

¿De verdad soy AUTOSUFICIENTE?

TEST PARA MEDIR EL GRADO DE AUTOSUFICIENCIA

¿ CUAN AUTOSUFICIENTE SOY?			PRESUPUESTO MENSUAL	
Instrucciones:			¿CUÁNTO GASTO?	¿CUÁNTO NECESITO?
Responda las preguntas de las columnas relleno los círculos.				
Cada respuesta tiene un valor diferente, sume los puntos y revise su puntuación final.				
SIEMPRE	DE VEZ EN CUANDO	NUNCA		
3pts.	2pts.	1pt.		
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Diezmo	
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Ahorros	
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Alimentos	
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Vivienda	
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Medicina	
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Transporte	
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Educación	
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Vestimenta	
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Deudas	
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Despensa	
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Telefonía	
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Electricidad	
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Otros	
MI PUNTUACIÓN			TOTALES	
			MIS INGRESOS	
			INGRESOS MENOS GASTOS	

De 28 a 33: ¡Excelente! El abastecer nuestras necesidades básicas y superarlas nos permite tener paz y tranquilidad a la manera del Señor. Además tenemos la oportunidad de servir y ayudar a otros. Felicidades. *Jacob 2:19*

De 21 a 27: Su camino hacia la autosuficiencia va bien; observe cuáles son los puntos a mejorar a fin de trabajar en ellos con ahínco. Apóyese en el Señor. *Josué 1:7*

De 11 a 20: Los esfuerzos que ha realizado hasta el momento necesitan redoblar. Recuerde que puede recurrir a la ayuda de Nuestro Padre Celestial, a sus familiares, los líderes y al CAS de su estaca. *1 Nefi 17:13*

¿Hay diferencia positiva o negativa?
¿Gasto más de lo que gano?

+ POSITIVA Tengo ahorros

- NEGATIVA Estoy endeudado





Elder Netzahualcóyotl Salinas
Setenta de Área

Seamos una Nación **AUTOSUFICIENTE**

El pasado mes de noviembre de 2013 el élder D. Todd Christofferson, del Quórum de los Doce, se reunió con líderes del sacerdocio en Casas Grandes, Chihuahua y dijo: “Ha llegado el tiempo en que México se una a los Estados Unidos y Canadá en sostener el crecimiento de la Iglesia en el mundo”. Este es un llamado profético a ser autosuficientes como individuos, como familia y como nación.

El Señor declaró: “Buscad el reino de Dios, y todas estas cosas os serán añadidas”.¹ Es esencial que seamos primero fieles al Señor a fin de ser bendecidos con las cosas temporales, por lo que el primer elemento para llegar a ser buenos proveedores es tener fe en que Cristo cumplirá sus promesas. En el Libro de Mormón la promesa más reiterada en cuanto las bendiciones temporales a los habitantes de América es: “Si guardáis mis mandamientos, prosperaréis en la tierra”.² Otra de las promesas más conocidas y específicas para ser autosuficiente es la de pagar un diezmo íntegro y ofrendas generosas. El Señor prometió: “Traed todos los diezmos al alfolí, y haya alimento en mi casa; y probadme ahora en esto, dice Jehová de los ejércitos, si no os abriré las ventanas de los cielos y derramaré sobre vosotros bendición hasta que sobreabunde”.³

