencitas no estaba dando resultado en mis años universitarios. Aunque salí en muchas ocasiones, tuve varias relaciones serias y conocí a mujeres exitosas e interesantes, no me casé. Para mí, esas relaciones fallidas eran como una señal de que yo era inferior y poco atractivo.

Mis sentimientos hacia mi soltería no hicieron más que empeorar después de unas cuantas rupturas cuando empecé mi profesión. Me resultaba fácil preguntarme qué había de malo en mí, y qué había de bueno en todos los que se estaban casando. Mi bendición patriarcal, junto con otras bendiciones del sacerdocio, indicaba firme y específicamente que me sellaría a una mujer justa en la vida terrenal. Entonces, ¿por qué no ocurría?

Empecé a preguntarme: “¿He hecho algo para arruinar el plan que Dios tiene para mí?”.

Finalmente, después de “esforzarme mucho” con Dios en oración, el estudio de las Escrituras y la asistencia al templo, recibí revelación sobre mi situación mediante mi amigo y consejero, Brad (el nombre ha sido cambiado). Durante una de nuestras sesiones de terapia, me dijo: “Tu felicidad depende de ti, no de otra persona. Si eres feliz mientras estás soltero, puedes ser feliz en cualquier circunstancia”. Del mismo modo, el presidente Russell M. Nelson enseñó: “El gozo que sentimos tiene poco que ver con las circunstancias de nuestra vida, y tiene todo que ver con el enfoque de nuestra vida” (“El gozo y la supervivencia espiritual”, *Liahona*, noviembre de 2016, pág. 82).

Toda mi perspectiva cambió cuando el Espíritu grabó esas palabras firmemente en mi alma. Me di cuenta de que siempre había salido con jovencitas para satisfacer una necesidad; en mi caso, la necesidad de casarme simplemente para no estar solo.

Definitivamente, ¡esa forma de pensar no me iba llevar a una compañera eternamente amorosa! Mediante Brad, el Señor me enseñó

gentilmente que el plan que Él tiene para Sus hijos e hijas no consiste en casarse por necesidad, presión cultural o miedo. El matrimonio se basa en el amor cristiano. Luego me enseñó que mi estado de soltería podría continuar enseñándome a vivir la vida y buscar un matrimonio basado en el amor puro y no en la conveniencia; a buscar el matrimonio por los motivos correctos.

A través de esa experiencia, he aprendido tres verdades a las que recurro cada vez que me siento desanimado con respecto al cortejo:

- 1. Tu valía no depende de tu estado civil.** Isaías enseñó que “[los] pensamientos [de Dios] no son [nuestros] pensamientos” (Isaías 55:8). Yo pensaba que estar soltero era un reflejo de mi falta de valía. Sin embargo, Dios me ayudó a ver que estar soltero me prepara para un matrimonio mejor del que podría haber tenido si me hubiera casado cuando yo creía que debía hacerlo. No tenía nada que ver con mi valía.
- 2. La preparación disipa la ansiedad y la preocupación.** El Señor nos dice que “si [estamos] preparados, no [temeremos]” (Doctrina y Convenios 38:30). Buscar y luego seguir la voluntad de Dios me ha ayudado a dejar a un lado los temores y las frustraciones con respecto a mi estado civil. También me ha ayudado a centrarme en prepararme para cualquier situación que se me presente en el futuro.
- 3. Hay gozo en estar soltero.** Estar soltero me ha bendecido con emocionantes oportunidades para viajar, desarrollo profesional y maneras de servir en la Iglesia. Aunque todavía deseo profundamente un matrimonio e hijos, Dios me ha ayudado a apreciar lo mucho que hay por hacer en Su reino en este momento, ya sea que tenga una compañera a mi lado o no.

¡Todavía no me he casado! Mi esposa no ha aparecido mágicamente ahora que he cambiado mi perspectiva sobre el cortejo y el matrimonio, y sé que a veces seguiré sintiéndome frustrado con el noviazgo en el futuro. Pero gran parte del miedo y de la ansiedad que me provocaba mi estado civil han desaparecido. Y ahora sé que está perfectamente bien estar soltero mientras el Señor y yo trabajamos juntos para cumplir las promesas y bendiciones eternas que Él me ha hecho, tanto las de la vida terrenal como las de la eternidad. ■



*Landon Hawes es un planificador urbano que viaja extensamente y a quien le encanta escribir bien, los buenos libros y explorar el mundo. Se le puede encontrar en la biblioteca local, animando a su equipo en el campo de béisbol, o en una carretera rural buscando lugares hermosos que nadie más pensó buscar.*



**Fofoa V.,** (a la izquierda) 18 años  
**Etuale V.,** (a la derecha) 16 años,  
Savali, Samoa

En nuestra familia, todos ayudamos.

**Fofoa:** Nuestra familia cree en el concepto de trabajar juntos. Mi hermano Etuale y yo juntamos leña para cocinar. También ayudamos a hacer comida para venderla. Recuerdo que una vez nuestra familia no tenía suficiente dinero para pagar una costosa cuenta del servicio de agua, así que todos hicimos algo para ayudar. Mi hermana vendió comida en barbacoa; Etuale y yo juntamos cocos y otros alimentos, y después ayudamos a venderlos para reunir dinero. Debido a que trabajamos arduamente como familia y confiamos en Dios, pudimos volver a recibir el servicio de agua.

**Etuale:** Dios me ayuda con todo en mi vida. Me brinda fortaleza y me bendice cada día. Me encanta vivir en Samoa. Aquí se siente mucha paz. ¡Mi mayor sueño es servir una misión de tiempo completo! Deseo ofrecerle mis dos años a Dios.

# JÓVENES

## EN ESTA SECCIÓN



52

### 52 **Cómo obtuve un testimonio alrededor del mundo**

Por Wilmer Amaya Muñoz

### 54 **150 aniversario de la organización de las Mujeres Jóvenes**

Por la hermana  
Bonnie H. Cordon

### 58 **Mujeres Jóvenes: Celebramos 150 años**

Por Amanda Dunn

### 62 **Preguntas y respuestas: Depresión, racismo**

### 64 **La última palabra: Servir juntos con el poder del sacerdocio**

Por el presidente  
M. Russell Ballard

FOTOGRAFÍA POR LESLIE NILSSON

# Cómo obtuve un testimonio alrededor del mundo

Por Wilmer Amaya Muñoz

**N**ací en España y viví en ese país durante ocho años. No asistíamos mucho a la Iglesia, así que no me bauticé al cumplir los ocho años, aunque en realidad tenía el deseo de hacerlo. Un día, pregunté a mis padres por qué ya no íbamos más a la Iglesia y por qué no me había bautizado.

Al expresarles mi deseo de bautizarme, les tocó el corazón, y volvimos a asistir a la Iglesia. Fue una linda sensación. Mi mamá era un buen ejemplo y una inspiración para mí. Ella tenía un fuerte testimonio y leía las Escrituras a menudo.

Con el tiempo, nos fuimos a vivir a Venezuela, el país de origen de mi papá. Vivimos allá dos años, pero, debido a dificultades con la economía, afrontamos muchos retos. No obstante, también había cosas buenas. La comida me encantaba y tenía familiares que estaban ansiosos por conocerme. Eran personas humildes y todos íbamos juntos a la Iglesia y sentíamos el Espíritu.

A pesar de que asistíamos a la Iglesia y podíamos sentir el Espíritu, sabía que a mi familia y a mí nos faltaba algo. Realmente sentía que necesitábamos sellarnos como familia eterna. Un domingo por la mañana, el obispo invitó a toda la congregación a leer el Libro de Mormón antes de fin de año. Yo sabía que eso nos ayudaría a mis padres y a mí a vivir el evangelio del Señor de manera más plena. Poco a poco, a medida que leíamos el Libro de Mormón, el Salvador comenzó a darnos más



ILUSTRACIÓN POR PAULINE GRAYSON.

*Haré un relato de la forma en que me uní a la Iglesia y en la que mi familia se volvió activa en el Evangelio.*



conocimiento y bendiciones, y seguimos leyendo las Escrituras con regularidad.

Me bauticé poco después. En verdad podía sentir el Espíritu en mi vida, y mis padres también lo sentían. Mi testimonio comenzó a crecer más. Luego nos mudamos a Florida, EE. UU., y nuevamente tuvimos que hacer muchos cambios y sacrificios, al igual que cuando salimos de España. No obstante, nuestro testimonio se fortalecía. Asistíamos a la Iglesia cada semana y seguíamos leyendo las Escrituras.

Después de mucho esfuerzo y de constantemente leer las Escrituras, orar y escoger el bien, teníamos el deseo de ser sellados como familia eterna. Hablamos con nuestro obispo y, a pesar de que tomó algún tiempo, finalmente llegó el día. Nos hacía mucha ilusión entrar en el templo.

Yo pude efectuar bautismos mientras esperaba que mis padres hicieran la obra del templo por ellos mismos. Tuve la sensación de que me estaba volviendo a bautizar. Me sentía muy feliz por haber ayudado a personas que están al otro lado del velo. Ahora, mi familia y yo asistimos al templo cada semana. Yo efectúo bautismos con regularidad porque me encanta ayudar en ese lugar. Me da alegría que me pude sellar en el templo a mis padres por la eternidad y que tengo la oportunidad de vivir para siempre con ellos. ■

*El autor vive en Utah, EE. UU.*





*El Padre Celestial tiene una gran obra para que ustedes la realicen en preparación para la segunda venida de nuestro Salvador.*

# 150 ANIVERSARIO

de la

## organización de las Mujeres Jóvenes

### Por la hermana **Bonnie H. Cordon**

Presidenta General de las Mujeres Jóvenes

**A**l pensar en todas las cosas maravillosas que nuestro Padre Celestial ha hecho por Sus hijos, el corazón se me llena de gran asombro y gratitud al ver cuánto ama el Señor a Sus hijas. ¡Él las ama a USTEDES!

