

# LA MUJER SANTO DE LOS ÚLTIMOS DÍAS



Manual básico para la mujer, Parte A

# LA MUJER SANTO DE LOS ÚLTIMOS DÍAS

Manual básico para la mujer, Parte A

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

## **Comentarios y sugerencias**

Se agradecerán los comentarios y las sugerencias que tenga en cuanto a este manual. Si lo desea, puede enviarlos a:

Curriculum Planning  
50 East North Temple Street, Floor 24  
Salt Lake City, UT 84150-3200  
USA

Correo electrónico: [cur-development@ldschurch.org](mailto:cur-development@ldschurch.org)

Tenga la bondad de anotar su nombre, dirección, barrio y estaca. Asegúrese de mencionar el título del manual; luego, presente sus comentarios y sugerencias en cuanto a los puntos fuertes del manual y las partes que quizás sea necesario mejorar.

Salt Lake City, Utah, E.U.A.

Revisado 2000

©1979, 1980, 1986, 1993, 1996, 2000 por Intellectual Reserve, Inc.

Todos los derechos reservados

Impreso en los Estados Unidos de América

Aprobación del inglés: 1/99

Aprobación de la traducción: 1/99

Traducción de *Latter-day Saint Woman: Basic Manual for Women, Part A*  
Spanish

# ÍNDICE DE TEMAS

---

Introducción .....	V
El Cristo Viviente: El Testimonio de los Apóstoles .....	IX
La Familia: Una Proclamación para el mundo .....	X
La Declaración de la Sociedad de Socorro .....	XI

## **Principios y doctrina del Evangelio**

1. Fe en Jesucristo .....	2
2. Arrepentimiento .....	12
3. El bautismo: un convenio continuo .....	22
4. El don del Espíritu Santo .....	31
5. Testimonio .....	38
6. Ayuno .....	45
7. Reverencia .....	51
8. Amor, caridad y servicio .....	59
9. Castidad y modestia .....	64
10. Matrimonio eterno .....	71

## **Las mujeres en la Iglesia**

11. La importancia del sacerdocio .....	82
12. Las ordenanzas del sacerdocio .....	88
13. La mujer y el sacerdocio .....	97
14. La mujer Santo de los Últimos Días .....	103
15. Deliberar en consejo con nuestra familia .....	114
16. La noche de hogar para la familia .....	122
17. Las reuniones de la Iglesia .....	130
18. La obra misional y el hermanamiento .....	138
19. Preparar y dar aliento a los misioneros .....	146

## **Economía doméstica**

20. Cómo administrar bien nuestros hogares .....	156
21. La administración de los recursos financieros de la familia .....	162
22. La nutrición de la familia .....	170
23. La nutrición de la madre y del bebé .....	176
24. La prevención de enfermedades .....	182
25. La horticultura en el hogar .....	188
26. La producción en el hogar .....	199

**Desarrollo personal y familiar**

27. Cultivemos nuestros talentos .....	212
28. Cómo adquirir habilidades para conseguir empleo .....	221
29. Cómo enseñar a nuestra familia el valor del trabajo y la responsabilidad .....	230
30. Cómo adquirir y enseñar el autodomínio .....	240
31. Cómo crear un ambiente edificante en nuestro hogar .....	250
32. Aprendamos el Evangelio en nuestro hogar .....	262
33. Preparémonos para enseñar .....	272
34. La enseñanza de las Escrituras .....	281
35. La enseñanza por el poder y la influencia del Espíritu Santo ....	289
Presidentes de la Iglesia .....	297
Índice .....	301
Sección de láminas .....	311

# INTRODUCCIÓN

---

## **Cómo utilizar este manual**

En este manual se proporcionan 35 lecciones relacionadas con los principios básicos del Evangelio y con las responsabilidades de las mujeres Santos de los Últimos Días. Según les indique el Espíritu, tanto líderes como maestras deben planificar y enseñar lecciones que traten las necesidades espirituales, emocionales y temporales de los miembros de su rama o barrio.

Este manual se deberá utilizar como el manual de instrucción tanto para la Sociedad de Socorro como para las Mujeres Jóvenes en las unidades de la Iglesia en las que *Enseñanzas de los Presidentes de la Iglesia* y los manuales de las Mujeres Jóvenes aún no se publiquen en el idioma en el que los necesiten. En tales unidades, se deberá facilitar un ejemplar de este manual a todos los miembros de la Sociedad de Socorro así como a las hermanas líderes y a las maestras de las Mujeres Jóvenes. Las hermanas líderes deberán consultar las *Instrucciones para los líderes del sacerdocio y de las organizaciones auxiliares sobre los cursos de estudio* para buscar el horario que indique los años en que se habrán de usar *La mujer Santo de los Últimos Días*, parte A y parte B.

En las unidades de la Iglesia en las que estén disponibles *Enseñanzas de los Presidentes de la Iglesia* y los manuales de las Mujeres Jóvenes, este manual se deberá utilizar (1) como una fuente de consulta para la instrucción de la Sociedad de Socorro del primero y cuarto domingos y para las reuniones de superación personal, de la familia y del hogar; (2) como una fuente de consulta suplementaria para la instrucción de las Mujeres Jóvenes; y (3) según se designe, para las lecciones de la Sociedad de Socorro “Enseñanzas para nuestra época” del cuarto domingo. En tales unidades, se deberán facilitar ejemplares del manual a los(las) líderes y maestros (maestras) de la Sociedad de Socorro, de las Mujeres Jóvenes y del Sacerdocio de Melquisedec. Además, las hermanas líderes pueden alentar a las hermanas de la Sociedad de Socorro a comprar un ejemplar de este manual para el estudio personal y la enseñanza de la familia en el hogar.

### **La preparación para la enseñanza**

Entre las ayudas didácticas que se proporcionan en este manual se incluye la sección “Preparación de la maestra”, preguntas que las maestras podrían hacer, sugerencias para la participación de la clase, e instrucciones en cuanto a la manera de utilizar las láminas y las gráficas. Además de las preguntas para analizar y de los métodos sugeridos, las maestras pueden elegir usar otros métodos o modos de abordar la lección que les parezcan eficaces con el fin de que los miembros de la clase tomen parte y de ese modo estimular la participación y el aprendizaje. En casi todas las lecciones se hace la sugerencia de que se utilice una pizarra; de modo que, de ser posible, las maestras deberán hacer los arreglos necesarios para disponer de tiza y pizarra para cada una de las lecciones. En la pizarra se podrían trazar o dibujar muchas de las ayudas visuales que se sugiere que se utilicen como pósteres. En *La enseñanza – Guía* (34595 002) y *La enseñanza: El llamamiento más importante* (36123 002) se encuentran otras sugerencias para la enseñanza.

Se debe alentar a los miembros de la clase a estar preparados para las discusiones dentro de la clase al estudiar la lección asignada durante la semana. Se les debe alentar también a llevar sus Escrituras.

### **El dar participación a los miembros que tienen discapacidades**

Durante Su ministerio terrenal, Jesús subió a la montaña cerca del mar de Galilea.

“Y se le acercó mucha gente que traía consigo a cojos, ciegos, mudos, mancos, y otros muchos enfermos; y los pusieron a los pies de Jesús, y los sanó;

“de manera que la multitud se maravillaba, viendo a los mudos hablar, a los mancos sanados, a los cojos andar, y a los ciegos ver; y glorificaban al Dios de Israel” (Mateo 15:30–31).

El Salvador nos puso el ejemplo al sentir compasión hacia las personas que tienen discapacidades. Cuando visitó a los nefitas después de Su resurrección, él dijo:

“He aquí, mis entrañas rebosan de compasión por vosotros.

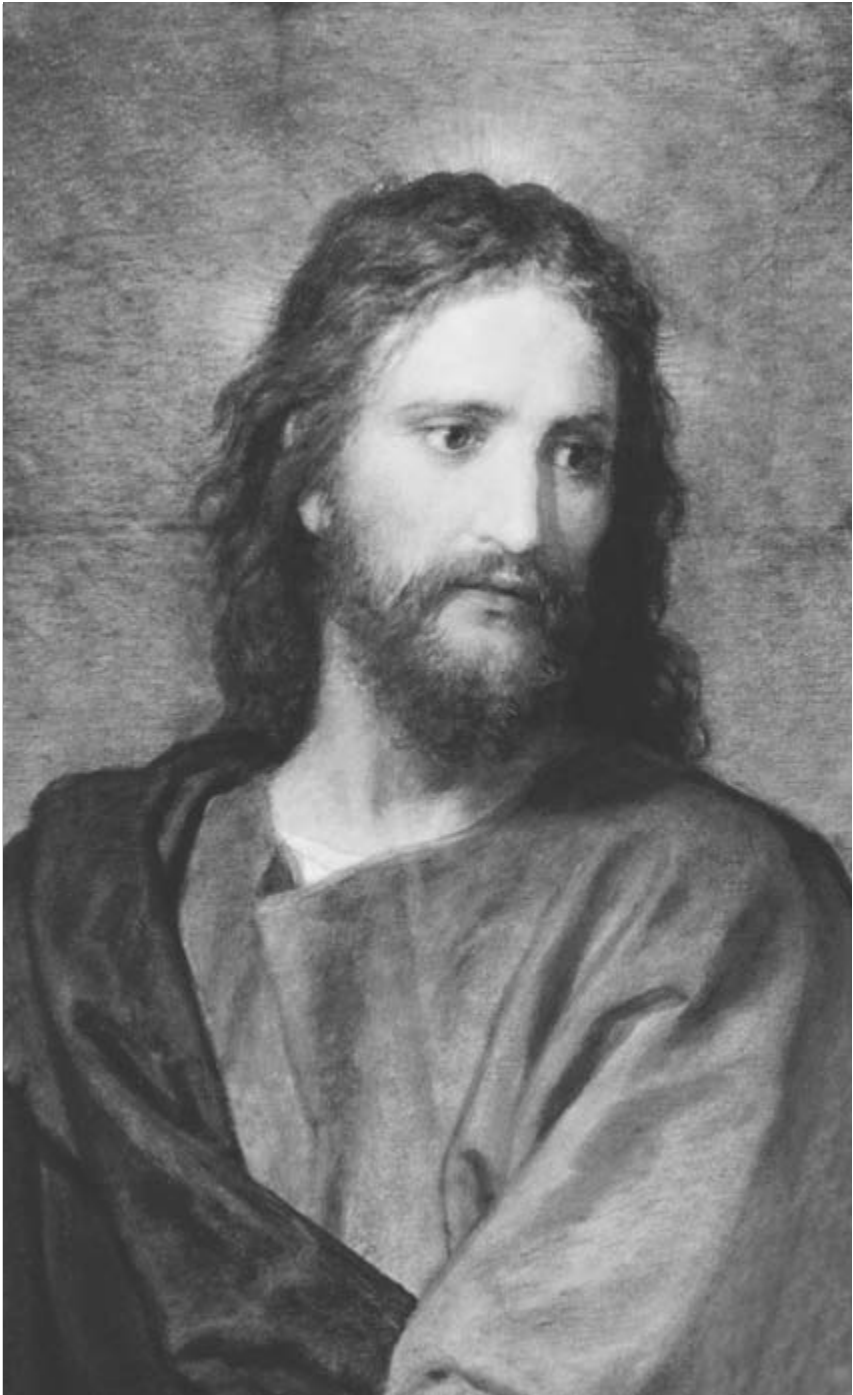
“¿Tenéis enfermos entre vosotros? Traedlos aquí. ¿Tenéis cojos, o ciegos, o lisiados, o mutilados, o leprosos, o atrofiados, o sordos, o quienes estén afligidos de manera alguna? Traedlos aquí y yo los sanaré, porque tengo compasión de vosotros; mis entrañas rebosan de misericordia” (3 Nefi 17:6–7).

