

fsy



Conferencia Para la Fortaleza de la Juventud 2024

Manual para el participante

"He aquí, soy discípulo de Jesucristo, el Hijo de Dios. He sido llamado por él para declarar su palabra entre los de su pueblo, a fin de que alcancen la vida sempiterna".

3 NEFI 5:13

Invitación a la unidad

Lo que se vive en la conferencia FSY crea de manera singular un clima donde todos pueden experimentar un sentido de unidad y pertenencia. Puedes eliminar las barreras entre tú y quienes sean diferentes a ti. Te invitamos a que aproveches al máximo esta oportunidad y que trates a cada persona como hijo de Dios, con un valor y una importancia infinitos, sin tener en cuenta las circunstancias, ni su origen ni sus creencias. Tú y los jóvenes de la conferencia FSY, los empleados y los alumnos de este campus, así como cualquier otro campamento que tenga lugar en el campus esta semana, todos merecen unidad y sentido de pertenencia por medio de la amistad y el respeto.

Te invitamos a pensar en maneras en las que puedes ser una influencia positiva para quienes comparten este espacio. El así hacerlo brindará un potente espíritu a nuestras vivencias en FSY y forjará un vínculo sólido con esta comunidad en los años venideros.



¡Bienvenido a FSY!

Mi nombre: _____

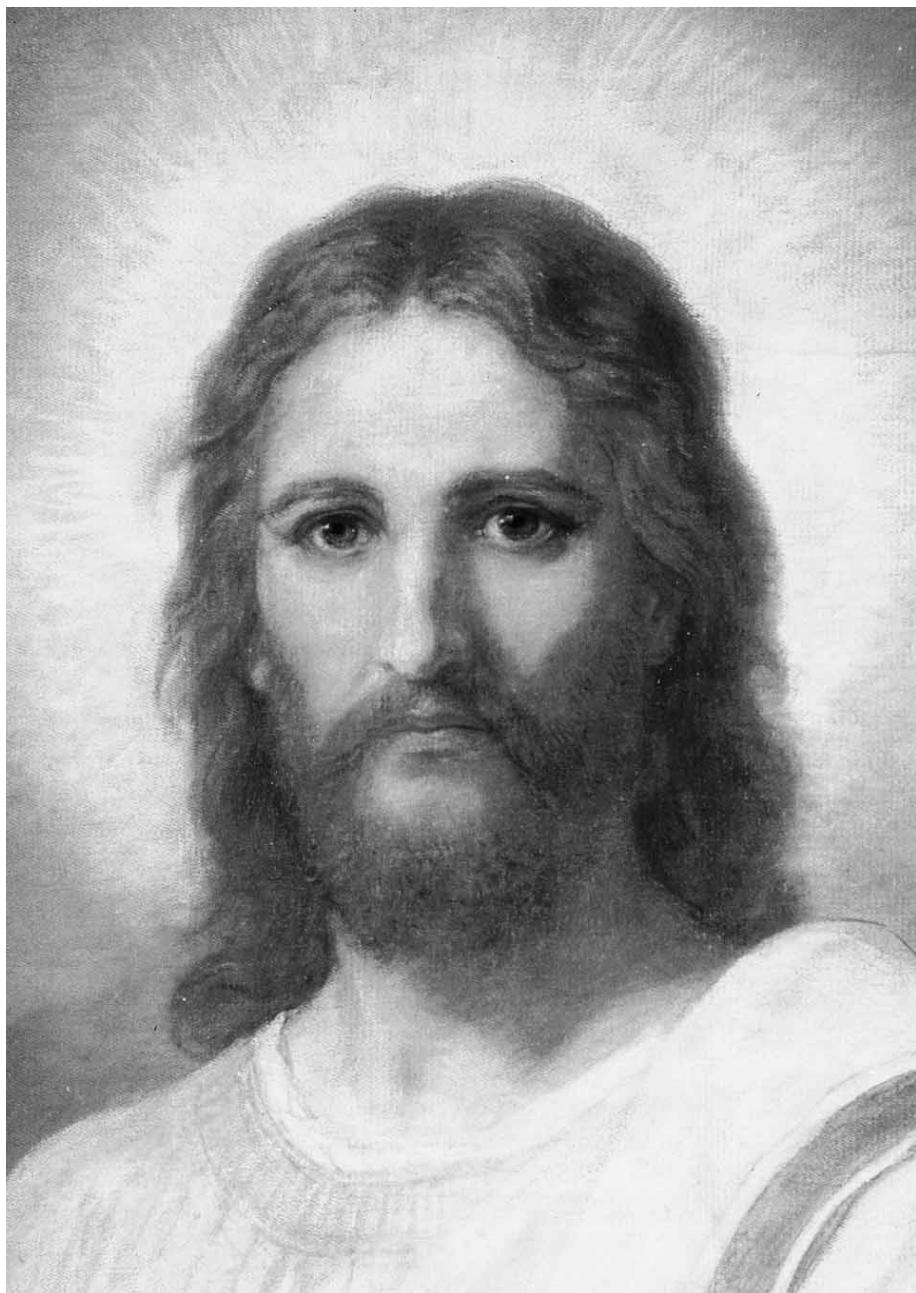
Consejero: _____

Compañía: _____

Matrimonio director de sesión: _____

Fechas de la sesión: _____

Lugar de la sesión: _____



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

© 2023 por Intellectual Reserve, Inc. Todos los derechos reservados.

Versión: 4/23

Traducción de 2024 *FSY Participant Handbook*.

Spanish.

PD80016871 002

Objetivo de FSY

Fortalecer la fe en Jesucristo y en Su Evangelio restaurado, experimentar un mayor sentido de pertenencia y recibir poder para continuar teniendo experiencias espirituales en el hogar.

PROPÓSITO DEL MANUAL PARA EL PARTICIPANTE

El manual te da una manera de registrar y recordar tus experiencias en la conferencia Para la Fortaleza de la Juventud (FSY), un diario de tus recuerdos de FSY. Escribe tu nombre y la información de la sesión en las líneas anteriores y lleva contigo el manual durante toda la semana. En el futuro, úsalo como referencia para ayudarte a recordar lo que aprendiste en FSY.

SUGERENCIAS PARA UTILIZAR EL MANUAL

- Anota los puntos importantes que aprendas de los directores de sesión, tus maestros y consejeros y, aún más importante, lo que te enseñe el Espíritu.
- Escribe tus metas, pensamientos, impresiones y testimonio del Evangelio de Jesucristo.
- Toma apuntes durante las clases para que puedas recordar los conceptos y las preguntas que te gustaría hacer.
- Escribe acerca de tus sentimientos durante actividades tales como devocionales para participantes, estudio del Evangelio, devocionales matutinos y vespertinos, reuniones de testimonios, Reflexionar y repasar, y en cualquier otro momento en que te sientas inspirado.
- Muchas de las lecciones que recibirás se basarán en la información que contiene este manual. Con las notas que registres, el manual se convierte en un importante recurso de enseñanza y aprendizaje que puedes consultar en el futuro.

“Jesús salvó el mundo para que cada uno de nosotros pudiera vivir más plenamente, sin perder nuestra individualidad singular. Al acudir a Él, podemos llegar a ser las personas que en verdad estamos destinados a ser y servir y amar mejor a quienes nos rodean”. —VeniraCristo.org



“La Primera Presidencia y los Doce respaldan unánimemente esos esfuerzos para fortalecer a nuestros jóvenes. ¡Oh, cuánto les amamos y oramos por ellos! Son la ‘juventud de la promesa, esperanza de Sion’ (“Juventud de Israel”, Himnos, nro. 168). Deseamos expresar nuestra confianza plena en nuestros jóvenes y nuestra gratitud por ellos”.

(Russell M. Nelson, “Testigos, cuórum del Sacerdocio Aarónico y clases de las Mujeres Jóvenes”, Liahona, noviembre de 2019, pág. 39)

ÍNDICE DE TEMAS

DÍA 1

Uso responsable de la tecnología.....	12
Reunión con tu consejero.....	13
Reúnete con tu compañía	14
Mensaje a cargo del matrimonio director de sesión	16
Compromisos de la compañía.....	17
Establecimiento de metas	18
Reflexionar y repasar.....	19



DÍA 2

Devocional matutino para participantes.....	23
Estudio del Evangelio.....	24
Devocional matutino del matrimonio director de sesión	25
Notas de la primera clase	26
Notas de la segunda clase	27
Notas de la tercera clase.....	28
Notas de la cuarta clase	29
Preparación del estandarte y los versos cantados (vítores, cantitos, etc.).....	30
Pautas para los bailes de FSY.....	31
Reflexionar y repasar.....	32



DÍA 3

Devocional matutino para participantes.....	37
Estudio del Evangelio.....	38
Devocional matutino del matrimonio director de sesión	40
Clase o actividad nro. 1	41
Clase o actividad nro. 2	42
Clase o actividad nro. 3	43
Clase o actividad nro. 4	44
Noche de juegos	45
Reflexionar y repasar.....	48



DÍA 4

Devocional matutino para participantes.....	53
Estudio del Evangelio.....	54
Devocional matutino del matrimonio director de sesión	55
Actividad de los Hombres y las Mujeres Jóvenes	56
Espectáculo de variedades.....	72
Reverencia: Análisis de testimonios.....	73
Programa musical.....	75
Mi testimonio del Evangelio	77
Reflexionar y repasar.....	78



DÍA 5

Devocional matutino para participantes.....	81
Estudio del Evangelio.....	82
Revisión del establecimiento de metas	83
Devocional matutino del matrimonio director de sesión	85
Actividad de Para la Fortaleza de la Juventud	87
Actividad "Vivir el Evangelio".....	94
Llévatelo a casa.....	102
Reflexionar y repasar.....	103



MÚSICA

105

DIARIO PERSONAL

117

JUEGOS PARA USAR DURANTE EL ALMUERZO O EN MOMENTOS DE DESCANSO

133

PARA LA FORTALEZA DE LA JUVENTUD: UNA GUÍA PARA TOMAR DECISIONES

137



DÍA 1

Ropa informal

AGENDA

11:00-13:00 h	Recepción de participantes
13:15-13:30 h	Revisión de las habitaciones
13:30-14:20	(Usar camiseta de FSY) Reunión con tu consejero
14:30-15:05 h	Reunión con tu compañía
15:05-15:15 h	Nombre de la compañía
15:30-16:30 h	Orientación
16:45-17:45 h	Cena
17:45	Reunión con la compañía Recuento de personas
17:45-18:00 h	Traslado a la noche de hogar
18:00-18:45 h	Lección de la noche de hogar
18:45-19:00 h	Traslado al punto de reunión de la compañía
19:00-20:00 h	Juegos de la noche de hogar
20:00-20:45 h	Establecimiento de metas de la noche de hogar
21:00-21:45 h	Recuento de personas Tiempo para meditar: Prepararse para acostarse
	Prepararse para el devocional para participantes
21:45-22:15 h	Reflexionar y repasar Escribir en el diario Oración
22:30 h	Apagado de luces



PARA LA **Fortaleza** DE LA **Juventud**



Una guía para tomar decisiones

Se espera que los jóvenes sigan los principios que se enseñan en la guía *Para la Fortaleza de la Juventud* mientras estén en FSY. Puedes encontrar la guía en la página 137 de este cuadernillo.

Para la Fortaleza de la Juventud: Una guía para tomar decisiones proporciona principios que permitirán que los jóvenes que asistan a las conferencias FSY tomen decisiones inspiradas cuando consideren cómo tratar a quienes los rodean, cómo vestirse y presentarse, y cómo buscar la verdad.

Al demostrar amabilidad y respeto con todos, seguimos el ejemplo del Salvador.

Normas de conducta de la Conferencia FSY

Seguir las normas de conducta en FSY influirá positivamente en tu experiencia.

- Compórtate apropiadamente en tus acciones e interacciones con los demás, así como en el contenido que consumes y compartes.
- Respeta la propiedad de los demás, las instalaciones y el recinto.
- Cuida tu salud física (mantente hidratado, come saludablemente y duerme lo suficiente).
- Toma decisiones sinceras en relación con tu tiempo y tus acciones. Respeta a tus consejeros y preséntate donde se supone que debes estar.
- ¡Ven preparado para cada actividad! Trae tu manual, algo con lo que escribir y una botella de agua. Usa calzado apropiado para la Noche de juegos.
- Trata a todos, incluso a ti mismo, con bondad. Respeta el bienestar físico, emocional y espiritual de todos.

Hay un momento y un lugar para muchas cosas. FSY no es el momento ni el lugar para participar en conductas románticas, hacer bromas ni tener conversaciones sobre política, doctrina no revelada u otros temas delicados.

Se espera que los participantes de FSY sigan todas las normas que se definen en la guía *Para la fortaleza de la juventud*.

Las siguientes actividades prohibidas podrían tener como consecuencia que se te envíe a casa inmediatamente a tu propio costo y sin reembolso:

- Participar o fomentar un comportamiento inmoral de cualquier tipo, lo cual incluye infringir la ley de castidad o ver pornografía en cualquiera de sus formas.
- Robar, hurtar o cometer actos de vandalismo de cualquier tipo.
- Quebrantar la Palabra de Sabiduría, lo cual incluye vapear y poseer sustancias ilegales o dañinas.
- Posesión de armas de fuego o de cualquier tipo.
- Hacer algo perjudicial hacia ti mismo u otras personas, ya sea física, espiritual o emocionalmente, incluido cualquier tipo de intimidación o acoso.

Todos los delitos y los incidentes o las bromas de carácter perjudicial o destrutivo se notificarán a las autoridades locales. Las consecuencias derivadas de las medidas tomadas por las autoridades locales son ajenas a nuestro control.

Ten en cuenta: Cuando asistes a FSY, se espera que permanezcas en FSY durante todo el evento. Salir sin seguir los procedimientos adecuados de salida, lo que abarca faltar a las actividades programadas sin permiso y quebrantar el toque de queda de FSY, podría dar como resultado que se te envíe a casa.

NORMAS DE FSY SOBRE LAS ARMAS Y OTROS ARTÍCULOS PROHIBIDOS

De acuerdo con su compromiso de promover y mantener un ambiente seguro y respetuoso, FSY prohíbe las armas u otros artículos prohibidos para todos los jóvenes, voluntarios o empleados.

Por armas se incluye cualquier dispositivo diseñado o destinado a causar lesiones corporales graves o la muerte, lo que incluye, entre otros, armas de fuego, cuchillos (como espadas, puñales, navajas automáticas), palos o porras, pistolas Taser y explosivos.

Otros artículos prohibidos incluyen fuegos artificiales; navajas; productos químicos irritantes (rociador de pimienta); elementos inflamables (fósforos, encendedores); hondas, pistolas de perdigones, de aire comprimido o de balines BB; u otros artículos que FSY, a su entera discreción, pueda prohibir de cuando en cuando.

Se confiscarán las armas u otros artículos prohibidos que se lleven a FSY, se contactará a los padres de los jóvenes que los traigan y los jóvenes podrían ser enviados a casa inmediatamente a expensas de la familia sin reembolso. Si se trata de un delito, se podría avisar a los cuerpos de seguridad. Las armas confiscadas u otros artículos prohibidos que el personal de FSY, a su entera discreción, determine que son demasiado peligrosos, no se devolverán directamente al joven. Cuando sea lícito, FSY puede acordar con los obispos o los padres de los jóvenes la devolución de esos artículos a expensas de la familia, solo a través de métodos seguros.

FSY tiene lugar en distintas jurisdicciones con sus propias leyes relacionadas con las armas u otros artículos prohibidos. Muchas de las instituciones asociadas que organizan FSY tienen sus propias normas relacionadas que prohíben ciertos artículos. Además de los peligros evidentes de estos artículos para las personas o la propiedad, llevar un arma u otros artículos prohibidos a FSY pone en peligro las asociaciones de FSY y la futura programación con esas instituciones anfitrionas.



Uso responsable de la tecnología

PROPÓSITO

Puedo usar la tecnología con un propósito. No me controla.

PLANIFICAR

Cuando planifico con anticipación, me siento mejor y tomo mejores decisiones.

HACER UNA PAUSA

Está bien que me detenga y tome un descanso.

PREGUNTAS PARA REFLEXIONAR

-
¿Por qué estoy utilizando la tecnología en este momento?
-
¿Me siento bien con lo que estoy haciendo?
-
¿Cuánto tiempo usaré la tecnología?

-
¿Cuál es mi plan para utilizar la tecnología?
-
¿Qué señal le estoy mostrando a Dios con la forma en que utilizo mi tiempo?

-
¿Estoy evitando el contenido que sé que no es correcto ni tiene propósito?
-
¿Siento que se va el Espíritu?

SUGERENCIAS PRÁCTICAS

-
Envía un mensaje positivo a otra persona.
-
Escucha música que te ayude a sentir paz.
-
Crea tu propio contenido.
-
Utiliza intencionalmente la tecnología para aprender.

-
Establece un límite diario de tiempo frente a la pantalla.
-
Solo "sigue" y comunícate con familiares y amigos cercanos.
-
Mantén áreas libres de dispositivos en casa.
-
Instala una zona de recarga para la familia.
-
Usa un filtro de contenido.

-
Deja el dispositivo y aléjate.
-
Pide fortaleza en oración.
-
Habla con alguien.



Reunión con tu consejero

Lista de verificación de las reglas de FSY

Mi consejero me explicó las siguientes reglas, normas y oportunidades:

- Llevar puesta la pulsera en todo momento (si corresponde)
 - Llevar el manual/la agenda diaria
 - No* retirarme del lugar donde se realiza la conferencia FSY
 - Normas y expectativas en cuanto a la vestimenta
 - Respeto
 - Comportamiento en las clases
 - Normas para los bailes
 - Seguridad
 - Recuento de personas y hora de apagar las luces
 - Uso del teléfono celular (si corresponde)
 - Llaves de la habitación y tarjetas de comidas (si corresponde)
 - Dormitorios (si corresponde)
 - Cerrar las persianas (si corresponde)
 - Aprovechar FSY al máximo
 - Las normas de conducta
 - Audiciones para el Espectáculo de variedades
 - Participación en el Programa musical

ME COMPROMETO A CUMPLIR LAS REGLAS Y NORMAS DURANTE TODA LA SEMANA.

Firma _____

Nombres de las personas de mi grupo: Números de teléfono celular:

Reúnete con tu compañía

¿Qué valor tiene nuestro nombre?

PASO 1

Lee Helamán 5:6–7

“Conforme he estudiado la historia de mi familia y aprendido lo mucho que sacrificaron por el Evangelio, he llegado a apreciar el valor de un buen nombre. Se ha desarrollado dentro de mí un mayor deseo de hacer lo que esté a mi alcance para honrar este buen apellido. Se ha grabado también dentro de mí la responsabilidad que tengo hacia las generaciones futuras” (L. Tom Perry, “The value of a good name,” *New Era*, febrero de 2009, págs. 5–6).

¿Tiene **tu nombre** algún significado especial?

¿Tiene tu nombre algún vínculo con generaciones pasadas?



PASO 2**Lee Mosíah 5:7 y Alma 46:15**

“El que estemos dispuestos a tomar sobre nosotros el nombre de Jesucristo afirma nuestra promesa de hacer todo lo que podamos por ser contados entre los que Él escoja para que estén a su derecha y sean llamados por Su nombre en el último día. En esa sagrada acepción, nuestro testimonio de que estamos dispuestos a tomar sobre nosotros el nombre de Jesucristo constituye nuestra declaración de que aspiramos a la exaltación en el Reino Celestial. La exaltación es la vida eterna, ‘el mayor de todos los dones de Dios’ (Doctrina y Convenios 14:7)” (véase Dallin H. Oaks, “El tomar sobre nosotros el nombre de Cristo”, *Liahona*, julio de 1985, pág. 80).

Además de tu propio nombre, ¿qué otros nombres son importantes?

PASO 3

El pasaje de las Escrituras de nuestra compañía es el pasaje de Dominio de la doctrina de Seminario que se encuentra en:

El pasaje de las Escrituras de nuestra compañía me hace pensar en:

Cuando los demás escuchen el nombre de nuestra compañía, queremos que piensen en:

PASO 4

El nombre de nuestra compañía es:

Mensaje a cargo del matrimonio director de sesión

Noche de hogar

Notas: _____

Compromisos de la compañía

El hecho de establecer compromisos de la compañía y cumplirlos durante la semana te permitirá disfrutar más de tu experiencia en FSY.

Como compañía, quizás deseen considerar hacer compromisos en los siguientes aspectos: mental, físico, social y espiritual.

Esta semana, como compañía vamos a _____

Durante la actividad Llévatelo a casa, se pedirá a las compañías que informen la manera en que cumplieron con sus compromisos. A medida que hagas tu parte para cumplir con tus compromisos y ayudes a los miembros de tu compañía a cumplir con los suyos, estarás estableciendo un modelo para cuando regreses a casa. Al aplicar en tu vida las experiencias y el aprendizaje de la conferencia FSY, recibirás fortaleza y por consiguiente fortalecerás a tu familia, amigos, barrio o rama, estaca o distrito, escuela y comunidad.

“Por tanto, fortalece a tus hermanos en todas tus conversaciones, en todas tus oraciones, en todas tus exhortaciones y en todos tus hechos”.

(Doctrina y Convenios 108:7)

“[El compromiso es] el acto de obligarse uno mismo a realizar una acción y a seguir adelante diligentemente con esa decisión. Cuando las personas se comprometen de verdad, tienen una verdadera intención, lo cual significa que piensan de todo corazón hacer aquello que se han comprometido a hacer”.

(*Predicad Mi Evangelio: Una guía para el servicio misional*, 2004, pág. 211)

Establecimiento de metas

“Escribe una cosa que vas a hacer desde ahora y que hayas tenido la intención de hacer por mucho tiempo pero que aún no hayas hecho. No sé qué es lo que podría ser, pero incorpora a tu vida, comenzando esta noche, una cosa que vas a hacer y que te hará una mejor persona” (M. Russell Ballard, “Go for It!”, *New Era*, marzo de 2004, pág. 7).

Esta semana voy a _____

“Podemos llegar a ser los amos de nuestro propio destino mediante la práctica de la autodisciplina y el establecimiento de metas dignas que nos ayudarán a progresar para que podamos llegar a ser lo que nuestro Padre Celestial desea que seamos” (M. Russell Ballard, “Go for It!”, pág. 8).

Reflexionar y repasar

Tu grupo de consejeros se reunirá para Reflexionar y repasar todas las noches. Tendrás la oportunidad de reflexionar y expresar lo que hayas aprendido y sentido durante el día.

Como preparación para participar en Reflexionar y repasar, tal vez te resulte útil pensar en estas preguntas:

- ¿Qué sucedió hoy que haya sido inspirador para ti?
- ¿Qué aprendiste hoy?
- ¿Qué lecciones recordarás cuando regreses a casa?
- ¿En qué momento sentiste hoy el Espíritu Santo?

Asegúrate de anotar los pensamientos y sentimientos que tengas durante la reunión.



Llévatelo a casa

Cuando regreses a casa, comenta con tu familia lo que aprendiste hoy.

DÍA 2

Ropa informal

AGENDA

7:15-7:30 h	Devocional para participantes
7:30-8:30 h	Desayuno
8:30-9:30 h	Estudio del Evangelio
9:45-10:30	Devocional matutino a cargo del matrimonio director de sesión
10:30-10:45 h	Traslado a clases
10:45-11:30 h	Clases
11:45-12:30 h	Clases
12:30-13:30 h	Almuerzo Ensayo del Programa musical
13:30 h	Reunión con la compañía Recuento de personas
13:30-13:45 h	Traslado a clases
13:45-14:30 h	Clases
14:45-15:30 h	Clases
15:30-17:00 h	Ensayo del Programa musical/Audiciones para el Espectáculo de variedades
15:30-16:30 h	Tiempo libre en el campus
16:30-18:00 h	Cena
18:00 h	Reunión con la compañía Recuento de personas
18:00-18:30 h	Preparación del estandarte y los versos cantados (vítores, cantitos, etc.)
18:30-18:45 h	Repasar las pautas para los bailes de FSY
18:45-20:45 h	Baile
21:00-21:45 h	Recuento de personas Tiempo para meditar: Prepararse para acostarse
	Prepararse para el devocional para participantes
21:45-22:15 h	Reflexionar y repasar Escribir en el diario Oración
22:30 h	Hora de apagar las luces



Devocional matutino para participantes

Si se te pide que dirijas el devocional de la mañana, haz lo siguiente:

1. Selecciona un himno para cantar en grupo.
2. Invita a otro miembro del grupo a ofrecer una oración.
3. Presenta un breve pensamiento espiritual. Por ejemplo, podrías hacer lo siguiente:
 - Compartir tu pasaje de las Escrituras favorito.
 - Explicar lo que ese pasaje de las Escrituras significa para ti.
 - Relatar una experiencia personal breve relacionada con el pasaje de las Escrituras.
 - Testificar de las verdades que se encuentran en el pasaje de las Escrituras. (Si necesitas ayuda para elegir un pensamiento espiritual, pide sugerencias a tu consejero).
4. Cede el tiempo al consejero para los anuncios del día.

Estudio del Evangelio

Deleitaos en las palabras de Cristo

ANÁLISIS DE GRUPO

Habla con tu grupo acerca de alguna ocasión en la que hayas sentido que disfrutabas de un verdadero banquete, tal como un día festivo o un evento familiar especial. Lee 2 Nefi 32:3 y busca en qué nos debemos deleitar todos los días, y cuál será el resultado. ¿Por qué crees que Nefi utilizó la palabra *deleitarse*? ¿Qué has hecho, o qué puedes hacer, para deleitarte en las palabras de Cristo al estudiar el Evangelio a diario?

¿Cuándo has tenido una experiencia significativa al estudiar las Escrituras? ¿Qué hizo que fuera significativa?

ESTUDIO PERSONAL

Lee un pasaje de las Escrituras, un discurso de la conferencia o un artículo de una revista de la Iglesia de tu elección (o pide al consejero que te sugiera uno). Mientras lees, considera hacer una o más de estas cosas para deleitarte en las palabras de Cristo:

- Buscar pasajes correlacionados.
- Identificar verdades eternas.
- Hacer preguntas y reflexionar sobre las respuestas.
- Marcar palabras y frases significativas.
- Anotar las impresiones.

¿Qué más puedes hacer para “deleitarte” en estos versículos?

COMPARTIR JUNTOS

Comenta con tu grupo lo que aprendiste durante tu estudio personal. ¿Qué harás para deleitarte en las palabras de Cristo durante tu estudio futuro del Evangelio?

ESTUDIO SUPLEMENTARIO

2 Nefi 4:15–16

Alma 17:2

Alma 37:44–45

Devocional matutino del matrimonio director de sesión

Notas:



Notas de la primera clase

Maestro: _____

Título de la clase: _____

Notas: _____

Notas de la segunda clase

Maestro: _____

Título de la clase: _____

Notas: _____



Notas de la tercera clase

Maestro: _____

Título de la clase: _____

Notas: _____

Notas de la cuarta clase

Maestro: _____

Título de la clase: _____

Notas: _____



Preparación del estandarte y los versos cantados (vítores, cantitos, etc.)

Reglas sobre el estandarte

- El estandarte debe ser apropiado y reflejar el carácter del nombre de la compañía.
- Los consejeros no deben dibujar ni pintar en él.
- No utilicen nombres ni títulos de los miembros de la Trinidad en el estandarte.

Reglas en cuanto a los versos cantados (vítores, cantitos, etc.)

Tu compañía preparará un verso cantado (vítores, cantitos, etc.) para presentarlo a los jueces (por lo general, el director de sesión y los coordinadores).