Y debido a que Él las ama, hace 150 años inspiró a los líderes de la Iglesia a crear la organización de las Mujeres Jóvenes con el fin de ayudarlas a llegar a ser la persona que Dios quiere que sean. El profeta Brigham Young (1801–1877) nos instó a fortalecer nuestro testimonio al vivir el Evangelio: “Existe la necesidad de que las hijas jóvenes de Israel obtengan un testimonio viviente de la verdad [...]. Deseo que nuestras jóvenes adquieran conocimiento del Evangelio por sí mismas”<sup>1</sup>. También dijo: “Se obtienen más testimonios al estar de pie que al estar de rodillas”<sup>2</sup>.

La organización de las Mujeres Jóvenes se ha adaptado a lo largo de los años a fin de satisfacer las necesidades de la época. No obstante, aunque el programa se ha ido adaptando, su objetivo para las mujeres jóvenes no ha

cambiado: ayudarles a obtener un testimonio viviente y a seguir adelante con fe en la senda de los convenios. A medida que lleguen a saber quiénes son y actúen con fe, recibirán las bendiciones que el Padre Celestial tiene preparadas para ustedes.

### **Las clases de las Mujeres Jóvenes a lo largo de los años**

Cuando primeramente se inició la organización de las Mujeres Jóvenes, se le llamó “Asociación de Moderación”, con la meta de “mejorar en todo lo que sea bueno y hermoso”. Para principios del siglo XX, pasó a ser la Asociación de Mejoramiento Mutuo de las Mujeres Jóvenes, y al poco tiempo las clases incluyeron a mujeres jóvenes de entre 12 y 24 años. Con el paso de los años, los nombres de las clases cambiaron e incluyeron: Campistas, Abejitas, Guardianas y Espigadoras. A medida que la Iglesia crecía y las mujeres jóvenes se reunían en otros países e idiomas, se hizo el mejor esfuerzo por adaptar los nombres de las clases, de modo que

términos como el de Damita pasó a ser “Rosenmädchen” (Rositas) en alemán, por ejemplo.

Hoy en día, debido a que hay mujeres jóvenes casi en todos los países, las clases se organizan según las necesidades de cada barrio o rama, y a todas se les llama por el nombre unificador de Mujeres Jóvenes.

Los requisitos de los programas de las Mujeres Jóvenes también han cambiado con el paso de los años. A la derecha se encuentran algunos de ellos.

### El programa Niños y Jóvenes

Conforme vean estos requisitos con ojos espirituales, se darán cuenta de que tienen un elemento en común. El pasado y el presente se juntan y se unifican para ayudar a las mujeres jóvenes a acercarse más a Jesucristo y a desarrollarse en los aspectos espiritual, intelectual, social y físico.

En 2019 se introdujo un nuevo programa de desarrollo personal que las invita a ser autosuficientes así como a depender del Salvador. ¡Se las invita a procurar tener el Espíritu Santo y a establecerse metas conforme se esfuerzan por llegar a ser más como nuestro Salvador Jesucristo! Me encanta la confianza que el programa deposita en ustedes, las excepcionales mujeres jóvenes de La Iglesia de Jesucristo de los Santos de los Últimos Días.

Con el apoyo del obispado y de las presidencias de Mujeres Jóvenes, también son dirigidas por presidencias de clase, que son jovencitas como ustedes que son llamadas y apartadas para que planifiquen y lleven a cabo el programa de las Mujeres Jóvenes. En la actualidad, ¡hay más de medio millón de mujeres jóvenes alrededor del mundo que son guiadas por otras jovencitas!



Todas las mujeres jóvenes están unidas por un lema, el cual incluye los siguientes principios fundamentales para cada una de ustedes: eres una hija amada de Padres Celestiales; eres discípula de Jesucristo por convenio; buscas revelación personal que llega mediante el Espíritu Santo y actúas de conformidad con ella; y eres una brillante testigo de Dios a medida que te esfuerzas por llegar a ser como nuestro Salvador Jesucristo y ministras a otras personas en Su santo nombre.

### ¡Las amamos y las necesitamos!

Como hijas amadas de un Padre Celestial viviente y amoroso, ustedes han sido preparadas de forma única para ser “salvador[as] en el Monte de Sion”<sup>3</sup>. Como lo ha dicho el presidente Russell M. Nelson: “... cada profeta ha hablado sobre —nuestro día— en que Israel sería recogido y el mundo estaría preparado para la segunda venida del Salvador. ¡Piensen en ello! De todas las personas que han vivido en el planeta tierra, *nosotros* somos los que participaremos en este último y grandioso recogimiento”<sup>4</sup>.

Es una invitación sagrada a participar en la obra del templo y de historia familiar, a prestar servicio en llamamientos de liderazgo, a ministrar a nuestras hermanas y a compartir nuestro testimonio con familiares y amigos. ¡Las amamos y las necesitamos!

Mis queridas amigas, ¡el Padre Celestial tiene una gran obra para ustedes a fin de que la realicen en preparación para la segunda venida de nuestro Salvador Jesucristo! Ustedes son una parte vital de esa obra. Él las ama; Él desea que participen en Su obra; ¡Él confía en ustedes!

Yo agrego mi fe y mi confianza en ustedes a la de nuestro querido profeta,

el presidente Nelson, quien declaró: “Ustedes están entre lo mejor que el Señor *jamás* ha enviado a este mundo. ¡Ustedes tienen la capacidad de ser más inteligentes y sabi[a]s y tener un impacto más grande en el mundo que cualquier generación anterior!”<sup>5</sup>.

Ruego que permitan que las palabras del lema de las Mujeres Jóvenes les penetren el corazón profundamente y que comiencen a participar en el nuevo programa rápidamente y con ansias, aprovechando cada oportunidad que tengan de acercarse al Salvador y aprender más de Él. Lleguen a ser la persona que Él desea que sean. Sé que a medida que hagan esto, su vida se llenará de

oportunidades de compartir Su luz y Su amor con sus familiares, amistades y todas las personas que les rodeen. Conforme se esfuercen por seguirlo a Él, su testimonio llegará a ser firme e inquebrantable. ■

#### NOTAS

1. Brigham Young, en *A Century of Sisterhood: Chronological Collage, 1869–1969*, 1969, pág. 8.
2. Brigham Young, en Susa Young Gates, *History of the Young Ladies' Mutual Improvement Association of the Church of Jesus Christ of Latter-day Saints from November 1869 to June 1910*, 1911, pág. 9.
3. Quentin L. Cook, Conferencia General de abril de 2014 (*Liahona*, mayo de 2014, pág. 48).
4. Russell M. Nelson, “Juventud de Israel” (Devocional mundial para los jóvenes, 3 de junio de 2018), [ChurchofJesusChrist.org/study/broadcasts/worldwide-devotional-for-young-adults/2018/06/hope-of-israel?lang=spa](https://www.churchofjesuschrist.org/study/broadcasts/worldwide-devotional-for-young-adults/2018/06/hope-of-israel?lang=spa).
5. Russell M. Nelson, “Juventud de Israel”.



# Mujeres Jóvenes

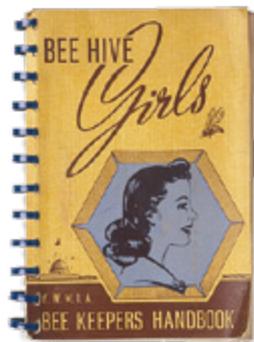
## CELEBRAMOS 150 AÑOS

Por Amanda Dunn

Revistas de la Iglesia

Este año, la organización de las Mujeres Jóvenes cumple 150 años, ¡y es hora de celebrar! Echen un vistazo a estos datos sobre cómo ha evolucionado la organización desde 1870 hasta el presente, lo que jóvenes como ustedes hacen actualmente para participar en las Mujeres Jóvenes y cómo pueden recibir inspiración de mujeres de la historia que mostraron valor y fe.

### 1870–1920



**Nombre:** Se organiza oficialmente la Asociación de Moderación Cooperativa del Departamento de las Damas de las Mujeres Jóvenes el 27 de mayo de 1870, bajo la dirección de Brigham Young<sup>1</sup>. En 1877, se cambia el nombre a Asociación de Mejoramiento Mutuo de las Mujeres Jóvenes<sup>2</sup>.

**Organización y clases:**

Se crea el programa de Abejitas como programa de verano para las jóvenes de 14 años en adelante.

**Mejoramiento y reconocimientos:**

En 1915, se publica el Bee-Hive Handbook [Manual de Abejitas] que señala siete “campos” de superación personal: Religión, Hogar, Salud, Artes domésticas, Actividades al aire libre, Negocios y Servicio público<sup>3</sup>.

**Revistas y publicaciones:**

Se publica el primer número de *Young Woman's Journal* en 1889<sup>4</sup>. Muchas Asociaciones de Mejoramiento Mutuo (o AMM) producen sus propios periódicos escritos a mano con solo uno o dos ejemplares para que las jóvenes se los pasen entre sí.

### 1920–1970



**Nombre:** En 1934, la Asociación de Mejoramiento Mutuo de las Mujeres Jóvenes cambia de nombre en inglés de Young Ladies' Mutual Improvement Association a Young Women's Mutual Improvement Association<sup>5</sup>.

**Organización y clases:**

Hay dos clases con el nombre de Abejitas para las más jóvenes y Espigadoras para las mayores. La edad para entrar al programa cambia de los 14 a los 12 años. En 1950, se introduce la clase de las Damitas.

**Mejoramiento y reconocimientos:**

El reconocimiento Golden Gleaner [Espigadora de oro] marca el mayor logro que las mujeres jóvenes pueden obtener en el programa.