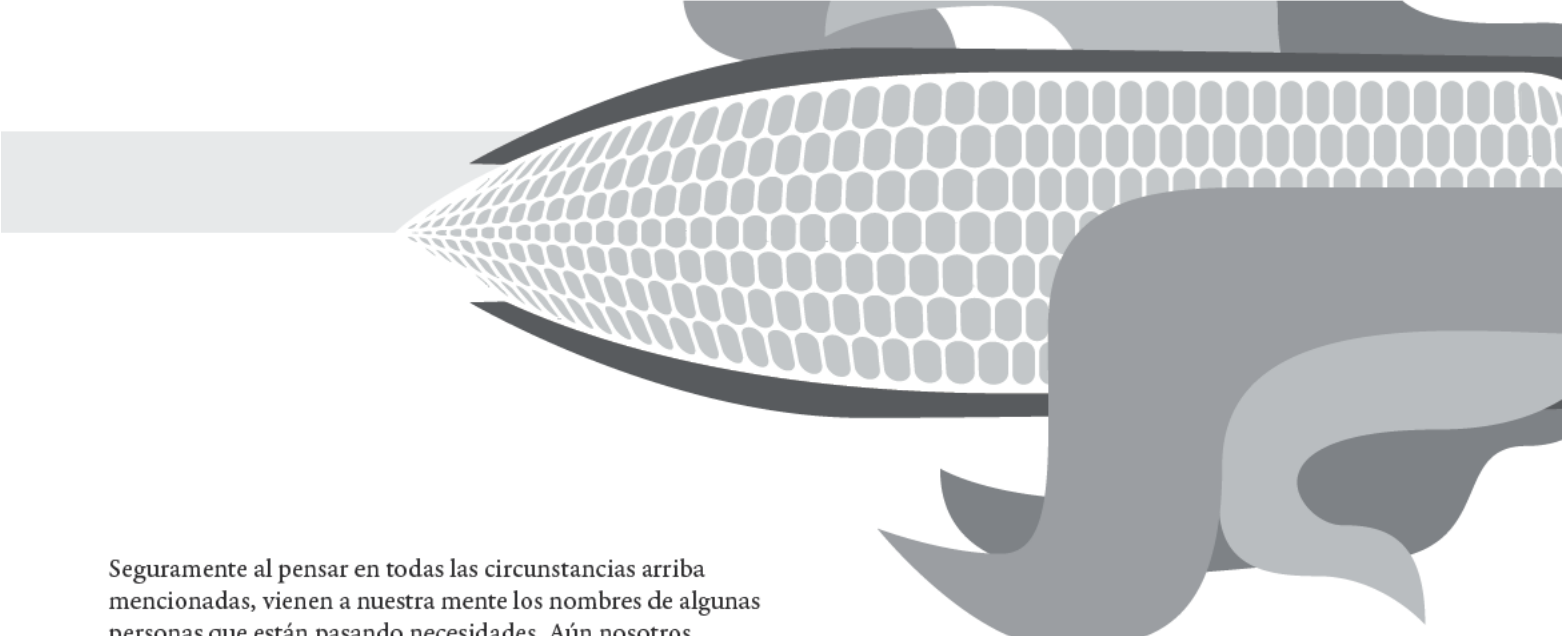
Aunque ser autosuficientes temporalmente afecta nuestra vida espiritual, lo que determina en primera instancia la paz de nuestra conciencia y nuestra adoración al Señor, es nuestra obediencia a los principios, ordenanzas y leyes del Evangelio. Nuestra fidelidad al Señor siempre será recompensada con las bendiciones que necesitamos. Así como la harina y el aceite no escaseó para la viuda de Sarepta, tampoco para nosotros escasearán los elementos esenciales para vivir felices.

Algunos podrían pensar que con tan sólo pagar los diezmos y las ofrendas han alcanzado la autosuficiencia; sin embargo, es necesario considerar el pago de diezmos y ofrendas como resultado de una vida fiel en los otros aspectos del Evangelio. Así como somos autosuficientes con los diezmos, necesitamos ser de la misma manera con las otras necesidades espirituales, como el conocimiento de la voluntad de Dios para nuestra vida, mediante la oración constante y la lectura de las escrituras; o también el enseñar a nuestros hijos el Evangelio permitiendo que ellos descubran la verdad por sí mismos. También debemos ser autosuficientes en ir al Templo para hacer las ordenanzas por nuestros propios familiares fallecidos. Necesitamos mantener ocupados a los misioneros de tiempo completo de nuestros barrios y llenar sus agendas con citas para nuestros amigos y familiares. El ser autosuficientes nos habilitará para participar activamente en el apresuramiento de la Obra de Salvación.

Existe necesidad entre nosotros

Es posible que en cada barrio de nuestro país haya hijas e hijos de Dios con necesidades de autosuficiencia. Por un momento pensemos en algún hermano (a) que está en alguna de las siguientes circunstancias:

- No puede ir a la reunión sacramental porque trabaja los domingos.
- Tiene un empleo, pero no cuenta con ninguna prestación social.
- Llega a los últimos días de la semana o quincena sin nada en el bolsillo.
- No estudia ni trabaja para proveer para sí mismo y/o su familia.
- Quisiera estudiar pero no cuenta con recursos económicos para hacerlo.
- Tiene el potencial para establecer un negocio, pero no sabe cómo empezar.
- Está comprometido con deudas que no puede pagar.



Seguramente al pensar en todas las circunstancias arriba mencionadas, vienen a nuestra mente los nombres de algunas personas que están pasando necesidades. Aún nosotros mismos pudiéramos estar en alguna de esas circunstancias. Entonces, ¿Qué podemos hacer para ayudar a nuestros hermanos? o ¿Qué puedo hacer yo para ser autosuficiente?.