En calidad de maestra en un salón de clase de la Iglesia, usted se encuentra en las circunstancias más propicias para demostrar compasión. Las maestras, aunque por lo general no están capacitadas para dar ayuda profesional a los alumnos que tienen discapacidades, deberán tener el deseo de comprender y de incluir a esas alumnas en las actividades de aprendizaje de la clase. Es posible que las alumnas que tengan discapacidades mentales, físicas y emocionales necesiten atención especial. Las siguientes pautas deberán ser de utilidad para tender una mano de ayuda a cada alumna:

- Haga lo posible por comprender las necesidades y aptitudes de cada una de los miembros de la clase.
- Consulte de antemano con una de las alumnas antes de pedirle que lea, ore o participe de cualquier manera. Haga preguntas como éstas: “¿Cómo te sentirías si se te pidiera leer en la clase?” o “¿Te sentirías cómoda al orar en la clase?”. Si fuese apropiado, consulte a los líderes del sacerdocio, los padres y familiares a fin de determinar las necesidades especiales de esa persona.
- Trate de aumentar y mejorar la participación y el aprendizaje de la persona que tenga una discapacidad.
- Asegúrese de que cada una de los miembros de la clase trate a las demás con respeto.
- Sea natural, amigable y afable. Toda hija de Dios necesita amor y comprensión.

En calidad de maestra en la Iglesia, tenga presente que cada miembro, no obstante su capacidad física, mental, emocional o social, tiene el potencial para progresar hacia la exaltación. Usted tiene la obligación de ayudar a cada una de las personas de su clase a aprender los principios del Evangelio. Recuerde las palabras del Salvador: “... en cuanto lo hicisteis a uno de estos mis hermanos más pequeños, a mí lo hicisteis” (Mateo 25:40).





# EL CRISTO VIVIENTE

## EL TESTIMONIO DE LOS APÓSTOLES

### LA IGLESIA DE JESUCRISTO DE LOS SANTOS DE LOS ÚLTIMOS DÍAS

**A**l 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 verdadera.

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 habitarían 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;

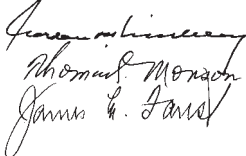
“que por él, por medio de él y de él los mundos son y fueron creados, y sus habitantes son engendrados hijos e hijas para Dios” (D. y C. 76:22-24).

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.

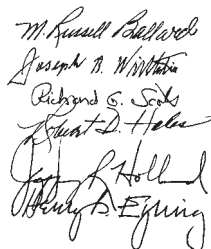
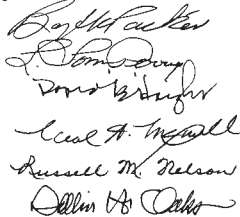
Damos testimonio, en calidad de Sus apóstoles debidamente ordenados, de que Jesús es el Cristo Viviente, el inmortal Hijo de Dios. Él es el gran Rey Emanuel, que hoy está a la diestra de Su Padre. Él es la luz, la vida y la esperanza del mundo. Su camino es el sendero que lleva a la felicidad en esta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



# UNA PROCLAMACIÓN PARA EL MUNDO

LA PRIMERA PRESIDENCIA Y EL CONSEJO DE LOS DOCE APÓSTOLES  
DE LA IGLESIA DE JESUCRISTO DE LOS SANTOS DE LOS ÚLTIMOS DÍAS

*N*OSOTROS, LA PRIMERA PRESIDENCIA y el Consejo de los Doce Apóstoles de La Iglesia de Jesucristo de los Santos de los Últimos Días, solemnemente proclamamos que el matrimonio entre el hombre y la mujer es ordenado por Dios y que la familia es la parte central del plan del Creador para el destino eterno de Sus hijos.

**TODOS LOS SERES HUMANOS**, hombres y mujeres, son creados a la imagen de Dios. Cada uno es un amado hijo o hija espiritual de padres celestiales y, como tal, cada uno tiene una naturaleza y un destino divinos. El ser hombre o mujer es una característica esencial de la identidad y el propósito eternos de los seres humanos en la vida premortal, mortal, y eterna.

**EN LA VIDA PREMORTAL**, los hijos y las hijas espirituales de Dios lo conocieron y lo adoraron como su Padre Eterno, y aceptaron Su plan por el cual obtendrían un cuerpo físico y ganarían experiencias terrenales para progresar hacia la perfección y finalmente cumplir su destino divino como herederos de la vida eterna. El plan divino de felicidad permite que las relaciones familiares se perpetúen más allá del sepulcro. Las ordenanzas y los convenios sagrados disponibles en los santos templos permiten que las personas regresen a la presencia de Dios y que las familias sean unidas eternamente.

**EL PRIMER MANDAMIENTO** que Dios les dio a Adán y a Eva tenía que ver con el potencial que, como esposo y esposa, tenían de ser padres. Declaramos que el mandamiento que Dios dio a sus hijos de multiplicarse y henchir la tierra permanece inalterable. También declaramos que Dios ha mandado que los sagrados poderes de la procreación se deben utilizar sólo entre el hombre y la mujer legítimamente casados, como esposo y esposa.

**DECLARAMOS** que la forma por medio de la cual se crea la vida mortal fue establecida por decreto divino. Afirmamos la santidad de la vida y su importancia en el plan eterno de Dios.

**EL ESOSO Y LA ESOSA** tienen la solemne responsabilidad de amarse y cuidarse el uno al otro, y también a sus hijos. "He aquí, herencia de Jehová son los hijos" (Salmos 127:3). Los padres tienen la responsabilidad sagrada de

educar a sus hijos dentro del amor y la rectitud, de proveer para sus necesidades físicas y espirituales, de enseñarles a amar y a servirse el uno al otro, de guardar los mandamientos de Dios y de ser ciudadanos respetuosos de la ley dondequiera que vivan. Los esposos y las esposas, madres y padres, serán responsables ante Dios del cumplimiento de estas obligaciones.

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

**ADVERTIMOS** a las personas que violan los convenios de castidad, que abusan de su cónyuge o de sus hijos, o que no cumplen con sus responsabilidades familiares, que un día deberán responder ante Dios. Aún más, advertimos que la desintegración de la familia traerá sobre el individuo, las comunidades y las naciones las calamidades predichas por los profetas antiguos y modernos.

**HACEMOS UN LLAMADO** a los ciudadanos responsables y a los representantes de los gobiernos de todo el mundo a fin de que ayuden a promover medidas destinadas a fortalecer la familia y mantenerla como base fundamental de la sociedad.

*El presidente Gordon B. Hinckley leyó esta proclamación como parte de su mensaje en la Reunión General de la Sociedad de Socorro, el 23 de septiembre de 1995, en Salt Lake City, Utah, E.U.A.*

# Somos

hijas espirituales de Dios amadas por Él, y nuestra vida tiene significado, propósito y dirección. Como hermandad mundial, estamos unidas en nuestra adevoción a Jesucristo, que es nuestro Salvador y nuestro Ejemplo. Como mujeres de fe, de virtud, de visión y de caridad que somos:



*I*ncrementamos nuestro testimonio de Jesucristo por medio de la oración y del estudio de las Escrituras.



*P*rocuramos adquirir fortaleza espiritual al seguir los susurros del Espíritu Santo.



*E*stamos consagradas al fortalecimiento del matrimonio, de la familia y del hogar.



*C*onsideramos que es noble ser madre y que es un gozo ser mujer.



*N*os deleitamos en prestar servicio y en hacer obras buenas.



*A*mamos la vida y el aprendizaje.



*D*efendemos la verdad y la rectitud.



*A*poyamos el sacerdocio como la autoridad de Dios sobre la tierra.



*N*os regocijamos en las bendiciones del templo, comprendemos nuestro destino divino y nos esforzamos por alcanzar la exaltación.



# PRINCIPIOS Y DOCTRINA DEL EVANGELIO



# FE EN JESUCRISTO

## L e c c i ó n 1

---

Esta lección tiene como fin fortalecer nuestra fe en Jesucristo.

### **¿Qué es fe?**

“... fe no es tener un conocimiento perfecto de las cosas; de modo que si tenéis fe, tenéis esperanza en cosas que no se ven, y que son verdaderas” (Alma 32:21).

- ¿Qué es fe? ¿Ha ejercido su fe este día?

### **Es preciso aprender la verdad**

Para incrementar la fe en Jesucristo, debemos saber quién es Él. No podemos tener fe en Él si no sabemos nada de Él. No podemos tener fe en Él a menos que lo que sepamos de Él sea verdad.

Pocas personas han visto al Salvador. La mayoría de nosotros jamás le verá en esta vida mortal, pero es nuestro privilegio y deber saber la verdad acerca de Él. A través del testimonio del Espíritu podemos adquirir un conocimiento verdadero de Él, y al saber la verdad acerca del Señor, nos servirá para confiar en Él, obedecerlo y contar en que Él nos ayude cuando ya no podamos hacer nada por nosotros mismos.

- ¿Por qué es importante aprender ideas verdaderas en cuanto a Jesucristo?

“Pero sin fe es imposible agradar a Dios; porque es necesario que el que se acerca a Dios crea que le hay, y que es galardonador de los que le buscan” (Hebreos 11:6).

De este pasaje de las Escrituras aprendemos varias verdades en cuanto a la fe: que para agradar a Dios, (1) debemos tener fe en Él, (2) debemos creer que Él existe, y (3) debemos creer que Él nos contestará cuando tratemos arduamente de conocerlo o de obtener Su ayuda.

- Pida a las hermanas que relaten en qué forma el conocer los verdaderos principios del Evangelio les ha producido paz o felicidad.



*1-a, Una mujer estudia las Escrituras para saber más sobre Jesucristo.*





*1-b, Los misioneros enseñan el Evangelio a la gente de todo el mundo.*

- Muestre las láminas 1-a, “Una mujer estudia las Escrituras para saber más sobre Jesucristo”, 1-b, “Los misioneros enseñan el Evangelio a la gente de todo el mundo”; y 1-c, “Una familia estudia las Escrituras”.

A fin de aprender la verdad acerca de Jesucristo y Su Evangelio, debemos estudiar las Escrituras y escuchar los testimonios de los siervos del Señor sobre la tierra. Si somos humildes, sinceros y devotos, podremos llegar a saber por nosotros mismos que Él es el Unigénito Hijo de nuestro Padre Celestial, que vive hoy en día, y que nos ama a cada uno de nosotros a pesar de nuestras imperfecciones. Podemos aprender que Él sabe toda verdad, y que revelará ésta a todos aquellos que trabajen arduamente para encontrarla. Podemos aprender que Él es un Dios justo que castiga al inicuo y que es también un Dios misericordioso con aquellos que se arrepienten. Podemos llegar a saber que Él pagó por nuestros pecados y trajo la resurrección para todos. La fe en Jesucristo nace en nuestro interior cuando esas verdades se arraigan en nuestro corazón y las dudas y los temores comienzan a dispersarse.

- ¿En qué manera el estudio de las Escrituras nos ayuda a reemplazar la duda y el temor por la fe? ¿Qué otras cosas nos ayudan a incrementar nuestra fe?
- Pida a algunas de las hermanas que relaten brevemente la forma en que han adquirido fe en Jesucristo.

### **Debemos ejercitar nuestra fe**

Podemos saber la verdad por medio del estudio de las Escrituras, al ayunar y orar, así como también al escuchar el testimonio de los demás. Sin embargo, el sólo creer en la verdad no quiere decir que estemos ejercitando nuestra fe. Hay personas que creen que Jesús es nuestro Salvador y que el Evangelio es verdadero, pero no guardan Sus mandamientos; por lo tanto, esas personas no están ejercitando la fe. La fe requiere actividad. Si tenemos fe, confiaremos en que Jesucristo nos ayudará a encontrar las formas para vivir de acuerdo con Sus mandamientos.

Las Escrituras nos enseñan lo siguiente:

“Fíate de Jehová de todo tu corazón, y no te apoyes en tu propia prudencia.

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

Nefi es un ejemplo de un joven que tuvo fe y confió en el Señor para que le ayudara a guardar los mandamientos. Por mandato del Señor, el padre de Nefi encomendó a él y a sus hermanos que regresaran para obtener los anales de sus antepasados, que estaban en posesión de Labán, un hombre poderoso e inicuo. Ellos temían a Labán en gran



*1-c, Una familia estudia las Escrituras.*

manera; sin embargo, cuando se les pidió que llevaran a cabo esa difícil tarea, Nefi expresó su fe en el Señor, diciendo: "... Iré y haré lo que el Señor ha mandado, porque sé que él nunca da mandamientos a los hijos de los hombres sin prepararles la vía para que cumplan lo que les ha mandado" (1 Nefi 3:7).

- ¿Por qué estaba Nefi dispuesto a obedecer al Señor?