Los que sean seleccionados por los jueces se presentarán en la final de los versos cantados. Las siguientes reglas garantizarán que la actuación sea adecuada, segura e imparcial:

- Los versos cantados (vítores, cantitos, etc.) no deben durar más de un minuto.
- Recuerden que los jueces califican el entusiasmo, la creatividad, la unidad del grupo y la interpretación en general.
- Los consejeros no pueden participar en los versos cantados, pero pueden alentar y ayudar con ideas. El propósito es que los jóvenes trabajen como grupo y lleguen a ser más unidos, no que ganen la competencia. Los consejeros son responsables de asegurarse de que los jóvenes comprendan y cumplan con las expectativas que se dan a continuación.
- No se permite levantar a las personas ni dar vueltas en el aire.
- No se debe utilizar ningún objeto aparte del estandarte.
- No se debe hacer referencia a pasajes de las Escrituras ni de los nombres de los miembros de la Trinidad.
- Asegúrense de que la melodía proceda de una canción apropiada y que toda la letra de los versos cantados (vítores, cantitos, etc.) sea apropiada.
- No se permite lenguaje profano, vulgar ni degradante de ningún tipo.

Pautas para los bailes de FSY

Todos

Durante la noche, pide amablemente a alguien que baile contigo. ¡Trata de hacer más amigos y llegar a conocer a alguien nuevo!

- Considera amablemente cada invitación a bailar
- Prueba nuevos movimientos de baile, ¡siempre deben ser apropiados!
- Haz preguntas interesantes a tus compañeros de baile para conocerlos mejor
- Consejos para dar el cien por cien:
 - No te olvides de SONREÍR
 - La variedad hace que el baile sea más divertido. ¡Trata de dar vueltas!

Evita

- Hacer contacto físico con todo el cuerpo (por ejemplo, bailar abrazados)
- Posiciones o movimientos que sean sugerentes
- Pasar el tiempo en el pasillo o en los baños
- Arrojar objetos y usar barras luminosas
- Movimientos de baile que pudieran ser peligrosos para ti o para los demás Entre estos se cuentan levantar personas, dar vueltas en el aire, trencitos, pogos (saltos descontrolados), etc.

Más información

- Consulta la guía *Para la Fortaleza de la Juventud* a fin de obtener más orientación en cuanto a la música y los bailes que invitarán la luz de Dios a tu vida.

¿Qué hallarás en un baile de FSY?

- Música popular y positiva
- Bailes geniales en línea
- Luces encendidas, para que puedas ver a todos tus amigos y mostrar tus nuevos movimientos
- Compañeros respetuosos
- ¡Muchísima diversión!

“Si te sientes alegre, alaba al Señor con cantos, con música, con baile”.

(Doctrina y Convenios 136:28)

Reflexionar y repasar

Tu grupo de consejeros se reunirá para Reflexionar y repasar todas las noches. Tendrás la oportunidad de reflexionar y expresar lo que hayas aprendido y sentido durante el día.

Como preparación para participar en Reflexionar y repasar, tal vez te resulte útil pensar en estas preguntas:

- ¿Qué sucedió hoy que haya sido inspirador para ti?
- ¿Qué aprendiste hoy?
- ¿Qué lecciones recordarás cuando regreses a casa?
- ¿En qué momento sentiste hoy el Espíritu Santo?

Asegúrate de anotar los pensamientos y sentimientos que tengas durante la reunión.

Llévatelo a casa

Cuando regreses a casa, comenta con tu familia lo que aprendiste hoy.



EL LIBRO DE
LOS NÚMEROS
RODRÍGUEZ
Y
CERDÁ
LA PIELA DE
GRANITO

DÍA 3

Ropa informal (camiseta FSY)

AGENDA

7:15-7:30 h	Devocional para participantes
7:30-8:30 h	Desayuno
8:30-9:30 h	Estudio del Evangelio
9:45-10:30 h	Devocional matutino a cargo del matrimonio director de sesión
10:30-10:45 h	Traslado a la siguiente actividad
10:45-11:30 h	Clases o actividad específica de sesión
11:45-12:30 h	Clases o actividad específica de sesión
12:30-13:30 h	Almuerzo Ensayo del Programa musical
13:30 h	Reunión con la compañía Recuento de personas
13:30-13:45 h	Traslado a la siguiente actividad
13:45-14:30 h	Clases o actividad específica de la sesión
14:45-15:30 h	Clases o actividad específica de la sesión
15:30-17:00 h	Ensayo del Programa musical/Audiciones para el Espectáculo de variedades
15:30-16:30 h	Tiempo libre en el campus
16:30-18:00 h	(Usar la camiseta FSY) Cena
18:00 h	Reunión con la compañía Recuento de personas
18:00-18:30 h	Preparación para la Noche de juegos
18:30-18:45 h	Traslado a la Noche de juegos
18:45-20:00 h	Noche de juegos y competencia de versos cantados (vítores, cantitos, etc.)
20:15-21:00 h	Noche de comida favorita
21:00-21:45 h	Recuento de personas Tiempo para meditar: Prepararse para acostarse
	Prepararse para el devocional para participantes
21:45-22:15 h	Reflexionar y repasar Escribir en el diario Oración
22:30 h	Hora de apagar las luces

ROUPADE
FORRADO

Camila

Devocional matutino para participantes

Si se te pide que dirijas el devocional de la mañana, haz lo siguiente:

1. Selecciona un himno para cantar en grupo.
2. Invita a otro miembro del grupo a ofrecer una oración.
3. Presenta un breve pensamiento espiritual. Por ejemplo, podrías hacer lo siguiente:
 - Compartir tu pasaje de las Escrituras favorito.
 - Explicar lo que ese pasaje de las Escrituras significa para ti.
 - Relatar una experiencia personal breve relacionada con el pasaje de las Escrituras.
 - Testificar de las verdades que se encuentran en el pasaje de las Escrituras. (Si necesitas ayuda para elegir un pensamiento espiritual, pide sugerencias a tu consejero).
4. Cede el tiempo al consejero para los anuncios del día.

Estudio del Evangelio

Comparar las Escrituras

ANÁLISIS DE GRUPO

Habla con tu grupo acerca de algún personaje de las Escrituras con quien te identifiques mucho (por ejemplo, podrías identificarte con Nefi, porque fue perseguido por guardar los mandamientos). ¿Por qué te identificas con esa persona? ¿Qué aprendes de su ejemplo?

Lean 1 Nefi 4:1–3 como grupo, y descubran cómo Nefi aplicó las Escrituras a las situaciones de su vida. ¿Cómo le ayudó esto a Nefi? ¿Cuándo te ha ayudado un relato de las Escrituras en tu vida?

ESTUDIO PERSONAL

Lee un pasaje de las Escrituras, un discurso de la conferencia o un artículo de una revista de la Iglesia de tu elección (o podrías leer a Mateo 14:22–32 o 1 Nefi 2). Mientras lees, hazte preguntas como las siguientes:

- ¿Qué desea el Padre Celestial que yo aprenda de este relato?
- ¿Qué aprendo de este pasaje al tratar de imaginarme en esa situación?
- ¿Cómo se aplica esta historia o estas enseñanzas a mi vida ahora?

COMPARTIR JUNTOS

Comenta con tu grupo lo que aprendiste durante tu estudio personal. ¿Qué harás para aplicar las Escrituras cuando estudies el Evangelio de ahora en adelante?

ESTUDIO SUPLEMENTARIO

Mateo 7:24–27

1 Nefi 19:22–23

2 Nefi 6:5

2 Nefi 11:2, 8

“Debemos ‘compar[ar] todas las Escrituras a nosotros mismos para nuestro provecho e instrucción’ (1 Nefi 19:23). Comparar las Escrituras significa ver cómo sus relatos se asemejan a nuestras circunstancias actuales y demostrar cómo los principios que enseñan son pertinentes a nuestra vida [...].”

“Muchas veces podemos encontrar semejanzas con nuestra vida en las Escrituras al simplemente preguntar: ‘¿Qué quiso el profeta que escribió este relato que aprendiéramos de ello? ¿Por qué incluyó él estos detalles en particular?’. Si nos hacemos estas preguntas acerca de la historia de Enós, por ejemplo, podremos percibir algunas aplicaciones a nuestras propias experiencias en cuanto a la oración. Podremos aprender que, en ocasiones, la oración requiere bastante esfuerzo y que nuestro Padre Celestial contesta nuestras oraciones”.

(Véase *La enseñanza: el llamamiento más importante*, 2000, págs. 205, 206)



Devocional matutino del matrimonio director de sesión

Notas: _____

Clase o actividad nro. 1

Título: _____

Notas: _____



Clase o actividad nro. 2

Título: _____

Notas: _____

Clase o actividad nro. 3

Título: _____

Notas: _____



Clase o actividad nro. 4

Título: _____

Notas: _____



Noche de juegos

ÁRBOL, TRONCO, PUENTE

Las compañías se alinean en fila india detrás de la bandera de inicio. Un consejero se para al frente de la fila para hacer saber a los participantes cuando deben ir, y otro consejero ubica a los participantes a medida que corren. Cuando el coordinador auxiliar dice “¡Ya!”, el primer participante corre unos dos metros (o dondequiera que el consejero ubique a la persona) y se queda quieto con las manos a los costados para formar un “árbol”. Cuando el participante esté en su lugar, el siguiente participante corre dando una vuelta completa alrededor del árbol, y luego corre unos 2 metros (2 yardas) más allá del árbol, entonces se acuesta y forma un “tronco” (si el terreno está mojado, puede ponerse en cuclillas). Cuando ese participante esté en su lugar, los siguientes dos participantes corren alrededor del árbol, saltan el tronco, corren unos 2 metros (2 yardas) más allá del tronco y unen las manos en el aire para formar un “puente”. Despues de que el puente esté en su lugar, el siguiente participante pasa por los obstáculos de la misma manera y forma otro árbol, y así sucesivamente hasta que todos los participantes estén jugando. Los participantes no pueden abandonar la línea de partida hasta que los participantes situados delante de ellos estén en su lugar.

Cuando ya no haya más participantes en la fila, el consejero se dirigirá al primer árbol y comenzará a enviarlos por el resto de la fila cuando sea su turno. A medida que los jóvenes cruzan la línea de meta, no es necesario que sigan realizando las formaciones, sino que pueden sentarse de inmediato. La primera compañía con todos los jóvenes sentados gana el juego.

POR DENTRO Y POR FUERA

Todas las compañías tendrán un objeto inicial (bandera, chaqueta, botella de agua, etc.) en el centro del campo de juego. Los participantes de cada compañía formarán un túnel; para ello harán dos líneas una frente a la otra y se tomarán de las manos con la persona que está frente a ellos. Cada compañía seleccionará a un corredor que comenzará en la bandera de salida de su compañía. Cuando el coordinador auxiliar diga “¡Ya!”, los corredores atravesarán su túnel y seguirán corriendo en el sentido de las agujas del reloj alrededor de todas las demás compañías. Los corredores continúan corriendo por el exterior hasta que regresan al túnel de su compañía, momento en el que vuelven a correr por su túnel hasta chocar los cinco con su consejero en el medio. Una vez que han chocado los cinco con su consejero, salen corriendo del túnel. Mientras corren, todos

los jóvenes que forman parte del túnel se sientan cuando el corredor pasa por delante de ellos. La primera compañía que logre sentarse por completo gana.

CRUZANDO EL RÍO SWEETWATER

Antes de que comience el juego, cada compañía designa a cuatro miembros como su “equipo de rescate”. Solo estos cuatro no tienen límites sobre cuántas veces pueden cruzar el campo. Todos los demás miembros de la compañía constituyen la “compañía de carros de mano”, y solo pueden cruzar el campo si los acompaña un miembro del equipo de rescate.

Los consejeros asignan dolencias a ciertos participantes que afectarán la forma en que cruzan el campo, tales como un brazo o una pierna rotos, ampollas, pies congelados, ceguera por nieve, etc. Para comenzar el juego, cada compañía hace fila detrás de la bandera asignada. Los miembros del equipo de rescate están al frente de la fila, y cada uno de ellos entrelaza los brazos con un miembro de la compañía de carros de mano. Cuando el coordinador auxiliar señala que comience el juego, el primer miembro del equipo de rescate y el miembro del carro de mano corren por el campo hasta la bandera al otro extremo. Cuando el miembro de la compañía de carros de mano ha llegado a la bandera, la siguiente pareja comienza a cruzar corriendo y el primer miembro del equipo de rescate regresa a la bandera de partida. Esto continúa hasta que todos los miembros de la compañía de carros de mano hayan llegado a la bandera de llegada. La compañía cuyos miembros lleguen primero a la bandera de llegada gana.

- Ningún miembro del equipo de rescate puede acompañar a más de una persona a la vez.
- No más de un miembro de la compañía de carros de mano puede cruzar a la vez.
- No se puede llevar en brazos a ninguno joven en ningún momento.

En las compañías más pequeñas, es posible que algunos miembros de la compañía de carros de mano tengan que cruzar más de una vez para ser justos con las compañías más grandes.

UNA CASA DE ORDEN: JUEGO ALTERNATIVO

Cada compañía se alineará hombro a hombro entre dos objetos (banderas, mochilas, chaquetas, etc.). El propósito del juego es que los miembros de cada compañía trabajen juntos para organizarse de acuerdo con la categoría y las instrucciones que les brinde el coordinador auxiliar a cargo. El coordinador auxiliar a cargo gritará un tema (edad, número de zapato, altura, etc.), y dirá en qué dirección deben alinearse las compañías. Después de lo cual, cada compañía se organizará de acuerdo con las instrucciones. Una vez que una compañía esté en orden, los participantes deben sentarse. Los coordinadores auxiliares pueden revisar a los participantes para asegurarse de que estén en el orden correcto. El coordinador auxiliar puede agregar reglas adicionales para ciertas rondas según se desee (no hablar, cerrar los ojos, etc.).



Reflexionar y repasar

Tu grupo de consejeros se reunirá para Reflexionar y repasar todas las noches. Tendrás la oportunidad de reflexionar y expresar lo que hayas aprendido y sentido durante el día.

Como preparación para participar en Reflexionar y repasar, tal vez te resulte útil pensar en estas preguntas:

- ¿Qué sucedió hoy que haya sido inspirador para ti?
- ¿Qué aprendiste hoy?
- ¿Qué lecciones recordarás cuando regreses a casa?
- ¿En qué momento sentiste hoy el Espíritu Santo?

Asegúrate de anotar los pensamientos y sentimientos que tengas durante la reunión.

Llévatelo a casa

Cuando regreses a casa, comenta con tu familia lo que aprendiste hoy.

3



DÍA 4

Ropa de domingo

Agenda

7:15-7:30 h	Devocional para participantes
7:30-8:30 h	Desayuno
8:30-9:30 h	Estudio del Evangelio
9:45-11:00 h	Devocional matutino para Hombres Jóvenes
9:45-11:00 h	Actividad para Mujeres Jóvenes
11:15-12:30 h	Devocional matutino para Mujeres Jóvenes
11:15-12:30 h	Actividad para Hombres Jóvenes
12:30-13:45 h	Almuerzo Ensayo general del Espectáculo de variedades Ensayo del Programa musical
13:45 h	Reunión con la compañía Recuento de personas
13:45-14:00 h	Pautas para el Espectáculo de variedades
14:00-14:15 h	Traslado al Espectáculo de variedades
14:15-15:30 h	Espectáculo de variedades
15:30-17:00 h	Ensayo general del Programa musical
15:30-16:30 h	Tiempo libre en el campus
16:30-17:50 h	Cena
17:50 h	Reunión con la compañía Recuento de personas
17:50-18:05 h	Reverencia: Análisis de testimonios
18:05-18:20 h	Distribución de asientos para el Programa musical y el devocional
18:20-18:55 h	Programa musical
18:55-19:30 h	Devocional vespertino
19:30-19:40 h	Escritura de testimonios Popurrí de FSY
19:40-19:50 h	Distribución de asientos para las reuniones de testimonios
19:50-20:50 h	Reuniones de testimonios
21:00-21:45 h	Recuento de personas Tiempo para meditar: Prepararse para acostarse
	Prepararse para el devocional para participantes
21:45-22:15 h	Reflexionar y repasar Escribir en el diario Oración
22:30 h	Hora de apagar las luces



Devocional matutino para participantes

Si se te pide que dirijas el devocional de la mañana, haz lo siguiente:

1. Selecciona un himno para cantar en grupo.
2. Invita a otro miembro del grupo a ofrecer una oración.
3. Presenta un breve pensamiento espiritual. Por ejemplo, podrías hacer lo siguiente:
 - Compartir tu pasaje de las Escrituras favorito.
 - Explicar lo que ese pasaje de las Escrituras significa para ti.
 - Relatar una experiencia personal breve relacionada con el pasaje de las Escrituras.
 - Testificar de las verdades que se encuentran en el pasaje de las Escrituras. (Si necesitas ayuda para elegir un pensamiento espiritual, pide sugerencias a tu consejero).
4. Cede el tiempo al consejero para los anuncios del día.

Estudio del Evangelio

Todas las cosas testifican de Cristo

ANÁLISIS DE GRUPO

Como grupo, lean Moisés 6:63 y 2 Nefi 11:4 y comenten lo que aprendan de estos versículos. Analicen relatos de las Escrituras que enseñan acerca de Jesucristo por medio de símbolos. Por ejemplo:

- Cuando Abraham iba a sacrificar a Isaac (Génesis 22:1–14)
- Cuando José fue vendido a Egipto (Génesis 37)
- La Pascua (Éxodo 12:3–14)
- Maná del cielo (Éxodo 16)
- Moisés y la serpiente de bronce (Números 21:4–9; véase también Alma 33:18–22)
- Daniel en el foso de los leones (Daniel 6)
- El árbol de la vida (1 Nefi 8)
- Cuando Ammón protegió las ovejas del rey (Alma 17:26–39)

ESTUDIO PERSONAL

Lee uno de los relatos de las Escrituras mencionados anteriormente u otro pasaje de tu elección. Mientras lees, busca detalles o temas que te recuerden al Salvador, y pregúntate: “¿Cómo me ayuda este relato a aprender en cuanto a Cristo? ¿Cómo refuerza este relato mi testimonio del Salvador?”.

COMPARTIR JUNTOS

Comenta con tu grupo lo que aprendiste durante tu estudio personal. ¿Cómo afectará esta experiencia de estudio la forma en que leas las Escrituras en el futuro?

Devocional matutino del matrimonio director de sesión

Notas:

Actividad de los Hombres y las Mujeres Jóvenes

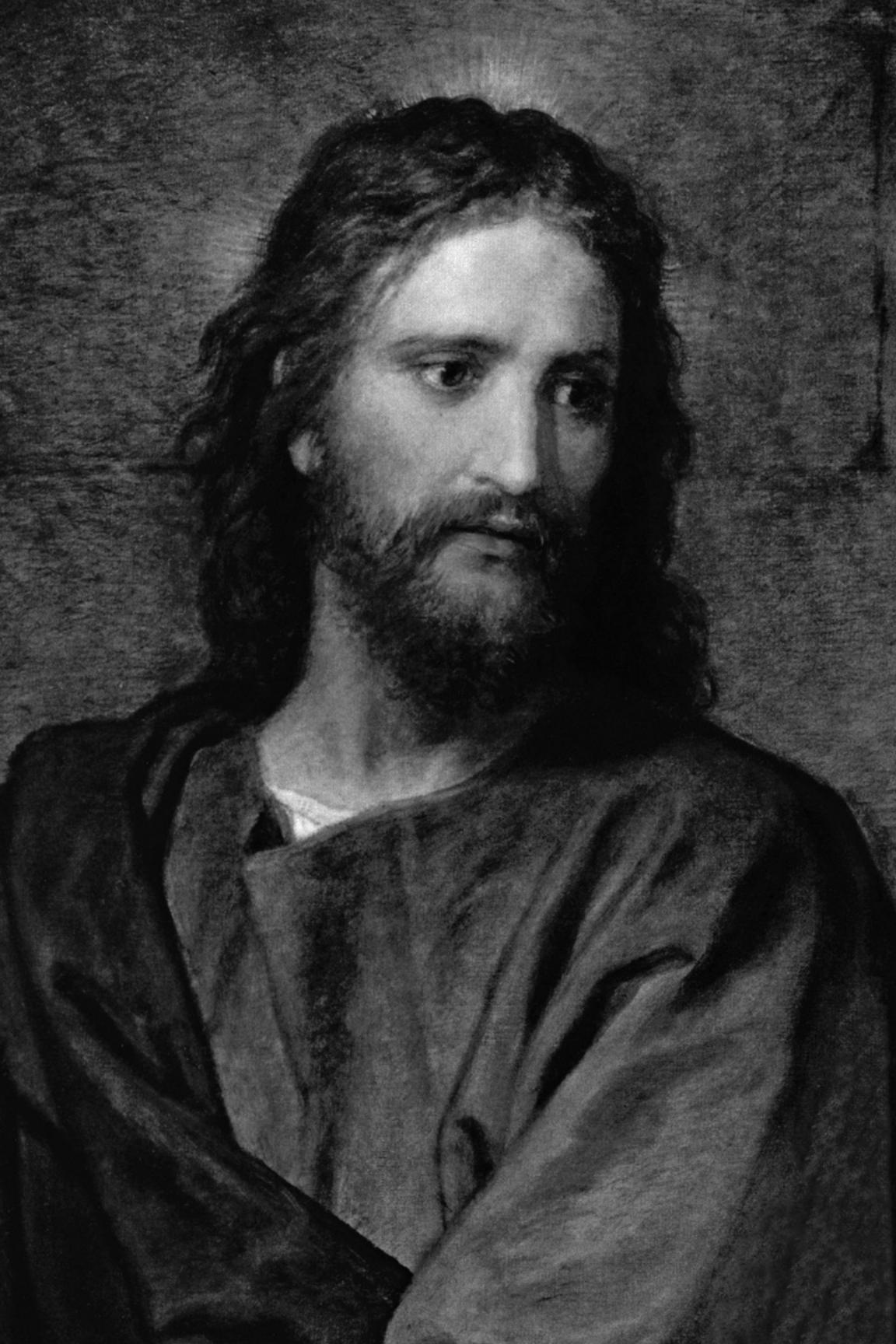
“El Cristo Viviente: El Testimonio de los Apóstoles” es una declaración que se publicó en el año 2000, año en que se conmemoró el nacimiento del Salvador hacía dos milenios antes. Los apóstoles de Cristo en la antigüedad testificaron de Su naturaleza y misión divinas. Los apóstoles modernos continúan dando testimonio de que Él vive, pero su testimonio es más eficaz cuando nos motiva a obtener un testimonio por nosotros mismos. Nosotros podemos saber, de igual manera que Sus Apóstoles, que Él vive.

Actividad

Para familiarizarte más con “El Cristo Viviente”, busca y marca lo siguiente:

- Encierra en un círculo el nombre de Jesucristo y todos los demás títulos que Él tiene.
- Subraya la palabra *testimonio* y toda palabra que derive de *testificar*.
- Resalta la sección que da la descripción física del Salvador.
- Encierra en un círculo las funciones del Salvador (por ejemplo, *Creador, Redentor, Ejemplo*).
- Sombrea las palabras y las frases que describen lo que el Salvador hizo y nos enseñó mientras se encontraba en este mundo.
- Encierra en recuadros las frases que describen dónde se encuentra Él ahora; hacia donde nos lleva Su senda; y qué sucederá cuando Él regrese a la tierra.





EL CRISTO VIVIENTE

EL TESTIMONIO DE LOS APÓSTOLES

LA IGLESIA DE JESUCRISTO DE LOS SANTOS DE LOS ÚLTIMOS DÍAS

Al conmemorar el nacimiento de Jesucristo hace dos milenios, manifestamos nuestro testimonio de la realidad de Su vida incomparable y de la virtud infinita de Su gran sacrificio expiatorio. Ninguna otra persona ha ejercido una influencia tan profunda sobre todos los que han vivido y los que aún vivirán sobre la tierra.

Él fue el Gran Jehová del Antiguo Testamento y el Mesías del Nuevo Testamento. Bajo la dirección de Su Padre, Él fue el Creador de la tierra. “Todas las cosas por él fueron hechas, y sin él nada de lo que ha sido hecho, fue hecho” (Juan 1:3). Aun cuando fue sin pecado, fue bautizado para cumplir toda justicia. Él “anduvo haciendo bienes” (Hechos 10:38) y, sin embargo, fue repudiado por ello. Su Evangelio fue un mensaje de paz y de buena voluntad. Él suplicó a todos que siguieran Su ejemplo. Recorrió los caminos de Palestina, sanando a los enfermos, haciendo que los ciegos vieran y levantando a los muertos. Enseñó las verdades de la eternidad, la realidad de nuestra existencia premortal, el propósito de nuestra vida en la tierra y el potencial de los hijos y de las hijas de Dios en la vida venidera.

Instituyó la Santa Cena como recordatorio de Su gran sacrificio expiatorio. Fue arrestado y condenado por acusaciones falsas, se le declaró culpable para satisfacer a la multitud y se le sentenció a morir en la cruz del Calvario. Él dio Su vida para expiar los pecados de todo el género humano. La Suya fue una gran dádiva vicaria en favor de todos los que habitarián la tierra.

Testificamos solemnemente que Su vida, que es fundamental para toda la historia de la humanidad, no comenzó en Belén ni concluyó en el Calvario. Él fue el Primogénito del Padre, el Hijo Unigénito en la carne, el Redentor del mundo.

Se levantó del sepulcro para ser las “primicias de los que durmieron” (1 Corintios 15:20). Como el Señor Resucitado, anduvo entre aquellos a los que había amado en vida. También ministró entre Sus “otras ovejas” (Juan 10:16) en la antigua América. En el mundo moderno, Él y Su Padre

aparecieron al joven José Smith, iniciando así la largamente prometida “dispensación del cumplimiento de los tiempos” (Efesios 1:10).

Del Cristo Viviente, el profeta José escribió: “Sus ojos eran como llama de fuego; el cabello de su cabeza era blanco como la nieve pura; su semblante brillaba más que el resplandor del sol; y su voz era como el estruendo de muchas aguas, sí, la voz de Jehová, que decía:

“Soy el primero y el último; soy el que vive, soy el que fue muerto; soy vuestro abogado ante el Padre” (D. y C. 110:3–4).

De Él, el Profeta también declaró: “Y ahora, después de los muchos testimonios que se han dado de él, éste es el testimonio, el último de todos, que nosotros damos de él: ¡Que vive!

“Porque lo vimos, sí, a la diestra de Dios; y oímos la voz testificar que él es el Unigénito del Padre;

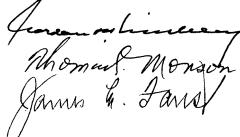
“que por él, por medio de él y de él los mundos son y fueron creados, y sus habitantes son engendrados hijos e hijas para Dios” (D. y C. 76:22–24).

Declaramos en palabras de solemnidad que Su sacerdocio y Su Iglesia han sido restaurados sobre la tierra, “edificados sobre el fundamento de... apóstoles y profetas, siendo la principal piedra del ángulo Jesucristo mismo” (Efesios 2:20).

Testificamos que algún día Él regresará a la tierra. “Y se manifestará la gloria de Jehová, y toda carne juntamente la verá” (Isaías 40:5). Él regirá como Rey de reyes y reinará como Señor de señores, y toda rodilla se doblará, y toda lengua hablará en adoración ante Él. Todos nosotros compareceremos para ser juzgados por Él según nuestras obras y los deseos de nuestro corazón.

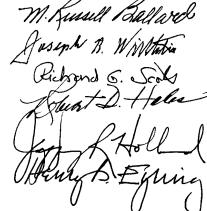
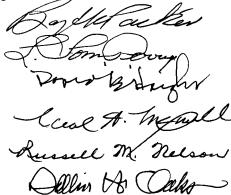
Damos testimonio, en calidad de Sus apóstoles debidamente ordenados, de que Jesús es el Cristo Viviente, el inmortal Hijo de Dios. Él es el gran Rey Emanuel, que hoy está a la diestra de Su Padre. Él es la luz, la vida y la esperanza del mundo. Su camino es el sendero que lleva a la felicidad en esta vida y a la vida eterna en el mundo venidero. Gracias sean dadas a Dios por la dádiva incomparable de Su Hijo divino.

LA PRIMERA PRESIDENCIA



1 de enero de 2000

EL QUÓRUM DE LOS DOCE



Actividad de análisis en grupo

Pregunta 1

“Qué pensáis del Cristo?”