## 1970–2019



**Revistas y publicaciones:** En 1929, la publicación *Young Woman's Journal* se combina con la revista *Improvement Era* para todos los jóvenes<sup>6</sup>.



**Nombre:** En 1974, la Asociación de Mejoramiento Mutuo de las Mujeres Jóvenes cambia a la organización de las Mujeres Jóvenes<sup>7</sup>.



**Organización y clases:** Para 1972, la organización de las Mujeres Jóvenes tiene tres clases con el nombre de Abejitas (de 12 y 13 años), Damitas (de 14 y 15 años) y Laureles (de 16 y 17 años). A partir de 2019, las mujeres jóvenes entran a las Abejitas en el mes de enero del año en que cumplen 12 años.

**Mejoramiento y reconocimientos:** En 1977, se presentan el programa y el medallón del Progreso Personal. En 1987, se agregan los valores de las Mujeres Jóvenes: Fe, Naturaleza divina, Valor individual, Conocimiento, Elección y responsabilidad, Buenas obras e Integridad<sup>8</sup>. En 2008, se agrega el valor Virtud a los valores<sup>9</sup>.

**Revistas y publicaciones:** En 1971, comienza a publicarse en inglés la revista *New Era* para los jóvenes y en la revista *Liahona* se proporcionan artículos para los jóvenes en varios idiomas<sup>10</sup>.





## Datos interesantes

1. El manual Bee-Hive Handbook de 1915 permitía que las jóvenes escogieran proyectos entre más de 300 opciones distintas. Algunos de esos proyectos consistían en cuidar de una colmena de abejas durante una estación completa, mantener la casa sin moscas durante dos semanas o arrancar las artemisas de un campo de un cuarto de hectárea<sup>12</sup>.



## 2020



**Nombre:** El nombre sigue siendo organización de las Mujeres Jóvenes.

**Organización y clases:** Las clases se organizan en cada barrio o rama según sus necesidades y se les señala con la etiqueta unificadora de "Mujeres Jóvenes" (por ejemplo, "Mujeres Jóvenes de 12 años", "Mujeres Jóvenes de 12 a 15 años" o simplemente "Mujeres Jóvenes" si se reúnen todas juntas).



**Mejoramiento y reconocimientos:** El programa Niños y Jóvenes reemplaza el Progreso Personal. El nuevo programa fomenta oportunidades personalizadas para crecer en los aspectos de desarrollo personal, aprendizaje del Evangelio y servicio y actividades<sup>11</sup>.



**Revistas y publicaciones:** Se aproxima el 50 aniversario de la revista *New Era* para los jóvenes. ■

## NOTAS

1. Véase "Cronología de la historia de las Mujeres Jóvenes", [history.ChurchofJesusChrist.org/landing/a-brief-timeline-of-young-women-history](http://history.ChurchofJesusChrist.org/landing/a-brief-timeline-of-young-women-history).
2. Véase "Young Women's Timeline", *Mormon Women's Studies Resource*, Biblioteca Harold B. Lee, Universidad Brigham Young, Provo, Utah, [mormonwomen.lib.byu.edu/young-womens-portal/young-women-timeline](http://mormonwomen.lib.byu.edu/young-womens-portal/young-women-timeline).
3. Véase "Historia de reconocimiento a las Mujeres Jóvenes", [ChurchofJesusChrist.org/callings/young-women/leader-resources/history/history-of-young-women-recognition?lang=spa](http://ChurchofJesusChrist.org/callings/young-women/leader-resources/history/history-of-young-women-recognition?lang=spa).
4. Véase "Young Women's Timeline".
5. Véase "Young Women's Timeline".
6. Véase "Young Women's Timeline".
7. Véase "Young Women's Timeline".
8. Véase "Young Women's Timeline".
9. Véase "New Young Women Value: Virtue", 9 de diciembre de 2008, [thechurchnews.com](http://thechurchnews.com).
10. Véase "Young Women's Timeline".
11. Véase [ChurchofJesusChrist.org/youth/childrenandyouth?lang=spa](http://ChurchofJesusChrist.org/youth/childrenandyouth?lang=spa).
12. Véase "Historia de reconocimiento a las Mujeres Jóvenes".
13. Véase "Historia de reconocimiento a las Mujeres Jóvenes".
14. Véase "Clases y símbolos de las Mujeres Jóvenes", [ChurchofJesusChrist.org/young-women/personal-progress?lang=spa](http://ChurchofJesusChrist.org/young-women/personal-progress?lang=spa).
15. Véase "Historia de reconocimiento a las Mujeres Jóvenes".
16. Véase "The Annual Report of the Church", *Ensign*, julio de 1972, págs. 131-133.
17. Véase "Worldwide Statistics", [newsroom.ChurchofJesusChrist.org/facts-and-statistics](http://newsroom.ChurchofJesusChrist.org/facts-and-statistics).



2. Las primeras Abejitas vestían uniformes diseñados por cada asociación local y en 1922 los colores oficiales de la Asociación de Mejoramiento Mutuo pasaron a ser el dorado y el verde<sup>13</sup>.



3. El nombre Abejita provenía de los pioneros, quienes consideraban la colmena como símbolo de trabajo y armonía. El término Damita o Mia Maid, en inglés, se derivó de las siglas MIA de Mutual Improvement Association [Asociación de Mejoramiento Mutuo]. El término Laurel se tomó de la corona de laurel, que significa honor y logro<sup>14</sup>.



4. Entre las décadas de 1940 y 1960, las mujeres jóvenes podían ganar emblemas que se cosían sobre una banda que se ponía de forma cruzada sobre el pecho. Uno de los requisitos para obtener un emblema era: “esfuérazate por lograr nueve horas de buen sueño todas las noches este mes”<sup>15</sup>.



5. La cantidad total de miembros de la Iglesia aumentó de 110 000 en 1870<sup>16</sup> a más de 16 millones para 2020<sup>17</sup>, ¡imagínate cuántas mujeres jóvenes hay alrededor del mundo actualmente!

## La mano de ayuda de Haven

**H**aven, una joven de 14 años de Utah, EE. UU., decidió celebrar el hecho de ser una mujer joven de la Iglesia al prestar servicio a los demás.

“Todo comenzó con una pequeña idea”, comentó. “Mi tío fue a Bangladesh con fines humanitarios y se enteró de las dificultades que afrontaban las personas de ese país. Tuve el deseo de ayudarles, así que busqué en la aplicación JustServe y obtuve la idea de hacer kits hechos en casa para los refugiados de aquel lugar”.

Haven recolectó donativos en su escuela, creó una página GoFundMe e incluso sacaba los contenedores de basura de sus vecinos a fin de recaudar fondos para los kits. “Saco unos 22 contenedores de basura y 11 de reciclaje cada lunes y martes”, señaló. “Normalmente uso el dinero que gano para mi programa de coro y lo ahorro para mi misión, pero ese mes decidí utilizar los fondos para comprar materiales”.

Después Haven fue a comprar todos los materiales necesarios para los kits, entre ellos calcetines, guantes, bufandas y gorros. Armó los kits y también se puso en contacto con el director de Lifting Hands International a fin de coordinar la entrega de los kits en Bangladesh.

“Armar los kits fue lo que tomó la mayor parte del tiempo de mi proyecto. Sin embargo, cada vez que colocaba un objeto en el kit, sabía que iría a manos de una persona necesitada y que el objeto la bendeciría por mucho tiempo”.

Cuando el proyecto llegó a su fin, Haven sintió mayor confianza en su capacidad para servir. “De esto aprendí lo mucho



que puedo ayudar si pongo mi mejor esfuerzo. Además, sentí compasión por las personas a las que ayudaba, y eso me ayudó a sentirme más cerca del Salvador y a sentir algo de lo que Él siente por nosotros”.

Al celebrar el aniversario de la organización de las Mujeres Jóvenes, cada una de nosotras puede recordar que somos ejemplos de Cristo. Al igual que Haven, podemos ser de gran ayuda para los demás si hacemos nuestro mejor esfuerzo por servir como Él lo haría. ■

# ¿Cómo puedo ayudar a mis amigos que parecen estar deprimidos?



*“Entonces, ¿cuál es la mejor manera de actuar cuando ustedes o sus seres amados afronten dificultades mentales o emocionales? Ante todo, nunca pierdan la fe en el Padre Celestial, quien los ama más de lo que pueden comprender [...].*

*“Sin importar lo que sean o no sean capaces de proporcionar, pueden ofrecer sus oraciones y pueden brindar un ‘amor sincero’”.*

Élder Jeffrey R. Holland, del Cuórum de los Doce Apóstoles, “Como una vasija quebrada”, *Liahona*, noviembre de 2013, págs. 41–42.



## **Invítalos a pasar tiempo contigo**

Invítalos a hacer cosas divertidas contigo. No te desanimes si ellos no reaccionan de la forma en

que tú deseas. A veces, el simple hecho de invitarlos a hacer algo o incluso el que sepan que tú quieres pasar tiempo con ellos les levantará el ánimo.

*Alyssa F., 16 años, Washington, EE. UU.*



## **Reconfortalos**

Cuando estoy con amigos que se sienten deprimidos, no tomo su problema a la ligera. Más bien, les ayudo a que sus dificultades sean ligeras. Trato de reconfortarlos y amarlos. Les doy la oportunidad de que expresen sus frustraciones.

Les doy la oportunidad de que expresen sus frustraciones.

*Angbo K., 18 años, Costa de Marfil*

## **No caigas en la depresión tú también**

La mejor forma de ayudarles a ellos, y de ayudarte a ti mismo, es ser sincero. Expresa las cosas que te brinden alegría. Si te cuesta mantenerte alegre, asegúrate que estás ahí para apoyarlos, pero también cuida de ti mismo. Es mejor que tú te mantengas bien en lugar de deprimirme también.