En la actualidad hay muchos miembros de la Iglesia, jóvenes y adultos, que tienen fe semejante a la de Nefi. La hermana Sachiko Hotta, de Nagoya, Japón, relata la siguiente historia:

"Antes de que mi esposo y yo contrajéramos matrimonio, acordamos en que la Iglesia era lo más importante de nuestra vida y que debíamos emplear nuestro tiempo y los talentos que tuviéramos a su servicio. Pero pronto nos dimos cuenta de que resultó mucho más fácil decirlo que hacerlo.

"Después de contraer matrimonio, mi esposo y yo tuvimos que mudarnos a un apartamento que quedaba bastante retirado del centro de reuniones. Iba en bicicleta hasta la estación ferroviaria, abordaba el tren que iba a la siguiente ciudad y después tomaba el ómnibus para llegar hasta la capilla, todo lo cual tomaba una hora y media; y, desde luego, si perdía el primer tren y tenía que esperar el siguiente, el viaje se alargaba más de dos horas. A raíz de esa situación, al presidente de la rama se le hacía difícil darnos una asignación. Además, tres meses después de casarnos, mi esposo enfermó gravemente y tuvo que estar internado en el hospital, de modo que yo me vi obligada a conseguir trabajo para sostenernos. Cada día, después del trabajo, iba al hospital a visitar a mi esposo y trataba de pasar por la capilla después, pero parecía que no había suficientes horas en el día.

"Todo eso me preocupaba, y sabía que si viviésemos más cerca, me sería posible tener un llamamiento en la Iglesia. Sin embargo, las propiedades cercanas a la capilla eran sumamente caras, y ni siquiera nos era posible alquilar un apartamento en esa zona tan exclusiva, y mucho menos comprar una casa. Lógicamente, sabía que era imposible, pero en las Escrituras se enseña que si oramos siempre, seremos escuchados (véase Lucas 18:1-5). De modo que oré sin cesar. No sabía cómo el Señor podría contestar una petición tan imposible; simplemente oré. Poco después, un tío que vivía a sólo trece minutos de la capilla, decidió repentinamente mudarse y nos ofreció su hermosa casa. Supe que se había contestado mi oración. Nos sentíamos tan felices porque al fin podríamos trabajar en la Iglesia. Para entonces, a mi esposo se le había dado el alta del hospital y pudimos asistir juntos a nuestras reuniones.

"Después de habernos mudado, la Iglesia anunció los planes que se tenían de construir una capilla en Nagoya, y todos comenzamos a trabajar arduamente con el fin de recaudar fondos para el fondo de

construcción. Poco antes de eso, mi esposo decidió emprender su propio negocio: una panadería. Como teníamos muy poco dinero, usamos nuestros ahorros para comenzar el negocio y utilizamos mi sueldo mensual para vivir. No sabíamos de dónde sacar dinero para contribuir al fondo de construcción, especialmente porque yo me encontraba embarazada y no podría trabajar mucho tiempo más. Aunque el negocio de mi marido iba prosperando, no teníamos suficiente para vivir, donar al fondo de construcción y prepararnos para recibir al bebé. Trabajé lo suficiente para obtener mi aguinaldo y lo aparté para pagar los gastos de la llegada del bebé; ese era todo el dinero que teníamos.

“Una noche, el presidente de la rama nos llamó y nos dijo que faltaba muy poco para completar el fondo de construcción, y nos preguntó si podíamos ayudar. El único dinero de que disponíamos era para el bebé que pronto nacería; y como era todo lo que teníamos, también era lo único que podríamos contribuir. Esa noche llevamos el dinero al presidente de la rama. Era exactamente la cantidad necesaria para completar la asignación que la rama haría para la nueva capilla.

“Después de eso, no nos preocupamos de dónde obtendríamos el dinero para pagar los gastos de nuestro hijo; sabíamos que el Señor nos ayudaría. Por supuesto sentía cierta preocupación, pero cuando pensaba en ello, siempre me invadía un sentimiento de paz.

“Al mes siguiente, mi esposo fue contratado para un empleo de jornada completa... en la zona de Nagoya. Ni siquiera sabíamos que existiera ese trabajo. Con su nuevo sueldo, tendríamos lo suficiente para pagar las cuentas del hospital cuando naciera nuestro hijo. Dios dice que debemos hacer todo lo que esté de nuestra parte y que, después, dejemos lo demás en Sus manos. Yo sé que es verdad” (véase “A dos horas de la capilla”, *Liahona*, junio de 1976, pág. 8).

- Después de que la hermana Hotta oró con fe para poder servir en la Iglesia, ¿en qué forma bendijo el Señor a su familia? ¿En qué forma bendijo el Señor a los hermanos Hotta al donar a la Iglesia el dinero que tenían reservado para su bebé?

La hermana Hotta dio una buena descripción de lo que es la fe. El tener fe significa hacer lo que esté de nuestra parte para vivir los principios del Evangelio (aun cuando lógicamente parezca imposible). El Señor ha prometido que Él nos ayudará si hemos hecho todo lo que esté de nuestra parte y ejercemos esa fe.

### **La fe se mantiene activa mediante la obediencia**

La fe es como una planta llena de vida; si no la alimentamos ni protegemos se marchitará y morirá. La forma de mantener viva nuestra fe es por medio de la obediencia a los principios del Evangelio conforme los aprendamos. “La fe es un don de Dios otorgado como un galardón a la

rectitud personal” (Bruce R. McConkie, *Mormon Doctrine*, pág. 214). Nuestra fe se debilitará si comenzamos a quebrantar los mandamientos. Satanás utiliza muchos medios para persuadirnos a descuidar los mandamientos de Dios y de esa forma debilita nuestra fe.

- Muestre la lámina 1–d, “Nefi reprende a sus hermanos mayores a causa de su iniquidad”.

En 1 Nefi leemos sobre Lamán y Lemuel, los hermanos de Nefi. El padre de éstos, Nefi, y aun los ángeles, les enseñaron muchos principios verdaderos, pero ellos nunca adquirieron la fe porque se les hizo difícil aceptar lo que Lehi y Nefi enseñaron, y eligieron no vivir de acuerdo con esos principios verdaderos. Se quejaban de que los mandamientos eran muy difíciles de cumplir; criticaban a su padre y hermano y no quisieron hacer lo que se les mandaba. No tardaron en caer en el pecado.

Nefi, en cambio, hizo todo lo que se le pidió hacer y confió en el Señor. Dios compensó su fe y muchos milagros ocurrieron en la vida de Nefi; pudo construir un barco aun cuando no sabía nada en cuanto a la construcción de barcos; le fue dado poder que superaba sus habilidades naturales y pudo derrotar los planes inicuos de sus hermanos. Tuvo el privilegio de ver visiones y hablar con un ángel de Dios. A causa de su obediencia, fue bendecido con mayor fe, y debido a esa fe, tuvo el poder de Dios en su vida.

Nosotros también podemos mantener la fe viva mediante la obediencia. Podemos fortalecer nuestra fe por medio del ayuno y la oración, la lectura de las Escrituras, al asistir a las reuniones de la Iglesia, y hacer las cosas que nos pidan hacer los líderes de la Iglesia. Podemos mantener nuestra fe fuerte si no criticamos ni nos quejamos.

- ¿Por qué el criticar y quejarnos debilitan nuestra fe?

La fe de cada uno de nosotros será probada. Es posible que pensemos que el Señor no se ha dado cuenta de nuestra fe y obediencia, o quizás pensemos que Él está muy lejos de nosotros, que no ha visto nuestras penas y que no contestará nuestras oraciones. Cuando lleguen esos momentos, será de mucha ayuda el darnos cuenta de que nuestra fe está siendo probada. Si perseveramos con paciencia y continuamos haciendo lo correcto, se nos dará la fortaleza para superar nuestras tribulaciones; seremos recompensados por nuestra fe y obediencia.

Moroni enseñó que “... fe es las cosas que se esperan y no se ven; por tanto, no contendáis porque no veis, porque no recibís ningún testimonio sino hasta después de la prueba de vuestra fe” (Éter 12:6).

Y el Señor dijo: “Es preciso que los de mi pueblo sean probados en todas las cosas, a fin de que estén preparados para recibir la gloria que



*1-d, Nefi reprende a sus hermanos mayores a causa de su iniquidad.*

tengo para ellos, sí, la gloria de Sión; y el que no aguanta el castigo, no es digno de mi reino” (D. y C. 136:31).

### **Conclusión**

Es importante que nutramos nuestra fe por medio del ayuno y la oración, la obediencia a los mandamientos del Señor, la lectura de las Escrituras, la asistencia a las reuniones de la Iglesia y el hacer lo que nos pidan nuestros líderes de la Iglesia. Cuando lo hagamos, tendremos la fortaleza para hacer frente a las dificultades que se nos presenten en la vida.

### **Desafío**

Determine la forma en que va a fortalecer su fe. Como recordatorio, escriba sus decisiones en una hoja de papel. Durante la semana, lea Alma 32:17–43 y Moroni 7:33–39.

### **Escrituras adicionales**

- Mateo 8:5–10 (la curación por medio de la fe).
- Mateo 17:20 (con fe no hay nada imposible).
- Marcos 9:23 (con fe todo es posible).
- Lucas 8:43–48 (la curación por medio de la fe).
- Juan 20:24–29 (bienaventurados los que creen).
- Romanos 10:13–17 (para tener fe, debemos escuchar la palabra de Dios).
- 2 Corintios 5:6–7 (andamos por medio de la fe).
- 1 Nefi 3 (la fe de Nefi).
- 1 Nefi 4 (poder por medio de la fe).
- Alma 32:17–43 (el discurso de Alma sobre la fe).
- Moroni 7:33–39 (la fe obra milagros).

---

### **Preparación de la maestra**

Antes de presentar la lección debe hacer lo siguiente:

1. Estudiar *Principios del Evangelio*, capítulo 11: “La vida de Cristo” y el capítulo 18: “Fe en Jesucristo”.
2. Estudiar 1 Nefi 3–4 y Alma 32:17–43.
3. Asignar a los miembros de la clase que presenten cualquier relato, Escritura o cita que usted desee.



# ARREPENTIMIENTO

## L e c c i ó n 2

---

Esta lección tiene como fin ayudarnos a comprender y a utilizar el principio del arrepentimiento.

### ¿Qué significa arrepentirse?

Cada uno de nosotros se encuentra en una jornada por la vida, encaminados hacia un destino eterno. Mientras viajamos, oímos voces que nos llaman; una es la voz del Señor que nos persuade a hacer lo bueno; la otra es la voz de Satanás, que nos tienta a hacer el mal. Somos libres de escoger entre las dos y de actuar por nosotros mismos.

- Lea 2 Nefi 2:16, 27–29.

A veces es fácil confundir esas voces. Tal vez pensemos que estamos haciendo lo correcto, cuando en realidad hemos sido engañados. Conforme aprendemos el Evangelio de Jesucristo, nos damos cuenta de que no siempre hemos elegido hacer lo correcto; nos damos cuenta de que tal vez no estemos en el camino debido. Si continuamos por el sendero equivocado, llegaremos al final de la jornada y comprenderemos que no estamos en el reino celestial. El desviarse del camino correcto se llama *pecado*; el corregir nuestro curso a fin de que nuevamente nos encaminemos hacia el reino celestial se llama *arrepentimiento*.

Jesucristo nos prometió:

“De cierto, así dice el Señor: Acontecerá que toda alma que deseche sus pecados y venga a mí, invoque mi nombre, obedezca mi voz y guarde mis mandamientos, verá mi faz y sabrá que yo soy;

“y que yo soy la luz verdadera que ilumina a todo hombre que viene al mundo” (D. y C. 93:1–2).

“Yo soy la luz del mundo; el que me sigue, no andará en tinieblas, sino que tendrá la luz de la vida” (Juan 8:12).

- ¿Qué significa andar “en tinieblas”? ¿tener “la luz de la vida”?
- Muestre la lámina 2–a, “Al igual que un faro en las tinieblas, Jesucristo nos muestra el camino a la felicidad y la vida eterna”.