(Mateo 22:42)

Elder Neil L. Andersen, del Cuoríum de los Doce Apóstoles: “Jesús preguntó a los fariseos: ‘¿Qué pensáis del Cristo?’ . En la evaluación final, no serán ni amigos ni enemigos los que juzguen nuestro discipulado. Más bien, como dijo Pablo, ‘todos compareceremos ante el tribunal de Cristo’. Ese día, la pregunta importante para cada uno de nosotros será: ‘¿Qué piensa Cristo de mí?’ .

“Incluso con el amor que le tiene a toda la humanidad, Jesús se refirió en tono de amonestación a algunos que lo rodeaban llamándolos hipócritas, insensatos y hacedores de maldad. A otros con aprobación llamó hijos del reino y la luz del mundo. Se refirió con desaprobación a algunos como cegados e infructuosos; elogió a otros como de limpio corazón y que tenían hambre y sed de justicia. Lamentó que algunos fueran incrédulos y de este mundo, pero a otros los valoró como escogidos, discípulos, amigos. Y, así, cada uno de nosotros se pregunta: ‘¿Qué piensa el Cristo de mí?’ [...]”.

“En este ambiente turbulento, nos regocijamos de ser discípulos de Jesucristo; vemos la mano del Señor en todos lados. Nuestro destino se presenta hermoso ante nosotros.

‘Y esta es la vida eterna’, oró Jesús, ‘que te conozcan a ti, el único Dios verdadero, y a Jesucristo, a quien has enviado’. Ser discípulo en estos días de destino será un mérito de honor por todas las eternidades [...].

“Donde sea que se encuentren en el camino del discipulado, están en el sendero correcto, el camino hacia la vida eterna. Juntos podemos levantarnos y fortalecernos unos a otros en los grandes e importantes días que están por delante. Sean cuales sean las dificultades que enfrentemos, las flaquezas que nos limiten o las imposibilidades que nos rodeen, tengamos fe en el Hijo de Dios, quien declaró: ‘Al que cree todo le es posible’ [...].

“Testifico que en la medida en que lo amen, confíen en Él, le crean y lo sigan, sentirán el amor y la aprobación de Él. Cuando usted se pregunte: ‘¿Qué piensa el Cristo de mí?’ , sabrá que es Su discípulo, que es Su amigo. Mediante Su gracia, Él hará por usted lo que usted no puede hacer por sí mismo [...].

“Doy testimonio de que Jesucristo es el Salvador del mundo; Él sufrió y murió por nuestros pecados y se levantó al tercer día. Él ha resucitado. En un día futuro, toda rodilla se doblará y toda lengua confesará que Él es el Cristo. Llegado ese día, no nos preocupará pensar: ‘¿Consideran los demás que soy cristiano?’ . En ese momento, nuestros ojos estarán fijos en Él y nuestras almas estarán fascinadas ante la pregunta: ‘¿Qué piensa el Cristo de mí?’ ” (véase “¿Qué piensa

el Cristo de mí?", *Liahona*, mayo de 2012, págs. 111–112, 114).

¿Qué piensan de Cristo los miembros de La Iglesia de Jesucristo de los Santos de los Últimos Días?

Presidente Henry B. Eyring, Primer Consejero de la Primera

Presidencia: "Hablé con una mujer que recibió el milagro de recibir la fuerza suficiente para soportar pérdidas inimaginables por su simple capacidad de repetir incesantemente las palabras: 'Yo sé que vive mi Señor'. Esa fe y esas palabras de testimonio aún estaban presentes en la bruma que oscureció pero que no borró los recuerdos de su niñez.

"También quedé atónito al enterarme de que otra mujer había perdonado a una persona que la había agraviado por años. Me sorprendí y le pregunté por qué había decidido perdonar y olvidar tantos años de terrible maltrato.

"Dijo en voz baja: 'Fue la cosa más difícil que he hecho, pero sabía que tenía que hacerlo; así que, lo hice'. La fe que tenía de que el Salvador la perdonaría si ella perdonaba a los demás la preparó para tener un sentimiento de paz y esperanza al enfrentarse con la muerte tan solo meses después de haber perdonado a su enemigo impenitente.

Ella me preguntó: 'Cuando llegue allí, ¿cómo será estar en el cielo?'.

Le dije: 'Todo lo que sé, por lo que he visto en cuanto a su capacidad para ejercer la fe y para perdonar, es que

le darán una maravillosa bienvenida'" (véase "Montañas que ascender", *Liahona*, mayo de 2012, pág. 25).

Presidente Dallin H. Oaks, del Cuórum de los Doce Apóstoles:

"El sacrificio expiatorio de Jesucristo ha sido llamado el 'más trascendental de todos los acontecimientos desde los albores de la creación hasta las edades interminables de la eternidad'. Ese sacrificio es el mensaje central de todos los profetas, el cual se representaba de antemano mediante los sacrificios de animales prescritos por la ley de Moisés. Un profeta declaró que el significado completo de ellos 'señala[ba] a ese gran y posterer sacrificio [...] [del] Hijo de Dios, sí, infinito y eterno' (Alma 34:14). Jesucristo soportó un sufrimiento incomprendible para ofrecerse a Sí mismo en sacrificio por los pecados de todos. Ese sacrificio ofreció el bien supremo, el Cordero puro sin mancha, a cambio de la medida suprema de maldad, los pecados de todo el mundo. En las memorables palabras de Eliza R. Snow:

Su vida libremente dio;
Su sangre derramó
Su sacrificio de amor
al mundo rescató. ("Jesús, en la corte celestial", *Himnos*, nro. 116).

"Ese sacrificio, la Expiación de Jesucristo, es la parte fundamental del plan de salvación" (véase "El sacrificio", *Liahona*, mayo de 2012, pág. 19).

Élder D. Todd Christofferson, del Cuórum de los Doce Apóstoles: "El profeta José Smith confirmó la misión

central del Salvador en nuestra doctrina en una frase definitiva: ‘Los principios fundamentales de nuestra religión son el testimonio de los apóstoles y de los profetas concernientes a Jesucristo: que murió, fue sepultado, se levantó al tercer día y ascendió a los cielos; y todas las otras cosas que pertenecen a nuestra religión son únicamente apéndices de eso’. El testimonio de José Smith acerca de Jesucristo es que Él vive, ‘porque lo vi[o], sí, a la diestra de Dios; y o[yó] la voz testificar que él es el Unigénito del Padre’ (Doctrina y Convenios 76:23; véase también el versículo 22). Suplico a todos [...] que procuren, por medio de la oración y el estudio de las Escrituras, ese mismo testimonio del divino carácter, de la Expiación y de la Resurrección de Jesucristo. Acepten Su doctrina mediante el arrepentimiento, siendo bautizados y recibiendo el don del Espíritu Santo y luego, a lo largo de su vida, sigan las leyes y los convenios del Evangelio de Jesucristo” (véase “La doctrina de Cristo”, *Liahona*, mayo de 2012, pág. 89).

Pregunta 2

¿De qué manera influye lo que piensas de Jesucristo en lo que llegues a ser?

Élder D. Todd Christofferson, del Cuórum de los Doce Apóstoles:

“El antiguo profeta Jeremías dijo que la ley de Dios, el Evangelio, debería estar escrito en nuestros corazones. Hizo referencia al Señor, que se

dirigía a nosotros, Su pueblo en los últimos días: ‘Pondré mi ley en su mente y la escribiré en sus corazones; y yo seré su Dios, y ellos serán mi pueblo’.

“¿Quieres que esto te ocurra a ti? Yo te puedo decir cómo lo puedes lograr, pero debe ser algo que tú deseas. El Evangelio no se puede escribir en tu corazón a menos que tengas un corazón receptivo. Sin tener un deseo sincero, puedes participar en las reuniones sacramentales, en las clases y actividades de la Iglesia y hacer las cosas que yo te diga, pero eso no tendrá efecto alguno; pero si tienes un corazón receptivo y dispuesto, como el de un niño, permíteme decirte lo que puedes hacer para ser convertido.

En primer lugar, debes dejar a un lado cualquier sentimiento de orgullo, que es tan común en el mundo de hoy; me refiero a la actitud que rechaza la autoridad de Dios para gobernar nuestra vida. El Señor describió esa actitud a José Smith, cuando dijo: ‘No buscan al Señor para establecer su justicia, antes todo hombre anda por su propio camino, y en pos de la imagen de su propio dios’. Hoy día se oye expresado en frases como estas: ‘Haz lo que te plazca’, o ‘Lo bueno o lo malo dependen de lo que yo considere conveniente’. Esa actitud es una rebelión contra Dios, así como Lucifer se rebeló contra Dios en el mundo preterrenal rechazando el derecho de Dios de declarar la verdad y establecer la ley. Satanás deseaba, y aún desea, el poder para declarar por sí mismo lo que es bueno y lo que es

malo. Nuestro amado Creador no nos obliga a aceptar Su autoridad, pero el estar dispuestos a someternos a esa autoridad es el primer paso hacia la conversión.

“Además, para que el Evangelio esté ‘escrito en tu corazón’, es necesario que sepas lo que es y que llegues a comprenderlo más plenamente, lo cual significa que debes estudiarlo. Cuando digo ‘estudiarlo’, me refiero a algo más que leerlo. A veces es bueno leer un libro de las Escrituras en un período establecido a fin de obtener una impresión general de su mensaje, pero para los fines de la conversión, debes prestar más atención al tiempo que pases en las Escrituras que a la cantidad de texto que leas en ese tiempo. A veces te imagino leyendo algunos versículos, deteniéndote a meditar en ellos, volviéndolos a leer con detenimiento y, al pensar en lo que significan, orando para recibir entendimiento, haciéndote preguntas en tu mente, esperando recibir impresiones espirituales y anotando las impresiones e ideas que recibas para recordarlas y aprender más. Al estudiar de este modo, tal vez no leas muchos capítulos o versículos en media hora, pero harás lugar en tu corazón a la palabra de Dios, y Él se dirigirá a ti. Ten presente la descripción de Alma en cuanto a lo que se siente: ‘Empieza a ensanchar mi alma; sí, empieza a iluminar mi entendimiento; sí, empieza a ser deliciosa para mí’. Sentirás que el Evangelio se escribirá en tu corazón, que tu conversión se está llevando a cabo, a medida que la palabra del Señor, mediante Sus

profetas pasados y presentes, se haga cada vez más deliciosa para tu alma.

“Mencioné la oración a medida que estudias para comprender las Escrituras, pero tus oraciones no se deben limitar a esa súplica. En el Libro de Mormón, Amulek nos dice que debemos orar en cuanto a todo lo de nuestra vida; él dice: ‘Derrama[d] vuestra alma en vuestros aposentos, en vuestros sitios secretos y en vuestros yermos’. Tu Padre Celestial desea que ores en cuanto a tus esperanzas y temores, tus amigos y familia, tus estudios y tu trabajo, y las necesidades de los que te rodean. Más que nada, debes orar para tener el amor de Cristo. Este amor se da a aquellos que son verdaderos discípulos de Jesucristo y que lo suplican con toda la energía de sus corazones. Ese amor es el fruto del árbol de la vida, y el probarlo es una parte importante de tu conversión porque una vez que hayas sentido el amor que el Salvador tiene por ti, incluso la porción más pequeña, te sentirás seguro, y en tu interior crecerá el amor hacia Él y hacia nuestro Padre Celestial. En tu corazón desearás hacer lo que esos Seres Santos te pidan hacer. Ve con frecuencia a tus aposentos, a tus sitios secretos y a tus yermos. Da gracias a Dios por tus bendiciones; suplícale Su ayuda; pídele que te conceda el amor puro de Cristo; a veces el ayuno te será de ayuda.

“Después que Amulek habló acerca de la oración, habló de algo que es otro elemento importante de la conversión: el servir a los demás. De otro modo,

dijo él, ‘vuestra oración es en vano y no os vale nada’. En otras palabras, para convertirte, no solo debes tener un corazón receptivo al conocimiento del Evangelio y al amor de Dios, sino que debes llevar a la práctica la ley del Evangelio, ya que no puedes comprenderla ni apreciarla en su totalidad, a menos que personalmente la pongas en práctica. Jesús dijo que vino para servir, no para ser servido. Lo mismo debe ocurrir contigo; debes mirar a tu alrededor y cuidar a los demás; puedes ser caritativo, amigable, puedes compartir y ayudar en infinidad de maneras; y al hacerlo, el Evangelio de Jesucristo se convertirá en parte de tu ser.

“Permíteme mencionar algo más. En tiempos antiguos, cuando las personas deseaban adorar al Señor y buscar Sus bendiciones, a menudo llevaban una ofrenda. Por ejemplo, cuando iban al templo, llevaban un sacrificio que colocaban en el altar. Después de Su Expiación y Resurrección, el Salvador dijo que ya no aceptaría holocaustos de animales; la ofrenda o sacrificio que aceptaría en adelante era el de ‘un corazón quebrantado y un espíritu contrito’. Al buscar la bendición de la conversión, puedes brindar al Señor la ofrenda de tu corazón quebrantado o arrepentido y tu espíritu contrito u obediente. En realidad, es la ofrenda de ti mismo, de lo que eres y de lo que estás llegando a ser” (véase “Cuando te hayas convertido”, *Liahona*, mayo de 2004, págs. 11–12).

“Una vida consagrada es una cosa hermosa. Su fuerza y serenidad son

‘como un árbol muy fructífero plantado en buena tierra, junto a un arroyo de aguas puras, que produce mucho fruto precioso’ (Doctrina y Convenios 97:9). De particular importancia es la influencia sobre los demás de un hombre o una mujer consagrados, especialmente sobre sus seres más cercanos y queridos. La consagración de muchos que nos antecedieron ha ayudado a establecer la base para nuestra felicidad. De igual manera, la vida consagrada de ustedes dará valor a las generaciones futuras, quienes reconocerán la deuda que tienen con ustedes por todo lo que realmente importa. Que nos consagremos como hijos e hijas de Dios ‘para que cuando él aparezca, seamos semejantes a él, porque lo veremos tal como es’ (Moroni 7:48)” (véase “Reflexiones sobre una vida consagrada”, *Liahona*, noviembre de 2010, pág. 19).

¿En qué forma influye en tus decisiones el hecho de pensar en Jesucristo?

Presidente Thomas S. Monson:

“Al contemplar los diversos aspectos de las decisiones, las he colocado en tres categorías: primero, el *derecho* de elegir; segundo, la *responsabilidad* de elegir; y tercero, los *resultados* de elegir. Los llamo los tres aspectos de las decisiones.

“Menciono primeramente el *derecho* de elegir. Estoy tan agradecido a un amoroso Padre Celestial por el don del albedrío, o el derecho de elegir. El presidente David O. McKay, noveno Presidente de la Iglesia, dijo: ‘Después de la concesión de la vida misma, el

don más grande que Dios ha dado al hombre es el derecho de dirigir esa vida' [...].

“Dentro de los confines de cualquier circunstancia en la que nos encontramos, siempre tendremos el *derecho* de elegir.

“Segundo, con el *derecho* de elegir viene la *responsabilidad* de elegir. No podemos ser neutrales; no hay un terreno intermedio. El Señor lo sabe; Lucifer lo sabe. Mientras vivamos en esta tierra, Lucifer y sus huestes nunca abandonarán la esperanza de obtener nuestras almas.

“Nuestro Padre Celestial no nos lanzó en nuestra jornada eterna sin proporcionar los medios por los cuales pudiésemos recibir de Él guía divina para ayudarnos en nuestro regreso a salvo al final de la vida mortal. Me refiero a la oración. Me refiero, también, a los susurros de esa voz suave y apacible que llevamos en nuestro interior, y no paso por alto las Santas Escrituras [...].

“Constantemente tenemos decisiones ante nosotros. A fin de tomarlas sabiamente, se necesita valor, el valor para decir no, y el valor para decir sí. Las decisiones *sí* determinan nuestro destino.

“Les suplico que tomen la determinación aquí mismo, ahora mismo, de no desviarse del sendero que nos llevará a nuestra meta: la vida eterna con nuestro Padre Celestial [...].

“Por último [...], hablo de los *resultados* de las decisiones. Todas nuestras decisiones tienen consecuencias,

algunas de las cuales tienen poco o nada que ver con nuestra salvación eterna, y otras tienen *todo* que ver con ella.

“Si se ponen una camiseta verde o una azul, a la larga eso no tiene importancia. Sin embargo, si deciden presionar una tecla de la computadora que los lleve a la pornografía, eso marcará toda la diferencia en su vida. Habrán dado un paso que los quitará del sendero estrecho y seguro. Si un amigo los presiona a beber alcohol o a probar drogas y ustedes ceden a la presión, estarán tomando un desvío del que tal vez no regresen [...]. Que mantengamos nuestros ojos, nuestro corazón y nuestra determinación centrados en esa meta que es eterna y que vale cualquier precio que tengamos que pagar, pese al sacrificio que tengamos que hacer para lograrla [...].

“Ustedes son de linaje real. Su meta es la vida eterna en el reino de nuestro Padre” (véase “Los tres aspectos de las decisiones”, *Liahona*, noviembre de 2010, págs. 67, 68, 69).

Pregunta 3

¿Por qué es Jesucristo el único camino que lleva a la salvación?

Presidente Russell M. Nelson, de la Primera Presidencia: “El aspecto central del plan eterno de Dios es la misión de Su Hijo Jesucristo. Él vino para redimir a los hijos de Dios. Gracias a la Expiación del Señor, la Resurrección (o inmortalidad) pasó a ser una realidad. Debido a la Expiación,

la vida eterna pasó a ser una posibilidad para todo el que cumpla los requisitos. Jesús lo explicó así:

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

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

“Por la Expiación del Señor y Su dadora de la Resurrección, por este sublime mensaje de Pascua, ¡demos gracias a Dios!” (véase “Demos gracias a Dios”, *Liahona*, mayo de 2012, pág. 78).

Elder Jeffrey R. Holland, del Cuórum de los Doce Apóstoles: “No sé quién [...] quizás tenga que escuchar el mensaje del perdón [...], pero por más tarde que piensen que hayan llegado, por más oportunidades que hayan perdido, por más errores que piensen que hayan cometido, sean cuales sean los talentos que piensen que no tengan, o por más distancia que piensen que hayan recorrido lejos del hogar, de la familia y de Dios, testifico que *no* han viajado más allá del alcance del amor divino. No es posible que se hundan tan profundamente que no los alcance el brillo de la infinita luz de la Expiación de Cristo [...].

“Por lo tanto, si han hecho convenios, guárdenlos; si no los han hecho, háganlos. Si los han hecho y los han quebrantado, arrepíntanse y repárenlos. *Nunca* es demasiado tarde en tanto que el Maestro de la viña diga que hay tiempo. Por favor escuchen los susurros del Santo Espíritu

diciéndoles ahora, en este mismo momento, que deben aceptar el don de la Expiación del Señor Jesucristo y disfrutar de la hermandad de Su obra. No se demoren; se hace tarde” (véase “Los obreros de la viña”, *Liahona*, mayo de 2012, pág. 33).

Elder D. Todd Christofferson, del Cuórum de los Doce Apóstoles: “El profeta José Smith confirmó la misión central del Salvador en nuestra doctrina en una frase definitiva: ‘Los principios fundamentales de nuestra religión son el testimonio de los apóstoles y de los profetas concernientes a Jesucristo: que murió, fue sepultado, se levantó al tercer día y ascendió a los cielos; y todas las otras cosas que pertenecen a nuestra religión son únicamente apéndices de eso’. El testimonio de José Smith acerca de Jesucristo es que Él vive, ‘porque lo vi[o], sí, a la diestra de Dios; y oyó] la voz testificar que él es el Unigénito del Padre’ (Doctrina y Convenios 76:23; véase también el versículo 22). Suplico a todos los que oigan o lean este mensaje que procuren, por medio de la oración y el estudio de las Escrituras, ese mismo testimonio del divino carácter, de la Expiación y de la Resurrección de Jesucristo. Acepten Su doctrina mediante el arrepentimiento, siendo bautizados y recibiendo el don del Espíritu Santo y luego, a lo largo de su vida, sigan las leyes y los convenios del Evangelio de Jesucristo [...].

“Expreso mi testimonio de que Jesús de Nazaret fue y es el Hijo de Dios, el mismo Mesías de las profecías antiguas. Él es el Cristo que sufrió en

Getsemaní, que murió en la cruz y fue sepultado, y quien verdaderamente se levantó de nuevo al tercer día. Él es el Señor resucitado, por medio de quien todos seremos resucitados y por quien todos los que deseen podrán ser redimidos y exaltados en Su Reino Celestial. Esta es nuestra doctrina, confirmando todos los testamentos anteriores de Jesucristo y declarados de nuevo en nuestro tiempo” (véase “La doctrina de Cristo”, *Liahona*, mayo de 2012, pág. 89).

¿Qué función tiene el sacrificio que Jesucristo hizo por mí en el gran plan de felicidad, o sea el Plan de Salvación?

Presidente Boyd K. Packer, Presidente del Cuórum de los Doce Apóstoles:

“Desde el principio, entendimos que en la vida mortal no seríamos perfectos. No se esperaba que viviéramos sin transgredir una u otra ley [...].

“De la Perla de Gran Precio aprendemos que ‘ninguna cosa inmunda puede morar [en el Reino de Dios]’, por lo que se brindó un medio para que todos los que pequen se arrepientan y una vez más sean dignos de la presencia de nuestro Padre Celestial.

“Se escogió a un Mediador, a un Redentor, uno que viviría Su vida perfectamente, no cometería ningún pecado y se ofrecería ‘a sí mismo en sacrificio por el pecado, para satisfacer los fines de la ley, por todos los de corazón quebrantado y de espíritu contrito; y por nadie más se pueden satisfacer los fines de la ley’.

“Respecto a la importancia de la Expiación, en Alma aprendemos: ‘Porque es necesario que se realice una expiación; [...] o de lo contrario, todo el género humano inevitablemente debe perecer’.

“Si no han cometido ningún error, no necesitan la Expiación. Si han cometido errores, y todos los hemos cometido, ya sean pequeños o graves, entonces tienen una gran necesidad de averiguar cómo se pueden borrar para que ustedes ya no estén en la oscuridad.

“‘[Jesucristo] es la luz y la vida del mundo’. Al fijar nuestra mirada en Sus enseñanzas, seremos guiados al puerto de la seguridad espiritual.

“El tercer Artículo de Fe declara: ‘Creemos que por la expiación de Cristo, todo el género humano puede salvarse, mediante la obediencia a las leyes y ordenanzas del Evangelio’” (véase “La Expiación”, *Liahona*, noviembre de 2012, págs. 76–77).

Pregunta 4

¿Qué significa tomar Su nombre sobre mí? (véase Doctrina y Convenios 20:77).

Élder M. Russell Ballard, del Cuórum de los Doce Apóstoles:

“El rey Benjamín enseñó a su pueblo en la época del Libro de Mormón:

“‘Quisiera que tomaseis sobre vosotros el nombre de Cristo, todos vosotros que habéis hecho convenio con Dios de ser obedientes hasta el fin de vuestras vidas [...]’.

“‘Y quisiera que también recordaseis que este es el nombre que dije que os daría, el cual nunca sería borrado, sino por transgresión; por tanto, tened cuidado de no transgredir, para que el nombre no sea borrado de vuestros corazones’ (Mosíah 5:8, 11).

“Tomamos el nombre de Cristo sobre nosotros en las aguas del bautismo. Renovamos el efecto de ese bautismo cada semana al participar de la Santa Cena, manifestamos así nuestra voluntad de tomar Su nombre sobre nosotros y prometemos recordarlo siempre (véase Doctrina y Convenios 20:77, 79).

“¿Nos percatamos de lo bendecidos que somos por tomar sobre nosotros el nombre del Hijo Amado y Unigénito de Dios? ¿Comprendemos la trascendencia de ello? El nombre del Salvador es el único nombre debajo del cielo por el cual el hombre puede salvarse (véase 2 Nefi 31:21)” (véase “La importancia de un nombre”, *Liahona*, noviembre de 2011, pág. 79).

¿De qué manera influye en la persona que soy el hecho de tomar Su nombre sobre mí?

Élder Clayton M. Christensen, quien prestó servicio como Setenta de Área: “Algunos de ustedes que están familiarizados con la Universidad Oxford tal vez sepan que esa universidad es la más antigua del mundo. El edificio en el que vivía mientras estudiaba fue construido en 1410: un edificio hermoso a la vista, pero incomodísimo como lugar donde vivir. Al llegar a Oxford, me di cuenta de

que sería muy difícil ser un miembro activo de la Iglesia. Obtuve una beca de ‘Rhodes Scholarship Trust’ (Fundación de Becas Rhodes) y ellos tenían muchas actividades planeadas para las personas que habían recibido las becas.

“Al contemplar hasta qué punto deseaba participar en las actividades de la Iglesia, me di cuenta de que no sabía si el Libro de Mormón era verdadero. Lo había leído varias veces, pero, por lo general, había sido consecuencia de alguna asignación de mis padres o de algún instructor de la Universidad Brigham Young. Sin embargo, esta vez tenía que saber con urgencia si el Libro de Mormón era verdadero o no. Por eso, decidí que apartaría una hora todas las noches, de las once hasta las doce, para leer el Libro de Mormón a fin de descubrir si se trataba de un libro verdadero.

“Me preguntaba si realmente me animaría a dedicarle tanto tiempo, siendo que estaba en un programa académico tan exigente en el que estudiaba econometría aplicada. Mi plan era intentar terminar el programa en dos años, lo cual, a la mayoría de las personas que se encontraban en él, les llevaba tres; no sabía si podía darme el lujo de destinarle una hora por día a ese esfuerzo.

“No obstante, lo hice. Empezaba a las once arrodillándome para orar cerca de una pequeña estufa que se encontraba en la pared de piedra; y al orar, lo hacía en voz alta. Le decía a Dios lo desesperado que estaba por saber si el Libro de Mormón era verdadero;

le decía que, si Él me revelaba esa verdad, entonces yo dedicaría mi vida a edificar Su reino; y le decía que, si no era verdadero, debía estar seguro de ello, porque entonces dedicaría mi vida a encontrar aquello que sí lo era.

“Leí la primera página del Libro de Mormón y cuando llegué al final de la página, hice una pausa. Pensé en lo que había leído en esa página y me pregunté: ‘¿Es posible que esto lo haya escrito un charlatán que estaba tratando de engañar a la gente o realmente lo escribió un profeta de Dios? ¿Y qué significa esto para mí?’”. Luego, dejé el libro y me volví a arrodillar para pedirle a Dios: ‘Por favor, dime si este es un libro verdadero’. Entonces me senté en la silla, tomé el libro, di vuelta a la página, la leí, me detuve cuando llegué al final de ella e hice lo mismo que había hecho antes. Eso lo hice por una hora todas las noches, noche tras noche, en aquella habitación fría y húmeda en Oxford.