*Kira W., 16 años, Kansas, EE. UU.*



### Piensa de manera positiva

Puedes mantener una actitud positiva con tus amigos que parezcan estar deprimidos pensando en cosas positivas que te hayan sucedido o que vayan a suceder pronto en tu vida. Solamente piensa en cosas que aprecies, tales como experiencias cómicas.

**Luke P., 14 años, Nuevo México, EE. UU.**

### Recuérdales lo bueno

Si un amigo está deprimido, trato de hablarle de algo que sea de su interés, para que así recuerde algunas cosas buenas de su día o de su vida. A veces trato de hacerlo reír o le hago un cumplido para hacerlo sentir bien, y en ocasiones le pido que haga algo importante para que sepa que tiene un propósito en la vida.

**Carson D., 15 años, Texas, EE. UU.**

*Nota de los editores: Las sugerencias que aquí se ofrecen son de utilidad, aunque es posible que no ayuden de forma inmediata ni sirvan para que una persona se recupere de la depresión. Puede que en casos más serios sea necesario recibir ayuda de profesionales.*

*Es posible que las respuestas se modifiquen para abreviarlas o darles más claridad. Las respuestas publicadas tienen por objeto servir de ayuda y exponer un punto de vista, y no deben considerarse pronunciamientos oficiales de doctrina de la Iglesia.*

### ¿Y tú qué piensas?

**“¿Cómo puedo alejar de la mente el lenguaje sucio que escucho?”**

Envía tu respuesta y, si lo deseas, una fotografía de alta resolución antes del 15 de julio de 2020 a [liahona@ChurchofJesusChrist.org](mailto:liahona@ChurchofJesusChrist.org).



## ¿Cuál es la postura de la Iglesia con respecto al racismo?

Nosotros creemos que Dios es el Padre de toda la raza humana y que “a nadie de los que a él vienen desecha, sean negros o blancos [...]; y todos son iguales ante Dios” (2 Nefi 26:33). Debido a que todas las personas son iguales ante Dios, creemos que ninguna persona puede afirmar con razón que es superior a otra en virtud de su raza u origen étnico. Además, creemos que es pecaminoso menospreciar, denigrar o discriminar a otras personas a causa de su raza.

Los profetas y apóstoles modernos han condenado el racismo con los términos más enérgicos posibles. Por ejemplo:

- Presidente Gordon B. Hinckley (1910–2008): “Nadie que haga comentarios ofensivos en cuanto a las personas de otra raza se puede considerar un verdadero discípulo de Cristo, ni tampoco puede considerar que esté en armonía con las enseñanzas de la Iglesia de Cristo”<sup>1</sup>.
- Presidente M. Russell Ballard, Presidente en Funciones del Cuórum de los Doce Apóstoles: “Debemos acoger a los hijos de Dios con compasión y eliminar todo prejuicio, incluso el racismo, el sexismo y el nacionalismo”<sup>2</sup>.
- Presidente Dallin H. Oaks, Primer Consejero de la Primera Presidencia: “El racismo es probablemente la fuente más común de prejuicio de hoy, y se nos llama a arrepentirnos de eso”<sup>3</sup>.

#### NOTAS

1. Gordon B. Hinckley, “La necesidad de más bondad”, *Liahona*, mayo de 2006, pág. 58.
2. M. Russell Ballard, “¡El viaje continúa!”, *Liahona*, noviembre de 2017, pág. 106.
3. Dallin H. Oaks, “Un motivo de celebración”, *Liahona*, diciembre de 2018, pág. 49.

# Servir juntos con el poder del sacerdocio

Por el presidente **M. Russell Ballard**  
Presidente en Funciones del Cuórum de los Doce Apóstoles

---

**H**ace varios años, mi esposa Barbara y yo contemplábamos el cielo nocturno llenos de asombro. Los millones de estrellas lucían excepcionalmente brillantes y hermosas. Después, acudí a la Perla de Gran Precio y leí lo que el Señor Dios le dijo a Moisés: “Y he creado incontables mundos, y también los he creado para mi propio fin; y por medio del Hijo, que es mi Unigénito, los he creado” (Moisés 1:33).

El poder que creó los cielos y la tierra es el sacerdocio. La fuente de este poder del sacerdocio es el Dios Todopoderoso y Su Hijo Jesucristo. Es el poder que el Salvador utilizó para llevar a cabo milagros, para proporcionar una Expiación infinita y para vencer la muerte física por medio de la Resurrección.

En el plan de nuestro Padre Celestial, los hombres tienen la singular responsabilidad de administrar el sacerdocio, pero ellos no son el sacerdocio. Es sumamente importante que comprendamos que nuestro Padre Celestial ha proporcionado una manera para que todos Sus hijos e hijas puedan tener acceso a las bendiciones del sacerdocio y sean fortalecidos mediante este poder.

El mismo poder del sacerdocio que creó mundos, galaxias y el universo puede y debe ser parte de nuestra vida para consolar, fortalecer y bendecir a nuestra familia, nuestros amigos y nuestros vecinos; en otras palabras, para hacer las cosas que el Salvador haría si Él se encontrara ministrando entre nosotros hoy en día (véase Doctrina y Convenios 81:5).

El propósito fundamental de este sacerdocio es bendecirnos, santificarnos y purificarnos a fin de que podamos vivir juntos con nuestras familias en la presencia de nuestros Padres Celestiales. De esa forma, todos los hombres, las mujeres y los niños —no importa cuáles sean nuestras circunstancias— podemos participar en la maravillosa obra de Dios y Jesucristo (véase Moisés 1:39) y disfrutar de las bendiciones del sacerdocio.

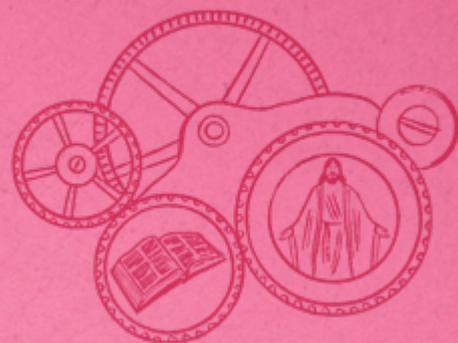
Que seamos prudentes y procuremos fortalecer nuestra propia vida, la vida de los integrantes de nuestra familia, y La Iglesia de Jesucristo de los Santos de los Últimos Días por medio del poder del sacerdocio de Dios. ■

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

# Abish



Sus fieles acciones resultaron en la **conversión de muchos lamanitas.**



Vivió aproximadamente noventa años **antes del nacimiento de Cristo.**



**Mantuvo su fe en secreto** hasta el momento apropiado.



Una mujer lamanita que **le servía a la reina.**



Fue **convertida al Evangelio** a causa de "una notable visión de su padre" (Alma 19:16).



**¿TE SIENTES ESTRESADO  
POR ESTAR SOLTERO?**

*Lee sobre las experiencias de  
otros jóvenes adultos y cómo se  
quitaron la presión de encontrar  
un compañero eterno.*