*2-a, Al igual que un faro en las tinieblas, Jesucristo nos muestra el camino a la felicidad y la vida eterna.*

Jesucristo nos mostró la forma de llegar al reino celestial y estar con nuestro Padre Celestial. Él es nuestro faro en las tinieblas. Cuando andamos en el sendero correcto, viajamos en la luz (véase Juan 8:12). Podemos ver el sendero verdadero que debemos seguir. Cuando nos desviamos del camino correcto, nos perdemos en las tinieblas. Al igual que un barco que se ha desviado del sendero iluminado por un faro y navega cerca de rocas peligrosas y aguas traicioneras, nos exponemos a las trampas que nos tiende Satanás para que no lleguemos a nuestro destino. Una vida llena de pecado no nos conducirá a la felicidad al final de la jornada. Cuanto más nos acerquemos al pecado, mayor será el poder que tendrá Satanás en nosotros. Es por eso que Jesús nos dijo: "... todo aquel que hace pecado, esclavo es del pecado" (Juan 8:34).

Satanás se complace cuando pecamos, ya que él quiere tenernos en su poder. Su voz nos dice que lo malo que hicimos estaba bien; nos dice que teníamos sobrada razón para hacerlo, y estábamos justificados en cometer pecado (véase 2 Nefi 28:21–22). Él quiere que pensemos que el pecado no es tan serio como en realidad lo es. Él sabe que en tanto hagamos excusas para pecar, no nos arrepentiremos totalmente.

Jesucristo sabe que ésta es la forma en que trabaja Satanás; es por esa razón que nos ha bendecido con la luz de Cristo, a la que a veces se le conoce como *conciencia*. La luz de Cristo nos ayudará a distinguir la diferencia entre lo bueno y lo malo (véase Moroni 7:15–16. La voz del Espíritu nos induce, exhortándonos a arrepentirnos y a volver al camino correcto.

Jacob, que hablaba con el poder de Dios, intentó despertar al pueblo, amonestándoles en cuanto a sus pecados con estas palabras:

"¡Oh, mis queridos hermanos, apartaos de vuestros pecados! Sacudid de vosotros las cadenas de aquel que quiere ataros fuertemente; venid a aquel Dios que es la roca de vuestra salvación.

"Preparad vuestras almas para... el día del juicio, a fin de que no os encojáis de miedo espantoso; para que no recordéis vuestra horrorosa culpa con claridad, y os sintáis constreñidos a exclamar: ¡Santos, santos son tus juicios, oh Señor Dios Todopoderoso; mas reconozco mi culpa; violé tu ley, y más son mis transgresiones; y el diablo me ha atrapado, por lo que soy presa de su terrible miseria!

"Mas he aquí, mis hermanos ¿conviene que yo os despierte a la terrible realidad de estas cosas? ¿Atormentaría yo vuestras almas si vuestras mentes fueran puras? ¿Sería yo franco con vosotros, según la claridad de la verdad, si os hallaseis libres del pecado?

"He aquí, si fueseis santos, os hablaría de cosas santas; pero como no sois santos, y me consideraréis como maestro, es menester que os enseñe las consecuencias del pecado" (2 Nefi 9:45–48).

Cuando percibimos lo terrible de nuestros pecados, elegimos continuar cometiéndolos, o decidimos valientemente admitir nuestros errores y enmendarlos. Si elegimos continuar en nuestro pecado, Satanás nos atará más y más hasta que al final perdamos todo deseo de arrepentirnos. Si escogemos arrepentirnos, nuestro Padre Celestial y Jesucristo nos ayudarán a vencer nuestros pecados, y disfrutaremos bendiciones de gozo y paz.

- Lea Alma 34:32–35. ¿Por qué no es aconsejable postergar nuestro arrepentimiento?

### **Todos tenemos necesidad de arrepentirnos**

- Lea Romanos 3:23.

Todos debemos arrepentirnos de las cosas que no debimos haber hecho, como decir una mentira, chismorrear, o tomar el nombre del Señor en vano. También debemos arrepentirnos por *no* hacer las cosas que *debíamos* hacer, como pagar nuestro diezmo, orar con frecuencia, guardar sagrado el día de reposo, ofrecer amistad a nuestro prójimo o llevar a cabo una asignación. Debemos reconocer el Espíritu del Señor que nos inspira a superar nuestros errores y a seguir esa inspiración.

“Un joven expresó su testimonio: ‘Pienso en todo el pesar que les causé a mis padres, y a mí mismo, al no darme cuenta de que el pecado no trae la felicidad. Después de terminar mis estudios secundarios, me mudé a otro lado y empecé a beber, a fumar y a usar drogas. Pensaba que lo estaba pasando muy bien, pero ahora me doy cuenta de que en realidad llevaba una vida miserable.

“ ‘Un día me puse a pensar: “¿Qué pasaría si mis padres me vieran ahora? ¿Qué pensarían?”.

“ ‘Entonces hice un esfuerzo por cambiar... Nunca lo hubiera logrado sin la ayuda de algunos nuevos amigos, de un obispo comprensivo y sin la ayuda del Espíritu Santo. Pero con su ayuda pude arrepentirme. Ahora me doy cuenta de lo desdichado que me sentía. Testifico que el arrepentimiento y un vivir recto traen la felicidad. Sé por experiencia propia que el Señor siempre está dispuesto a ayudarnos a cambiar, si tan sólo se lo permitimos’ ” (Jay A. Parry, “Miracles Today?”, *Ensign*, enero de 1978, pág. 56).

Al arrepentirnos de nuestros pecados, nos acercamos más a la senda correcta. Cuando nos encontramos en el camino correcto que conduce al reino celestial, nos damos cuenta de que todas las leyes de Dios son importantes; llegamos a ser más como Jesucristo y vemos el pecado de la misma forma que Él lo ve. No podemos ver el pecado con el más mínimo grado de tolerancia (véase D. y C. 1:31). En otras palabras, no po-

demos tolerar el pecado en ninguna forma. Ésta debe ser nuestra meta. Aunque no seamos perfectos, debemos recordar nuestra meta y esforzarnos por obtenerla.

- Lea Éter 12:27.

Si somos humildes al orar y le pedimos al Señor que nos muestre nuestras debilidades y pecados, Él lo hará.

### **El arrepentimiento verdadero trae el perdón**

Cuando nos damos cuenta de que todos nuestros pecados son abominables ante el Señor, sentimos por ellos “la tristeza que es según Dios” (2 Corintios 7: 10). No podemos recordarlos sin que nos causen punzadas de culpabilidad y remordimiento; nos abruma y se convierten en una carga pesada. Empezamos a sentir una pequeña porción del gran pesar que Jesucristo padeció cuando sufrió y murió por nosotros. (Véase Alma 36:12–11.)

- Muestre la lámina 2-b, “Cristo orando en el Jardín de Getsemaní”.

Cuánta alegría debería darnos no tener que llevar siempre sobre nosotros esa carga. Podemos desecharla por medio del arrepentimiento y del gran amor que nuestro Señor Jesucristo mostró por nosotros, al sufrir, derramar Su sangre y morir por nuestros pecados, a fin de que no tuviéramos que padecer de lleno si nos arrepentíamos. (Véase *Principios del Evangelio*, capítulo 12, “La expiación”.)

- Muestre la lámina 2-c, “Cristo expió nuestros pecados con la condición de que nos arrepintiésemos”.

Jesús dijo:

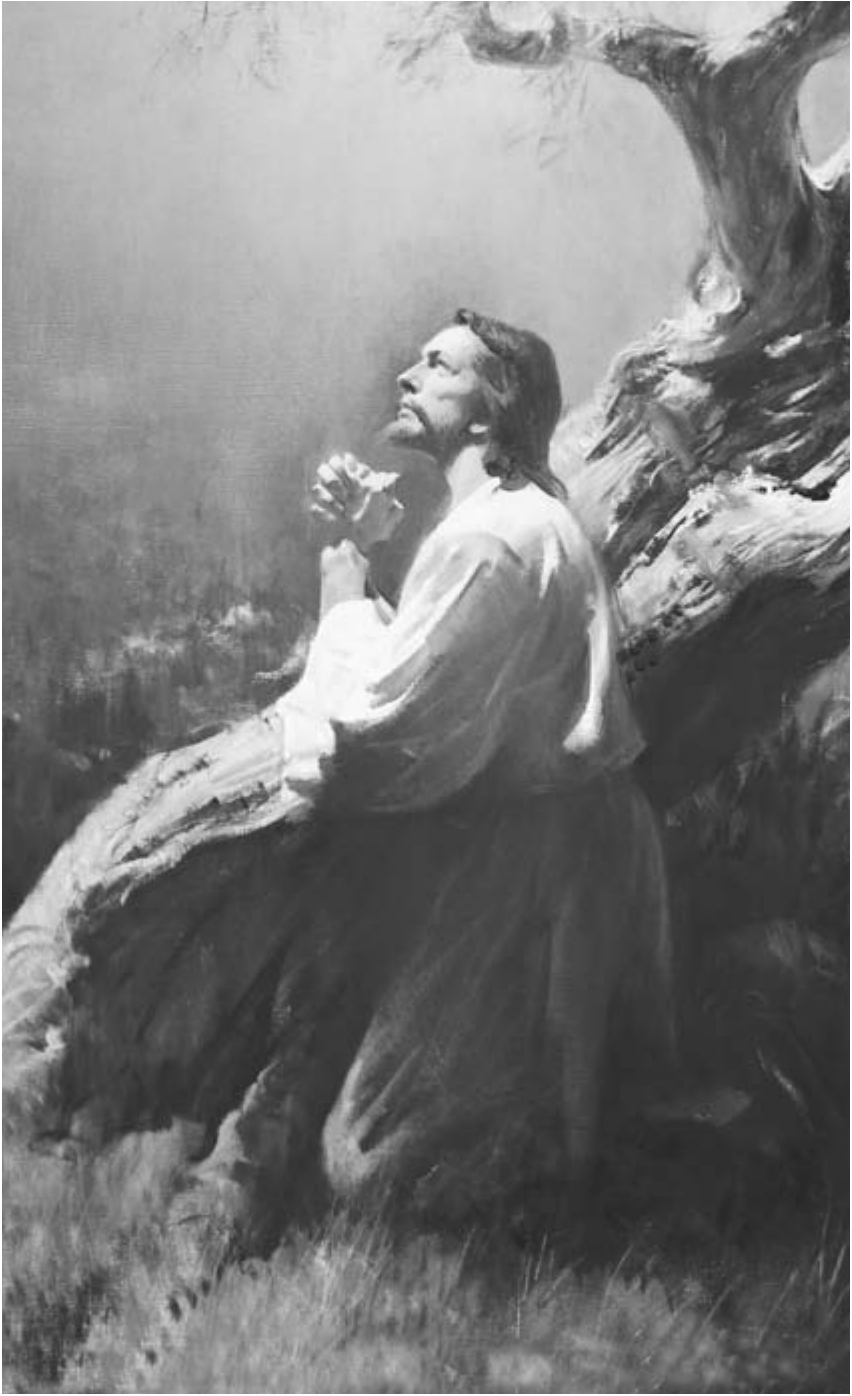
“Porque, he aquí, yo, Dios, he padecido estas cosas por todos, para que no padezcan, si se arrepienten.