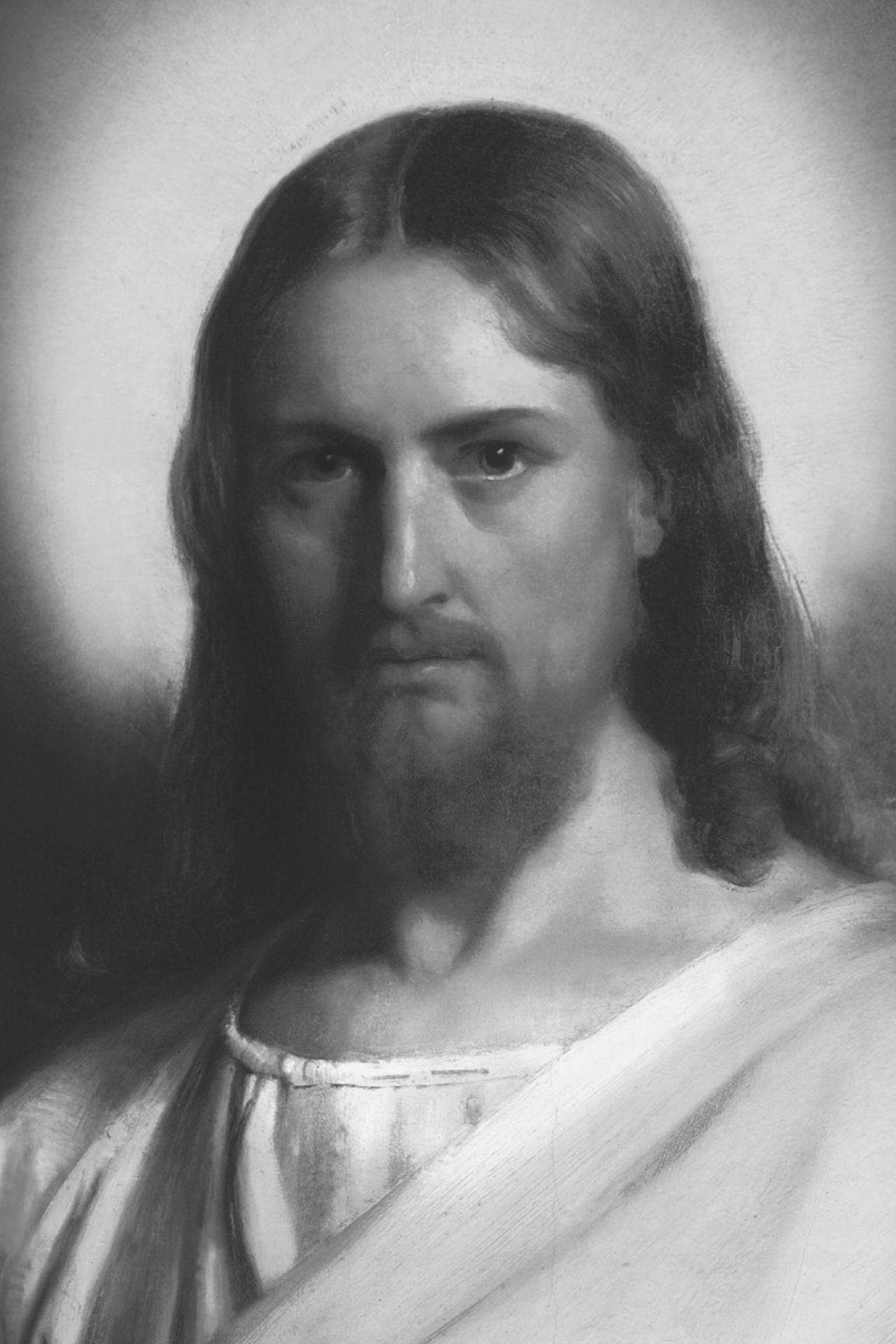
“Una noche, cuando ya había llegado a los últimos capítulos de 2 Nefi, hice mi oración, me senté en la silla y abrí el libro. De repente, el cuarto se llenó de un Espíritu hermoso, cálido y de amor que me envolvió y me inundó el alma, infundiéndome una sensación de amor que no me había imaginado que podía experimentar. Comencé a llorar. A través de las lágrimas, miré las palabras que se encontraban en el Libro de Mormón y vi una verdad en ellas que nunca había imaginado que podría comprender; vi las glorias

de la eternidad y vi lo que Dios tenía reservado para mí, uno de Sus hijos. Ese Espíritu permaneció conmigo durante toda aquella hora y durante el resto de las noches mientras oraba y leía el Libro de Mormón en aquella habitación; ese mismo Espíritu siempre volvía y produjo un cambio en mi corazón y en mi vida para siempre.

“Recuerdo el conflicto que experimenté cuando me preguntaba si me podía dar el lujo de pasar una hora cada día, haciendo algo distinto que estudiar econometría aplicada, para descubrir si el Libro de Mormón es verdadero. La econometría aplicada la uso, quizás, una vez por año; sin embargo, el conocimiento de que el Libro de Mormón es la palabra de Dios lo uso muchas veces durante todos los días de mi vida. De toda la educación que he buscado en mi vida, ese es el conocimiento más útil que jamás haya obtenido.

“A todos los que todavía buscan apoyo en el testimonio de otras personas, los invito a que aparten una hora cada día y averigüen por ustedes mismos si el Libro de Mormón es verdadero, y eso cambiará su corazón de la misma manera que cambió el mío. Entonces, algún día, podrán volver al lugar donde vivían durante la época en que Dios les reveló esto y señalárselo a sus hijos y a su cónyuge y decir: ‘Ese es un lugar sagrado porque allí supe que Jesús es el Cristo’” (véase “El conocimiento más útil de todos”, *Liahona*, enero de 2009, págs. 22–24).

Notas: _____



Espectáculo de variedades

Un espectáculo entretenido realizado por tus compañeros que consiste en una serie de actos o actuaciones breves y sin relación entre sí.

¡Prepárate para divertirte y asombrarte!

ALGUNAS PAUTAS:

Instrucciones para los artistas:

- Los actos no deben contener movimientos vulgares ni sugerentes. Por razones de seguridad, no se permiten las elevaciones ni hacer movimientos acrobáticos.
- Toda música en el acto (piano, interpretación vocal, música de fondo, etc.) debe ser decente, sin palabras ni mensajes sugerentes; esto incluye canciones que mencionen sustancias contrarias a la Palabra de Sabiduría. Cambiar la letra para que cumpla con las normas de FSY no es suficiente.
- No debe utilizarse comida ni líquidos de ningún tipo (incluida la pasta de dientes).
- Debido a que deseamos respetar la reverencia de la música de la Iglesia, solicitamos no hacer la audición con ningún número musical o pasaje de las Escrituras relacionado con la Iglesia.
- El contenido debe ser entretenido; no obstante, debe ser decente y edificante.

Código de vestimenta de los artistas

- Usa los disfraces que planeas usar para el Espectáculo de variedades en el ensayo general. No se puede asistir con pijama.
- Ten en cuenta la modestia en el escenario cuando uses ropa de baile. Si es ajustada o descubierta, considera taparte con una camisa o un disfraz de algún tipo.

Audiencia

- Siéntate junto a tu compañía.
- Anima cada acto.
- Sé alejador y respetuoso con cada participante y desempeño.
- En lugar de aplaudir al ritmo de la música, chasquea los dedos. Esto permite que todos sigan escuchando al artista.

Reverencia: Análisis de testimonios

“La reverencia es una actitud de profundo respeto y amor. Cuando tienes una actitud reverente hacia Dios, lo honras, le expresas gratitud y obedeces Sus mandamientos” (*Leales a la Fe*, 2004, pág. 163).

¿Cuál es la diferencia entre ser reverente y simplemente estar callado?

“Y si vuestra mira está puesta únicamente en mi gloria, vuestro cuerpo entero será lleno de luz y no habrá tinieblas en vosotros; y el cuerpo lleno de luz comprende todas las cosas. Por tanto, santifícaos para que vuestras mentes se enfoquen únicamente en Dios, y vendrán los días en que lo veréis, porque os descubrirá su faz; y será en su propio tiempo y a su propia manera, y de acuerdo con su propia voluntad” (Doctrina y Convenios 88:67–68).

¿De qué manera invita la reverencia a la revelación a tu vida?

Un testimonio del Evangelio

“Un testimonio del Evangelio es un testigo personal que el Espíritu Santo atestigua a nuestra alma que ciertos hechos de importancia eterna son verdaderos y que sabemos que lo son” (Dallin H. Oaks, “Testimonio”, *Liahona*, mayo de 2008, pág. 26).

“Un testimonio es lo que sabemos con la mente y el corazón que es verdadero por la atestiguación del Espíritu Santo (véase Doctrina y Convenios 8:2). Al expresar la verdad en vez de amonestar, exhortar o simplemente compartir experiencias interesantes, invitamos al Espíritu Santo a confirmar la veracidad de nuestras palabras” (véase David A. Bednar, “Más diligentes y atentos en el hogar”, *Liahona*, noviembre de 2009, pág. 19).

“Demasiados testimonios de nuestros miembros se basan en decir ‘Estoy agraciado’ y ‘Amo a’, y [...] muy pocos son capaces de decir con humilde pero sincera claridad: ‘Yo sé’ [...].

“Nuestras reuniones de testimonio se deben centrar más en el Salvador, en las doctrinas del Evangelio, en las bendiciones de la Restauración y en las

enseñanzas de las Escrituras. Debemos reemplazar los relatos, los itinerarios de viajes y los sermones con testimonios puros” (M. Russell Ballard, “Testimonio puro”, *Liahona*, noviembre de 2004, pág. 41).

Un testimonio:

- Es un testigo personal de la verdad.
- Se centra en el Salvador, la doctrina del Evangelio, la Restauración y las enseñanzas de las Escrituras.
- Son afirmaciones sencillas que se comparten con sinceridad.
- Es una declaración humilde de lo que sabes y sientes.

Un testimonio no:

- Se trata de relatar historias, experiencias o viajes interesantes.
- Es dar una clase, predicar o dar un sermón.
- Se basa en expresar por lo que estás agradecido o lo que amas.

Más consejos para dar un testimonio:

- Considera dar tu testimonio con seriedad y sinceridad. No dejes que la presión de tus amigos influya en ti.
- No critiques los testimonios de otras personas, ya que todos estamos aprendiendo.
- Céntrate en el Salvador y en cómo estás mejorando; no describas detalles de pecados y malas conductas del pasado.
- Mantén tu testimonio breve y al grano.

(Adaptado de Lara Mayo Bangerter, “Testimony Tips”, *New Era*, octubre de 1993, págs. 34–35. 14 de febrero de 2013).



Programa musical

“El obtener un testimonio y aferrarnos para siempre en las verdades del Evangelio vale cualquier precio de preparación espiritual que se nos exija pagar”.

(M. Russell Ballard, “Testimonio puro”, *Liahona*, noviembre de 2004, pág. 40)

Tema: _____

Notas: _____

“Sin la infinita Expiación de nuestro Redentor, ninguno de nosotros tendría esperanza alguna de algún día regresar a nuestro Padre Celestial. Sin Su Resurrección, la muerte sería el fin. La Expiación de nuestro Salvador ha hecho que la vida eterna sea una posibilidad y la inmortalidad una realidad para todos”.

(Véase Russell M. Nelson, “Revelación para la Iglesia, revelación para nuestras vidas”, *Liahona*, mayo de 2018, pág. 93)



Mi testimonio del Evangelio

“No tienen que preguntarse qué es verdad. No tienen que preguntarse en quién pueden confiar de manera segura. Mediante la revelación personal, pueden recibir su propio testimonio de que el Libro de Mormón es la palabra de Dios, de que José Smith es un profeta, y de que esta es la Iglesia del Señor. Independientemente de lo que otros digan o hagan, nadie puede despojarlos del testimonio que les llegue al corazón y a la mente sobre lo que es verdadero”.

(Russell M. Nelson, “Revelación para la Iglesia, revelación para nuestras vidas”, *Liahona*, mayo de 2018, pág. 95)

Mi testimonio: _____

“El testimonio que ustedes tienen de Jesucristo es su fuerte personal, la seguridad para su alma. Cuando mi bisabuelo y sus compañeros pioneros construyeron el Fuerte Heber, pusieron un tronco a la vez hasta que el fuerte estuvo ‘bien coordinado’ [Efesios 2:21] y estuvieron protegidos. Así es con el testimonio. Uno por uno, obtenemos un testimonio del Espíritu Santo que habla a nuestro espíritu y enseña ‘la verdad en lo íntimo’ [Salmo 51:6]”.

(Ronald A. Rasband, “Edificar un fuerte de espiritualidad y protección”, *Liahona*, mayo de 2019, pág. 110)

Reflexionar y repasar

Tu grupo de consejeros se reunirá para Reflexionar y repasar todas las noches. Tú tendrás la oportunidad de reflexionar y expresar lo que hayas aprendido y sentido durante el día.

Como preparación para participar en Reflexionar y repasar, tal vez te resulte útil pensar en estas preguntas:

- ¿Qué sucedió hoy que haya sido inspirador para ti?
- ¿Qué aprendiste hoy?
- ¿Qué lecciones recordarás cuando regreses a casa?
- ¿En qué momento sentiste hoy el Espíritu Santo?

Asegúrate de anotar los pensamientos y sentimientos que tengas durante la reunión.

Llévatelo a casa

Cuando regreses a casa, comenta con tu familia lo que aprendiste hoy.

DÍA 5

Ropa informal

AGENDA

7:15-7:30 h	Devocional para participantes
7:30-8:30 h	Desayuno
8:30-9:30 h	Estudio del Evangelio
9:30-10:00 h	Revisión del establecimiento de metas
10:15-11:00 h	Devocional matutino a cargo del matrimonio director de sesión
11:15-12:30 h	Actividad de Para la Fortaleza de la Juventud
12:30-13:30 h	Almuerzo
13:30 h	Reunión con la compañía Recuento de personas
13:30-13:45 h	Traslado a la actividad "Vivir el Evangelio"
13:45-15:00 h	Actividad "Vivir el Evangelio"
15:00-15:15 h	Presentación de diapositivas
15:15-16:30 h	Tiempo libre en el campus*
16:30-18:00 h	Cena
18:00 h	Reunión con la compañía Recuento de personas
18:00-18:15 h	Toma de fotografías
18:15-20:00 h	Baile
20:15-20:45 h	Mensaje "Llévatelo a casa"
20:45-21:00 h	Traslado a los puntos de reunión de la compañía
21:00-21:30 h	"Llévatelo a casa" de la compañía
21:45-22:20 h	Recuento de personas Tiempo para meditar: Prepararse para escribir en el diario personal en la cama
22:25 h	Oración
22:30 h	Hora de apagar las luces

* Utiliza el tiempo libre para comenzar a empacar y hacer los preparativos para regresar a casa.



Devocional matutino para participantes

Si se te pide que dirijas el devocional de la mañana, haz lo siguiente:

1. Selecciona un himno para cantar en grupo.
2. Invita a otro miembro del grupo a ofrecer una oración.
3. Presenta un breve pensamiento espiritual. Por ejemplo, podrías hacer lo siguiente:
 - Compartir tu pasaje de las Escrituras favorito.
 - Explicar lo que ese pasaje de las Escrituras significa para ti.
 - Relatar una experiencia personal breve relacionada con el pasaje de las Escrituras.
 - Testificar de las verdades que se encuentran en el pasaje de las Escrituras. (Si necesitas ayuda para elegir un pensamiento espiritual, pide sugerencias a tu consejero).
4. Cede el tiempo al consejero para los anuncios del día.

Estudio del Evangelio

Pedid y recibiréis

ANÁLISIS DE GRUPO

Lean 1 Nefi 11:1; 2 Nefi 4:15–16; Doctrina y Convenios 76:19; y Doctrina y Convenios 138:11 y encuentren cómo el meditar ayudó a Nefi, José Smith y Joseph F. Smith. ¿Qué significa meditar en las Escrituras? ¿Por qué es importante dedicar tiempo a meditar cuando se estudia?

Hacer preguntas acerca de un versículo puede ayudarte a meditar sobre su significado. Por ejemplo, en Apocalipsis 3:20, podrías meditar con preguntas como: “¿Qué podría representar la puerta? ¿Cuánto tiempo ha estado Él llamando? ¿Cómo abro yo la puerta? ¿Qué significa que el Salvador ‘cenar[á]’ conmigo?”.

Otras preguntas que podrías hacerte a medida que leas las Escrituras podrían ser:

- ¿Cuál es el mensaje de nuestro Padre Celestial para mí en este versículo?
- ¿Cómo se hubiera sentido estar allí?
- ¿Cómo compartiría esto con otras personas?
- ¿Qué me siento inspirado a hacer?

ESTUDIO PERSONAL

Lee un pasaje de las Escrituras, un discurso de la conferencia o un artículo de una revista de la Iglesia de tu elección (o tu consejero puede ayudarte a encontrar uno). Mientras leas, selecciona algunos versículos y medita sobre algunas preguntas que te ayudarán a entender mejor estos versículos.

COMPARTIR JUNTOS

Comenta con tu grupo lo que aprendiste durante tu estudio personal. ¿Cómo aplicarás este principio a tu estudio del Evangelio en el futuro?

Revisión del establecimiento de metas

REFLEXIONA: PIENSA • APRENDE • REPASA • MEDITA

Repaso: Progreso y logros

Utiliza el modelo de “reflexionar y repasar” para evaluar las metas que fijaste durante el establecimiento de metas de la noche de hogar en el Día 1.

Piensa: ¿Qué aprendiste? ¿Qué aprendió la compañía?

¿Qué has aprendido sobre establecer y lograr metas?

¿De qué manera las metas que estableciste te ayudan a progresar a lo largo de la senda de los convenios?

¿Cómo ayudaron tus esfuerzos a los demás?

¿Qué impacto tuvieron en ti los esfuerzos de tu compañía por servir y amar a los demás?

Al regresar a casa, ¿cómo puedes aplicar lo que has aprendido esta semana de tu experiencia de establecer metas?

El lograr metas trae poder y significado a tu vida. ¿Por qué es importante seguir estableciendo y logrando metas significativas después del regreso a casa?

“Debemos mantener la doctrina y el Evangelio de Jesucristo en el centro de nuestras metas y planes. Sin Él, no se puede lograr ninguna meta eterna, y nuestros planes para lograr nuestras metas eternas fracasarán”.

(Véase M. Russell Ballard, "Volver y recibir", *Liahona*, mayo de 2017, pág. 64)

Devocional matutino del matrimonio director de sesión

Notas:





Actividad de Para la Fortaleza de la Juventud

Familiarízate con *Para la Fortaleza de la Juventud: Una guía para tomar decisiones*.

Dedica unos minutos a familiarizarte con la guía. ¿Cuáles son tus pensamientos e impresiones? ¿Qué preguntas tienes? Mira si puedes reconocer algunas verdades eternas, invitaciones y bendiciones prometidas. Observa qué principios has visto en tu propia vida o en la vida de alguien que conozcas. Especifica en qué principios te gustaría trabajar. Consulta la guía y responde las preguntas que figuran a continuación:



Escanea el código con tu teléfono para acceder a la
Guía *Para la Fortaleza de la Juventud*.

¿Cuáles son tus primeros pensamientos e impresiones?

¿Qué preguntas tienes?

¿Qué principios, “verdades eternas, invitaciones y bendiciones prometidas” has visto en tu propia vida o en la vida de alguien que conozcas?

¿En qué principios te gustaría trabajar?

¿Cómo pondrás en práctica estos principios en la conferencia FSY y cuando te vayas a casa?

¿Cómo puede ayudarte en tu vida diaria el acercarte al Salvador?

Notas adicionales:

HISTORIAS Y ANÁLISIS DE LA GUÍA PARA LA FORTALEZA DE LA JUVENTUD

Tómate unos minutos para enumerar algunas decisiones (grandes o pequeñas) que los jóvenes afrontan en el mundo de hoy:

Selecciona un par de las “decisiones” de la lista anterior. ¿Cómo podría alguien poner en práctica los principios que se encuentran en *Para la Fortaleza de la Juventud: Una guía para tomar decisiones* a fin de ser un ejemplo para los demás y acercarse más al Salvador?

1. _____

2. _____

3. _____

UN ANÁLISIS MÁS PROFUNDO

Elige una de las “decisiones” anteriores para realizar un estudio más profundo:

¿Cómo podría la oración influir en esta decisión?

¿Qué aspectos de *Para la Fortaleza de la Juventud: Una guía para tomar decisiones* podrían brindar orientación al tomar decisiones?

Además de *Para la Fortaleza de la Juventud: Una guía para tomar decisiones*, ¿qué otras fuentes podrían ser de ayuda?

¿En qué sentido podría ser útil considerar lo que siente nuestro Padre Celestial?

5

Notas:

5

Actividad “Vivir el Evangelio”

RECOGER A ISRAEL POR MEDIO DE LA OBRA DE HISTORIA FAMILIAR

“Nos gustaría hablarles sobre el desafío más grande, la causa más sublime y la obra más grandiosa sobre la tierra [...]. Invito a todas las jovencitas y a todos los jóvenes de 12 a 18 años de edad de La Iglesia de Jesucristo de los Santos de los Últimos Días a que se alisten en el batallón de jóvenes del Señor para ayudar a recoger a Israel [...]. Cada vez que hacen algo que ayuda a alguien, a ambos lados del velo, a dar un paso hacia hacer convenios con Dios y recibir sus ordenanzas esenciales del bautismo y del templo, están ayudando a recoger a Israel”.

(Véase Russell M. Nelson, “Juventud de Israel”, devocional mundial para los jóvenes, 3 de junio de 2018, Lalgleesiadejesucristo.org)

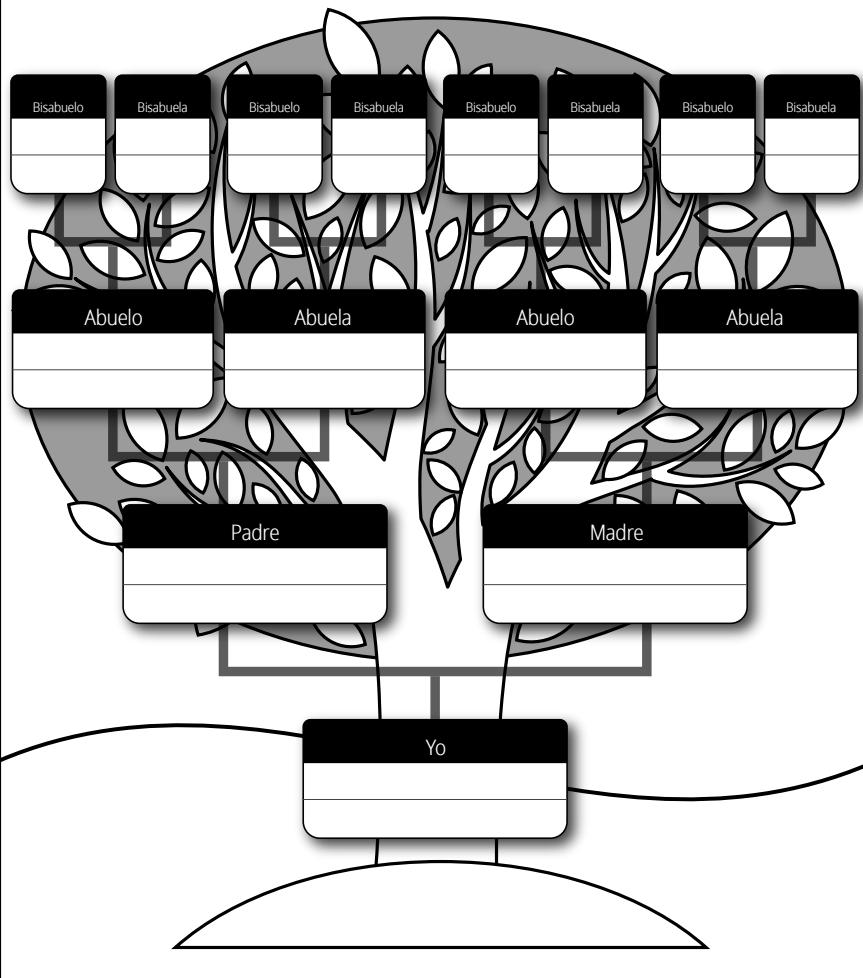
Objetivo: Ayudarte a entender la importancia de la instrucción del Señor de recoger a Israel por medio de la obra de historia familiar. Presta atención a cómo te sientes al aprender sobre cómo conectarte con tus antepasados.

“Felizmente, la invitación a ‘venir a Cristo’ [Jacob 1:7] también puede hacerse a los que han muerto sin conocimiento del Evangelio [...]. Recogemos datos para los cuadros genealógicos, preparamos registros de grupo familiar y efectuamos vicariamente la obra del templo a fin de recoger a las personas para el Señor y en sus familias”.

(Russell M. Nelson, “El reconocimiento del Israel disperso”, *Liahona*, noviembre de 2006, pág. 81)

Introducción: ¿Cuánto sabes acerca de tu historia familiar personal? Dedica un momento a completar este árbol genealógico lo mejor que puedas, de memoria.

Mi árbol familiar



RECOGER A ISRAEL POR MEDIO DE LA OBRA DE HISTORIA FAMILIAR

Instrucciones: ¡Descubre tus raíces y aprende de tu historia familiar! Con tu equipo e individualmente, revisa las actividades que aparecen a continuación. Cada miembro del equipo debe escoger individualmente realizar una o más de las actividades que le resulten más significativas. Completa tantas actividades como puedas en el tiempo indicado. ¿Qué lecciones puedes aprender mientras te diviertes descubriendo el pasado?

Primera parte del descubrimiento: Relata tu historia

- **Habla sobre tu pasado.** Cuéntale a un miembro de tu equipo una de tus historias favoritas de tus padres o abuelos. Explícale por qué es tu favorita y escucha una historia suya a cambio.
- **Reconoce el trabajo de ellos.** Formen un círculo. Cada miembro del equipo nombra algo que tenga hoy en día debido al trabajo, el sacrificio o la fidelidad de sus antepasados, ¡sin repetirse! Sigan jugando hasta que pasen por el círculo cuatro veces.
- **Descubre tu legado.** Si tienes un dispositivo electrónico, averigua de qué país provienen tus antepasados. Aprende algo nuevo sobre la cultura o las tradiciones de ese país y cuéntaselo a tu equipo.
- **Comparte una receta.** Cuéntale a un miembro de tu equipo acerca de una receta familiar favorita y de dónde se originó.
- **¿Qué valor tiene nuestro nombre?** Comenta con un miembro de tu equipo por qué te pusieron tu nombre y pregúntale en cuanto al suyo.
- **Cuenta una historia.** Conversa con un miembro de tu equipo sobre una reliquia familiar y la historia detrás de su importancia.

Aplicación Recuerdos de FamilySearch.

- **Muestra y explica.** Busca una foto favorita de uno de tus antepasados y dile a tu grupo quién está en la foto y por qué es importante para ti.

Aplicación Árbol Familiar de FamilySearch.

- **Reencuentro familiar.** Encuentra a tu pariente más cercano en tu compañía utilizando la función “Parientes a mi alrededor”. Determina cuál de tus antepasados los une.

Segunda parte del descubrimiento: Registra tu historia

Encuentra una nueva historia. Llama a un familiar y pídele que te cuente una historia o un recuerdo que tenga de un pariente.

- **Fortalece a las generaciones.** Escribe tu testimonio en una carta o en tu diario personal que te gustaría compartir con tu posteridad cuando cumplan tu edad.
- **Visita tu historia.** Si tienes acceso a internet, ve a billiongraves.com y busca dónde está enterrado uno de tus antepasados. Haz planes para visitar el sitio con un familiar cuando regreses a casa.
- **Habla acerca de tu familia.** Si tienes acceso a las redes sociales, crea una publicación sobre por qué la historia familiar es importante para ti y comparte tu testimonio de las familias.
- **Expresa gratitud.** Escríbele una carta a un miembro de tu familia que haya bendecido tu vida. Dile por qué es importante para ti y entrégale la carta cuando regreses a casa.
- **Si pudieras preguntar.** Piensa en una pregunta sobre algo que desearías saber acerca de tus antepasados. Hazte la misma pregunta y anota la respuesta en tu diario para la posteridad.
- **Localiza.** Busca a un familiar en las redes sociales que aún no sigas y agrégalos a tu lista de contactos.

Aplicación Recuerdos de FamilySearch.

- **Captura momentos.** Conserva y comparte una historia o una foto acerca de ti o de un antepasado mediante esta aplicación.
- **Recuerda recetas familiares.** Agrega una receta familiar como foto o documento a tus recuerdos en esta aplicación.

Aplicación Árbol Familiar de FamilySearch.

- **Sitúa a tus antepasados.** Ve si tienes antepasados que hayan vivido en un radio de unos 160 kilómetros (100 millas) de tu ubicación actual.
- **Efectúa las ordenanzas.** Busca el nombre de un familiar que necesite que se le efectúen las ordenanzas y planifica un tiempo para llevarlo al templo.