El Señor desea que seamos Autosuficientes

Dios nos ama. Todos nosotros somos sus hijos y esto nos hace iguales delante de Él. En su infinito amor quiere abastecer a sus hijos. El Señor declaró: “Yo, el Señor, extendí los cielos y formé la tierra, hechura de mis propias manos; y todas las cosas que en ellos hay son mías. Y es mi propósito abastecer a mis santos, porque todas las cosas son mías. Porque la tierra está llena, y hay suficiente y de sobra; sí, yo prepararé todas las cosas, y he concedido a los hijos de los hombres que sean sus propios agentes”.⁴

Dios quiere que sus hijos sean autosuficientes y ha dispuesto todo en esta tierra para que podamos lograrlo. El saber esta verdad aumenta nuestra confianza en que podemos lograrlo si tenemos fe en Él y somos obedientes a sus mandamientos.

Fundamentos, Principios, Habilidades y Hábitos para ser Autosuficientes

El Señor ha declarado, “Y es mi propósito abastecer a mis santos”.⁵ Esta revelación es una promesa de que el Señor proveerá bendiciones temporales y abrirá las puertas de la autosuficiencia, la cual es la capacidad de proporcionar las necesidades de la vida para nosotros y los miembros de nuestra familia. Él también ha declarado que “es preciso que se haga en [Su] propia manera”.⁶ Para recibir las bendiciones de ser autosuficientes, debemos aceptar y vivir los principios de autosuficiencia, que incluyen los siguientes:

1. Ejerza fe en Jesucristo
2. Utilice el tiempo sabiamente
3. Sea obediente
4. Administre el dinero
5. Trabaje para asumir la responsabilidad
6. Resuelva los problemas
7. Sea uno con su familia, trabajen juntos
8. Pida y escuche
9. Persevere
10. Demuestre integridad
11. Procure conocimiento y educación
12. Manténgase enfocado, reciba las ordenanzas

Todos estos principios son parte del evangelio de Jesucristo. Al practicarlos constantemente harán de nosotros personas más autosuficientes. En términos de la autosuficiencia el propósito de la Iglesia es ayudar a la gente a ayudarse a sí misma. Los centros de autosuficiencia (CAS) son un recurso con este sagrado propósito. En términos de la autosuficiencia el propósito de la Iglesia es ayudar a la gente a ayudarse a sí misma y es un deber religioso de todo aquel que quiera seguir al Salvador. ■

NOTAS

1. Lucas 12:31
2. 2 Nefi 1:20
3. Malaquías 3:10
4. D. y C. 104:14-15,17.
5. D. y C. 104:15.
6. D. y C. 104:16

¿CÓMO PUEDO SER AUTOSUFICIENTE?

Muchos miembros tal vez piensen en el bienestar como un programa para ayudar a personas que se encuentran en circunstancias difíciles transitorias; pero el propósito del Plan de Bienestar de la Iglesia es mucho más amplio; también incluye el fomentar la autosuficiencia como un modo de vida. “La manera del Señor para la autosuficiencia incluye equilibrar muchas facetas de la vida, entre ellas la educación, la salud, el empleo, la economía familiar y la fortaleza espiritual”. - *Presidente Dieter F. Uchtdorf “El Proveer a la manera del Señor”. Liahona, noviembre 2011.*

Para empezar...



¿QUÉ ES LA AUTOSUFICIENCIA?

“La autosuficiencia es la capacidad y el compromiso de proveer las necesidades del diario vivir para uno mismo y para la familia y el esforzarse por hacerlo. Conforme los miembros llegan a ser autosuficientes, también tienen mayor capacidad para servir y cuidar de los demás”. - *El proveer conforme a la manera del Señor. Resumen de la guía para los líderes del programa de Bienestar, 2008, p.1*



¿QUÉ ES UNA VIDA PROVIDENTE?

“El primer fundamento se puede describir como la vida providente, que significa vivir con regocijo dentro de lo que nuestros ingresos permitan, preparándonos para las vicisitudes de la vida para estar listos para las emergencias... Testifico que es feliz el que vive de acuerdo con sus ingresos y que ahorra para el futuro. Al vivir vidas providentes y aumentar nuestros dones y talentos, logramos mayor autosuficiencia, que es asumir la responsabilidad de nuestro propio bienestar espiritual y temporal y la de aquellos que el Padre Celestial ha confiado a nuestro cuidado. Sólo cuando somos autosuficientes podemos en verdad emular al Salvador al servir y bendecir a los demás”. - *Élder Robert D. Hales. Principios básicos sobre bienestar y autosuficiencia. p.2, 2008*



¿POR QUÉ DEBO EVITAR LAS DEUDAS?