“mas si no se arrepienten, tendrán que padecer así como yo;

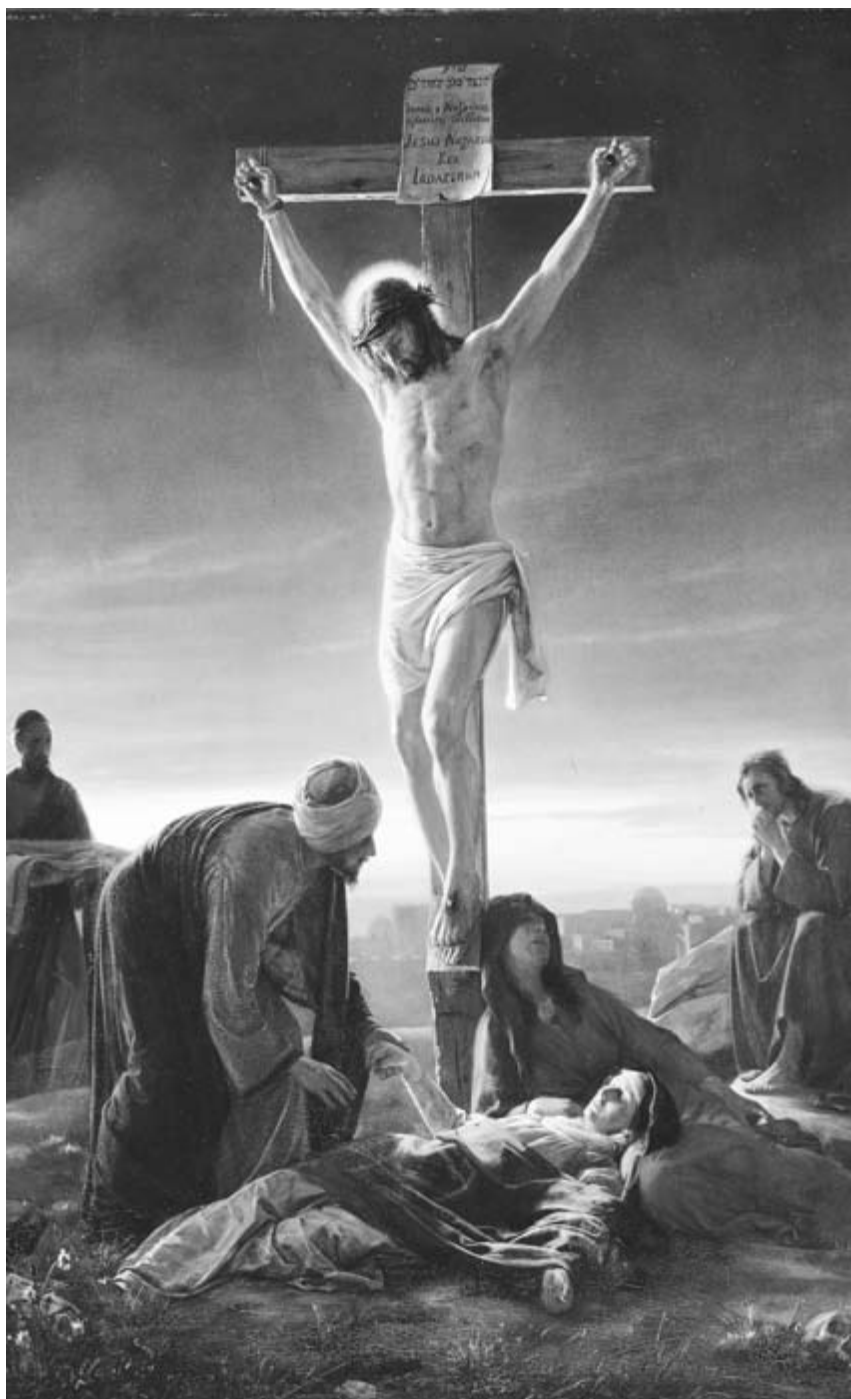
“padecimiento que hizo que yo, Dios, el mayor de todos, temblara a causa del dolor y sangrara por cada poro y padeciera, tanto en el cuerpo como en el espíritu” (D. y C. 19:16–18).

A fin de arrepentirnos, debemos seguir cierto proceso; ese proceso se explica en *Principios del Evangelio*, capítulo 19, págs. 122–127.

- Muestre la lámina 2-d, “Los pasos del arrepentimiento nos llevan del pesar al gozo de guardar los mandamientos”.



*2-b, Cristo orando en el Jardín de Getsemaní.*



*2-c, Cristo expió nuestros pecados con la condición de que nos arrepintamos.*

- Analicen las siete partes del arrepentimiento que figuran en *Principios del Evangelio* capítulo 19. Si es posible, permita que participen varias hermanas. Presente una lámina en la que figure la lista siguiente, o acuda a la información que aparece en la pizarra:

1. Reconocer el pecado.
2. Sentir pesar por el pecado.
3. Abandonar el pecado.
4. Confesar el pecado.
5. Hacer restitución.
6. Perdonar a los demás.
7. Guardar los mandamientos de Dios.

Debido a que Jesucristo pagó nuestros pecados, Él tiene el poder para perdonarnos. Si seguimos el proceso del arrepentimiento, el Salvador promete que nos perdonará nuestros pecados y no los recordará más.

- Lea D. y C. 58:42.

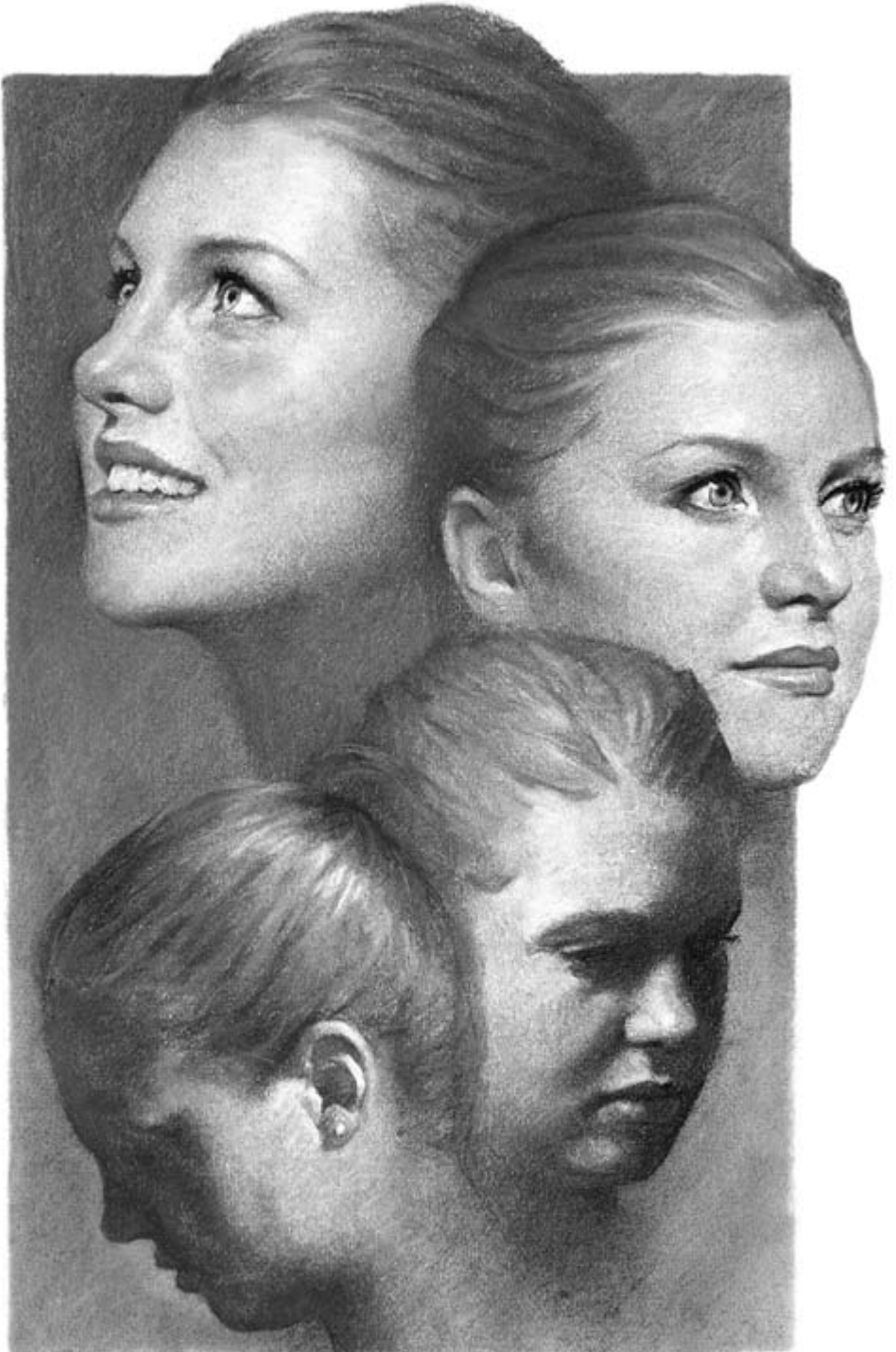
Por medio del arrepentimiento nos volvemos limpios y puros; podemos mirar nuestra vida pasada y recordar nuestros pecados, pero sin aflicción. En vez de ello, sentimos paz. Un misionero relató una historia que ilustra el perdón que cada uno de nosotros puede recibir si verdaderamente nos arrepentimos.

Una jovencita, la cual estaba a punto de ser bautizada, dudaba que su arrepentimiento por los pecados cometidos en su adolescencia pudiera ser aceptado por el Señor, de modo que continuaba orando para asegurarse de que el Señor la había perdonado. Poco después de su bautismo, el élder que le confirmó el don del Espíritu Santo, dijo:

“Al poner mis manos sobre la cabeza de ella y decirle que recibiera el Espíritu Santo, sentí como si su cuerpo se hubiera sacudido por una descarga eléctrica. Me alarmé por unos momentos, pero luego recobré la calma y finalicé la oración. Como es costumbre en la Iglesia, después me acerqué a ella para felicitarla, y me di cuenta de que se encontraba en un estado de estupor. Mantenía cerrados los ojos y le corrían lágrimas por las mejillas. Estuvo así como por cinco minutos, luego, repentinamente, movió la cabeza, se puso de pie y se dirigió a su asiento.

“Por supuesto, sentía curiosidad por saber la razón de su extraña reacción mientras la confirmaba; de modo que más tarde le pregunté acerca de eso. Me dijo que por su cuerpo había pasado la sensación más hermosa, limpia y dulce; un espíritu bello, refrescante y purificador que jamás había experimentado en su vida”.





*2-d, Los pasos del arrepentimiento nos conducen de la tristeza que es según Dios al gozo de guardar los mandamientos.*

Los resultados de esa experiencia fueron sorprendentes. En un espacio de tres días le cambió la expresión de la cara; aun sus rasgos físicos se volvieron más finos y leves, y sus ojos tenían una expresión más serena. El élder dijo: “Mi compañero y yo obtuvimos un gran testimonio al ver el verdadero cambio que puede efectuar el Espíritu del Señor en una persona arrepentida, tanto espiritual como físicamente, en un ser mucho más bello y hermoso. El poder purificador que tiene el Espíritu Santo en las aguas del bautismo es muy real” (Véase “Cleansed at Baptism”, Margie Calhoun Jensen, comp., *When Faith Writes the Story*, págs. 18–19).

Éste es un relato dramático sobre el poder que el Espíritu del Señor tiene para limpiarnos. Aunque pocos de nosotros tendremos una experiencia semejante, podemos recibir el mismo espíritu dulce y limpio.

### **Conclusión**

Durante nuestra vida utilizamos el principio del arrepentimiento para despojarnos del pecado y dirigir nuestro camino hacia el reino celestial. Es una gran bendición saber que si nos arrepentimos verdaderamente, el Señor nos perdona y no se acuerda más de nuestros pecados.

### **Desafío**

Haga un examen de conciencia sobre su vida y vea cómo puede arrepentirse. Lea Mosíah 27 y Alma 36. Revise el capítulo 19 en el manual *Principios del Evangelio*.

### **Escrituras adicionales**

- 2 Corintios 7:8–11 (Porque la tristeza que es según Dios produce arrepentimiento)
- 1 Juan 1:8–9 (todos hemos pecado)
- Enós 1:8 (los pecados son perdonados por la fe)
- Mosíah 26:29–31 (confiesa los pecados y perdónense unos a otros)
- Doctrina y Convenios 42:18–29 (guardar los mandamientos)

---

### **Preparación de la maestra**

Antes de presentar la lección debe hacer lo siguiente:

1. Estudiar *Principios del Evangelio*, capítulo 12: “La Expiación” y capítulo 19: “Arrepentimiento”.
2. Estudiar Mosíah 27 y Alma 36.
3. Preparar el póster que se sugiere en la lección o escribir la información en la pizarra.
4. Asignar a miembros de la clase para que presenten cualquier relato, pasaje de las Escrituras o citas que usted desee.

# EL BAUTISMO: UN CONVENIO CONTINUO

## Lección 3

---

Esta lección tiene como fin animarnos a continuar viviendo los convenios que hicimos al bautizarnos.

### **El bautismo proporciona un nuevo comienzo**

El deseo de nuestro Padre Celestial es que todos sus hijos tengamos fe en Él y en Su Hijo Jesucristo, y que nos arrepintamos de nuestros pecados. Después de arrepentirnos, somos bautizados en la Iglesia de Cristo. El bautismo es necesario para nuestra salvación, pero el hecho de ser bautizados no es suficiente, sino que debemos empezar una vida nueva y continuar progresando hacia la perfección.