42



MUJERES JÓVENES

**CELEBRAMOS  
150 AÑOS**

54, 58

JÓVENES

**CÓMO AYUDAR  
A LOS AMIGOS  
QUE SE SIENTEN  
DEPRIMIDOS**

62

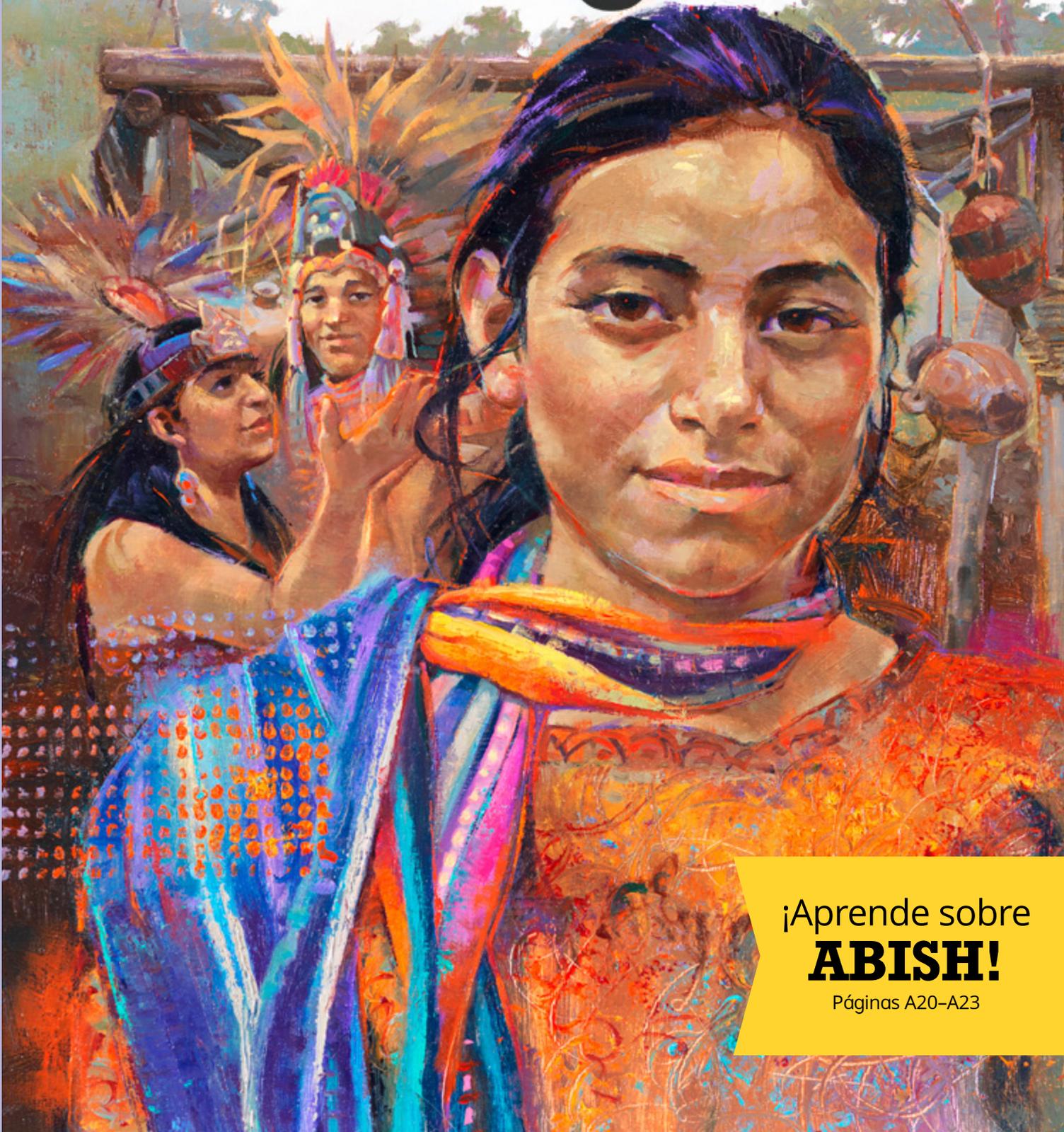
NIÑOS

**JUEGA ESTE  
JUEGO DE  
CONCORDANCIA  
DEL LIBRO  
DE MORMÓN**

A12



# Amigos



¡Aprende sobre

**ABISH!**

Páginas A20-A23



Por el  
presidente  
**Henry B. Eyring**  
Segundo Consejero  
de la Primera  
Presidencia

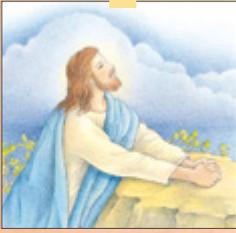
# El testimonio y el Libro de Mormón

Cada vez que leo aunque sea  
unos pocos renglones del Libro de Mormón,  
siento que se fortalece mi testimonio  
de que el libro es verdadero,  
de que Jesús es el Cristo,  
de que podemos seguirlo a Él  
hasta llegar a casa.

Para mí ha sido el libro de libros.

Es la palabra de Dios.

*Adaptado de "El Libro de Mormón como guía  
personal", Liahona, septiembre de 2010, págs. 4-5.*



## Tu propio testimonio

Un testimonio es un buen sentimiento que tenemos cuando el Espíritu Santo nos dice que algo es verdad. Tú no eres demasiado joven para tener un testimonio. Recorta las tiras y ponlas en un recipiente o frasco para que puedas escoger una cada día. Cuando sientas un testimonio en el corazón, ¡habla de ello con alguien!

Canta "Siento el amor de mi Salvador" (*Canciones para los niños*, págs. 42-43).

Canta "Getsemaní" (*Liahona*, marzo de 2018, págs. 74-75).

Mira una imagen del templo.

Escucha un discurso del presidente Russell M. Nelson.

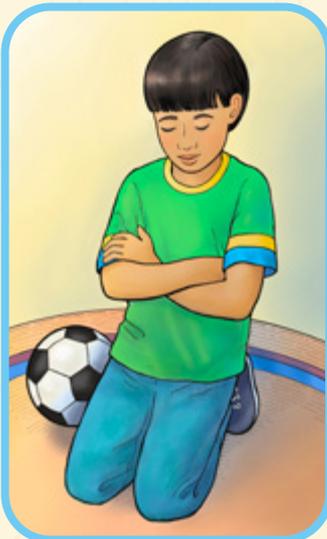
Mira una imagen de Jesús o un video de la Biblia sobre Él.

Ora al Padre Celestial y presta atención a los sentimientos que provienen del Espíritu Santo.

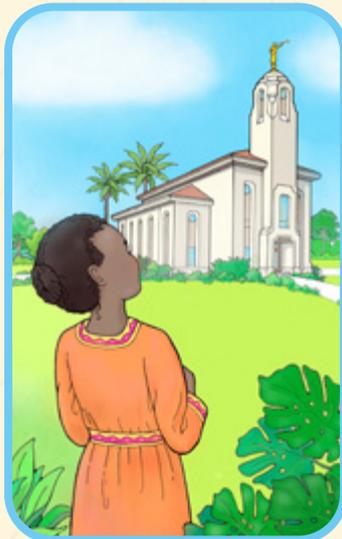
"Deleitaos en las palabras de Cristo [...]; las palabras de Cristo os dirán todas las cosas que debéis hacer" (2 Nefi 32:3).

## Siento el Espíritu Santo cuando...

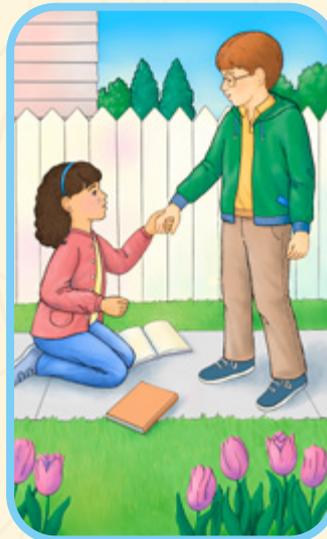
Oro al Padre Celestial.



Pienso en el templo.



Ayudo a los demás.



¿Cuándo has sentido un testimonio que provenía del Espíritu Santo?

# La oración de Kelly

Por Lori Fuller Sosa

Revistas de la Iglesia  
(Basado en una historia real)

Kelly y su mamá caminaron hacia el edificio de la Iglesia y miraron a su alrededor. Era hermoso, con las palmeras meciéndose en el exterior. La placa del edificio decía “La Iglesia de Jesucristo de los Santos de los Últimos Días” en tres idiomas: malayo, chino e inglés.

Kelly no sabía mucho acerca de Jesucristo, y nunca había estado en una iglesia.

La amiga de su mamá, Li Leen, asistía a la Iglesia allí, y había invitado a Kelly y a su mamá a acompañarla.

Al entrar, las personas sonrieron y saludaron. Todos eran muy amables. Kelly y su mamá siguieron a Li Leen hasta un gran salón que había en la planta superior. Li Leen dijo que se llamaba capilla.

Kelly se sentó junto a su mamá y Li Leen en una fila de sillas, y al poco rato comenzó la reunión. Escuchó la música; le gustaba cómo le hacía sentir, aunque no se supiera la letra.

Al final de la reunión, una mujer se puso de pie para ofrecer una oración. Kelly miró a su alrededor mientras todos los demás cruzaban los brazos y cerraban los ojos. Sintió algo realmente bueno en su interior. ¿Qué era? ¡No se parecía a nada de lo que había sentido antes!

Más tarde, al irse de la Iglesia, Kelly le habló a su mamá acerca de lo que había sentido durante la oración.



“Bueno”, dijo su mamá, “yo no sentí nada especial”.

Pero Kelly seguía pensando en el modo en que se había sentido en la Iglesia. Le había gustado la oración y escuchar acerca de Jesús.

“¿Me pueden enseñar los misioneros?”, preguntó Kelly a su mamá. “Quiero saber más”.

“Si eso es lo que quieres, está bien”, respondió la mamá.

Los misioneros enseñaron a Kelly a orar y a leer las Escrituras; le enseñaron acerca de Jesús y de cuánto nos ama. A Kelly le gustaba lo que aprendía.

Un día, los misioneros le extendieron un desafío especial.

“¿Intentarás orar durante la semana?”, preguntó el élder Parker.

Hasta ese momento, Kelly solamente había orado con los misioneros, pero deseaba hacerlo sola. Sabía que el Padre Celestial siempre escuchaba, y que quería escucharla a ella.

“Lo haré”, prometió.

El día siguiente en la escuela era un día especial. ¡Kelly iba a cantar en un concurso! Había aprendido una hermosa canción china. Aprenderse todas las notas y los tonos había sido difícil; había practicado, y practicado, y practicado.

Ahora que había llegado el momento de actuar, Kelly estaba nerviosa. Sacó la imagen de Jesús que había metido en el bolsillo de su uniforme aquella mañana y decidió hacer una oración como los misioneros le habían enseñado. “Padre Celestial, por favor, ayúdame a no estar nerviosa”, suplicó. “En el nombre de Jesucristo. Amén”.

Entonces Kelly salió al escenario. Miró fijamente al público y a los jueces; pensó en la imagen de Jesús que tenía en el bolsillo y se sintió un poco mejor. Respiró hondo y comenzó a cantar.

Cantó todas las palabras tal como las había practicado y, al entonar la última nota y saludar al público, Kelly tuvo la certeza de que el Padre Celestial había escuchado su oración y la había ayudado.

Con una sonrisa, Kelly salió del escenario. Casi no podía esperar para explicarles a los misioneros lo que había pasado y sabía que quería seguir orando cada día. ●





¡Hola desde Alemania!

Hola, somos Margo y Paolo. ¡Ven con nosotros a visitar Alemania!



**Alemania**, en alemán *Deutschland*, es un país del centro de Europa. Tiene bosques, ríos, montañas y playas, aldeas y grandes ciudades. En Alemania viven unos trece millones de niños.

Hay aproximadamente veinte mil castillos, y muchos tienen cientos de años de antigüedad. En esta foto se ve el famoso castillo de Neuschwanstein.



El chucrut, las salchichas y el *Spätzle* (una especie de fideos) son alimentos típicos de Alemania.



En Alemania hay dos templos; uno está en Freiberg y otro en Fráncfort, donde se encuentra este niño. La placa dice: "Tempel der Kirche Jesu Christi der Heiligen der Letzten Tage" (Templo de La Iglesia de Jesucristo de los Santos de los Últimos Días).