Cuando nos endeudamos regalamos parte de nuestro inestimable albedrío y nos colocamos en una servidumbre voluntaria. Obligamos nuestro tiempo, energía y medios para pagar lo que nos han prestado, recursos que podríamos haber utilizado para ayudarnos a nosotros mismos, a nuestra familia y a los demás. - *Élder Robert D. Hales. Principios básicos sobre bienestar y autosuficiencia. p.1, 2008*



¿CÓMO PUEDO AYUDAR A MI FAMILIA A PREPARARSE?

“Enseñen a los integrantes de la familia los principios de la administración económica. Permitan que participen en la creación de un presupuesto y en fijar metas económicas familiares. Enséñenles los principios del trabajo arduo, de la frugalidad y del ahorro. Recalquen la importancia de adquirir toda la educación académica posible”. - *Folleto Cómo prepararse para la Economía familiar, 2008, p.1*



¿QUÉ DEBO HACER SI NECESITO AYUDA?

Cuando los miembros de la Iglesia hacen todo dentro de sus posibilidades para proveer para ellos mismos, pero aún así no pueden satisfacer sus necesidades básicas, deben buscar primeramente la ayuda de sus familiares. Cuando eso no sea suficiente, entonces la Iglesia está lista para ayudar. - *El proveer conforme a la manera del Señor. Resumen de la guía para los líderes del programa de Bienestar, 2008, p.1*

“Para mí todas las cosas son espirituales; y en ninguna ocasión os he dado una ley que fuese temporal”.

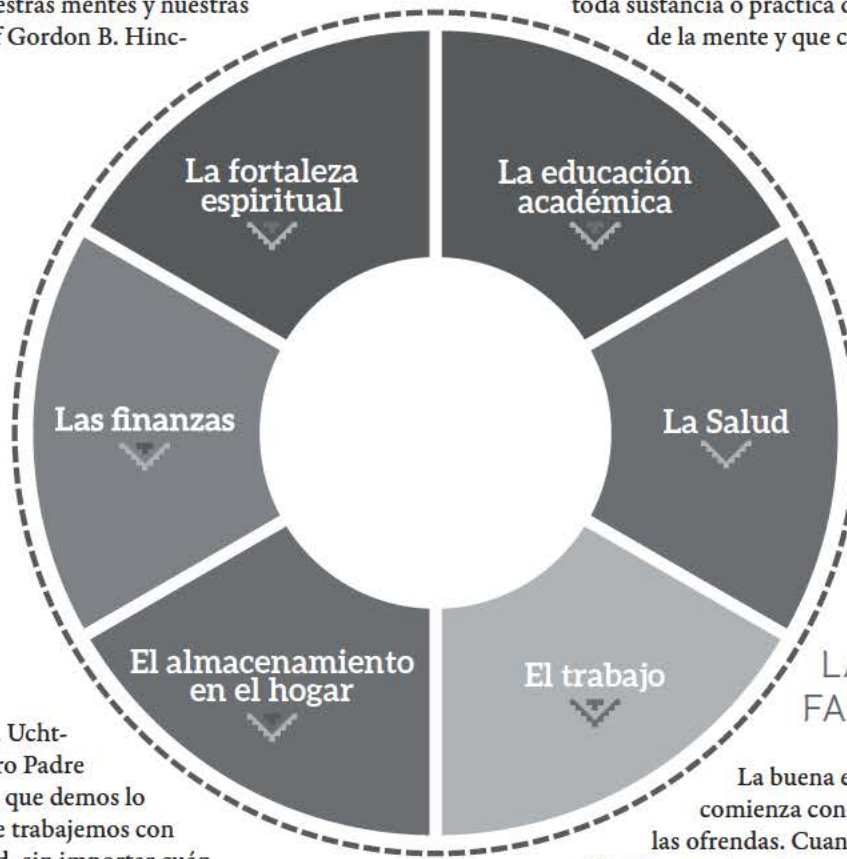
DOCTRINA Y CONVENIOS 29:34

LA FORMACIÓN ACADÉMICA

El presidente Gordon B. Hinckley enseñó: Creemos en la formación académica. Esta Iglesia fomenta la educación. Le corresponde a cada miembro de esta Iglesia, según mandato del Señor, obtener toda la educación posible. . . Sobre los Santos de los Últimos Días recae un mandato del Señor mismo de que eduquemos nuestras mentes y nuestras manos”. - Teachings of Gordon B. Hinckley, 1997, pág. 724

LA SALUD

La Palabra de Sabiduría, que se encuentra en Doctrina y Convenios 89, es el código de salud del Señor y le fue revelada a José Smith en 1833; nos enseña que debemos comer alimentos nutritivos y evitar las sustancias dañinas. Desde entonces, los apóstoles y los profetas han enseñado que debemos evitar toda sustancia o práctica que abuse del cuerpo o de la mente y que conduzca a la adicción.