El profeta Alma preguntó a su pueblo después de ser bautizados: "... ¿Habéis nacido espiritualmente de Dios? ¿Habéis recibido su imagen en vuestros rostros? ¿Habéis experimentado este gran cambio en vuestros corazones?" (Alma 5:14). ¿Hemos sentido todos un cambio en nuestro corazón y ha renacido nuestro espíritu? Debemos esforzarnos por sentirnos así después de nuestro bautismo en la Iglesia de Jesucristo.

El bautismo era el principio de ese "gran cambio" que todos debemos sentir a fin de volver a la presencia de nuestro Padre Celestial (véase Alma 5:13-14 y Mosíah 5:7-9). Al vivir de acuerdo con nuestros convenios, nuestros deseos y acciones cambian y llegamos a ser más y más como nuestro Padre Celestial. Al bautizarnos, somos sumergidos en el agua. En las Escrituras esto se compara al ser sepultados, o al dejar atrás al viejo yo (véase Romanos 6:4; D. y C. 76:51). Al salir del agua, nos encontramos limpios y damos comienzo a una nueva vida. Esa nueva vida se inició con un acuerdo perdurable con Dios: si nosotros hacemos nuestra parte, Él hará la Suya. Si le obedecemos, Él nos ayudará a cambiar y nos conducirá de nuevo a Su presencia.

Muchas personas experimentan un sentimiento espiritual en el momento de bautizarse. Un miembro lo describió en esta forma: "¡Nunca olvidaré la emoción que embargó mi alma al quedar limpio y principiar nuevamente como un niño de Dios... fue un sentimiento muy especial!" (citado por Hartman y Connie Rector en *No More Strangers*, 4 tomos, 1971-1990, tomo 3, pág. 175).



*3-a, Un joven siendo bautizado.*

El bautismo representó un cambio importante que se llevó a cabo dentro de nosotros. Debido a que nos arrepentimos, el bautismo nos purificó y nos dio la oportunidad de volver a empezar una vida nueva. Debemos recordar el sentimiento de pureza y de seguridad que tuvimos al ser bautizados.

- Pida a una o dos hermanas que relaten el sentimiento que experimentaron al ser bautizadas. Pregúnteles los cambios que han tenido desde que se bautizaron.

### **Nuestro convenio bautismal**

- Muestre la lámina 3-a, “Un joven siendo bautizado”.

Un convenio es un acuerdo o promesa entre dos o más personas. En el momento de bautizarnos, hicimos un convenio muy importante con Dios. El presidente Spencer W. Kimball dijo: “Ser bautizado significa concretar un convenio... con Dios... de obrar justicia así como evitar la maldad” (*El Milagro del Perdón*, pág. 92).

- Pida a los miembros de la clase que lean D. y C. 20:37. ¿Cuáles son los requisitos para el bautismo que se mencionan en este pasaje de las Escrituras? Dé a las hermanas tiempo para responder; luego ponga a la vista un cartel de la lista siguiente o haga referencia a la información que se encuentra en la pizarra:

1. Ser humilde.
2. Tener un corazón quebrantado y un espíritu contrito.
3. Testificar que están dispuestas a tomar sobre sí el nombre de Jesucristo.
4. Tener la determinación de servir a Jesucristo hasta el fin.

- ¿Que significa tomar sobre nosotras el nombre de Jesucristo?

Llevar el nombre de Jesucristo es ser llamado progenie de Cristo (véase Mosiah 5:7-8). Cuando llevamos el nombre de una persona, tenemos una responsabilidad para con esa persona. Así como tenemos una responsabilidad para con las personas cuyo nombre llevamos, tenemos una responsabilidad para con Jesucristo cuando tomamos Su nombre sobre nosotros. Debemos tratar de vivir como Él vive.

- Muestre la lámina 3-b, “Para renovar su convenio bautismal, una jovencita participa de la Santa Cena”. Pida a los miembros de la clase que lean Doctrina y Convenios 20:77.



*3-b, Para renovar su convenio bautismal, una jovencita participa de la Santa Cena*

Renovamos nuestros convenios bautismales mediante los convenios que hacemos al participar de la Santa Cena. Se nos promete una bendición si guardamos nuestros convenios de recordar a Jesucristo y de cumplir Sus mandamientos.

- ¿Qué promete nuestro Padre Celestial a aquellos que guardan esos convenios?  
¿En qué forma el tener Su Espíritu nos ayuda a servirle y a guardar Sus mandamientos?

### **Nuestro progreso después del bautismo**

El Evangelio de Jesucristo enseña que el bautismo en la Iglesia de Cristo es un comienzo, pero el solo hecho de bautizarse no es suficiente. Después del bautismo debemos hacer muchas cosas para lograr la vida eterna.

- Pida a un miembro de la clase que lea Moroni 6:4–9. ¿Cuáles son nuestras obligaciones después del bautismo? Dé a las hermanas tiempo para responder; luego ponga a la vista un cartel de la lista siguiente o haga referencia a la información que se encuentra en la pizarra:

1. Orar al Padre Celestial.
2. Ayunar en ocasiones especiales.
3. Asistir y participar en reuniones de la Iglesia.
4. Participar con regularidad de la Santa Cena.
5. Velar por el bienestar de los demás.
6. Arrepentirnos de nuestros pecados.
7. Seguir la guía del Espíritu Santo.

- Pida a los miembros de la clase que verifiquen la lista que figura en la pizarra, y que luego se pregunten: ¿en qué forma puedo guardar mejor mis convenios bautismales?

Al bautizarnos, empezamos un renacimiento espiritual y, para continuar en esa nueva vida, debemos hacer las cosas que Moroni enumera. Pero a medida que nos ocupamos de nuestras tareas, como por ejemplo el cuidado de nuestras familias y nuestros hogares, el asistir a la escuela, y el desempeño de responsabilidades cotidianas, nos vemos implicados en situaciones que tienen que ver con las cosas del mundo y a veces olvidamos nuestros convenios.

A veces cometemos errores; luego, debemos arrepentirnos a fin de guardar nuestros compromisos bautismales. Cuando reconocemos libremente que hemos pecado y nos arrepentimos (véase la lección 2, “Arrepentimiento”), volveremos a encaminarnos hacia la perfección. Si de todo corazón buscamos la guía del Espíritu Santo mediante la oración, la recibiremos para ayudarnos a superar los errores y evitar repetir esos mismos errores en el futuro.

- ¿En qué forma podemos aumentar nuestra espiritualidad y guardar nuestros convenios bautismales?

### **El camino hacia la perfección**

¿Cumpliremos en su totalidad alguna vez con nuestros convenios bautismales? Es posible que no lo logremos en esta vida, pero debemos tratar de continuar perfeccionando nuestra vida, cambiando los malos hábitos por los buenos. El presidente Spencer W. Kimball dijo: “El camino a la perfección es un cambio en la vida de la persona, al sustituir en todo caso lo malo por lo bueno. Los cambios pueden darnos mejores resultados si los tomamos uno por uno. Si uno paga anualmente la décima parte de sus ingresos, está perfeccionándose en cuanto a esa ley. No es difícil llegar a ser perfecto si para evitar el hábito de blasfemar o maldecir uno cierra la boca para no proferir palabras inmundas y maldicientes, y es así como uno se encamina a la perfección. Si uno estudia las Escrituras con dedicación, entonces en ese sentido está acercándose a la perfección” (“Be Ye Therefore Perfect”, en *Speeches of the Year, 1974, 1975*, págs. 241–142).

El profeta Nefi dijo que debemos “seguir adelante” y “perseverar hasta el fin”. El Señor nos ha prometido que viviremos con Él eternamente si mostramos nuestro amor al obedecerle y al guardar nuestros convenios bautismales. (Véase 2 Nefi 31:19–21.) Lograremos la verdadera felicidad en la tierra y el gozo eterno en el más allá si guardamos los convenios que hacemos con el Señor.

El presidente Joseph Fielding Smith lo explica de esta forma:

“Uno de los grandes propósitos de la Iglesia verdadera es enseñar a los hombres lo que deben hacer después del bautismo para ganar la bendición completa del Evangelio...

“Debemos perseverar hasta el fin; guardar los mandamientos después del bautismo... vivir de tal forma como para adquirir los atributos de santidad y llegar a ser la clase de persona que pueda gozar de la gloria y las maravillas del reino celestial” (“The Plan of Salvation”, *Ensign*, noviembre de 1971, pág. 5).



Una ex monja católica que se unió a la Iglesia, explica lo que el bautismo significa para ella:

“Todo lo que vi y oí en la Iglesia desde el principio me impresionó muchísimo. Todo el entusiasmo y amor, así como la gran preocupación del uno hacia el otro, me hicieron darme cuenta de que esta religión tenía algo especial...

“Entonces... comprendí que me encontraba en la iglesia equivocada y que La Iglesia de Jesucristo de los Santos de los Últimos Días es la única iglesia verdadera sobre la faz de la tierra, y sabía también que debía... unirme a ella...

“No fue muy fácil el cambio de mis antiguas costumbres a mi nueva vida, mas lo que me ha mantenido firme durante esta experiencia fue y es la renovación de mis convenios bautismales cada semana durante la reunión sacramental, el convenio de tomar sobre mí el nombre del Salvador, de siempre recordarlo y guardar los mandamientos, y a su vez, el convenio del Señor que dice que si cumplo con esto, me promete que su Espíritu estará siempre conmigo...

“Luego recuerdo mi bautismo y la inmersión completa en el agua. Para mí significa la extinción del egoísmo y del pecado y el renacimiento a una vida nueva como una hija de Dios. Me parece que el acto del bautismo es un símbolo de la manera que el Señor quiere que vivamos, para vencer el egoísmo y luchar contra la tentación. De esta forma extinguimos el placer y el pecado y nos levantamos y progresamos *diariamente* encaminándonos hacia la presencia de nuestro Padre.

“Después silenciosamente renuevo mis convenios al tomar sobre mí el nombre de Jesucristo, diciéndole que renuevo la promesa de aceptarlo a Él, los principios del Evangelio y sus enseñanzas; que acepto la Iglesia y apoyo y sostengo al profeta y a las demás autoridades de la Iglesia, los únicos que han sido divinamente comisionados para guiarnos en el nombre de Dios. En mi oración en silencio le comunico que renuevo el convenio de recordarle siempre, por ejemplo, de recordar Su presencia, especialmente durante el día, en los momentos de tentación o cansancio. Por último, renuevo el convenio de guardar Sus mandamientos, sabiendo que si lo hago con fidelidad, tendré Su Espíritu conmigo” (citado por Hartman and Connie Rector en *No More Strangers*, 4 tomos, 1971–1990, 3:154, 157, 159).

### **Conclusión**

En el momento del bautismo, un “cambio en el corazón” dio comienzo en nuestro interior. Hicimos convenios de tomar sobre nosotros el nombre de Jesucristo y de guardar Sus mandamientos. Al esforzarnos a diario por hacer estas cosas, tendremos Su Espíritu con nosotros, y Su Espíritu nos ayudará a ser más como Él es.

### **Desafío**

Haga un examen de conciencia de lo que ha ocurrido en su vida desde el bautismo. Reflexione en las preguntas que se hacen en Alma 5:26–31. Si tiene que mejorar, empiece hoy mismo a arrepentirse y a corregir las cosas que no estén bien.

### **Escrituras adicionales**

- Gálatas 3:27–29 (somos uno en Cristo mediante el bautismo).
- 1 Pedro 3:21 (el bautismo y la resurrección).
- Doctrina y Convenios 27:2 (participar de la Santa Cena).

---

### **Presentación de la maestra**

Antes de presentar la lección debe hacer lo siguiente:

1. Estudiar *Principios del Evangelio*, cap. 20: “Bautismo”.
2. Repasar la lección 2 de este manual: “Arrepentimiento”.
3. Preparar los pósteres que se sugieren en la lección o escribir la información en la pizarra.
4. Asignar a miembros de la clase que presenten cualquier relato, Escrituras o citas que usted desee.



*4-a Una jovencita es confirmada miembro de la Iglesia y recibe el Espíritu Santo por la imposición de manos.*

# EL DON DEL ESPÍRITU SANTO

## L e c c i ó n 4

---

Esta lección tiene como fin ayudarnos a comprender las grandes bendiciones que provienen del don del Espíritu Santo.