A los niños y las niñas les gusta participar en la Primaria.



Alemania es famosa por sus mercados navideños. A las familias les encanta mirar las hermosas luces y comer golosinas deliciosas.



Este es el aspecto que tiene la *Guía para los niños* en alemán. Los niños de Alemania la utilizan para aprender y progresar. ¿Cómo usas tú esta guía en el lugar donde vives?

### ¡Conoce a algunos de nuestros amigos de Alemania!



**Gracias por explorar Alemania con nosotros. ¡Hasta la próxima!**

El primer día que asiste a la escuela primaria, cada niño recibe una mochila, un estuche y un cono hecho con cartulina (*Schultüte* o *Zuckertüte*) lleno de caramelos y regalitos.



Mi relato favorito del Libro de Mormón es cuando Cristo visita y enseña a las personas. Yo quiero seguir el mandamiento de Cristo de no juzgar. Cuanto más leo acerca de las enseñanzas del Salvador, más siento Su paz y Su amor.

**Lelia A., 10 años, Franconia, Alemania**



Sé que, si guardo los mandamientos, tengo la garantía y la seguridad de que me mantendré en la senda que me lleva a Dios. Siempre puedo saber que he hecho algo bien cuando siento el Espíritu Santo.

**Kaleb A., 12 años, Franconia, Alemania**

**¿Eres de Alemania? ¡Escríbenos! Nos encantaría saber de ti.**

ILUSTRACIONES POR KATIE MCDEE; FOTOGRAFÍA DEL NIÑO FRENTE A LA PLACADEL TEMPLO DE FRANCFORT, ALEMANIA, POR FERNANDA RUDLOFF; FOTOGRAFÍAS DE ARCHIVO POR ADOBESTOCK Y GETTY IMAGES.

# Nadando como un caballito de mar

Por David Dickson

Revistas de la Iglesia  
(Basado en una historia real)

*“[E]l Espíritu Santo [...] os mostrará todas las cosas que debéis hacer” (2 Nefi 32:5).*

Robin miró fijamente la piscina intentando no pensar en lo lejos que tenía que nadar. Lo único que importaba era ganar la insignia. La insignia del *seepferdchen* (el caballito de mar) demostraría a todos en Alemania que sabía nadar solo.

*¡Puedo hacerlo!*, pensó Robin. Respiró hondo y saltó.  
¡PLAS!

El agua fría sentaba genial en un día tan caluroso.

*Ve metro a metro*, le había dicho su papá. *No pienses en los veinticinco metros a la vez.*

Robin mantuvo sumergida la cabeza y movió los brazos y las piernas tal y como había estado practicando durante meses. Cada pocos segundos sacaba la cabeza para respirar.

*Patada. Brazada. Patada. Brazada.*

De repente, la profesora de natación sonó el silbato. Robin levantó la vista sorprendido.

“Bien hecho”, dijo la profesora.

¡Lo había conseguido!

Robin se rio e hizo algunas piruetas bajo el agua para celebrarlo. ¡Era un caballito de mar!

Cuando Robin llegó a casa, corrió a buscar a su papá.

“¡Papi, mira!”.

El papá de Robin dejó el martillo y en cuanto vio la insignia del *seepferdchen* esbozó una gran sonrisa.

“¿A la primera?”. El papá le dio a Robin un fuerte abrazo. “¿Qué quieres hacer para celebrarlo?”.

Robin pensó por un segundo. “Lo que más me gustaría sería ir a la piscina contigo. Quiero enseñarte lo que sé hacer”.





El papá sonrió todavía más. “Bueno, *esa* será una celebración para los dos. En cuanto tenga tiempo, iremos”.

Robin hizo un gesto de alegría con el puño en alto. No podía esperar a tener la insignia cosida en su traje de baño e ir a nadar con su papá.

Pasaron varios días y Robin seguía preguntando en cuanto a la piscina, pero siempre surgía algo que les impedía ir. El papá siempre parecía ocupado.

Una mañana, Robin se arrodilló junto a su cama para orar. Al final de su oración añadió una cosa más:

“Por favor, dale a mi papá un poco de tiempo libre para que podamos ir a la piscina. En el nombre de Jesucristo. Amén”.

Al abrir los ojos, Robin oyó que su papá llamaba a la puerta.

“Vamos a la piscina. ¡Quiero verte en acción!”.

Robin se quedó boquiabierto. “¡Papá!; no te lo vas a creer. *Acabo de orar* para que tuvieras tiempo libre para poder ir”.

El papá se cruzó de brazos y se apoyó en el marco de la puerta. “Bueno, qué interesante... porque *yo* acabo

de escuchar un mensaje suave y claro del Espíritu Santo que me decía que tenía que llevarte a la piscina. ¡Será mejor que vayamos!”.

Fue un día fantástico. Robin le enseñó a su papá cómo nadaba veinticinco metros sin parar. El papá estaba impresionado, y a Robin le impresionaron las piruetas de su papá bajo el agua. ¡Podía hacer cinco seguidas!

“Estoy contento de que hoy el Padre Celestial te diera un poco de tiempo libre”, dijo Robin.

“De hecho”, añadió el papá, “creo que he estado demasiado ocupado, y el Espíritu Santo me estaba recordando que tenemos que *apartar* tiempo para estar el uno con el otro, ¿no crees? Prometo hacer mi parte”.

Robin sonrió. “¡Yo también!”.

El papá sonrió entrecerrando los ojos. “Otra cosa; ¿alguna vez te he dicho que nunca he perdido una guerra de agua?”.

Robin le sonrió. “¡Todavía no se ha acabado el día!”. ●

**Esta historia tiene lugar en Alemania. Lee más sobre Alemania en las páginas A6-A7.**

ILUSTRACIÓN POR MARK ROBISON.



# ¡Jesús nos ama a todos!



# Completa la secuencia

Estas son cuatro maneras en las que podemos invitar a otras personas a aprender acerca del Evangelio. Haz dibujos en los espacios en blanco para completar cada secuencia.

Invita a un amigo o amiga a escucharte dar un discurso en la Primaria.

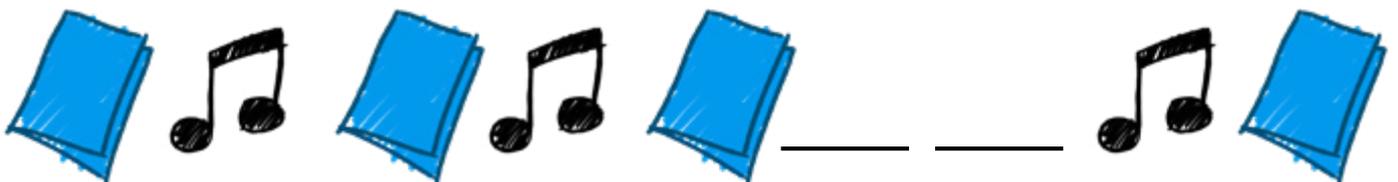


Enseña a un amigo o amiga tu canción favorita de la Primaria y cántenla juntos.

Comparte un ejemplar de la revista *Amigos*.



Dile a alguien lo mucho que Dios y Jesús lo aman.



# Muestra y cuéntalo



**C**uando era más pequeña, padecía una enfermedad de la piel. Cada día oraba para que el Padre

Celestial me sanara. Aprendí a tener paciencia, y después de cinco años me curé. Sé que el Padre Celestial escucha nuestras oraciones.

**Juyoung K., 12 años,**  
Gyeonggi, Corea del Sur



**A** la amiga de mi hermanita le dan miedo los perros. Cuando algún perro se acerca, yo lo ahuyento para

que ella no tenga miedo.

**Hyrum F., 7 años,**  
Maputo, Mozambique



**M**e encanta tener insectos palo como mascotas. Uno de ellos se puso muy enfermo. Hice una oración para

que se curara y, a la mañana siguiente, miré en su jaula y estaba mucho mejor. Sé que el Padre Celestial escuchó mi oración.

**Tahnee C., 8 años,**  
Wellington, Nueva Zelanda

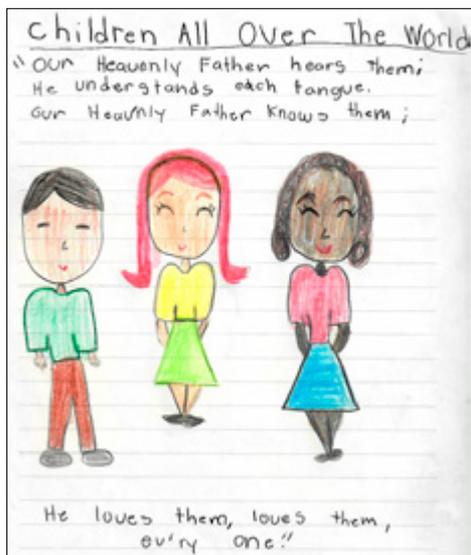


**M**i papá tuvo un infarto cuando yo tenía siete años y estuvo en el hospital. Cuando cumplí ocho años él seguía en el hospital, así que decidí esperar hasta que mi papá saliera del hospital para que me bautizaran y confirmaran. Fue uno de los días más felices de mi vida.

**William M., 9 años,**  
Queensland, Australia



**Miguel T., 7 años,** Nuevo León, México



**"Niños de todo el mundo",**  
Alexia W., 10 años,  
Heredia, Costa Rica



**C**uando iba a la escuela primaria, a algunos alumnos les gustaban las historias de miedo. Me contaron una que realmente comenzó a obsesionarme por las noches. Una noche decidí orar al Padre Celestial para que me ayudara a no pensar en ello, y Él me ayudó a dormir todas y cada una de las noches. Fue cuando me di cuenta de que puedo orar a Él en cualquier momento y en cualquier lugar.