El Plan de desarrollo individual

“Mis queridos jóvenes extraordinarios, ustedes fueron enviados a la tierra en este preciso momento, el momento más crucial en la historia del mundo, para ayudar a recoger a Israel. No hay nada que esté ocurriendo en esta tierra ahora que sea más importante que eso. No hay nada que sea de mayor consecuencia. Absolutamente nada”.

(Russell M. Nelson, “Juventud de Israel”, devocional mundial para los jóvenes, 3 de junio de 2018, LalgleesiadeJesucristo.org)

Dedica unos minutos a reflexionar y responder las siguientes preguntas.

Cuando estabas participando en esta actividad “Vivir el Evangelio”, ¿cómo te guió el Espíritu para reconocer nuevas maneras de recoger a Israel cada día? ¿Qué parte de la actividad fue especialmente significativa para ti?

Nuestro profeta nos ha invitado a cada uno de nosotros a “alist[arnos] en el batallón de jóvenes del Señor para ayudar a recoger a Israel”. ¿Qué has hecho para aceptar esta invitación? ¿Qué efecto ha tenido en tu vida?

Esta actividad ha sido de descubrimiento. Para seguir un modelo de crecimiento, necesitarás un plan en el que puedas actuar con fe. Piensa en algo que puedas hacer en las próximas semanas para ayudar a los demás, en ambos lados del velo, a acercarse más a Cristo.

*Establece una meta específica para actuar de acuerdo con tu plan y escríbela a continuación. Si tienes acceso a la aplicación Vivir el Evangelio, agrega tu meta en la pestaña **Mi vida**. Puedes considerar una invitación del presidente Russell M. Nelson o una de las siguientes sugerencias.*

- Establece un patrón de asistencia regular al templo.
- Haz un sacrificio semanal de tiempo para la obra de historia familiar.
- Crea un plan, y atente a él, para mejorar tus hábitos de llevar un diario (escribir con regularidad, anotar más impresiones espirituales, registrar la gratitud, etc.).

“Comienza asegurándote de que tus palabras y acciones estén inspiradas por el amor a Dios y a Sus hijos. Compartir el Evangelio no se debe hacer con espíritu de contención, sino con claridad, mansedumbre y bondad. Puedes demostrar amor hacia los demás, aunque no estés de acuerdo con sus puntos de vista”.

(Para la Fortaleza de la Juventud: Una guía para tomar decisiones, pág. 33)

Ora diariamente para saber cómo puedes ser un instrumento en las manos de Dios para compartir el Evangelio con las personas que te rodean.

Comunícate con las personas a las que ministras de manera más regular. Busca maneras de ministrar que sean más significativas para cada persona.

Sigue el consejo del profeta:

“Mientras estudien las Escrituras [...] , les animo a hacer una lista de todo lo que el Señor ha prometido que hará por el Israel del convenio. ¡Creo que se quedarán asombrados! Mediten en esas promesas; hablen acerca de ellas con su familia y amigos, y luego vivan y vean que esas promesas se cumplan en su propia vida”.

(Russell M. Nelson, “Que Dios prevalezca”, Liahona, noviembre de 2020, pág. 95)

Para ayudar a recoger a Israel yo:

Para actuar de acuerdo con mi plan con fe yo:

Mi plan me ayudará con mi crecimiento personal después de FSY mediante:

“¿Deseas una forma segura de eliminar la influencia del adversario en tu vida? Dedícate a la búsqueda de tus antepasados, prepara sus nombres para las sagradas ordenanzas vicarias del templo y después ve como representante”.

(Richard G. Scott, “El gozo de redimir a los muertos”, Conferencia General de octubre de 2012, LalglesiadeJesucristo.org)

Llévatelo a casa

“La felicidad se obtiene viviendo de la forma que el Señor quiere que vivamos y sirviendo a Dios y al prójimo [...].”

“Tienen un legado: Hónrenlo.

“Encontrarán el pecado: Evítenlo.

“Tienen la verdad: Vívanla.

“Tienen un testimonio: Exprésenlo”.

(Véase Thomas S. Monson, “El faro del Señor”, *Liahona*, enero de 1991, pág. 113)

Piensa en la semana que has pasado en FSY. Escribe las experiencias que hayas tenido y que han sido las más importantes y dignas de recordar.

¿Cómo te puedes llevar a casa la felicidad que sientes en FSY? ¿De qué manera se pueden aplicar en tu vida las actividades de FSY? ¿Cómo puedes utilizar los temas de los devocionales a cargo de los consejeros y las reseñas de las lecciones en una noche de hogar para relatar tus experiencias a tu familia? ¿Cómo te ayudarán los compromisos que has mantenido esta semana a “venir a Cristo” cuando regreses a casa?

Compromisos que pienso mantener en casa:

Reflexionar y repasar

Tu compañía se reunirá para Reflexionar y repasar. Tú tendrás la oportunidad de reflexionar y expresar lo que hayas aprendido y sentido durante el día.

Como preparación para participar en Reflexionar y repasar, tal vez te resulte útil pensar en estas preguntas:

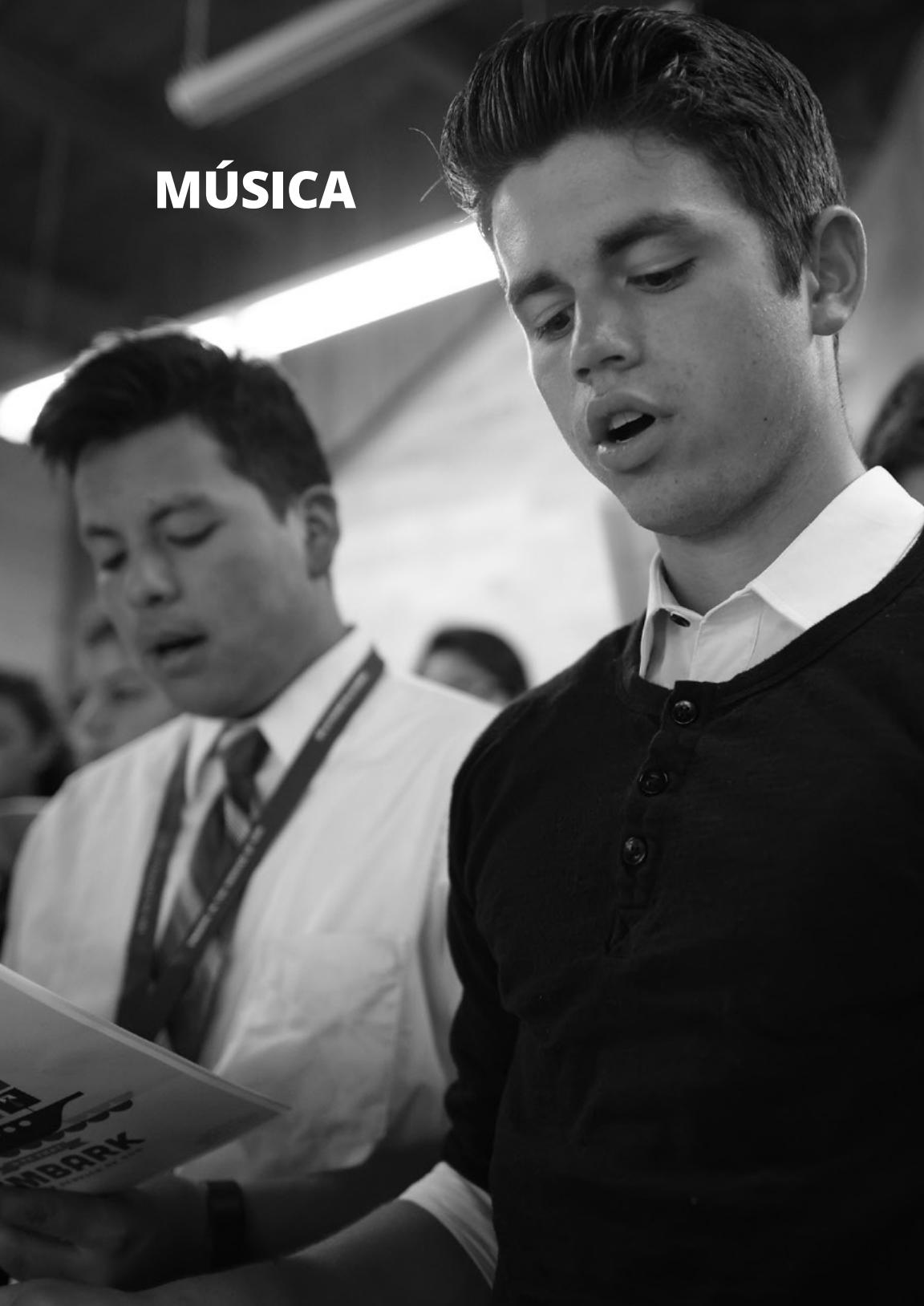
- ¿Qué sucedió hoy que haya sido inspirador para ti?
- ¿Qué aprendiste hoy?
- ¿Qué lecciones recordarás cuando regreses a casa?
- ¿En qué momento sentiste hoy el Espíritu Santo?

Asegúrate de anotar los pensamientos y sentimientos que tengas durante la reunión.

Llévatelo a casa

Cuando regreses a casa, comenta con tu familia lo que aprendiste hoy.

MÚSICA



El Espíritu de Dios

(Himnos, nro. 2)

Tal como un fuego se ve ya ardiendo
el Santo Espíritu del gran Creador.
Visiones y dones antiguos ya vuelven,
y ángeles vienen cantando loor.

CORO:

Cantemos, gritemos, con huestes del cielo:
¡Hosanna, hosanna a Dios y Jesús!
A ellos sea dado loor en lo alto,
de hoy para siempre, ¡jamén y amén!

Aumenta el Señor nuestro entendimiento;
tal cual al principio nos da Su poder.
El conocimiento de Dios se extiende;
el velo del mundo se ve descorrer.

CORO

Haremos con fe asambleas solemnes;
el Reino de Dios vamos a extender;
y las bendiciones y glorias del cielo
como una herencia podremos tener.

CORO

¡Qué día dichoso en que los leones
con mansos corderos se acostarán!
En paz Efraín gozará bendiciones,
y Cristo, en gloria, del cielo vendrá.

CORO

Oh Dios de Israel

(Himnos, nro. 5)

Oh Dios de Israel,
te rendimos loor
a Ti, nuestro gran Redentor,
de día la sombra,
de noche la luz,
del mundo eres Rey y Señor

Sabemos que vienes
tu grey a juntar,
la cual has de guiar a Sion.
En valle de muerte
no nos dejarás,
ni en la vasta desolación.

Hemos errado mucho,
clamando a ti,
extraños, en yermos del mal.
Los malos se gozan
de nuestro pesar,
mas libre Israel quedará.

Nos regocijamos,
oh hijos de Dios;
las señas presentes están.
Seamos valientes
y fieles al Rey;
se vislumbra la gran redención.

Te damos, Señor, nuestras gracias

(Himnos, nro. 10)

Te damos, Señor, nuestras gracias
que mandas de nuevo venir
profetas con Tu Evangelio,
guiándonos cómo vivir.
Y gracias por todos los dones
vertidos por Tu gran amor.
Tenemos placer en servirte
a Ti, nuestro gran Bienhechor.

Al sobrevenirnos peligros
que amenazan quitarnos la paz,
tenemos en Dios gran confianza;
vencido será Satanás.

De Dios no dudamos en nada;

probamos ya bien Su bondad.
Los que a Sion se opongan,
al fin sentirán su maldad.

De Dios cantaremos la gracia,
bondad, compasión y amor.
Gozamos de Su Evangelio,
alegres de ver su fulgor.
Así, a la dicha eterna,
los justos y fieles irán,
mas los que el mensaje rechacen,
tal gozo con Él no tendrán.

La oración del Profeta

(*Himnos, nro. 14*)

Qué hermosa la mañana;
que brillante era el sol.
Pajaritos y abejas
daban voces de loor
cuando en la arboleda
suplicó José a Dios,
cuando en la arboleda
suplicó José a Dios.

Con ahínco suplicaba
en ferviente oración,
y la fuerza del maligno
de angustia le llenó.
Mas en Dios él esperaba
y confiaba en Su amor
Mas en Dios él esperaba
y confiaba en Su amor.

Descendió gran luz del cielo,
más brillante que el sol,
y gloriosa, la columna
sobre el joven descansó.
Vio dos Seres celestiales,
Dios el Padre y Jesús.
Vio dos Seres celestiales,
Dios el Padre y Jesús.

“Este es mi Hijo amado;
da oído”, dijo Dios.
Su oración fue contestada
y escuchó al Salvador.
¡Oh qué gozo en su pecho
porque vio José a Dios!
¡Oh qué gozo en su pecho
porque vio José a Dios!

Loor al Profeta

(*Himnos, nro. 15*)

Al gran Profeta rindamos honores.
Fue ordenado por Cristo Jesús
a restaurar la verdad a los hombres
y entregar a los pueblos la luz.

CORO:
¡Loor al Profeta, subido al cielo!
Déspotas luchan en vano contra él,
y en el cielo está con el Padre.
Nunca la muerte le podrá vencer.

Le recordamos; murió como mártir.
Todo el mundo le honrará.
Por asesinos vertida, su sangre
por la justicia a Dios clamará.
CORO

Grande es su gloria; su nombre es eterno.
Siempre jamás él las llaves tendrá.
Justo y fiel, entrará en su reino
y entre profetas se le premiará.
CORO

Mundo, ¡alerta! en la lid de justicia;
todo delito se debe pagar.
Por sacrificios se dan bendiciones;
él conocido por miles será.
CORO

¡Oh, está todo bien!

(*Himnos*, nro. 17)

Santos, venid, sin miedo, sin temor,
mas con gozo andad.
Aunque cruel jornada esta es,
Dios nos da Su bondad.
Mejor nos es el procurar
afán inútil alejar,
y paz será el galardón.
¡Oh, está todo bien!

¿Por qué decís que es dura la porción?
Es error; no temáis.
¿Por qué pensáis ganar gran galardón,
si luchar evitáis?
Ceñid los lomos con valor;
jamás os puede Dios dejar,
y el refrán ya cantaréis:
¡Oh, está todo bien!

Hacia el sol, do Dios lo preparó,
buscaremos lugar
do, libres ya de miedo y dolor,
nos permitan morar.
Cantemos, sí, en alta voz;
dad glorias al Señor y Dios,
y sobre todo, el refrán:
¡Oh, está todo bien!

Aunque morir nos toque sin llegar
¡oh, qué gozo y paz!
Podremos ya, sin penas ni dolor,
con los justos morar.
Mas si la vida Dios nos da,
para vivir en paz allá,
alcemos alto el refrán:
¡Oh, está todo bien!

Qué firmes cimientos

(*Himnos*, nro. 40)

¡Qué firmes cimientos, oh santos de Dios,
tenéis por la fe en Su palabra de amor!
¿Qué más, pues, hará Cristo ya para vos,
si ya os promete, si ya os promete,
si ya os promete ser vuestro Defensor?

En vida o muerte, salud o dolor,
a ricos y pobres que tengan Su luz,
en mar o en tierra, en todo lugar,
de todo peligro, de todo peligro,
de todo peligro os libra Jesús.

“Pues ya no temáis, y escudo seré,
que soy vuestro Dios y socorro tendréis;
y fuerza y vida y paz os daré,
y salvos de males, y salvos de males,
y salvos de males vosotros seréis”.

Señor, te necesito

(*Himnos*, nro. 49)

Te necesito, sí,
bendito ser.
Ninguno como Tú
paz puede dar.

CORO:
Señor, te necesito;
sí, te necesito.
Bendícame, oh Cristo;
vendré a Tí.

Te necesito, sí,
consuelo das.
En mal, poder no hay
si Tú estás.

CORO

Te necesito, sí,
en mal o bien.
Conmigo a morar
oh pronto ven.
CORO

Te necesito, sí,
mi Salvador,
y Tuyo, por amor,
seré, Señor.
CORO

El amor del Salvador

(*Himnos*, nro. 57)

Tal como el sol
es el amor del Salvador.
Su luz penetra
nubes de dolor.
Alumbra nuestra
vía hacia Su hogar,
y en Su mansión
podremos descansar.

Nos habla Su
Espíritu al corazón;
es nuestro guía
en la aflicción.

Da esperanza
ante dudas y temor;
nos une a Dios
con lazos de amor.

Escucha, Padre,
nuestra humilde oración.
Te damos gracias
por la Redención.
Acataremos,
Dios, Tu sempiterna ley,
con gran amor
por Cristo, nuestro Rey.

Venid a Mí

(*Himnos*, nro. 61)

“Venid a mí”, mandó Jesús.
Andemos en divina luz;
solo así, por Su poder,
uno con Dios podemos ser.

“Seguidme hoy”, nos llama ya;
el gran Pastor consuelo da.
La paz será el galardón
de los de limpio corazón.

“Llevad mi yugo, y sabed
que soy humilde, y haced
lo que os mando y veréis
la gloria que recibiréis”.

“Dejad venir los niños a mí”.
Con gran amor mandó así,
y en Sus brazos los tomó
y bendiciones Él les dio.

¿Dónde hallo el solaz?

(*Himnos*, nro. 69)

¿Dónde hallo el solaz, dónde, el alivio
cuando mi llanto nadie puede calmar,
cuando muy triste estoy o enojado
y me aparto a meditar?

Cuando la pena es tal que languidezco,
cuando las causas busco de mi dolor,
¿dónde hallo a un ser que me consuele?
¿Quién puede comprender? Nuestro Señor.

Él siempre cerca está; me da Su mano.
En mi Getsemaní, es mi Salvador.
Él sabe dar la paz que tanto quiero.
Con gran bondad y amor me da valor.

Más santidad dame

(*Himnos*, nro. 71)

Más santidad dame,
más consagración;
más paciencia dame,
más resignación,
más rica esperanza,
más abnegación,
más celo en servirte,
con más oración.

Más gratitud dame,
más fe en el Señor,
más gozo en Su gloria,
más fuerza y valor.

Más lágrimas vierta
por lo que sufrió.
Más humildad quiero,
cual Cristo mostró.

Más íntegro hazme,
más triste al pecar,
más puro y limpio,
más pronto en amar,
más digno del reino,
más libre de error,
más justificado,
más como el Señor.

Yo sé que vive mi Señor

(*Himnos*, nro. 73)

Yo sé que vive mi Señor;
consuelo es poder saber
que vive aunque muerto fue
y siempre Su amor tendrá.
Él vive para bendecir,
y ante Dios por mí pedir.
Él vive para sustentar
y a mi alma alentar.

Él vive para sostener.
y con Su mano proteger.
Él vive para escuchar
y oídos a mis quejas dar.
Él vive para alentar
y mis angustias sosegar.
Él vive para ayudar
y a mi alma consolar.

Él vive, mi amigo fiel;
me ama para siempre Él.
Él vive y siempre cantaré:
Él vive, mi Señor y Rey.
Por Él la vida yo tendrá;
la muerte yo conquistaré.
Mi gran mansión preparará,
y viviré con Él allá.

Él vive, y yo lo honraré.
A Cristo siempre alabaré.
Gozoso, canto con fervor:
Yo sé que vive mi Señor.
Él vive, y yo lo honraré.
A Cristo siempre alabaré.
Gozoso, canto con fervor:
Yo sé que vive mi Señor.

¿Pensaste orar?

(*Himnos*, nro. 81)

¿Con fervor orar pensaste
al amanecer?
¿Suplicaste por la gracia
y amparo este día
en tu oración?

CORO:
¡Qué reposo al cansado
es la humilde oración!
Trae consuelo al herido,
paz al corazón.

¿Con fervor orar pensaste
al enfurecer?

¿No pediste, mi hermano,
que, al verte ofendido,
dieras el perdón?
CORO

¿Con fervor orar pensaste
al entristecer?
Cuando lleno de pesares,
¡a tu Dios le suplicaste
al amanecer?
CORO



Asombro me da

(Himnos, nro. 118)

Asombro me da el amor que me da Jesús.
Confuso estoy por Su gracia y por Su luz,
y tiemblo al ver que por mí Él Su vida dio;
por mí, tan indigno, Su sangre Él derramó.

CORO:

Cuán asombroso es que por amarme así
muriera Él por mí.
Cuán asombroso es lo que dio por mí.

Me cuesta entender que quisiera Jesús bajar
del trono divino para mi alma rescatar;
que Él extendiera perdón a tal pecador
y me redimiera y diera Su gran amor.

CORO

Comprendo que Él en la cruz se dejó clavar.
Pagó mi rescate; no lo podré olvidar.
Por siempre jamás al Señor agradeceré;
mi vida y cuanto yo tengo a Él daré.

CORO

Señor, yo te seguiré

(Himnos, nro. 138)

Quiero amarte, Salvador,
y por Tu senda caminar,
recibir de Ti la fuerza
para a otro levantar.
Quiero amarte, Salvador;
Señor, yo te seguiré.

Yo a nadie juzgaré;
es imperfecto mi entender;
en el corazón se esconden
penas que no puedo ver.
Yo a nadie juzgaré;
Señor, yo te seguiré.

Quiero a mi hermano dar,
sinceramente y con bondad,
el consuelo que ahora
y aliviar su soledad.

Quiero a mi hermano dar;
Señor, yo te seguiré.

Quiero yo amar a todos,
pues yo tengo Tu amor
Mi deseo es servirte;
pido que me des valor.
Quiero amar a los demás;
Señor, yo te seguiré.

¿En el mundo he hecho bien?

(Himnos, nro. 141)

¿En el mundo acaso he hecho hoy
a alguno favor o bien?
¿Le he hecho sentir que es bueno vivir?
¿He dado a él sostén?
¿He hecho ligera la carga de él
porque un alivio le di?
¿O acaso al pobre logré ayudar?
¿Mis bienes con él compartí?

CORO:

¡Alerta! Y haz algo más
que soñar de celeste mansión.

Por el bien que hacemos paz siempre
tendremos,
y gozo y gran bendición.

Por doquier se nos da oportunidad
de servir y amor brindar.
No la dejes pasar; ya debes actuar.
Haz algo sin demorar.
Es noble y grande a otros servir;
hay mérito en trabajar.
Solo el que trabaja se siente feliz,
y Dios le recompensará.

CORO

Haz tú lo justo

(*Himnos*, nro. 154)

Haz tú lo justo. Raya el alba;
luz y justicia de nuevo se ven.
Ángeles toman, arriba, en cuenta
todos los hechos; oh haz tú el bien.

CORO:
Haz tú lo justo por más que te cueste.
Lucha sin tregua fielmente también,
y con buen ánimo busca lo bueno.
Dios te protegerá; haz tú el bien.

Haz tú lo justo. Caen los grillos;

nuestras cadenas ya sueltas estén.
Rotas por fe, cesarán de dañarnos.
Vence la luz al mal; haz tú el bien.
CORO

Haz tú lo justo, siempre sin miedo.
Ama al Salvador; Él da sostén.
Él da consuelo al triste que llora.
Él te bendecirá; haz tú el bien.
CORO

Los jóvenes santos de Sion

(*Liahona*, abril de 2000, pág. 24)

Los jóvenes santos de Sion
y de valiente corazón,
con promesas resplandecientes,
todos resueltos a luchar
sobre un noble pasado,
buen futuro lograr.
Aceptamos el desafío,
luchamos por la verdad.

La verdad y sus valores
grabados en el corazón,
obedeciendo y escuchando
podremos cada vez vencer.

La maldad vencida será,
pecado no habrá.
Con fe confiamos en nuestro Señor,
Él paz y gozo nos dará.

Las pruebas y los temores
no nos harán desmayar,
servimos a una noble causa,
verdad, amor compartir.
Y cantamos siempre sin cesar,
jalegre son triunfal!
Los jóvenes santos de Sion
alegres y puros son.

A donde me mandes iré

(*Himnos*, nro. 175)

Quizás no tenga yo que cruzar
montañas ni ancho mar;
quizás no sea a lucha cruel
que Cristo me quiera enviar.
Mas si Él me llama a sendas que
yo nunca caminé,
confiando en Él, le diré: Señor,
a donde me mandes, iré.

CORO:
A donde me mandes iré, Señor,
a montañas o islas del mar.
Diré lo que quieras que diga, Señor,
y lo que Tú quieras, seré.

Habrá palabras de fe y paz
que me mande el Señor decir;
yo sé que en sendas de la maldad
hay seres que redimir.

Señor, si Túquieres mi guía ser,
la senda seguiré;
Tu bello mensaje podré anunciar,
y lo que me mandes diré.
CORO

Habrá quizás algún lugar,
en viñas de mi Señor,
en donde pueda con fe servir
a Cristo mi Salvador.
Y siempre confiando en Su bondad,
Sus dones recibiré.
Alegre, haré Su voluntad,
y lo que me mande, seré.
CORO

Al leer las Escrituras

(Himnos, nro. 180)

Al leer las Escrituras,
Padre, Dios de todo ser,
dame luz y entendimiento,
pues yo quiero aprender.

Al leer las Escrituras,
ruego que mi alma, Dios,
pueda comprender tus vías,
pueda conocer Tu voz.

Al leer las Escrituras,
hazme ver Tu compasión.
Tranquiliza, Dios, mi alma;
dame paz en la aflicción.

Al leer las Escrituras,
puedo entender Tu ley.
Si yo sigo Tus preceptos,
vida eterna lograré.

Las familias pueden ser eternas

(Himnos, nro. 195)

Una familia Dios me dio;
la amo de verdad,
y yo con ella quiero estar por la eternidad.

CORO:
Eternas pueden ser las familias
por el divino plan.
Yo quiero heredar el celestial hogar

con la mía por la eternidad,
por toda la eternidad.

Quiero esforzarme desde hoy
por ser digno ante Dios
para hacer convenios en el templo del Señor.
CORO

Soy un hijo de Dios

(Himnos, nro. 196)

Soy un hijo de Dios;
Él me envió aquí.
Me ha dado un hogar
y padres buenos para mí.

CORO:
Guíenme; enséñenme
la senda a seguir
para que algún día yo
con Él pueda vivir.

Soy un hijo de Dios;

me deben ayudar
a entender Su voluntad;
no puedo demorar.
CORO

Soy un hijo de Dios;
Él me bendecirá.
Yo obedeceré Su ley;
haré Su voluntad.
CORO

Dios vive

(Himnos, nro. 199)

Dios vive y sé que es mi Padre Celestial,
y el Espíritu me dice que esto es verdad;
me dice que es verdad.

Al mundo me mandó a obedecer por fe,
y el Espíritu me testifica que podré;
me dice que podré.

Hazme andar en la luz

(*Himnos*, nro. 198)

Hazme en la luz de Su amor caminar.
Muéstrame cómo a mi Padre orar.
Quiero vivir como dijo Jesús.
Dime cómo andar en la luz.

Ven, pequeñito, y juntos los dos
aprenderemos las leyes de Dios

para volver a vivir con Jesús,
para siempre andar en la luz.

Padre, las gracias queremos rendir,
pues nos enseñas la senda a seguir.
A Ti loores cantamos, oh Dios.
Juntos vamos a andar en la luz.

Amad a otros

(*Himnos*, nro. 203)

Como os he amado,
amad a otros.
Un nuevo mandamiento,
amad a otros.
Por esto sabrán que
sois discípulos míos,
si os amáis
unos a otros.

Sirvamos unidas/Llevaremos Su verdad al mundo

Mujeres Jóvenes

Sirvamos unidas, pues somos hermanas;
que Dios nos bendiga en nuestra labor.

Edificaremos Su reino en la tierra
brindando servicio con sincero amor.

Hombres Jóvenes

De buenos padres que aman a Dios
nosotros como Nefi pudimos nacer,
y nos enseñan a comprender
que a Dios debemos obedecer.

Como el ejército de Helamán,
debemos obedecer.
Seremos misioneros del Señor
llevando al mundo Su verdad.

Hombres Jóvenes y Mujeres Jóvenes cantan al mismo tiempo:

Mujeres Jóvenes

Sirvamos unidas, pues somos hermanas;
que Dios nos bendiga en nuestra labor.
Edificaremos Su reino en la tierra
brindando servicio con sincero amor.