### ¿Por qué necesitamos el don del Espíritu Santo?

Antes de ser bautizados y confirmados miembros de la Iglesia, el Espíritu Santo nos acompañó algunas veces. Por ejemplo, si recibimos la enseñanzas de los misioneros, el Espíritu Santo nos hizo sentir bien en cuanto al Evangelio y nos ayudó a comprenderlo y aceptarlo; pero no tuvimos la compañía constante del Espíritu Santo sino hasta después de que fuimos bautizados y confirmados. En ese momento, se nos confirió el don del Espíritu Santo por medio del poder del Sacerdocio de Melquisedec.

El Espíritu Santo es uno de los dones más grandes que podemos disfrutar en la tierra. El presidente Lorenzo Snow declaró que: “Desde el momento en que recibimos... el don del Espíritu Santo... contamos con un amigo...” (*Manual de la Noche de Hogar para la Familia*, 1975, pág. 56).

- ¿Por qué es el Espíritu Santo un compañero que deseamos tener?
- Muestre la lámina 4-a. “Una jovencita es confirmada miembro de la Iglesia y recibe el Espíritu Santo por la imposición de manos”.
- Pida a los miembros de la clase que lean Juan 14:16–17, 26 y 16:13. ¿Cuáles son algunas de las razones por las que necesitamos el Espíritu Santo como nuestro compañero? Conceda a las hermanas tiempo para responder; luego ponga a la vista un póster en el que figure la siguiente lista o haga referencia a la información que aparece en la pizarra:

1. Él nos ayuda a enseñar y a recibir el Evangelio.
2. Nos ayuda a recordar cosas.
3. Nos protege del mal.
4. Nos previene cuando nos encontramos en peligro.
5. Nos dice todas las cosas que debemos hacer.
6. Él tiene un poder purificador y santificador.

El élder LeGrand Richards dijo estas palabras: “Preferiría que mis hijos y mis nietos gozaran de la compañía del Espíritu Santo más que de cualquier otra compañía en este mundo porque si prestan atención a las indicaciones de ese Espíritu, Él los conducirá a toda verdad y velará por ellos para que regresen a la presencia de su Padre que está en los cielos” (en *Conference Report*, abril de 1966, pág. 112; o *Improvement Era*, junio de 1966, pág. 540).

El Espíritu Santo es un compañero muy deseable. Debemos hacer todo lo que podamos para conservar su compañía.

- Lean 2 Nefi 32:5. ¿Qué nos enseña este pasaje de las Escrituras en cuanto a la compañía del Espíritu Santo? ¿Cuáles son las otras formas en las que el Espíritu Santo es un compañero deseable?

### **Cómo conservar el Espíritu Santo con nosotros.**

El guardar los mandamientos nos ayudará a conservar el Espíritu Santo con nosotros. Cada vez que participamos de la Santa Cena, prometemos obedecer los mandamientos del Señor. Si guardamos nuestra promesa, el Señor nos ha prometido que siempre tendremos “su Espíritu” con nosotros. (Véase D. y C. 20:77).

El Señor también nos ha pedido que nos conservemos moralmente limpios; nos ha dicho que nuestros cuerpos son como templos. Al mantener nuestros cuerpos limpios y puros en pensamiento, lenguaje, vestido y acciones, el Espíritu Santo estará con nosotros. (Véase 1 Corintios 3:16–17) Debemos evitar toda forma de maldad, incluso la apariencia de lo malo.

El Espíritu Santo puede ofenderse con lo que nosotros consideramos “cosas insignificantes”. En 3 Nefi 11:29 aprendemos que la contención viene del diablo. Contención significa que no tenemos unidad ni armonía. Cuando discutimos acaloradamente o peleamos, el Espíritu Santo

se aleja. Aunque el discutir con el marido, un hijo, o un hermano o hermana tal vez no sea un pecado grave, sí hace que se aleje el Espíritu Santo.

El profeta José Smith no podía recibir la inspiración del Espíritu a menos que se encontrara en armonía con todos. Una mañana se molestó por algo que su esposa había hecho. Cuando José trató de traducir una parte del Libro de Mormón, no pudo hacerlo. De modo que se dirigió al huerto y oró. Más tarde, fue y le pidió a Emma que lo perdonara; fue entonces que pudo traducir. (“Thou Shalt Love Thy Wife With All Thy Heart”, *Ensign*, enero de 1974, pág. 37)

Cuando nuestros hijos hacen cosas incorrectas, no debemos descontrolarnos; debemos permitir que el Espíritu Santo nos dirija para poder corregirlos. (Véase D. y C. 121:43)

- ¿Cuáles son algunas de las cosas que hacemos que evitan que el Espíritu Santo sea nuestro compañero? ¿Qué podemos hacer para tener Su compañía? En dos columnas enumere las respuestas en la pizarra.

El presidente José Fielding Smith dijo:

“El Espíritu Santo no morará en una persona que no está dispuesta a obedecer ni a guardar los mandamientos de Dios... el espíritu del Espíritu Santo no puede morar allí.

“Ese gran don viene a nosotros únicamente mediante la humildad, la fe y la obediencia...

“¿Se ha puesto a pensar el gran privilegio que significa para nosotros tener como compañero a un miembro de la Trinidad? ¿Lo ha pensado de esa manera? Ese es nuestro privilegio, si guardamos los mandamientos que el Señor nos ha dado” (*Church News*, 4 de noviembre de 1961, pág. 14).

### **En qué forma nos ayuda el Espíritu Santo**

Cuando mostramos por medio de nuestra fidelidad que deseamos tener al Espíritu Santo como nuestro compañero, él nos ayudará de muchas maneras.

#### *Nos ayuda a tener familias más felices*

El Espíritu Santo “inspira virtud, bondad, misericordia, ternura, mansedumbre y caridad” (Parley P. Pratt, *Key to the Science of Theology*, pág. 100). Hay más armonía en el hogar cuando nosotros y los demás miembros de la familia adquirimos estas cualidades.

### ***Él nos indica qué hacer***

El Espíritu Santo puede ayudarnos a tomar decisiones importantes y nos ayuda a saber lo que debemos hacer.

- Pida a los miembros de la clase que lean D. y C. 6:15 y 8:2. ¿En qué forma nos indica el Espíritu Santo lo que debemos hacer?

### ***Nos ayuda a progresar en la Iglesia***

El élder Franklin D. Richards relató en cuanto a la forma en que el Espíritu Santo lo había guiado: “He oído esa suave voz del Espíritu muchas veces al reunirme con ustedes; al conferir el sacerdocio; al apartar personas para que ocupen cargos en la Iglesia; al dar bendiciones de salud; al ofrecer mi testimonio a personas que no son miembros, lo mismo que a los santos; al decir un discurso, y en muchas otras oportunidades” (véase “El constante poder del Espíritu Santo”, *Liahona*, julio de 1973, pág. 36).

### ***Él nos advierte***

Algunas veces el Espíritu Santo nos advierte cuando nos encontramos en peligro o tentación. El élder Franklin D. Richards relató la experiencia de un joven padre:

“Una noche le despertó una voz que le decía claramente que se levantara y fuera al primer piso; obedeciendo la advertencia, se dirigió a la cocina, donde descubrió que una de las paredes estaba en llamas. Rápidamente despertó a la familia, llamó a los bomberos y entre todos se las arreglaron para controlar el fuego hasta que éstos llegaron.

“No tuvo la menor duda de que la advertencia que recibió fue una manifestación de la protección que da el Espíritu Santo a los que mantienen su vida en armonía con el Espíritu” (véase “El constante poder del Espíritu Santo”, *Liahona*, julio de 1973, pág. 36).

- Desde que recibió el don del Espíritu Santo, ¿ha tenido una experiencia en la que él le haya advertido en cuanto a la tentación o el peligro?

### ***Él nos consuela***

Muchas personas han testificado del espíritu de consuelo que han sentido en momentos de dolor y de pesar. El Espíritu Santo les ha ayudado a encontrar paz y comprensión.

El élder Franklin D. Richards relató la siguiente experiencia: “Hace unas semanas tuve el privilegio de conocer a dos mujeres, amigas íntimas, que habían perdido a sus esposos en un trágico accidente de aviación. Pensarán quizás que las encontré hundidas en la desesperación y el dolor. Ciertamente que no. Nunca he visto valor y fortaleza mayores;

ambas testificaron del gran consuelo que les había brindado el Espíritu... y tenían la seguridad de que todo estaría bien con ellas y con sus familias mientras se mantuvieran fieles a la Iglesia y guardaran los mandamientos del Señor" (véase "El constante poder del Espíritu Santo", *Liahona*, julio de 1973, pág. 36).

El presidente Heber J. Grant relató la forma en que los miembros de su familia recibieron conocimiento y consuelo del Espíritu Santo:

"Aproximadamente una hora antes de que muriera mi esposa, llamé a mis hijos a su habitación y les dije que su madre estaba a punto de morir y que debían despedirse de ella. Una de las niñas, como de doce años de edad, me dijo: 'Papá, yo no quiero que mamá se muera. He estado contigo en el hospital... durante seis meses; una y otra vez, cuando mamá estaba muy grave, tú la unguías y le calmabas sus dolores haciendo que durmiera apaciblemente. Quiero que pongas las manos sobre mamá y la cures'.

"Le dije a la pequeña que todos teníamos que morir algún día y que sentía en mi corazón que a su madre le había llegado la hora. Tanto la niña como los demás hijos abandonaron el cuarto.

"Entonces me arrodillé al lado de la cama de mi esposa (la cual para entonces estaba inconsciente) y le dije al Señor que reconocía Su mano en la vida, en la muerte, en el gozo, en las penas, en la prosperidad y la adversidad. Le agradecí el conocimiento que poseía de que mi esposa me pertenecía por toda la eternidad... Pero le dije al Señor que me faltaba la fuerza para ver morir a mi esposa y temía que esto afectara la fe de mis pequeños... y le supliqué al Señor con toda la fuerza que poseía que le diera a mi pequeña el conocimiento de que era Su voluntad y Su deseo de que muriera su madre.

"Mi esposa falleció en menos de una hora y pedí que los niños volvieran a la habitación. Mi hijito de más o menos cinco años y medio o seis años de edad lloraba amargamente, y la niña de doce años lo tomó en los brazos y dijo: 'No llores, no llores, Heber; desde que salimos de este cuarto, la voz del Señor de los cielos me ha dicho: "En la muerte de tu mamá se hará la voluntad del Señor" ' ' ' (véase *Manual de la Noche de Hogar para la Familia*, lección 10, pág. 56).

### ***Él testimonia de la verdad***

Es a través del Espíritu Santo que recibimos nuestro testimonio del Evangelio.

Una señora judía que estaba interesada en saber en cuanto a la Iglesia se dirigió a una biblioteca pública y tomó prestado el libro *Doctrina del Evangelio*, por Joseph F. Smith. Mientras se hallaba leyendo el libro, tu-



vo un fuerte deseo de saber más. Decidió visitar una iglesia de los Santos de los Últimos Días. Ella dijo:

“Estando casada en ese tiempo, le pedí a mi esposo que me llevara a la Iglesia Mormona. Recuerdo claramente la indecisión que tuve al encontrarme en la puerta, pues tenía temor de encontrar un crucifijo. Qué gozo más grande invadió mi alma cuando al entrar, vi una capilla llena de personas afectuosas y amigables. Durante todo el servicio de la Escuela Dominical me sentí como si hubiera llegado a casa después de una larga jornada.

“Después del servicio se nos comunicó que había clase para todos, y se nos pidió que asistiéramos a una de ellas la que después supe era la clase para los investigadores. La lección particular ese domingo trataba de la organización de la Iglesia. Cuando se mencionó el oficio de obispo, el maestro explicó —creo que lo hizo por cortesía y consideración a mi esposo y a mí— que un obispo es como un rabí. Más tarde, mientras se encontraba mostrándonos la capilla, le dije: ‘Espero que no le moleste que le diga esto, pero un obispo de su iglesia no es en absoluto como un rabí. Un rabí es simplemente un maestro, mientras que un obispo de ustedes tiene la autoridad de Dios’.

“Me sorprendí bastante al oírme a mí misma decir eso. Y eso fue solamente el principio. En esa ocasión no me daba cuenta de donde provenía todo ese conocimiento. Ciertamente acababa de terminar de leer el libro *Doctrina del Evangelio*, pero dos días de lectura no son suficientes para absorber intelectualmente 543 páginas llenas de ideas y conceptos nuevos. Más tarde me di cuenta de que es el discernimiento del corazón —la confirmación del Espíritu— lo que transforma el conocimiento en entendimiento” (Renée Pool Vorhaus, “The God of My Fathers”, *Ensign*, febrero de 1978, pág. 20).