**Enerel T., 11 años,** Ulaanbaatar, Mongolia

¡Yo  
no  
soy!

# ¿Quién soy?

*Este es un juego para jugar con tus familiares o amigos. ¿A cuántas personas del libro de Alma puedes identificar?*

1. Recorta los círculos de la izquierda con las palabras "¡Yo no soy!" y las tarjetas de la página A15. No recortes los dibujos de la derecha.
2. Para comenzar a jugar, elige una de las tarjetas de la página A15. ¡No le enseñes a nadie la tarjeta que has escogido! El resto del grupo tratará de adivinarla.
3. Para adivinar la tarjeta misteriosa, los participantes miran las imágenes de la página A13 y se turnan para hacer preguntas que se respondan con un sí o un no acerca del aspecto de las personas que aparecen en las tarjetas o lo que hicieron.
4. Cuando los participantes descubran algo que reduzca el marco de las posibles identidades de la persona misteriosa, pueden utilizar los círculos con las palabras "¡Yo no soy!" para tapan las imágenes eliminadas. Por ejemplo, si preguntan "¿Esa persona tiene el cabello de color marrón?", y quien tiene la tarjeta responde que no, pondrían un círculo con las palabras "¡Yo no soy!" encima de todos los que tengan el cabello marrón.
5. Después de adivinar quién es la persona misteriosa, lean en voz alta para todo el grupo la historia que aparece en la tarjeta. Luego vuelvan a jugar quitando las tarjetas circulares y pidiéndole a otra persona que escoja una nueva tarjeta.

**Consejo:** Antes de comenzar, podrían leer en voz alta la página A15 para que todos puedan recordar las historias.



Alma, hijo



Ammón



Anti-nefi-lehitas



La reina



Rey Lamoni



Abish



Aarón



Korihor



Amalickáh



Capitán Moroni



Criada



Jóvenes guerreros



Por el élder  
**Gary B. Sabin**  
De los Setenta

# Nadie quedó excluido

*“[S]ed todos de un mismo sentir, compasivos”  
(1 Pedro 3:8).*

Nuestro hijo Justin creció con una difícil enfermedad. A veces estaba muy débil y no siempre podía hacer las cosas como todos los demás, aunque lo intentaba. Él sabía lo que era sentirse diferente.

Un día, Justin y sus amigos se reunieron para participar en un juego que consistía en golpear una pelota con los brazos para mantenerla en el aire. Una de las niñas que fue a jugar tenía un brazo roto.

Habría sido fácil decir: “Bueno, vamos a jugar nosotros y que ella mire”.

Pero, en lugar de eso, Justin dijo: “Tengo una buena idea. ¡Juguemos todos con un solo brazo!”. Todos participaron del juego usando un solo brazo, incluso la niña que llevaba el brazo enyesado. Nadie quedó excluido.

Justin es mi héroe. Él siempre miraba a las personas y pensaba: *¿Cómo se sienten?* Justin estuvo enfermo la mayor parte de su vida, pero fue feliz porque ayudó a otras personas y siguió a Jesucristo.

Todos tenemos desafíos, pero hay muchas cosas por las que podemos sentirnos felices. Haz lo que puedas. Confía en Dios. La felicidad más grande no proviene de centrarse en uno mismo, sino de centrarse en los demás. ●





### Abish

Hace años que me convertí al Señor, cuando mi padre tuvo una visión. Cuando trabajaba para el rey Lamoni, ayudé a muchas personas a aprender acerca del poder de Dios.



### Rey Lamoni

Cuando aprendí acerca del Evangelio, tuve una visión. ¡Vi a Jesús! Compartí mi testimonio con mi padre y ayudé a rescatar a unos misioneros de la prisión.



### Korihor

Traté de convencer al pueblo de que Jesús no era real, y exigí una prueba de que había un Dios. ¡De repente no podía hablar ni oír!



### Ammón

Soy uno de los hijos de Mosiah. Durante mi misión protegí los rebaños del rey Lamoni. Enseñé al rey Lamoni y a la reina acerca del Evangelio.



### Anti-nefi-lehitas

Antes éramos lamanitas que luchaban mucho, pero decidimos seguir a Dios, así que enterramos nuestras armas de guerra y prometimos no volver a luchar más.



### Alma, hijo

Me llamo como mi padre, el profeta. Mis amigos y yo tomamos malas decisiones, pero luego nos arrepentimos y llegamos a ser misioneros.

## ¿Quién soy?—Elige una tarjeta

*Utiliza estas tarjetas para jugar al juego de las páginas A12–A13.*



### La reina

Protegí a mi esposo cuando otras personas creyeron que estaba muerto. Después de aprender acerca de Dios, mi sierva Abish me ayudó a levantarme y a enseñar a otras personas.



### Capitán Moroni

Fui capitán del ejército nefita, pero no me gustaba hacer daño a la gente. Hice el estandarte de la libertad para recordar al pueblo lo más importante que habíamos de proteger.



### Jóvenes guerreros

Aprendimos acerca de la fe gracias a nuestras madres. Cuando tuvimos que proteger a nuestras familias, confiamos en que Dios nos ayudaría. ¡Y lo hizo!



### Aarón

Soy uno de los hijos de Mosiah. En mi misión enseñé al padre y a la madre del rey Lamoni. Luego ellos promulgaron leyes que protegían a los misioneros en sus tierras.



### Amalickiáh

Yo quería desesperadamente ser rey. Envenené al jefe de los lamanitas y tomé posesión de su ejército. Traté de convencer al pueblo para que lucharan y se hicieran daño los unos a los otros.



### La criada

Cuando alguien me hirió, tuve el suficiente valor para contrársele a otra persona y pedir ayuda. Trabajé con el capitán Moroni para proteger a su pueblo.

# Las manos que AYUDAN de Eli

Por Rebecca Rice Birkin

(Basado en una historia real)

*“[Cuántas cosas podrán mis manitas hacer” (Canciones para los niños, pág. 126).*

Era sábado por la mañana y Eli estaba en posición de alerta en la portería, listo para detener el balón. Saltó y se lanzó por el balón, haciendo todo lo posible por mantenerlo fuera de la red. Pero era difícil, y justo antes del final del partido, el balón se le escurrió de las manos. ¡El equipo contrario había marcado! El equipo de Eli había perdido, y él estaba muy triste.

Al día siguiente, en la Iglesia, Eli se dirigió lentamente a su clase de la Primaria. Todavía se sentía abatido.

Afuera de la clase, Eli vio a su amiga Kate. La mamá de Kate empujó la silla de ruedas rosa de su hijita hacia el interior del aula y abrazó a Kate antes de irse a su propia clase.

“Hola, Kate”, saludó Eli.

Kate no podía responder ni devolver el saludo, pero siempre miraba fijamente a los ojos de Eli, así que sabía que ella lo escuchaba.

Normalmente Kate sonreía cuando Eli la saludaba, pero ese día no. *¿Estará triste?*, se preguntó Eli. *Yo sé lo que se siente.* Él todavía se sentía triste por no haber podido evitar que el otro equipo marcara el gol de la victoria.

Eli se sentó junto a Juan y Makell mientras la hermana Young comenzaba la clase. Entonces Kate gimoteó. A



veces era difícil para Kate guardar silencio, porque le dolía el cuerpo.

“Kate, ¿te duele mucho?”, preguntó la hermana Young.

Kate empezó a llorar.

“Puede que una canción de la Primaria ayude”, dijo la hermana Young.

Los niños comenzaron a cantar. A Kate le encantaba la música. Normalmente cantaba con los demás emitiendo alegres

sonidos, pero ese día solamente lloraba.

*¿Cómo podemos ayudar a Kate a sentirse mejor?*, se preguntó Eli.

De pronto se le ocurrió una idea. “¡Ya sé!”. Eli le dijo a la hermana Young: “Empujaré un poco la silla de ruedas de Kate”.

Eli había visto que la mamá de Kate empujaba suavemente la silla de su hijita cuando esta necesitaba sentirse mejor. Corrió hacia Kate y comenzó a balancear lentamente la silla de ruedas hacia adelante y hacia atrás.

Kate dejó de llorar.

“¿Puedo hacerlo ahora yo?”, preguntó Juan.

“¡Yo también!”, añadió Makell.

Mientras la hermana Young enseñaba la lección, Eli y sus amigos se turnaron para empujar la silla de ruedas de Kate. Ella sonreía, y el aula entera pareció llenarse de luz.

Al final de la clase, todos sonreían.

“Ayudar a Kate me hace feliz”, dijo Eli.

ILUSTRACIONES POR MELISSA MANWILL.



“Me alegro”, respondió la hermana Young. “Al Padre Celestial también le hace feliz. Él ama a Kate y desea que se sienta mejor. Nosotros a veces podemos ser Sus ayudantes”.

Eli miró a Kate. “Tú también me ayudas”, le dijo. “Cada vez que sonrías”.

Kate le sonrió.

Al volver a casa después de las reuniones de la Iglesia, Eli sentía una calidez como la de un campo de fútbol en un soleado día de verano. *Quizás no pueda atrapar todos los balones, pensó, pero siempre puedo utilizar mis manos para ayudar a otras personas.* ●

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



“Mediante nuestra bondad y servicio sinceros nos hacemos amigos de las personas a quienes servimos”.

Presidente M. Russell Ballard, Presidente en Funciones del Cuórum de los Doce Apóstoles, “Encontrar gozo al servir con amor”, *Liahona*, mayo de 2011, pág. 48.

# Mi meta de cocinar

Por **Fernanda G., 10 años, Paraná, Brasil**

Yo quería aprender a cocinar mejor, así que, cuando recibí mi ejemplar de la *Guía para los niños*, me puse la meta de cocinar con mi papá. Siempre que papá cocinaba, yo lo miraba y veía lo divertido que era. Deseaba aprender a cocinar como él.