Hombres Jóvenes

De buenos padres que aman a Dios
nosotros como Nefi pudimos nacer,
y nos enseñan a comprender
que a Dios debemos obedecer.

Juntos al unísono

Como el ejército de Helamán,
debemos obedecer.
Seremos misioneros del Señor
llevando al mundo Su verdad.
llevando al mundo Su verdad.



DIARIO PERSONAL

















AMIGOS QUE RECORDARÉ

“Los amigos de verdad comparten el Evangelio [...]. No existe ningún vínculo más fuerte [...] que un amigo le pueda ofrecer a otro”.

(Jeffrey R. Holland, "Real Friendship", *New Era*, junio de 1998, pág. 66)

PREGUNTAS

¿Cuáles son algunas de las preguntas que te has hecho durante esta semana? Tómate unos minutos para escribirlas aquí. Cuando tengas la oportunidad, haz las preguntas a tus padres, a un líder de Hombres Jóvenes o Mujeres Jóvenes, o a tu obispo o presidente de rama.



JUEGOS PARA USAR DURANTE EL ALMUERZO O EN MOMENTOS DE DESCANSO

ZAP (JUEGO DE NOMBRES)

Los jugadores se paran en un círculo con un participante en el medio. El participante del medio señala a alguien del círculo y dice “¡ZAP!”. La persona a la que le dicen ZAP y los jugadores que están a ambos lados de esa persona se miran entre ellos y dicen el nombre del otro lo más rápido posible. El último en decir el nombre del otro queda eliminado.

MEDUSA

Los jugadores están de pie en un círculo estrecho mirando al suelo. Entonces todos dicen juntos: “¡Uga buga, uga buga, uga buga, MIRA!”. Cuando dicen “¡MIRA！”, todos levantan la vista hacia otra persona del círculo (la miran a los ojos). Si dos personas se miran mutuamente, ambas están fuera y el círculo se hace más pequeño. Después de levantar la vista, nadie puede cambiar a quién miran. El no mirar a nadie también va en contra de las reglas. Las últimas dos personas en el juego ganan.

TACO DE POLLO

Los jugadores forman un círculo y eligen a una persona para comenzar el juego. Todos los participantes mantienen un ritmo constante; para ello, alternan entre aplausos y palmadas en las piernas. En el sentido de las agujas del reloj, por turnos y siguiendo el ritmo, cada persona dice una palabra de la siguiente oración: “Taco de pollo taco de pollo bum”. Los jugadores continúan repitiendo inmediatamente la oración, y en cada repetición agregan otro “bum” al final. Si un jugador no agrega la palabra correcta o pierde el ritmo, esa persona está fuera y el juego se restablece a la oración original. El ritmo se acelerará naturalmente a medida que el juego continúe, aumentando la dificultad. Gana el último jugador que quede de pie.

PTERODÁCTILO

Los jugadores forman un círculo y eligen a alguien para comenzar la ronda. La persona que comienza se dirige al jugador que está a su izquierda y sin mostrar los dientes, dice: “Pterodáctilo” de la forma más animada que deseen.

Ese jugador hará entonces lo mismo con el jugador que está a su izquierda, y así continúa alrededor del círculo hasta que alguien muestre los dientes. Un jugador puede cambiar la dirección del “Pterodáctilo” si chillar en voz alta a la persona que le dijo “Pterodáctilo”. Si alguien del círculo muestra los dientes en algún momento durante el juego, queda fuera. Gana el último jugador que quede.

Las variaciones de este juego son las siguientes:

Variación 1: Decir “Zip” y “Bong” en lugar de “Pterodáctilo” y de chillar. Si alguien dice “Zip”, se mantiene el juego en la dirección actual alrededor del círculo. Si alguien dice “Bong”, se cambia la dirección del juego.

Variación 2: Todos los jugadores giran alrededor del círculo y escogen un nombre de fruta para utilizarlo durante el juego. La persona que empieza dice el nombre de la fruta de otro jugador en lugar de “Pterodáctilo”. La persona cuya fruta haya sido mencionada será el siguiente jugador.

ESTE JUEGO ES MUY DIVERTIDO

Formen un círculo de pie y tómense de las manos con las personas que estén a su lado. Mientras que todos los participantes balancean los brazos hacia delante y hacia atrás, cantan juntos: “Nos estamos divirtiendo mucho” una y otra vez. Si alguien sonríe, queda fuera y el juego continúa. Gana el último en sonreír.

GOLPECITO

Los jugadores forman un círculo recostados boca abajo con la cabeza hacia adentro del círculo. Todos los participantes colocan los codos y las manos en el suelo, cruzando el brazo derecho sobre el brazo izquierdo de la persona que está la derecha. Se debería formar un círculo de manos en el medio. Elijan a alguien para comenzar; dicha persona dará un golpecito en el suelo con las manos una sola vez. Después, la siguiente da un golpecito en el suelo y así continúa el juego alrededor del círculo. Un golpecito significa que el juego gira en la misma dirección, pero dos golpecitos cambian la dirección. Si alguien se olvida de hacer el golpecito o lo hace cuando no es su turno, deberá retirar una mano del círculo. Si un jugador retira ambas manos del juego, queda fuera. Gana la última persona que queda con una mano en el círculo.

IMITADOR

Formen un círculo de pie, escojan a alguien para que sea el adivinador y pídanle que se ponga de pie en medio del círculo con los ojos cerrados. El resto del grupo escoge en silencio a alguien para que sea el imitador. El imitador comienza a hacer cualquier acción sencilla (saltar, saludar, darse palmaditas en la cabeza, etc.) y todos en el círculo se suman, repitiendo la acción. Una vez que

todos siguen al imitador, el adivinador abre los ojos y trata de descubrir quién es el imitador. El imitador cambia continuamente la acción y todos los demás lo siguen de inmediato. El adivinador solo tiene tres oportunidades para descubrir quién es el imitador. Una vez que el adivinador encuentra al imitador o una vez que se le acaben las oportunidades para descubrirlo, comienza un nuevo juego en el que se escoge a diferentes personas para que sean el siguiente adivinador e imitador.

PASE DE BOTELLA DE AGUA

Los jugadores forman un círculo con una persona que sostiene una botella de agua desechable llena. La persona que tiene la botella de agua la lanza (por debajo del nivel de los hombros) a otra persona del círculo. La persona que va a atrapar la botella de agua debe aplaudir una vez antes de atraparla. Si alguien aplaude sin tomar la botella de agua o atrapa la botella de agua sin aplaudir, queda fuera del juego. Gana el último en quedar fuera. Variación: La persona que va a lanzar la botella de agua dice el nombre de la persona que tiene la intención de atraparla.

ELECTRICIDAD

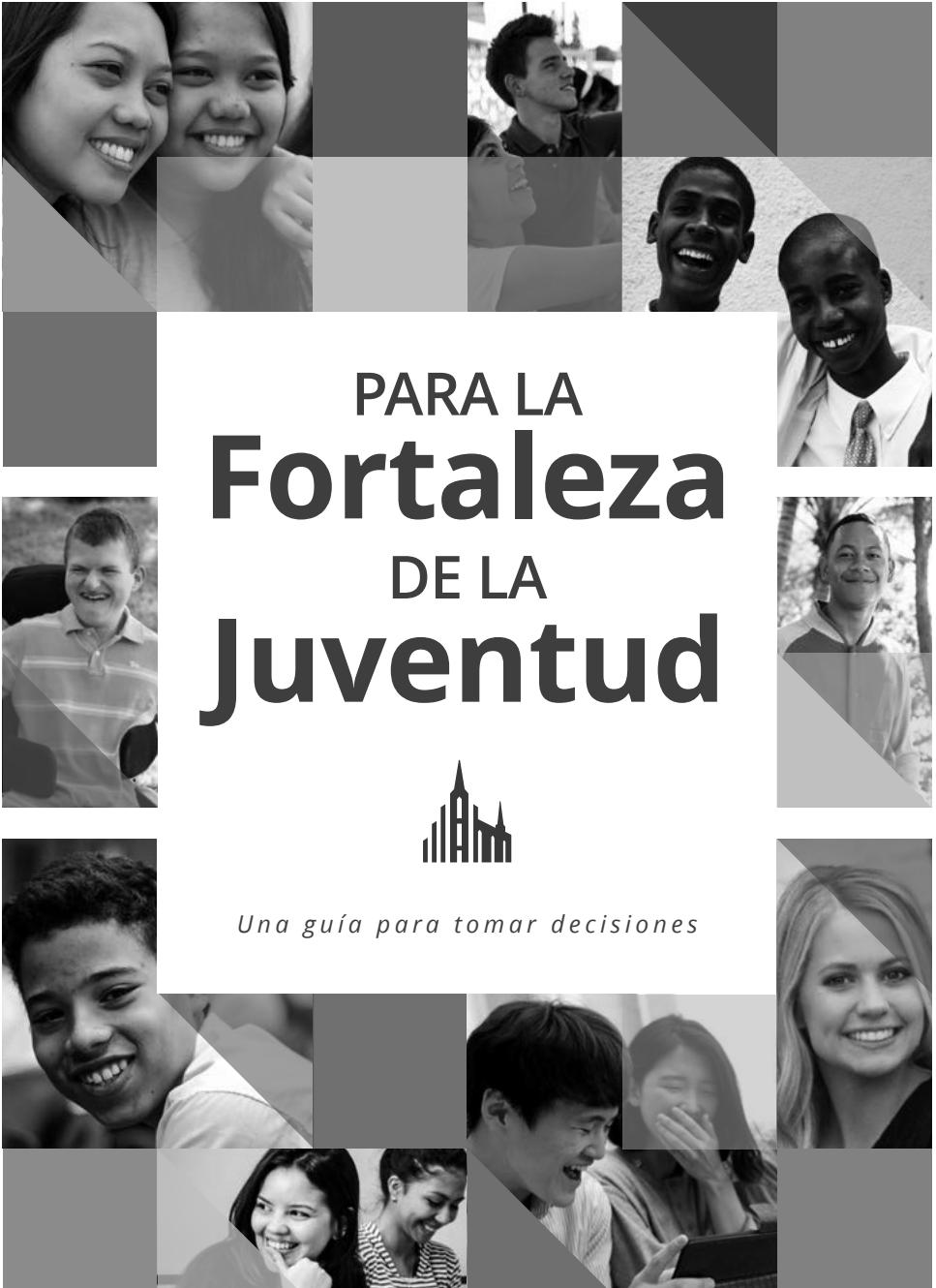
Los jugadores se paran en dos filas paralelas y eligen a una persona para que se ponga de pie al final de las filas a fin de oficiar el juego. Cuando la persona que oficia el juego exclama “Ya”, las filas se “pasan la electricidad” y aprietan mano de la persona que está a su lado, comenzando por el extremo opuesto al de la persona que oficia. Una vez que a la persona del final de cada fila se le apriete la mano, esta deberá chocar los cinco con la persona que oficia o deberá tomar su botella de agua. Gana la fila que primero choque los cinco con la persona que oficia primero.

INTERCAMBIO MISIONAL

Los jugadores forman un círculo grande y eligen a alguien para que sea el que persigue y alguien para que corra. Ambos están en medio del círculo, mientras los demás se agrupan de a dos y entrelazan los brazos, dejando algo de espacio entre cada grupo de compañeros. La persona que está siendo perseguida corre hacia uno de los grupos y se une por un lado para formar un nuevo grupo y expulsar a la otra persona del grupo. La persona que ahora está sola se convierte en el nuevo objetivo del que persigue y debe correr alrededor o a través del círculo para unirse a otro grupo. La persona que es parte de un grupo está a salvo de ser alcanzada (atrapada por el que persigue). Una vez que el que persigue alcanza a alguien, esa persona se convierte en la nueva persona que persigue y debe tratar de alcanzar a la persona que perseguía antes, que corre para unirse a un grupo.

SEÑAS

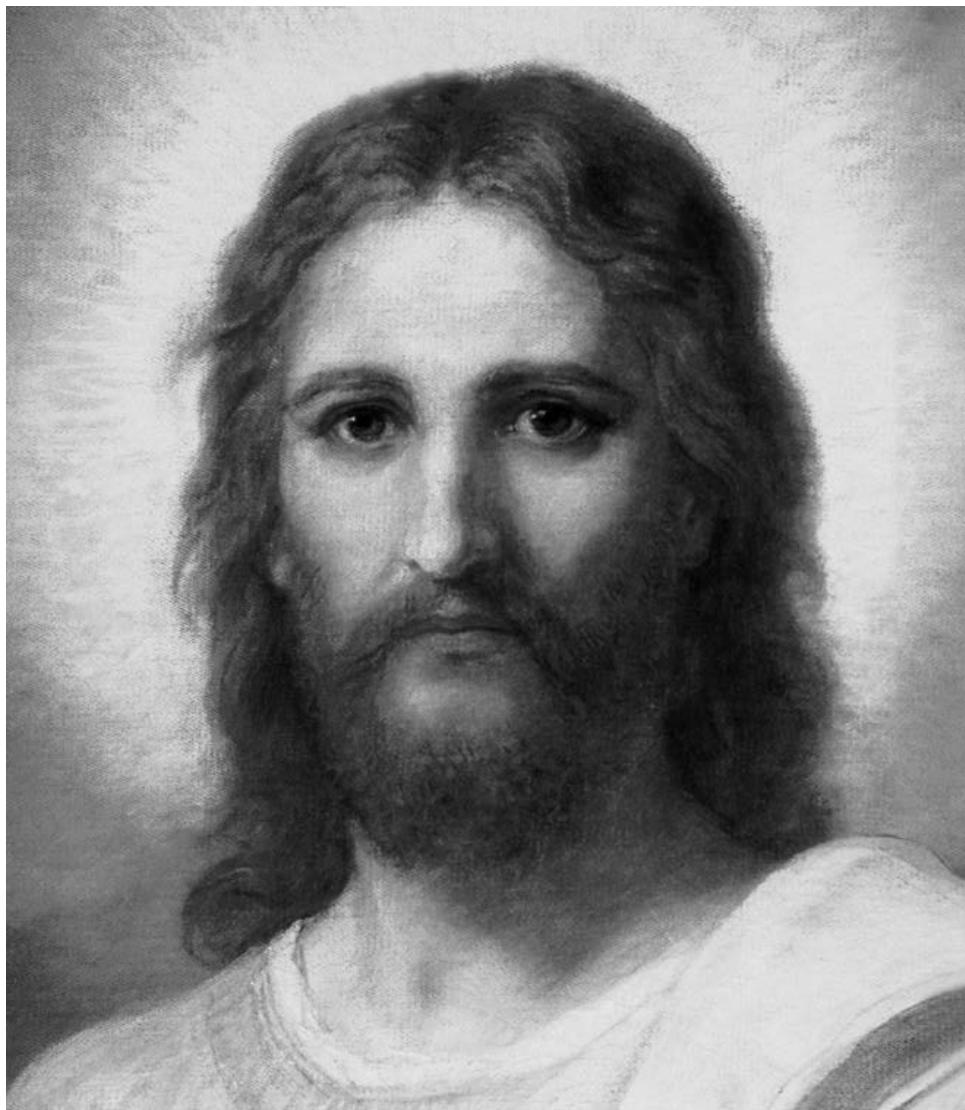
Los jugadores forman un círculo y eligen a alguien que se coloca de pie en el medio para hacer de adivinador. Cada persona del círculo escoge una seña sencilla (como un tirón de orejas, el signo de paz con la mano, un guiño, alzar los brazos arriba de la cabeza, etc.). El adivinador cierra los ojos y se designa a alguien del círculo para que sea el primer emisor. El primer emisor hace su propia seña y, luego, pasa la seña a otra persona haciendo su seña. El destinatario hace su propia seña para recibirla y continúa enviándola a otra persona del círculo. Una vez que la seña se ha pasado un par de veces, el adivinador abre los ojos y trata de encontrar y marcar a la persona que tenga la seña antes de enviarla y que se reciba. Sin embargo, si la seña se envía, pero no se recibe, el emisor seguirá en posesión de la seña. Una vez que el adivinador identifica a la persona con la seña, cambian de lugar y comienza otra ronda. Este juego también se puede jugar diciendo nombres al mismo tiempo que se hacen las señas.



PARA LA **Fortaleza** DE LA **Juventud**



Una guía para tomar decisiones



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

© 2023 por Intellectual Reserve, Inc.
Todos los derechos reservados.
Versión: 5/21
Traducción de *For the Strength of Youth: A Guide to Making Choices*
Spanish
PD60013160 002
Impreso en los Estados Unidos de América



Índice

Mensaje de la Primera Presidencia	2
Toma decisiones inspiradas.	4
Jesucristo te ayudará.	6
Ama a Dios y ama a tu prójimo.	10
Camina en la luz de Dios	16
Tu cuerpo es sagrado	22
La verdad te hará libre	30
Encuentra gozo en Cristo.....	34
Apéndice	36
¿Y qué hay acerca de... ?.....	40

Mensaje de la Primera Presidencia

Nuestros queridos jóvenes hermanos y hermanas:

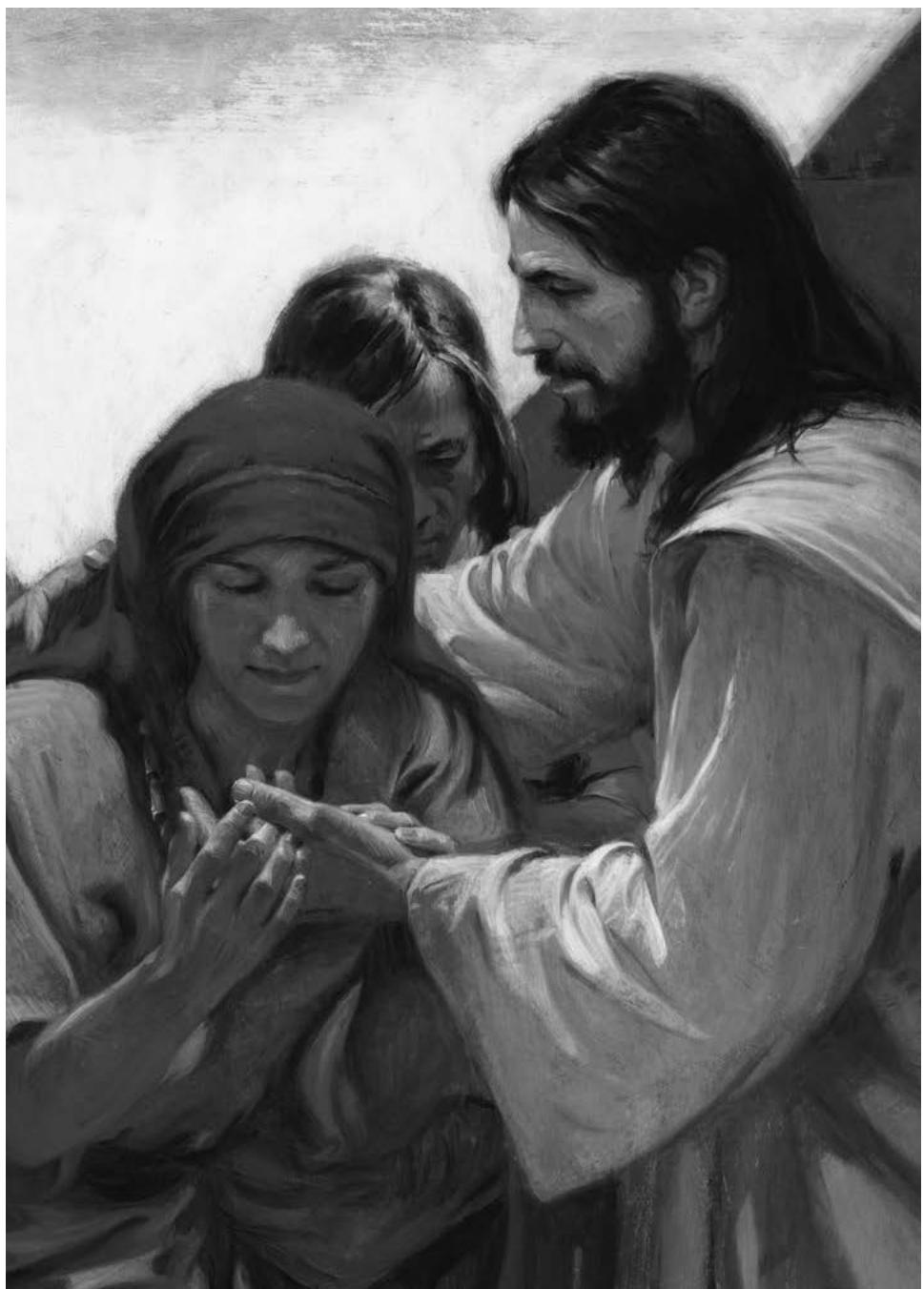
Les amamos y tenemos confianza en ustedes. Ustedes realmente están entre los espíritus escogidos por el Padre Celestial, enviados a la tierra en este momento para hacer cosas importantes.

Puede haber momentos en los que no se sientan fuertes o capaces, eso es normal. Especialmente en esos momentos, acudan al Salvador; Él es la “fortaleza de la Juventud”.

Esta guía les ayudará a edificar una base sólida para tomar decisiones que les permitan permanecer en la senda de los convenios. Les ayudará a prepararse para hacer convenios sagrados en el templo, a prepararse para servir en una misión y hallar gozo en seguir a Jesucristo durante toda la vida. Esperamos que sientan que pertenecen a la Iglesia del Salvador y que cuentan con el poder de Él para cumplir Sus propósitos para ustedes.

Sabemos que Dios vive. Es nuestra oración que se mantengan firmes en la senda de los convenios que conduce de regreso a su Padre Celestial. Al hacerlo, serán una influencia para el bien, compartiendo el Evangelio con gozo y preparando al mundo para la segunda venida del Salvador.

La Primera Presidencia



Toma decisiones inspiradas

En *Para la Fortaleza de la Juventud* encontrarás las enseñanzas de Jesucristo y Sus profetas. Con estas verdades como guía, puedes tomar decisiones inspiradas que te bendecirán ahora y por toda la eternidad.

Jesucristo es la senda hacia el gozo eterno. Al usar tu libertad para elegir seguir a Jesucristo, estás en la senda que conduce a la felicidad eterna. Haz de Jesucristo tu norma, tu firme cimiento. Edifica tu vida sobre Sus enseñanzas y evalúa tus decisiones basándote en ellas. Los convenios que haces en el bautismo, durante la Santa Cena y en el templo son los bloques de construcción de tu cimiento firme en Cristo. Seguirás afrontando dificultades y tentaciones, pero el Padre Celestial y el Salvador te ayudarán a superarlas.

Eres un amado hijo espiritual de Dios. Su gran plan de felicidad hace posible que crezcas espiritualmente y desarrolles tu potencial divino. Esa es la razón por la que envió a Jesucristo para que fuera tu Salvador.

Tu Padre Celestial confía en ti. Él te ha dado grandes bendiciones, incluso la plenitud del Evangelio y las ordenanzas y convenios sagrados que te unen a Él y traen Su poder a tu vida. Con esas bendiciones viene una responsabilidad adicional. Él sabe que puedes marcar la diferencia en el mundo, y eso requiere, en muchos casos, ser diferente del mundo. Busca la guía de tu Padre Celestial cuando tomes decisiones, Él te bendecirá con inspiración por medio del Espíritu Santo.

El propósito de *Para la Fortaleza de la Juventud* no es darte un "sí" o un "no" sobre cada posible elección que puedas afrontar. En lugar de eso, el Señor te invita a vivir de una manera más elevada y santa, a Su manera. Esta guía te enseña acerca de Su manera, te explica las

verdades que Él ha revelado. Haz que esas verdades sean tu guía para tomar decisiones, tanto decisiones importantes —hacer convenios en el templo y servir en una misión— como decisiones cotidianas —la forma de tratar a las personas o de emplear tu tiempo—.

Aunque otros pueden ayudarte, tu crecimiento espiritual es personal; es algo entre tú y el Señor. Él conoce tu corazón y solo Él puede ser el Juez Supremo. Haz todo lo posible por mejorar cada día, guarda los mandamientos de Dios y honra tus convenios, y ayuda a otros a acercarse al Salvador.

Véanse **Mosíah 4:29-30** (*las maneras de pecar son numerosas, debemos cuidarnos a nosotros mismos*); **Helamán 5:12** (*establece tu fundamento en Cristo*); **Doctrina y Convenios 45:57** (*que el Espíritu Santo sea tu guía*); **82:15** (*únete al Señor por medio de los convenios*).

Cómo está organizada esta guía

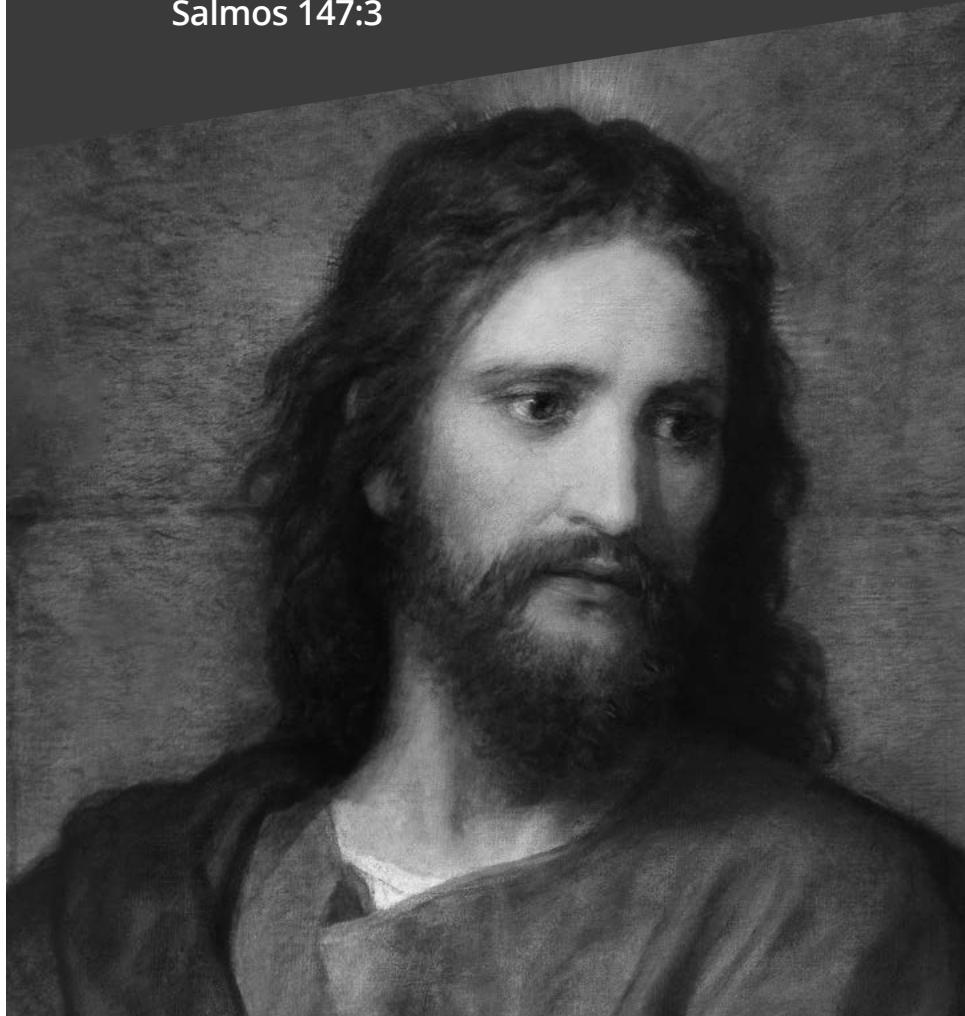
Cada tema consta de tres partes:

1. **Verdades eternas** o doctrina del evangelio restaurado de Jesucristo
2. **Invitaciones** a actuar de conformidad con dichas verdades
3. **Bendiciones prometidas** que el Señor ofrece a los que viven según Sus enseñanzas



Jesucristo te ayudará

Salmos 147:3



Jesucristo es tu fortaleza. Él ha hecho todo lo necesario para que tengas gozo en esta vida y para siempre. Al elegirlo a Él y a Su evangelio, estás eligiendo el gozo eterno.