EL EMPLEO

El presidente Dieter F. Uchtdorf ha dicho: “Nuestro Padre Celestial sólo nos pide que demos lo mejor de nosotros, que trabajemos con toda nuestra capacidad, sin importar cuán grande o pequeña sea”. Actualmente encontrar empleo puede ser uno de los desafíos más grandes que enfrentan las personas, por ello existen en nuestro país alrededor de 260 Centros de Autosuficiencia (CAS) en los que podemos encontrar apoyo para conseguir el empleo que deseamos, mejorar el que tenemos o capacitarnos para autoemplearnos.

ALMACENAMIENTO EN EL HOGAR

La Primera Presidencia alienta a los miembros de todo el mundo a enfocarse en tener un abastecimiento básico de alimentos, agua y algo de dinero ahorrado. Para comenzar, los miembros pueden empezar a producir o comprar algunos artículos adicionales y separar un poco de dinero cada semana, según las circunstancias lo permitan.

LA ECONOMÍA FAMILIAR

La buena economía familiar comienza con el pago de los diezmos y las ofrendas. Cuando los miembros ponen al Señor en primer lugar, están mejor preparados para cuidar de sí mismos y de los demás. Para una buena administración es necesario realizar un presupuesto donde los ingresos sean mayores que los gastos y tener un control del dinero en vez de dejar que éste nos controle.

LA FORTALEZA ESPIRITUAL

La espiritualidad es esencial para nuestro bienestar temporal y eterno. Todos pasamos por pruebas, pero el esforzarnos por incrementar nuestra espiritualidad nos ayudará a afrontarlas bien y nos brindará la esperanza de días mejores. La oración constante, el estudio diario de las escrituras y el renovar constantemente los convenios que hemos hecho nos permitirán tener las herramientas necesarias para ser guiados por El Espíritu Santo. ■

¿QUÉ RECURSOS TENGO PARA LOGRAR

La Iglesia de Jesucristo de los Santos de los Últimos Días enseña a sus miembros los principios de autosuficiencia. A fin de cumplir con este objetivo se han desarrollado diversos programas para beneficiar a todos los hijos de Dios de manera integral. Algunos de estos son:

Servicios para
la Familia SUD

El Centro de Autosuficiencia
CAS



SERVICIOS PARA LA FAMILIA SUD

Servicios para la Familia SUD proporciona asesoría para los líderes del Sacerdocio que están ayudando a las personas y familias con necesidades sociales o emocionales a través de grupos de autoayuda y cursos orientados a fomentar principios de armonía en el hogar y la comunidad.

Programa para la recuperación de adicciones

Son muchos los que caen en dependencias a conductas inapropiadas como la pornografía, trastornos en la alimentación, uso desmedido del Internet, redes sociales, realidad virtual, televisión; y a sustancias nocivas como el alcohol, drogas, tabaco, café y té negro. Este programa ha adaptado los 12 pasos de Alcohólicos Anónimos en el marco de la doctrina y los principios de la Iglesia. Se espera que cada estaca o distrito establezca un grupo para la recuperación de adicciones que funcione de forma permanente.

Fortalecimiento del Matrimonio y la Familia

Al asistir y participar activamente en los Cursos “Cómo Fortalecer el Matrimonio” y “Cómo Fortalecer a la Familia”, se enriquecerá su relación matrimonial y mejorará sus habilidades en la crianza de los hijos. Se espera también que en todas las estacas se implementen dichos cursos.

Consulta psicológica

Se puede obtener apoyo profesional que, mediante pautas y terapias acordes con los principios de la Iglesia, le permitan resolver sus problemáticas, o necesidades socioemocionales tales como la atracción al mismo sexo, adicciones a sustancias, pornografía o trastornos mentales. Este servicio tiene costo. Para mayor información consulte con su obispo.



Mayor autosuficiencia?