Mi papá y yo fuimos a la tienda a comprar ingredientes y luego me enseñó paso a paso a convertir la harina en un precioso pastel. Más tarde me enseñó a hacer otras cosas también.

Trabajar en esta meta me ha ayudado a acercarme más a mi papá. ¡Me encanta pasar tiempo con él! Él ha sido un maestro extraordinario. Una de las cosas que me ha enseñado es que, cuando cocino, ¡no me puedo distraer con el teléfono móvil!

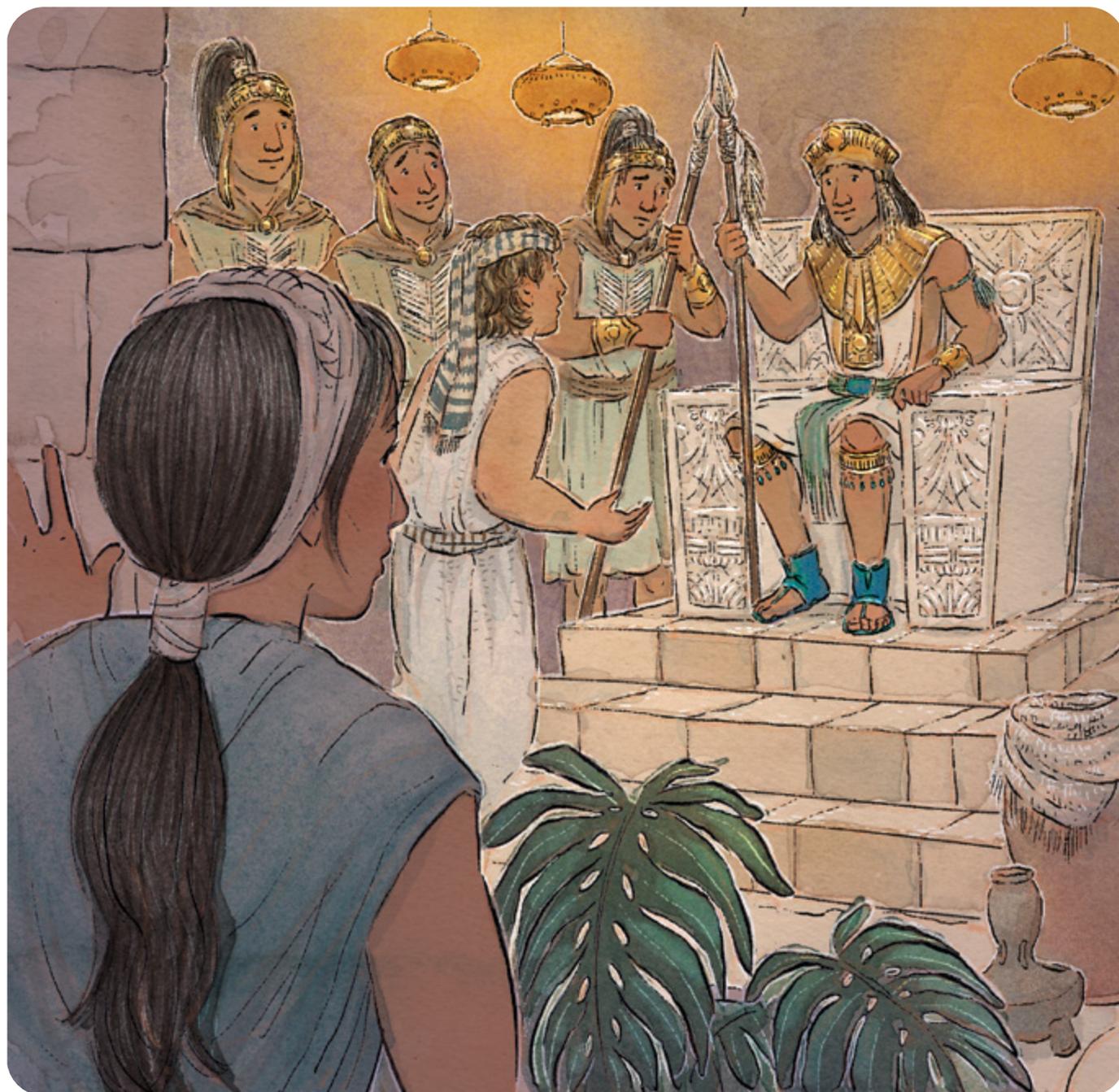
Ahora, cuando pienso en cocinar, siento que me inunda mucha alegría, porque me encanta cocinar. Esta meta me ayuda no solo a hacer algo que me encanta, sino también a progresar espiritualmente. Me gusta poder elegir mis propias metas. El Padre Celestial desea ayudarme con esta meta porque Él quiere que desarrolle mis talentos. Quiere ayudarme porque sabe que me hace feliz. ●



**La Guía para los niños puede ayudarte a establecer metas para acercarte más a Jesús.**

Pide a uno de tus padres, o a otra persona a quien admires, que te enseñe a hacer algo nuevo.

# Abish compartió el Evangelio



Una mujer llamada Abish trabajaba para el rey. Ella creía en Dios, pero la mayoría de las personas a su alrededor no creía en Dios. Un día vio que un misionero llamado Ammón estaba enseñando al rey y a la reina acerca de Dios y Jesucristo.



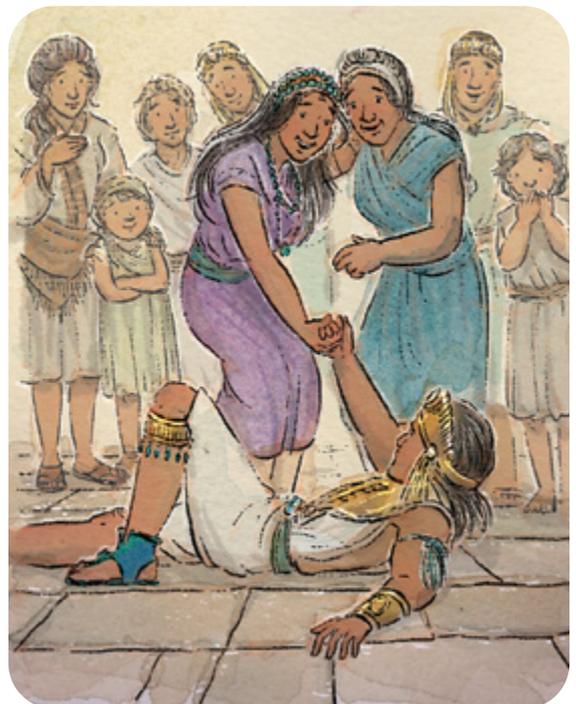
Cuando el rey y la reina aprendieron acerca del Evangelio, se sintieron tan felices que cayeron al suelo y no se movían. Abish sabía que lo que estaban sintiendo era el poder de Dios.



Como deseaba que todo el mundo supiera acerca de Dios, fue corriendo de casa en casa para decirles a todos que fueran y vieran lo que había sucedido.

Cuando la multitud estuvo reunida, Abish ayudó a la reina a levantarse.

Luego la reina ayudó al rey a levantarse y comenzaron a enseñar al pueblo acerca del Evangelio.





Yo puedo ser como Abish. Puedo ayudar a otras personas a aprender sobre el Padre Celestial y Jesucristo. ●

*Lee este relato en Alma 18–19.*

# Abish tuvo fe en Dios



---

¿Cómo puedes ayudar a las personas a aprender acerca de Dios?

# Estimados padres:

Este mes leeremos acerca de misioneros como Alma, hijo, Abish y los hijos de Mosiah. Podrían usar el juego de las páginas A12–A13 o el relato de la página A20 para hablar sobre estos hombres y estas mujeres del Libro de Mormón. Todos ellos compartieron el Evangelio de diferentes maneras. ¿Cómo puede su familia compartir el Evangelio? Anoten una meta misional para este mes. También podrían copiar su idea favorita de la página A10.

¡Sigán compartiendo!

*Amigos*

## **CÓMO ENVIAR EL ARTE O LA EXPERIENCIA DE SUS HIJOS A LA REVISTA LIAHONA**

Entre en [liahona.ChurchofJesusChrist.org](http://liahona.ChurchofJesusChrist.org) y haga clic en “Envía un artículo o comentarios”, o envíenoslo por correo electrónico a [liahona@ChurchofJesusChrist.org](mailto:liahona@ChurchofJesusChrist.org) junto con el nombre, la edad y la ciudad de residencia de su hijo y con el siguiente permiso: “Yo, [indique su nombre], doy permiso a La Iglesia de Jesucristo de los Santos de los Últimos Días para que haga uso del material que envía mi hijo en las revistas de la Iglesia, los sitios web y las redes sociales de la Iglesia, así como en otros posibles materiales de la Iglesia”. ¡Estamos deseando saber de ustedes!

## **ÍNDICE**

- A2** De la Primera Presidencia: El testimonio y el Libro de Mormón
- A4** La oración de Kelly
- A6** ¡Hola desde Alemania!
- A8** Nadando como un caballito de mar
- A10** Cosas divertidas: Completa las secuencias
- A11** Muestra y cuéntalo
- A12** ¿Quién soy?
- A14** Entre amigos: Nadie quedó excluido
- A15** ¿Quién soy?—Elige una tarjeta
- A16** Las manos que ayudan de Eli
- A18** Una idea brillante
- A19** Mi meta de cocinar
- A20** Relatos de las Escrituras: Abish compartió el Evangelio
- A23** Página para colorear: Abish tuvo fe en Dios



**¡Encuentra la Liahona escondida!**

**EN LA CUBIERTA DE AMIGOS**  
Ilustración por Dilleen Marsh.