Aun cuando procures hacer todo lo posible por tomar buenas decisiones, a veces cometerás errores. Harás cosas que desearías no haber hecho, a todo el mundo le ocurre. Cuando eso sucede, es fácil sentirte desanimado o preguntarte si alguna vez serás lo suficientemente bueno. ¡Pero hay buenas, maravillosas y esperanzadoras noticias al respecto! Debido a que Dios te ama, envió a Su Hijo, Jesucristo, quien tomó sobre Sí tus pecados para que puedas arrepentirte y seguir progresando.



VERDADES ETERNAS

Jesucristo puede fortalecerte. Él puede ayudarte a cambiar tus deseos, tus pensamientos y tus acciones. Cuando estés preocupado, temeroso o tengas dificultades de cualquier tipo, Él te consolará; te ayudará en todos los aspectos de tu vida.

El arrepentimiento no es un castigo por el pecado, es la manera en que el Salvador nos libera del pecado. Arrepentirse significa cambiar: alejarse del pecado y volvemos a Dios. Significa mejorar y recibir el perdón. Este tipo de cambio no ocurre de una sola vez, es un proceso continuo.

INVITACIONES

Arrepiéntete. Acude al Señor con el deseo de mejorar. Cuando hayas hecho algo mal, admítelo honestamente ante Dios y, si es necesario, ante tu obispo y cualquier persona a la que hayas podido perjudicar; esfuérzate por arreglar las cosas.

Regocíjate por el don de actuar mejor y ser mejor. Aunque no sea fácil y te lleve más tiempo del que te gustaría, nunca dejes de intentarlo. Sigue esforzándote y confiando en el Señor. El Salvador te ayudará en cada paso del camino.

BENDICIONES PROMETIDAS

Jesucristo te perdonará y sanará a medida que te arrepientes.

Él reemplazará tu culpa con paz y gozo, no recordará más tus pecados. Con Su fortaleza, tu deseo de guardar los mandamientos se intensificará.

Él cambiará tu corazón y tu vida. Poco a poco, crecerás y llegarás a ser más como Él. Tu conexión con Él mediante el convenio te dará un mayor acceso a Su poder.

PREGUNTAS Y RESPUESTAS

¿Cómo sé si Dios me ha perdonado? Dios promete que perdonará a quienes se arrepientan. Cuando sientas el consuelo del Espíritu, puedes saber que el poder expiatorio del Salvador está actuando en tu vida.



¿Cuándo necesito la ayuda del obispo para arrepentirme? Tu obispo posee llaves del sacerdocio y dones espirituales para ayudarte a arrepentirte. Puedes solicitar su ayuda y consejo en cualquier momento. Si has cometido errores graves, como quebrantar la ley de castidad, reúnete con tu obispo. Él no te va a condenar. Él es un representante de Jesucristo y te ayudará a saber cómo arrepentirte plenamente y recibir el poder sanador y fortalecedor del Salvador.

Estoy tratando de arrepentirme, pero sigo cometiendo los mismos errores. ¿Qué debo hacer? Lleva tiempo desarrollar buenos hábitos y romper los malos, así que no te des por vencido. Vuélvete hacia Cristo, Su gracia es suficiente. Inténtalo de nuevo. Jamás estás solo en tus esfuerzos por progresar, Jesucristo está siempre contigo.



Véanse **Enós 1:6** (*la culpa se puede expurgar*); **Mosáh 4:3** (*por medio del Espíritu Santo, Dios te hace saber que estás perdonado*); **26:30** (*el Salvador perdona todas las veces que nos arrepentimos*); **Éter 12:27** (*la gracia del Salvador puede hacer que las cosas débiles se vuelvan fuertes*); **Moroni 6:8** (*los que se arrepienten son perdonados*); **10:32** (*ser perfeccionados en Cristo*); **Doctrina y Convenios 1:32** (*el Señor perdona a los que se arrepienten*); **58:42–43** (*el arrepentimiento incluye la confesión y el abandono del pecado*).



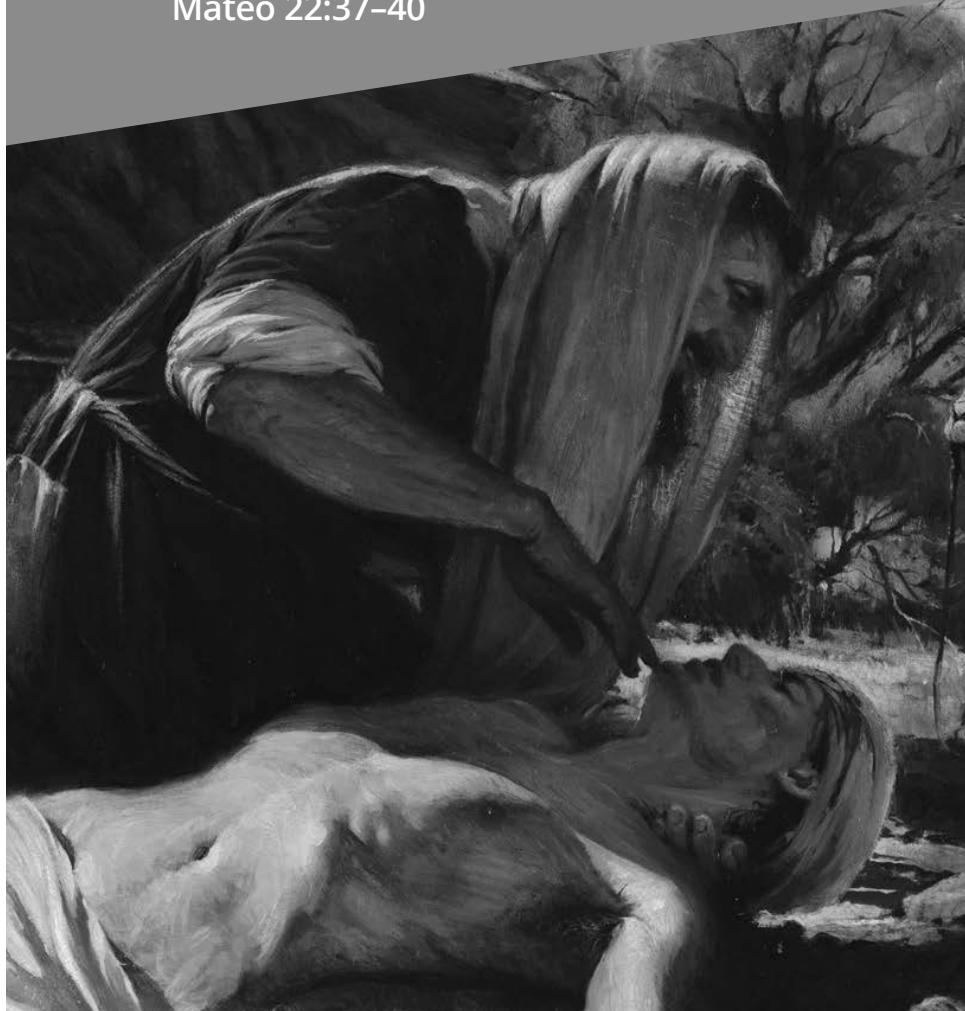
PREGUNTAS PARA LA RECOMENDACIÓN DEL TEMPLO

¿Tienes fe en Dios el Eterno Padre, en Su Hijo Jesucristo y en el Espíritu Santo, y tienes un testimonio de Ellos?

¿Tienes un testimonio de la expiación de Jesucristo y de la función que Él tiene como tu Salvador y Redentor?

Ama a Dios y ama a tu prójimo

Mateo 22:37–40



Dios da mandamientos para ayudarte a tomar buenas decisiones. Lo hace porque te ama, y el mejor motivo para obedecer los mandamientos de Dios es que tú lo amas a Él. El amor es la esencia de los mandamientos de Dios.



VERDADES ETERNAS

Dios te ama. Él es tu Padre, Su amor perfecto puede inspirarte a amarlo a Él. Cuando tu amor por el Padre Celestial es la influencia más importante en tu vida, muchas decisiones se vuelven más fáciles.

Jesús enseñó que los dos grandes mandamientos son amar a Dios y a tu prójimo. ¿Y quién es tu prójimo? ¡Todos! Todo lo demás que enseñan las Escrituras y los profetas está relacionado con estos dos mandamientos.

Todas las personas son tus hermanos y hermanas. Esto incluye, por supuesto, a las personas que son diferentes a ti o que no están de acuerdo contigo. El Padre Celestial quiere que Sus hijos se amen los unos a los otros. Cuando sirves a Sus hijos, le estás sirviendo a Él.

INVITACIONES

Muestra amor por Dios al guardar Sus mandamientos. Por ejemplo, al santificar el día de reposo, incluyendo el prepararte para participar de la Santa Cena y tomarla con fe, muestras a Dios que estás dispuesto a dedicarle un día a la semana. Al ayunar y pagar los diezmos y las ofrendas, muestras a Dios que Su obra es más importante para ti que las cosas materiales. Cuando usas los

nombres de Dios y de Cristo con reverencia, nunca de forma vana o casual, demuestras que estás agradecido por todo lo Ellos que han hecho por ti.



Trata a todos como hijos de Dios. Como discípulo de Jesucristo, puedes tomar la iniciativa y tratar a las personas de todas las razas, religiones y de cualquier otro grupo con amor, respeto e inclusión, especialmente a aquellos que a veces son víctimas de palabras y acciones dañinas. Tiende la mano a los que se sientan solos, aislados o desamparados; ayúdalos a sentir el amor del Padre Celestial a través de ti.

Asegúrate de que tu lenguaje refleje amor a Dios y a los demás, ya sea que te comuniques en persona o de manera virtual. Di cosas que eleven, nada que pueda causar división, herir u ofender, ni siquiera en broma. Tus palabras pueden ser poderosas, permite que sean poderosas para bien.

El amar a todos los hijos de Dios comienza en el hogar. Haz tu parte para que tu hogar sea un lugar donde todos puedan sentir el amor del Salvador.

BENDICIONES PROMETIDAS

Tu relación con Dios será más profunda a medida que expreses tu amor al obedecer Sus mandamientos y guardar tus convenios con Él.

Tu relación con los demás será más profunda a medida que expreses tu amor por medio del servicio cristiano. Encontrarás gozo al hacer del mundo un lugar más amoroso.

PREGUNTAS Y RESPUESTAS



¿Cómo puedo sentir el amor de Dios? El amor del Padre Celestial siempre está disponible. Habla con Él a menudo mediante la oración, comparte con Él tus sentimientos y escucha las impresiones que recibas. Lee Sus palabras en las Escrituras. Piensa en todo lo que Él ha hecho por ti. Pasa más tiempo en lugares y actividades donde Su Espíritu esté presente.

¿Espera el Señor que yo ame a todos, incluso a los que me tratan mal? El Señor espera que ames a tus enemigos y que ores por los que te tratan mal; sin embargo, eso no significa que debas permanecer en una situación que te cause daño emocional, físico o espiritual. Establece límites saludables para mantenerte a salvo. Si te acosan o abusan de ti, o si sabes que esto le ocurre a otra persona, habla con un adulto de confianza.

¿Cuándo y cómo debo conocer a miembros del sexo opuesto? La mejor forma de conocer a los demás es por medio de una amistad genuina. Mientras seas joven, entabla buenas amistades con muchas personas. En algunas culturas, los jóvenes llegan a conocer a miembros del sexo opuesto a través de actividades sanas en grupo. Para tu desarrollo emocional y espiritual y para tu seguridad, las actividades en pareja deben posponerse hasta que seas maduro; la edad de 16 años es una buena pauta. Pide consejo a tus padres y líderes. Reserva las relaciones exclusivas para cuando seas más mayor. Pasa tiempo con aquellos que te ayuden a cumplir tus compromisos con Jesucristo.

¿Qué puedo hacer si mi hogar no es un lugar de amor? Tu Salvador conoce tu situación y te ama. Sé paciente, continúa guardando los mandamientos de Dios y sé un buen ejemplo para tu familia.

Establece relaciones con tu familia del barrio. Prepárate ahora para edificar tu propia familia basada en las enseñanzas de Jesucristo.

Véanse **Isaías 58:3-11** (*propósitos del ayuno*); **58:13-14** (*bendiciones de honrar el día de reposo*); **Malaquías 3:8-10** (*bendiciones de pagar el diezmo*); **Lucas 6:27-28** (*amar a tus enemigos*); **10:25-37** (*¿quién es mi prójimo?*); **Juan 3:16-17** (*Dios tanto nos amó que mandó a Su Hijo*); **14:15** (*guardamos los mandamientos porque amamos a Dios*); **1 Juan 4:19** (*amamos a Dios porque Él nos ama a nosotros*); **Mosíah 2:17** (*cuando servimos al prójimo, estamos sirviendo a Dios*).



PREGUNTAS PARA LA RECOMENDACIÓN DEL TEMPLO

¿Sigues las enseñanzas de la Iglesia de Jesucristo en tu comportamiento para con los miembros de tu familia y otras personas tanto en privado como en público?

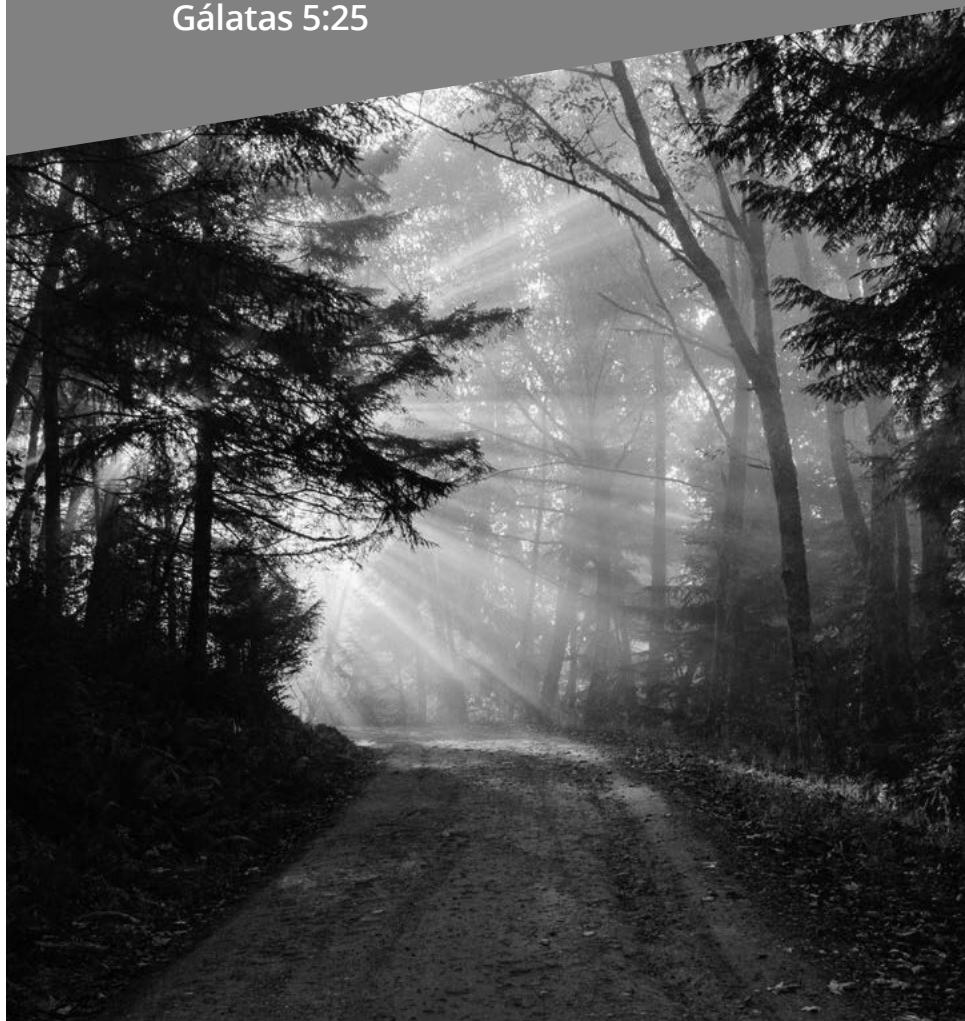
¿Te esfuerzas por santificar el día de reposo tanto en tu casa como en la Iglesia, asistir a las reuniones, prepararte para participar dignamente de la Santa Cena y vivir en armonía con las leyes y los mandamientos del Evangelio?

¿Pagas un diezmo íntegro?



Camina en la luz de Dios

Gálatas 5:25





Tomas mejores decisiones cuando puedes ver las cosas con claridad, es por eso que la luz es tan importante: la luz hace que sea más fácil ver el camino correcto. El Padre Celestial te ha dado acceso a la luz celestial —el don del Espíritu Santo— para ayudarte a ver claramente lo que es bueno y lo que es malo, lo correcto y lo incorrecto.

VERDADES ETERNAS



Al bautizarte, entras en una gozosa relación de convenio con el Padre Celestial y con Jesucristo; en el templo, harás convenios adicionales que pueden fortalecer esa relación. Cada semana, durante la Santa Cena, renuevas tus convenios, expresas tu disposición a guardar los mandamientos, y el Señor te bendice con la oportunidad de tener el Espíritu Santo como tu compañero constante; es uno de Sus mayores dones para ti.

Tomar buenas decisiones mejora tu capacidad para sentir el Espíritu. Hay muchas cosas buenas y sanas en este mundo. Así como tu cuerpo se ve afectado por lo que comes y bebes, tu mente y tu espíritu se ven profundamente afectados por lo que lees, ves y escuchas.

INVITACIONES

Dedica tiempo al Señor cada día. Aprende de Él, recuérdalo siempre, ora a tu Padre Celestial, estudia las Santas Escrituras y las palabras de los profetas vivientes. Luego, esfuérzate por vivir de acuerdo con lo que aprendas.



Busca lo que edifica, inspira e invita al Espíritu. Al tomar decisiones sobre qué ver, leer, escuchar o en qué participar, piensa en cómo te hace sentir. ¿Te invita a tener buenos pensamientos? Aléjate de cualquier cosa que ridiculice las cosas sagradas o que sea inmoral. No participes en nada que entorpezca tu juicio o adormezca tu sensibilidad hacia el Espíritu, como la violencia, el alcohol y las drogas dañinas. Ten el valor de apagar un video o un juego, salir del lugar donde veas una película o de una fiesta, cambiar la música que escuchas o alejarte de cualquier cosa que no sea compatible con el Espíritu.

Utiliza las redes sociales para edificar a otros.

Las redes sociales pueden ser una poderosa herramienta de comunicación; si las utilizas, concéntrate en la luz, la fe y la verdad. No compares tu vida con lo que otras personas parecen estar viviendo. Recuerda que tu valor proviene de ser un hijo o una hija de padres celestiales, no de las redes sociales.



Busca experiencias sanas y relaciones reales y duraderas.

Ten cuidado de que tu uso de la tecnología y de los medios de comunicación no ocupe el tiempo que pasarías en persona con tu familia y amigos. Las redes sociales y otras tecnologías pueden absorber gran parte de tu tiempo sin darte algo de mucho valor a cambio. Tómate un descanso del mundo virtual y conéctate con las personas de la vida real.

BENDICIONES PROMETIDAS

Puedes tener al Espíritu siempre contigo. El Espíritu Santo te dará testimonio del Padre Celestial y de Jesucristo; Él te consolará, guiará, advertirá y santificará. Él te ayudará a reconocer la verdad y a ver lo bueno en el mundo.

PREGUNTAS Y RESPUESTAS

¿Cómo puedo saber si estoy sintiendo el Espíritu Santo? Aprender a percibir el Espíritu requiere tiempo, práctica y paciencia; Él le habla a las personas de



diferentes maneras. No pases por alto las cosas sencillas: el sentimiento de paz que sientes al escuchar el testimonio de alguien o el sentimiento de inquietud que sientes después de tomar una decisión incorrecta. Escudriña las Escrituras en busca de diferentes maneras en que el Espíritu se comunica, ora al respecto y sigue buscando oportunidades para sentir el Espíritu.

¿Qué es la pornografía? ¿Por qué debo evitarla? La pornografía es una representación, ya sea en imágenes o con palabras, que está diseñada para despertar sentimientos sexuales. La pornografía se presenta de muchas formas, las cuales incluyen: videos, fotografías, libros y música. También puede estar en mensajes o imágenes

enviadas entre amigos. La pornografía irrespeta cosas que son sagradas: nuestro cuerpo físico y nuestros sentimientos sexuales. Tal vez te encuentres con pornografía sin quererlo. Tanto si te encuentras con pornografía intencionalmente o no, aléjate inmediatamente. También puedes hablar con uno de tus padres u otro adulto de confianza. Ver pornografía intencionalmente es pecaminoso y daña tu capacidad de sentir el Espíritu, debilita tu autocontrol y distorsiona la forma en que te ves a ti mismo y a los demás. Jesucristo tiene el poder para ayudarte a resistir la pornografía y arrepentirte. Vuélvete hacia Él, aléjate de las tinieblas. Tu obispo puede ayudarte a recibir fortaleza y perdón por medio del Salvador.

Véanse **Amós 5:14** (*buscar lo bueno*); **Gálatas 5:22-23** (*los frutos del Espíritu*); **Moroni 7:18-19** (*la luz de Cristo*); **Doctrina y Convenios 6:23** (*el Señor habla paz*); **20:77, 79** (*las oraciones sacramentales*).



PREGUNTAS PARA LA RECOMENDACIÓN DEL TEMPLO

El Señor ha dicho que se hagan todas las cosas “con pureza” ante Él (Doctrina y Convenios 42:41).
¿Te esfuerzas por que tus pensamientos y tu comportamiento sean moralmente limpios? ¿Cumples con la ley de castidad?

¿Te esfuerzas por santificar el día de reposo tanto en tu casa como en la Iglesia, asistir a las reuniones, prepararte para participar dignamente de la Santa Cena y vivir en armonía con las leyes y los mandamientos del Evangelio?

Qué hacer en el momento

Cuando te sientas tentado a usar los medios de comunicación o la tecnología de maneras no saludables—ya sea que alejen el Espíritu o solo desperdigies tu tiempo—prueba lo siguiente:

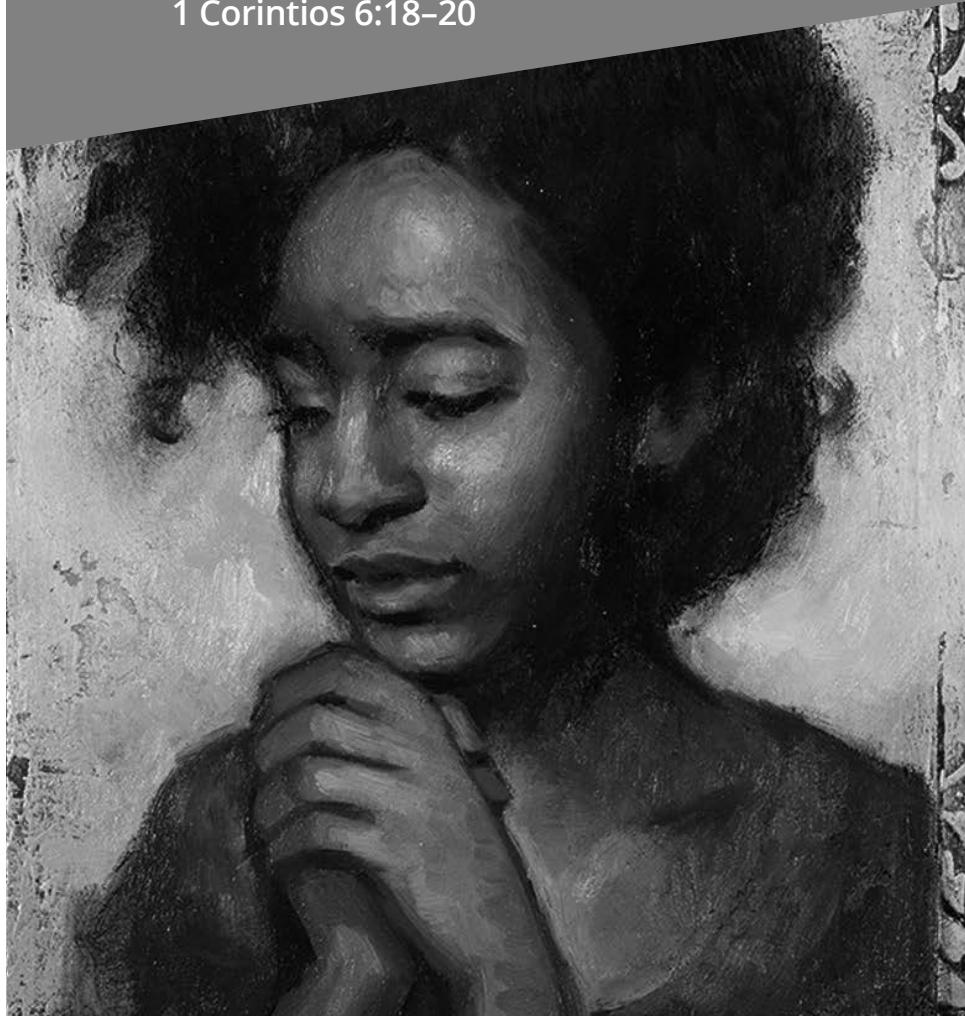


- 1. Llámalo por su nombre.** Reconoce lo que te sientes tentado a hacer. Incluso podrías decirlo en voz alta, por ejemplo: "Esta imagen es pornografía", "Esto no se siente bien" o "Esto podría herir los sentimientos de alguien".
- 2. Reemplaza lo que estás haciendo por una mejor opción.** Aléjate, ve a otra habitación o sal del lugar. Concéntrate en algo bueno.
- 3. Conéctate con alguien o algo que ames y respetes,** tal vez con un miembro de tu familia, un amigo que te apoye o tu pasaje favorito de las Escrituras. Sobre todo, conéctate con tu Padre Celestial y ora para pedir fortaleza.

Para obtener más ayuda, consulta las "Medidas de seguridad en los medios de comunicación" en la Biblioteca del Evangelio.

Tu cuerpo es sagrado

1 Corintios 6:18-20





Tu cuerpo es un asombroso don de tu Padre Celestial; Él te lo dio para ayudarte a llegar a ser más como Él. Tener un cuerpo te da mayor poder para ejercer tu libertad de escoger. El evangelio restaurado de Jesucristo puede ayudarte a ver tu cuerpo desde la perspectiva de Dios. Eso marca una gran diferencia en tus decisiones en cuanto a qué hacer con tu cuerpo y cómo cuidarlo.

VERDADES ETERNAS

Tu cuerpo fue creado a la imagen de Dios, el Ser más glorioso y majestuoso del universo. Las Escrituras comparan nuestro cuerpo con un santo templo, un lugar donde el Espíritu puede morar. Por supuesto, tu cuerpo no es perfecto ahora; pero las experiencias que tengas con tu cuerpo pueden ayudarte a prepararte para recibir un día un cuerpo perfecto, resucitado y glorificado.

Tu alma está compuesta por tu cuerpo y tu espíritu. Por esa razón, la salud física y la salud espiritual están estrechamente relacionadas. El Salvador reveló la Palabra de Sabiduría para enseñar principios de cómo cuidar tu cuerpo y para prometer bendiciones físicas y espirituales.

Los sentimientos sexuales son una parte importante del plan de Dios para crear matrimonios felices y familias eternas. Esos sentimientos no son pecaminosos, son sagrados. Debido a que los sentimientos sexuales son tan sagrados y tan poderosos, Dios te ha dado Su ley de castidad para prepararte para utilizar esos sentimientos como Él desea. La ley de castidad establece que Dios aprueba la actividad sexual únicamente entre un hombre y una mujer que están casados. Muchas personas en el mundo ignoran o incluso se burlan de la ley de Dios, pero el Señor nos invita a ser Sus discípulos y a vivir una norma más elevada que la del mundo.