Para mayor información sobre estos programas consulte:

sud.org.mx/bien

sud.org.mx/autosuficiencia



(CAS) CENTROS DE AUTOSUFICIENCIA

En cada estaca participan misioneros voluntarios para ayudar gratuitamente a mejorar las oportunidades de educación, empleo y autoempleo a miembros y no miembros de la iglesia de 18 años en adelante, lo único que requieren es una fuerte voluntad de ir hacia adelante.

ENFOQUES

◆ Empleo ◆ Negocios ◆ Educación

◆ Se ofrecen

Cursos, oportunidades para estudiar, capacitación para lograr sus metas.

Al asistir al CAS usted sabrá:

- Cómo encontrar un empleo o mejorar el trabajo que ya tiene.
- Cómo aumentar las redes de contactos para conseguir empleo, educación y autoempleo.
- Cómo empezar y hacer progresar un negocio.
- Cómo obtener una buena educación y continuar estudios avanzados.
- Cómo recibir un préstamo del Fondo Perpetuo para la Educación
- Cómo avanzar por medio de los grupos de autosuficiencia.



¿QUÉ SON LOS GRUPOS DE AUTOSUFICIENCIA?

Bajo la dirección del comité de autosuficiencia de estaca, los misioneros del CAS fungen como mentores en los grupos de autosuficiencia.

◆ Grupo “Mi Búsqueda de Empleo”

Ayuda a las personas a encontrar y mejorar su empleo.

◆ Grupo “Educación para un mejor trabajo”

Ayuda a las personas a identificar un camino a través de la educación que lleve a mejorar sus ingresos.

◆ Grupo “Iniciar o hacer crecer mi negocio”

Ayuda a las personas a comenzar un negocio o mejorarlo.

CAPACITACIÓN con ayuda del ICATVER

Un grupo de 18 miembros de la estaca **Tierra Blanca, Veracruz** recibió un curso llamado "Instalaciones eléctricas residenciales y media tensión", impartido por el Instituto de Capacitación para el Trabajo del Estado de Veracruz ICATVER, lo cual produjo resultados inmediatos de autoempleo pues los integrantes fueron contratados por tiendas importantes y en domicilios particulares.



AUTOEMPLEO en Tulancingo

Con apoyo del ICATIH –que es un instituto de capacitación para el trabajo- en el CAS de **Tulancingo, Hidalgo** se ofreció un curso de repostería y decoración de pasteles. La hermana Liliana Lara se inscribió porque tenía el deseo de ayudar a su familia y cubrir sus necesidades. Empezó a preparar y vender algunos pasteles. Al terminar el curso formalizó su negocio y actualmente marcha muy bien.

EMPLEO después de la Misión

"Al regresar de la misión acudí al CAS para tomar un taller en **Pachuca, Hidalgo**. Gracias a ello rediseñé mi currículum y tuve éxito en mi entrevista laboral para ser catedrática en una universidad de prestigio. Estoy muy agradecida por los talentos que El Padre me ha dado". Hermana Yuri Olvera.



NEGOCIO en Acapulco

La hermana María Del Rosario Joanico en **Acapulco** participó en un taller del CAS y aprendió las técnicas y principios de cómo iniciar un negocio. Al terminar el curso decidió emprender con el "Chilate", una bebida típica elaborada a base de productos naturales de la zona cálida de Guerrero. Ahora se ha posicionado en este mercado y ha sido seleccionada para representar a su estado en Ferias y Exposiciones.

EMPRESA Familiar

Oswaldo e Ivonne Alva son un matrimonio con 5 hijos pequeños y pertenecen a la estaca **Ciudad de México Moctezuma**. Oswaldo pasó la mayor parte de su vida laboral trabajando como empleado de una carnicería. De pronto, se quedó sin empleo y entonces acompañado de su esposa acudieron al CAS en busca de ayuda. Se inscribieron en los talleres y elaboraron un plan para crear su propio negocio de lavandería y planchaduría. Al primer mes lograron atraer clientes y siguen aumentando. Esto ha sido de gran apoyo para proveer a su familia.



EDUCACIÓN sin importar la edad

Tres hermanas mayores de edad de la estaca **Ermita México** acudieron al CAS. Ahí aprendieron a hacer un plan para estudiar y decidieron continuar su educación y certificarse. La hermana María Adela Sánchez Curiel de 62 años, se graduó de la educación secundaria. Las hermanas Blanca García Flores, de 55 años y Yolanda González Salceda, de 71 años, se graduaron de la educación primaria.