INVITACIONES

Trata tu cuerpo, y el cuerpo de otras personas, con respeto. Al tomar decisiones en cuanto a tu ropa, peinado y apariencia, pregúntate: "¿Estoy honrando mi cuerpo como un don sagrado de Dios?". El Padre Celestial desea que nos veamos unos a otros por lo que realmente somos: no solo como cuerpos físicos, sino como Sus amados hijos e hijas con un destino divino. Evita los estilos que destaque o llamen la atención de una forma inapropiada hacia tu cuerpo físico en lugar de lo que eres como hijo o hija de Dios, con un futuro eterno. Deja que la pureza moral y el amor por Dios guíen tus decisiones. Busca el consejo de tus padres.



Haz cosas que fortalezcan tu cuerpo, nada que lo lastime ni lo dañe. Disfruta con gratitud de las muchas cosas buenas que Dios ha proporcionado; pero recuerda que el alcohol, el tabaco, el café, el té y otras drogas y sustancias nocivas no son para tu cuerpo ni para tu espíritu. Incluso las sustancias útiles, como los medicamentos recetados, pueden ser destructivas si no se usan correctamente.



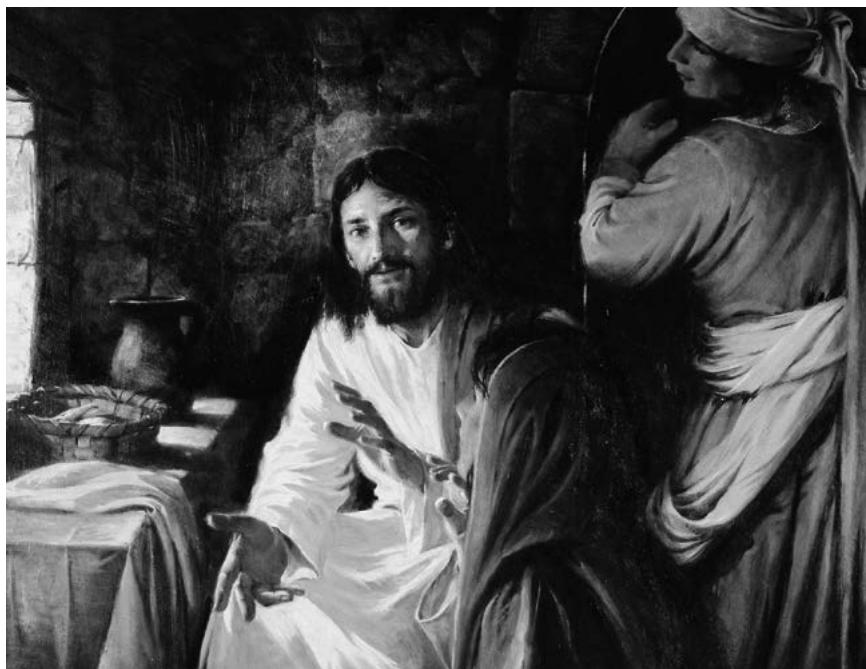
Mantener el sexo y los sentimientos sexuales como algo sagrado. No deben ser tema de chistes ni de entretenimiento. Fuera de una relación de matrimonio entre un hombre y una mujer, es incorrecto tocar las partes privadas y sagradas del cuerpo de otra persona, incluso si es por encima de la ropa. En tus decisiones sobre lo que haces, miras, lees, escuchas, piensas, publicas o escribes en los mensajes de texto, evita cualquier cosa que despierte emociones lujuriosas en otras personas o en ti mismo, de manera intencional. Esto incluye cualquier forma de pornografía. Si descubres que ciertas situaciones o actividades hacen que las tentaciones sean más fuertes, evítalas. Tú sabes cuáles son esas situaciones y actividades, y si no estás seguro, el Espíritu, tus padres y tus líderes pueden ayudarte a saber. Demuestra a tu Padre Celestial que honras y respetas el sagrado poder de crear vida.

BENDICIONES PROMETIDAS

Tu respeto por ti mismo y por los demás aumentará a medida que honres tu cuerpo por medio de tu comportamiento, apariencia y vestimenta.

El Señor ha prometido grandes tesoros de conocimiento a quienes guarden la Palabra de Sabiduría. Un cuerpo sano, libre de adicciones, también aumenta tu capacidad para recibir revelación personal, pensar claramente y servir al Señor.

Vivir la ley de castidad trae la aprobación de Dios y brinda poder espiritual personal. Cuando te cases, esta ley traerá mayor amor, confianza y unidad a tu matrimonio. El obedecer esta ley hará posible que progreses eternamente y llegues a ser más como tu Padre Celestial. Tu confianza crecerá a medida que vivas como un discípulo de Jesucristo.



PREGUNTAS Y RESPUESTAS

¿Cuál es la norma del Señor en cuanto a la vestimenta, el arreglo personal, los tatuajes y las perforaciones? La norma del Señor es que honres el carácter sagrado de tu cuerpo, aun cuando eso signifique ser diferente al mundo. Permite que esta verdad y el Espíritu sean tu guía al tomar decisiones, especialmente las que tienen efectos duraderos en tu cuerpo. Sé sabio y fiel, y busca el consejo de tus padres y líderes.



¿Cómo puedo vencer las tentaciones y los malos hábitos? El Padre Celestial y Jesucristo tienen poder para ayudarte. Llena tu vida de las cosas que inviten a ese poder a actuar en tu vida; cosas tales como la oración, el estudio de las Escrituras y el servicio a los demás. Acude a Jesucristo y Su evangelio y descubrirás que las debilidades pueden convertirse en fortalezas. Busca la ayuda de tus padres, líderes o terapeutas profesionales según sea necesario. Para aquellos que sufren de alguna adicción, la Iglesia ofrece un programa para recuperarse de las adicciones. Esas son bendiciones que la Iglesia del Salvador proporciona para ayudarte a recuperar el control de tu vida. Tomará tiempo, así que sé paciente y nunca te rindas.



Siento atracción hacia personas de mi mismo sexo. ¿Cómo se aplican estas normas a mí? Sentir atracción hacia personas del mismo sexo no es un pecado. Si tienes esos sentimientos y no los buscas ni actúas de acuerdo con ellos, estás viviendo la sagrada ley de castidad del Padre Celestial. Eres un hijo amado de Dios y un

discípulo de Jesucristo. Recuerda que el Salvador entiende todo lo que experimentas. Mediante tu conexión por medio de los convenios con Él, hallarás fortaleza para obedecer los mandamientos de Dios y recibir las bendiciones que Él promete. Confía en Él y en Su evangelio.

Fui víctima de abuso y siento vergüenza. ¿Soy culpable de pecado? El ser víctima de cualquier tipo de abuso o agresión no te hace culpable de pecado. Por favor, no sientas culpa ni vergüenza. El Salvador te ama, Él desea ayudarte, sanarte y darte paz. Los terapeutas profesionales, los miembros de tu familia y tus líderes también pueden ayudarte.

Véanse **Génesis 1:27** (*somos creados a la imagen de Dios*); **Juan 14:18** (*el Salvador promete consuelo*); **Filipenses 4:7** (*la paz de Dios sobrepasa el entendimiento*); **Doctrina y Convenios 88:15** (*el espíritu y el cuerpo son el alma*); **89** (*la Palabra de Sabiduría*); **121:45** (*los pensamientos virtuosos conducen a una mayor confianza*).



PREGUNTAS PARA LA RECOMENDACIÓN DEL TEMPLO

El Señor ha dicho que se hagan todas las cosas “con pureza” ante Él (Doctrina y Convenios 42:41).
¿Te esfuerzas por que tus pensamientos y tu comportamiento sean moralmente limpios?
¿Cumples con la ley de castidad?
¿Entiendes la Palabra de Sabiduría y la obedeces?

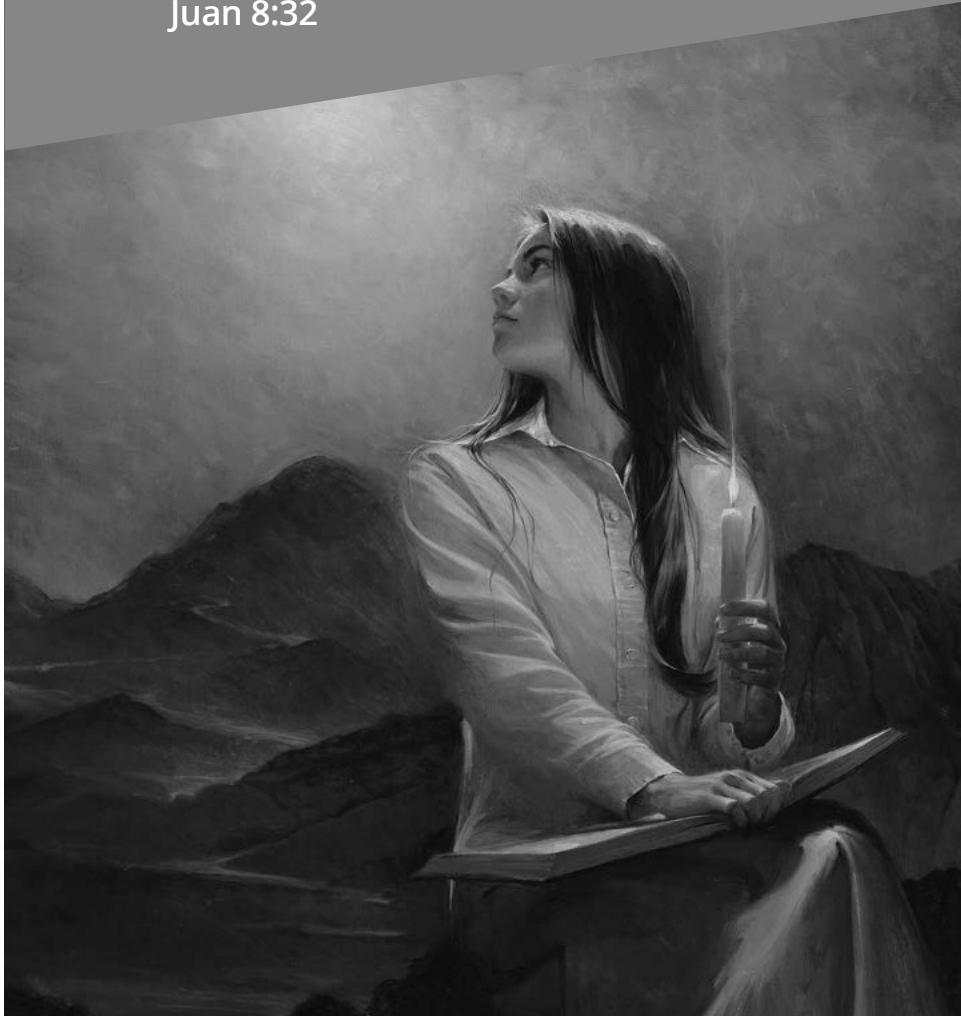
El cuidado de tu cuerpo incluye el cuidado de tu salud mental y emocional

Es normal sentir tristeza o ansiedad de vez en cuando. Cuando no puedes hacer frente a esos sentimientos o no puedes recuperarte de ellos, esto podría ser una señal de un desafío mental o emocional que requiere la ayuda de un padre, un líder, un médico o un terapeuta profesional. Esa ayuda puede ser una bendición de tu amoroso Padre Celestial. Si alguna vez tienes pensamientos de hacerte daño a ti mismo o de poner fin a tu propia vida, busca ayuda de inmediato. Recuerda que se te ama, se te valora y se te necesita. Sean cuales sean tus dificultades emocionales o mentales, busca paz en Jesucristo y en Su evangelio.



La verdad te hará libre

Juan 8:32





Tu Padre Celestial es un Dios que personifica la verdad. Él es omnisciente. Toda verdad proviene de Él y conduce a Él. Tú demuestras que valoras la verdad a medida que buscas aprender, vives con integridad y defiendes con valor lo que sabes que es correcto, incluso si tienes que hacerlo solo(a).

VERDADES ETERNAS

El Padre Celestial desea que Sus hijas e hijos siempre estén aprendiendo. Tienes motivos tanto temporales como espirituales para buscar el aprendizaje y amarlo. La formación académica no se trata solo de ganar dinero, es parte de tu meta eterna para llegar a ser más semejante al Padre Celestial.

Vivir con integridad significa que amas la verdad con todo tu corazón, más de lo que amas tu comodidad, popularidad o conveniencia personal; significa hacer lo correcto simplemente porque es correcto.

Tienes algo valioso que compartir. El evangelio de Jesucristo cuenta con las respuestas a las preguntas de la vida; es el camino hacia la paz y la felicidad. Quizás no sepas todas las cosas, pero sabes lo suficiente para ayudar a otras personas a comprender y a valorar los principios eternos de verdad.

INVITACIONES

Mantente aprendiendo siempre. Busca oportunidades para ensanchar tu mente y tus habilidades. Esas oportunidades incluyen la educación formal en una escuela o la capacitación vocacional, así como el aprendizaje informal de fuentes en las que confíes. Haz que el Señor sea parte de tus esfuerzos y Él te dirigirá. Conforme aprendas en cuanto al mundo que te rodea, aprende también acerca

del Salvador, quien creó el mundo. Estudia Su vida y enseñanzas. Haz de Seminario, de Instituto y del estudio personal del Evangelio parte de tu aprendizaje para toda la vida.

Ama la verdad, de tal manera, que nunca tengas deseos de robar, mentir, hacer trampa o engañar de ninguna forma: ni en la escuela, el trabajo, en línea, ni en ninguna parte. Sé el mismo seguidor fiel de Jesucristo en público y en privado.

Sé una luz para los demás. Permite que tus palabras y tus acciones reflejen tu fe en Jesucristo. Prepárate ahora para las oportunidades que vendrán de compartir Su glorioso evangelio, como misionero y durante toda tu vida. Además, mantente preparado para hablar con cualquier persona que te pregunte en cuanto a la esperanza y la felicidad que sientes.

BENDICIONES PROMETIDAS

La educación incrementa tu capacidad de servir al Señor; te faculta para bendecir a los demás, en especial a tu familia. Mientras más aprendas, más puedes ayudar a edificar el reino de Dios y ser una influencia para bien en el mundo.

La honestidad te brinda paz y respeto por ti mismo. Cuando tus palabras y tus acciones están de acuerdo con la verdad, muestras a otras personas y al Señor que pueden confiar en ti.

Cuando defiendes las enseñanzas de Jesucristo, Él se mantiene a tu lado. Es posible que otras personas no estén de acuerdo contigo, pero notarán tu valor y sinceridad. Tu testimonio, tu confianza y fe en Cristo crecerán sin importar si los demás siguen o no tu ejemplo.

PREGUNTAS Y RESPUESTAS

¿Está mal tener preguntas sobre la Iglesia? ¿Cómo puedo hallar respuestas? Tener preguntas no es





un signo de debilidad o falta de fe, de hecho, hacer preguntas te puede ayudar a desarrollar la fe. La restauración del Evangelio comenzó cuando José Smith, de catorce años, hizo preguntas con fe. Busca respuestas en las Escrituras, en las palabras de los profetas de Dios, de tus líderes y fieles padres, y de Dios mismo. Si las respuestas no llegan inmediatamente, confía en que aprenderás línea por línea. Sigue guiando tu vida con lo que ya conoces, y continúa en búsqueda de la verdad.

¿Cómo puedo defender lo que es correcto sin ofender a quienes tienen creencias distintas? Comienza asegurándote de que tus palabras y acciones estén inspiradas por el amor a Dios y a Sus hijos. Compartir el Evangelio no se debe hacer con espíritu de contención, sino con claridad, mansedumbre y bondad. Puedes demostrar amor hacia los demás, aunque no estés de acuerdo con sus puntos de vista.

Véanse **Mateo 5:14–16** (*permite que tu luz brille*); **Juan 14:6** (*Jesús es la verdad*); **1 Pedro 3:15** (*mantente siempre preparado para compartir tu esperanza en Cristo*); **Doctrina y Convenios 88:77–80** (*cosas que el Señor desea que aprendamos*); **93:36** (*la gloria de Dios es la inteligencia*); **124:15** (*la integridad significa amar lo que es justo*); **130:18** (*nuestra inteligencia se levantará con nosotros cuando resucitemos*).



PREGUNTAS PARA LA RECOMENDACIÓN DEL TEMPLO

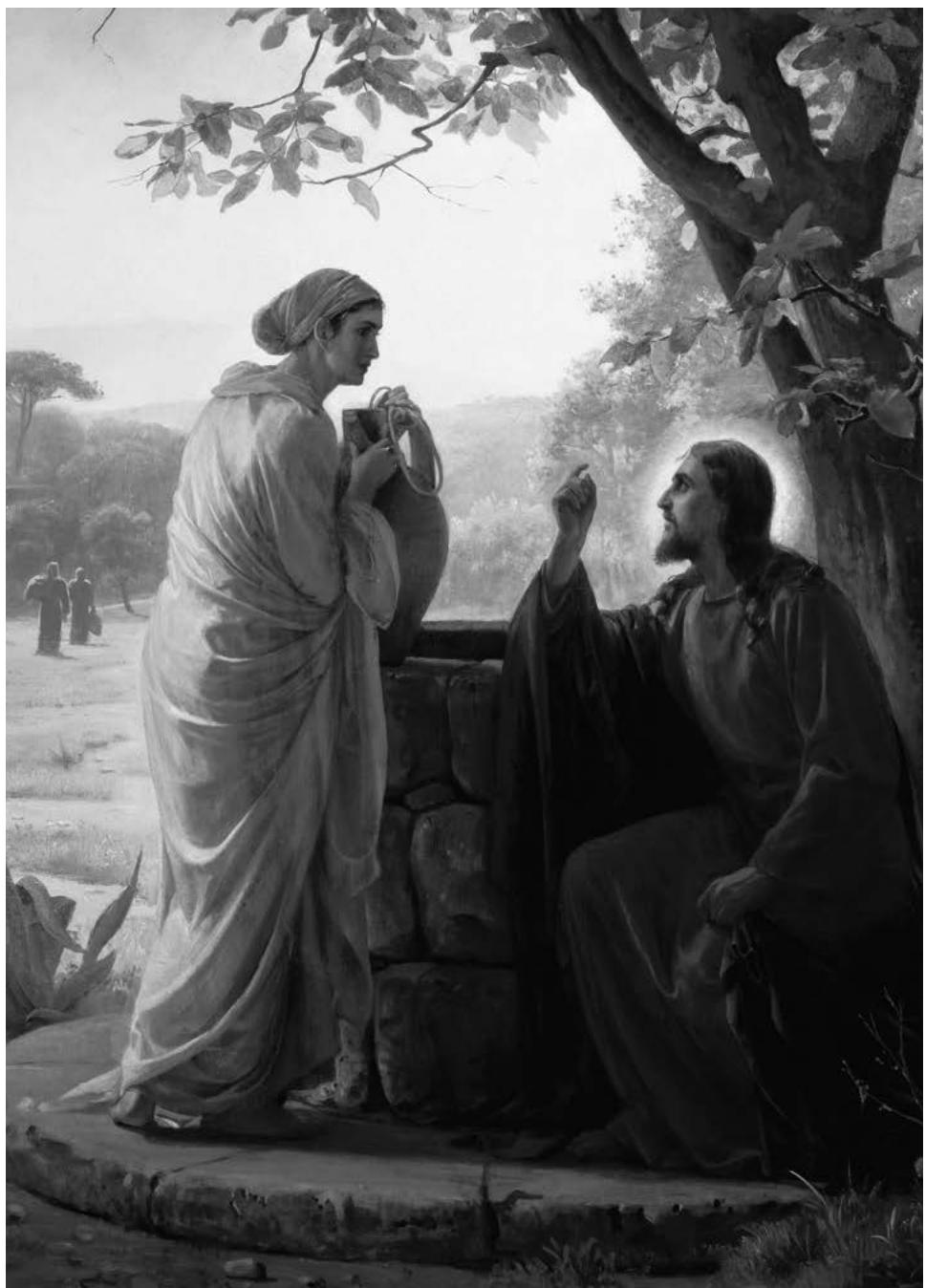
¿Te esfuerzas por ser honrado en todo lo que haces?

Encuentra gozo en Cristo

Las elecciones importan. Las elecciones que se basan en las enseñanzas del Evangelio son pasos que te conducen más cerca de tu Padre Celestial y Jesucristo. Jesús dijo: "Estas cosas os he hablado para que [...] vuestro gozo sea completo" (Juan 15:11). En cada paso hacia Él, te sentirás más cerca del Espíritu, y tu relación por medio de los convenios con Dios se volverá más fuerte.

Pero eso no significa que el camino estará libre de problemas, y como nadie camina en una línea recta perfecta, verifica constantemente tu dirección y honra los mandamientos de Dios. Guarda tus convenios con Dios y prepárate para hacer más. Los convenios te conectan con el Padre Celestial y el Salvador, incrementan el poder de Dios en tu vida, y te preparan para recibir la vida eterna.

De todas las elecciones posibles, la que importa más, es la de seguir a Jesucristo. Él es la fortaleza de la juventud, Su evangelio es el gozoso camino de regreso a tu Padre Celestial.



Apéndice

Una manera de evaluar tu progreso en la senda de los convenios es meditar las preguntas que se encuentran a continuación. Estas son preguntas que se te hacen cuando te entrevistan para recibir una recomendación para el templo; pero no esperes hasta la entrevista, haz tu propia revisión espiritual. El lema de las Mujeres Jóvenes, el lema de los cuórum del Sacerdocio Aarónico y los Diez Mandamientos también pueden ser herramientas útiles para tu autoevaluación.



PREGUNTAS PARA LA RECOMENDACIÓN DEL TEMPLO DIRIGIDAS A LOS JÓVENES

¿Tienes fe en Dios el Eterno Padre, en Su Hijo Jesucristo y en el Espíritu Santo, y tienes un testimonio de Ellos?

¿Tienes un testimonio de la expiación de Jesucristo y de la función que Él tiene como tu Salvador y Redentor?

¿Tienes un testimonio de la restauración del evangelio de Jesucristo?

¿Apoyas al Presidente de La Iglesia de Jesucristo de los Santos de los Últimos Días como el profeta, vidente y revelador; y lo reconoces como la única persona sobre la tierra autorizada para ejercer todas las llaves del sacerdocio? ¿Apoyas a los miembros de la Primera Presidencia y del Cuórum de los Doce Apóstoles como profetas, videntes y reveladores? ¿Apoyas a las demás Autoridades Generales y a los líderes locales de la Iglesia?



El Señor ha dicho que se hagan todas las cosas “con pureza” ante Él (Doctrina y Convenios 42:41). ¿Te esfuerzas por que tus pensamientos y tu comportamiento sean moralmente limpios? ¿Cumples con la ley de castidad?

¿Sigues las enseñanzas de la Iglesia de Jesucristo en tu comportamiento para con los miembros de tu familia y otras personas tanto en privado como en público?

¿Apoyas o promueves enseñanzas, prácticas o doctrinas que sean contrarias a las de La Iglesia de Jesucristo de los Santos de los Últimos Días?

¿Te esfuerzas por santificar el día de reposo tanto en tu casa como en la Iglesia, asistir a las reuniones, prepararte para participar dignamente de la Santa Cena y vivir en armonía con las leyes y los mandamientos del Evangelio?

¿Te esfuerzas por ser honrado en todo lo que haces?

¿Pagas un diezmo íntegro?

¿Entiendes la Palabra de Sabiduría y la obedeces?

¿Existen pecados graves en tu vida que se deban resolver con las autoridades del sacerdocio como parte de tu arrepentimiento?

¿Te consideras digno de entrar en la Casa del Señor y participar en las ordenanzas del templo?

El lema de las Mujeres Jóvenes

Soy una hija amada de padres celestiales, con una naturaleza divina y un destino eterno.

Como discípula de Jesucristo, me esfuerzo por llegar a ser semejante a Él. Busco revelación personal y actúo de conformidad con ella, y ministro a otras personas en Su santo nombre.

Seré testigo de Dios en todo tiempo, y en todas las cosas y en todo lugar.

A medida que me esfuerzo por ser merecedora de la exaltación, valoro el don del arrepentimiento y procuro mejorar cada día. Con fe, fortaleceré mi hogar y mi familia, haré y guardaré convenios sagrados, y recibiré las ordenanzas y las bendiciones del santo templo.

Lema de los cuórum del Sacerdocio Aarónico

Soy un amado hijo de Dios, y Él tiene una obra para mí.

Con todo mi corazón, alma, mente y fuerza, amo a Dios, guardaré mis convenios y utilizaré Su sacerdocio para servir a los demás, comenzando en mi hogar.

En la medida en que me esfuerce por servir, ejercer la fe, arrepentirme y mejorar cada día, calificaré para recibir las bendiciones del templo y el gozo duradero del Evangelio.

Me prepararé para ser un misionero diligente, esposo fiel y padre amoroso al ser un verdadero discípulo de Jesucristo.

Ayudaré a preparar el mundo para el regreso del Salvador invitando a todos a venir a Cristo y a recibir las bendiciones de Su expiación.

Los Diez Mandamientos

No tendrás dioses ajenos delante de mí.
No te harás imagen, ni ninguna semejanza de cosa alguna.
No tomarás el nombre del Señor tu Dios en vano.
Acuérdate del día de reposo para santificarlo.
Honra a tu padre y a tu madre.
No matarás.
No cometerás adulterio.
No robarás.
No dirás contra tu prójimo falso testimonio
No codiciarás.

Véase Éxodo 20:3-17.



¿Y qué hay acerca de...?

Enseguida se encuentran algunos temas de los que podrías tener preguntas. *Para la Fortaleza de la Juventud* no los menciona todos por nombre, pero sí enseña verdades eternas que pueden ayudarte a tomar decisiones en cuanto a estos temas. Encontrarás esas verdades en las páginas que se encuentran a continuación.

A

- abuso sexual, 28
- acoso, *bullying*, 12, 13
- adicción, 26, 27
- agresión sexual, 28
- alcohol, 18, 25
- amigos, 12, 13
- amor, 10–15
- ansiedad, 29
- arreglo personal, 24, 25, 27
- arrepentimiento, 6–9
- atracción hacia personas del mismo sexo, 27–28

B

- bailes, 18

C

- café, 23, 25, 26
- castidad, 23, 25, 26, 27–28
- chisme, 12

D

- depresión, 29
- día de reposo, 11–12
- diezmo, 11–12
- drogas, 23, 25, 26

E

- educación, 31, 32
- Espríitu Santo, 4, 8, 13, 16–21
- expiación de Jesucristo, 6–9, 27

F

- familia, 12, 13–14
- fe en Jesucristo, 32, 32–33

G

- gozo, 4, 7, 8, 12, 34–35
- gracia, 6–9, 27

H

- homosexualidad, 27–28
- honradez, 31, 32

- I**
- integridad, 31, 32
 - internet, 18, 19
- J**
- Jesucristo, 4, 6–9, 11, 12, 17, 27, 29, 32, 34–35
- L**
- lenguaje, 12
 - lenguaje profano, 12
 - LGBTQ+, 27–28
- M**
- mandamientos, 11, 11–12
 - medicamentos de venta con prescripción, 25
 - medios de comunicación, 16–21
 - mentir, 31, 32
 - modestia, 24, 25, 27
 - modo de vestir, 24, 25, 27
 - música, 16–21
- O**
- obra misional, 32
- P**
- Palabra de Sabiduría, 23, 25, 26
 - películas, 16–21
- R**
- perforación del cuerpo, 27
 - perforaciones en el cuerpo, 27
 - pornografía, 19–20, 25
 - preguntas, 32–33
 - prejuicios, 12
 - pureza sexual, 23, 25, 26, 27–28
- S**
- racismo, 12
 - redes sociales, 16–21
 - robar, 31, 32
- T**
- salir con jóvenes del sexo opuesto, 13
 - salud emocional, 29
 - salud mental, 29
 - Santa Cena, 17
 - sexo, 23, 25, 26, 27–28
- V**
- tatuajes, 27
 - té, 23, 25, 26
 - trampas o engaños, 31–32
- Videos**, 16–21



Él extendió Su invitación a todos.
Compártela con alguien.

INVITA A UN AMIGO A SEMINARIO.