Por medio del Espíritu Santo podemos llegar a saber si el profeta de Dios revela la verdad. El presidente J. Reuben Clark Jr. enseñó que “podemos saber si los oradores son inspirados por el Espíritu Santo solamente si nosotros mismos somos inspirados por el Espíritu Santo” (*Church News*, 31 de julio de 1954, pág. 9). Es importante que vivamos de tal modo que el Espíritu Santo pueda ser nuestro compañero constante y nos guíe en discernir la verdad.

Las bendiciones del Espíritu Santo son reales. Todos los miembros de la Iglesia tienen derecho a estas bendiciones si las buscan diligentemente.

- Invite a los miembros de la clase a que relaten alguna ocasión en la que hayan sentido la compañía del Espíritu Santo.

### **Conclusión**

El don del Espíritu Santo es una gran bendición que se concede a aquellos que son confirmados miembros de la Iglesia. Ese Espíritu es esencial para que podamos llevar a cabo con éxito nuestra misión sobre la tierra. El Espíritu Santo nos ayudará en todos los aspectos de nuestra vida si somos dignos de Su compañía.

### **Desafío**

Busque la compañía del Espíritu Santo en su vida diaria. Establezca la meta de mejorar en una o dos de las siguientes maneras.

1. Tratar de guardar todos los mandamientos.
2. Orar con regularidad.
3. Demostrar amor por el Salvador.
4. Prestar servicio a los demás.
5. Conservar los pensamientos y las acciones.
6. Agradecer al Señor Sus bendiciones y el don del Espíritu Santo.

### **Escrituras adicionales**

- Hechos 5:32 (El Espíritu Santo, un testigo)
- 1 Nefi 10:17 (ver, oír, y conocer por el poder del Espíritu Santo)
- 2 Nefi 31:13 (hablar en lenguas de ángeles después de recibir el Espíritu Santo)
- D. y C. 107:56 (prediciendo el futuro por medio del Espíritu Santo)
- Moisés 6:61 (el Consolador)

---

### **Preparación de la maestra**

Antes de presentar la lección debe hacer lo siguiente:

1. Estudiar *Principios del Evangelio*, capítulo 21: “El don del Espíritu Santo” .
2. Preparar el póster que se sugiere en la lección o escribir la información en la pizarra.
3. Asignar a los miembros de la clase que presenten cualquier relato, pasaje de las Escrituras o cita que usted desee.

# TESTIMONIO

## L e c c i ó n 5

---

Esta lección tiene como fin ayudarnos a obtener, edificar y dar testimonio del Evangelio restaurado de Jesucristo.

### ¿Qué es un testimonio?

- Canten el himno “Yo sé que vive mi Señor”, *Himnos*, N° 73.

Un testimonio no proviene solamente de nuestros poderes de razonamiento. El presidente Spencer W. Kimball dijo que los “testimonios son sentimientos, no una simple acumulación de datos” (citado por Margaret Hoopes en “Community and Communing: The Power of Testimony Meeting”, *Ensign*, enero de 1978, pág. 50).

Un testimonio del Evangelio “llega a nosotros cuando el Espíritu Santo se comunica con el espíritu que llevamos dentro; llega cuando se escuchan los susurros de la voz apacible y delicada”. Llega con “certeza firme y decisiva...

“En todo testimonio válido se deben incluir estas tres grandes verdades: 1. Que Jesucristo es el Hijo de Dios y Salvador del Mundo (D. y C. 46:13); 2. Que José Smith es el Profeta de Dios mediante quien se restauró el Evangelio en esta dispensación; y 3. Que La Iglesia de Jesucristo de los Santos de los Últimos Días es ‘la única Iglesia verdadera y viviente sobre la faz de toda la tierra’ (D. y C. 1:30)”. (Bruce R. McConkie, *Mormon Doctrine*, 2a. ed., 1966, págs. 785–86).

El presidente Joseph F. Smith expresó el siguiente testimonio: “Mis hermanos y hermanas, deseo darles mi testimonio porque he recibido una seguridad que se ha apoderado de todo mi ser. Ha penetrado profundamente en mi corazón; llena toda fibra de mi alma, por lo que me siento impelido a decir ante este pueblo... que Dios me ha revelado que Jesús es el Cristo, el Hijo del Dios viviente, el Redentor del mundo; que José Smith es, fue y siempre será un profeta de Dios, ordenado y escogido para estar al frente de la dispensación... Sé, como sé que vivo, que esto es verdadero, y doy mi testimonio de su verdad... Sé que éste

es el Reino de Dios, y que Dios está a la cabeza. Él preside a su pueblo; preside al presidente de esta Iglesia... y continuará presidiendo a los que dirijan esta Iglesia hasta la escena final. Él no permitirá que sea dada a otro pueblo, ni que sea dejada a los hombres" (véase *Doctrina del Evangelio*, págs. 4914–4915).

Los profetas de Dios tienen firmes testimonios del Evangelio de Jesucristo. Pero un profeta no es el único que puede tener un testimonio fuerte. El presidente Brigham Young dijo: "Es tanto el deber como la responsabilidad de todo Santo de los Últimos Días saber que su religión es verdadera" (*Discursos de Brigham Young*, sel. John A. Widtsoe, 1954, pág. 429).

Todos tenemos el privilegio y el deber de obtener un testimonio de Jesucristo, de José Smith y de nuestro profeta viviente. Podemos obtener un testimonio de la veracidad del Libro de Mormón, del principio del diezmo, de la Palabra de Sabiduría, y de todos los demás principios del Evangelio.

- Pida a las hermanas que enumeren los principios del Evangelio de los cuales han obtenido un testimonio. Si es apropiado, pídale que hablen en cuanto a la forma en que obtuvieron su testimonio.

### **El testimonio se obtiene por medio del Espíritu Santo**

Recibimos un testimonio cuando el Espíritu Santo testifica de la veracidad del Evangelio a nuestro espíritu, corazón y mente.

- Lea D. y C. 8:2–3. Explique en qué forma testifica el Espíritu Santo. Consulte en el manual *Principios del Evangelio*, capítulo 7, págs. 34–35, la sección: "¿Por qué es necesario el Espíritu Santo?"

Para algunos, el obtener un testimonio es una vívida experiencia. Eso fue lo que le sucedió a Heinrich Stilger, de Francfort, Alemania. Él había recibido la visita de los misioneros y había decidido bautizarse. Pero mientras más se acercaba la fecha, más indeciso se encontraba. Tenía dificultad con la Palabra de Sabiduría y la ley del diezmo. Los misioneros tuvieron paciencia, pero no podían convencerlo de que fijara la fecha del bautismo. Llegó otro misionero y le pidió que orara para obtener un testimonio. Finalmente lo hizo. El hermano Stilger dijo más tarde: "Vi una figura brillante y oí una voz que me dijo que la Palabra de Sabiduría y la ley del diezmo son mandamientos de Dios" ("His Testimony Came Through Prayer", *Church News*, 17 de enero de 1970, pág. 6).

Para la mayoría de las personas, un testimonio llega de forma menos espectacular. Estos testimonios no tienen menos importancia o validez. Aun los profetas y apóstoles de la Iglesia han recibido su testimonio en

forma menos espectacular. El presidente David O. McKay explicó la forma en que recibió su testimonio:

“Cuando era niño escuché un testimonio acerca de los principios del Evangelio, del poder del sacerdocio y de la divinidad de esta obra. Escuché la admonición de que nosotros, también, podíamos obtener ese testimonio si orábamos, pero no sé cómo en mi juventud llegué a pensar que nunca podríamos obtener un testimonio a menos que recibiésemos alguna manifestación. Leí el relato de la Primera Visión del Profeta José Smith y sabía... que lo que él había recibido provenía de Dios; había oído de élderes que habían escuchado voces... y de alguna forma recibí la impresión de que ello era la fuente de todo testimonio...

“Recuerdo que cierta tarde había estado cabalgando por las colinas, pensando en esas cosas, y llegué a la conclusión de que allí, en medio del silencio de esas colinas, era el mejor lugar para obtener ese testimonio. Detuve mi caballo...

“Me arrodillé, y con todo el fervor de mi corazón le supliqué a Dios con toda mi alma y le rogué que me diera un testimonio de este Evangelio. Me imaginaba que tendría algún tipo de manifestación, que recibiría alguna transformación que me dejaría sin ninguna duda.

“Me incorporé, monté mi caballo, y mientras me disponía a iniciar la marcha por el sendero... me dije: ‘No, señor, nada ha cambiado; sigo siendo el mismo muchacho que era antes de arrodillarme’. La anticipada manifestación no se había recibido...

“El testimonio de que esta obra es divina se recibió... mediante la obediencia a la voluntad de Dios, conforme a la promesa de Cristo: ‘El que quiera hacer la voluntad de Dios, conocerá si la doctrina es de Dios, o si yo hablo por mi propia cuenta’ Juan 7:17” (véase “Un testimonio personal”, *Liahona*, noviembre de 1962, págs. 241, 263–264).

El presidente Marion G. Romney explicó la forma en que obtuvo su testimonio: “Algunas veces una persona recibe su testimonio lentamente, durante un largo periodo de tiempo. No recuerdo que yo haya adquirido el mío repentinamente... tampoco recuerdo una época en mi vida en que no haya poseído un testimonio. Naturalmente, se ha fortalecido a través de los años, mas no puedo recordar un solo momento en que no haya creído. Pero, ya sea que un testimonio se obtenga repentina o gradualmente, causa en la persona un efecto especial; uno es diferente después de que lo recibe” (“Un testimonio personal”, *Liahona*, noviembre de 1976, pág. 3).

No importa cómo se obtenga un testimonio, éste será una bendición en nuestra vida y nos ayudará en nuestro progreso en el Evangelio.

## Debemos prepararnos para recibir un testimonio

- Muestre un cartel en el que figure la siguiente lista o haga referencia a la información que aparece en la pizarra:

1. Tener el deseo de creer.
2. Escudriñar las Escrituras.
3. Hacer la voluntad de Dios.
4. Meditar y orar con fe en Cristo.
5. Ayunar y orar frecuentemente.

### *Tener el deseo de creer*

El primer paso, tener un deseo para adquirir un testimonio, es importante.

- Lea Alma 32:26–27. ¿En qué forma el deseo de saber la verdad influyó en las experiencias que tuvieron el presidente McKay y Heinrich Stilger? ¿En qué forma afectó a José Smith este mismo deseo? (Véase José Smith–Historia 1:10–20).

### *Escudriñar las Escrituras*

El estudio de las Escrituras nos ayuda a recibir nuestro testimonio. No obtendremos un testimonio si no nos esforzamos por adquirirlo.

- Lea D. y C. 9:7–9. ¿En qué forma nos ayuda el estudio de las Escrituras a obtener un testimonio?

### *Hacer la voluntad de Dios*

Para recibir su testimonio, el presidente David O. McKay hizo la voluntad del Señor. Del mismo modo, cada uno de nosotros puede obtener un testimonio si hace la voluntad del Señor.

- Lea Juan 7:17. ¿Por qué el seguir los mandamientos nos prepara para tener un testimonio?

### *Meditar y orar con fe en Cristo*

Para recibir conocimiento del Espíritu Santo, debemos *suplicarle* a nuestro Padre Celestial que nos lo conceda. También debemos *confiar* que Dios nos ama y que Él nos ayudará a discernir los susurros del Espíritu Santo.

- Lea Moroni 10:3–5.

### *Ayunar y orar frecuentemente*

El ayuno aumenta el poder de la oración. El ayunar y orar nos ayudará a obtener nuestro testimonio.

- Lea Alma 5:45–46. ¿En qué forma nos ayuda el ayuno y la oración a obtener un testimonio?

Una jovencita llamada Annette Parkinson tenía dificultad para obtener un testimonio, aun después de orar, leer las Escrituras y guardar los mandamientos. Ella dice:

“Me acosaba el temor de que pudiese engañarme, de que llegara acaso a convencerme a mí misma de que poseía un testimonio, en lugar de realmente obtener uno mediante el Espíritu Santo. Más que cualquier otra cosa, temía y aborrecía la idea de tal engaño. El sólo pensar en depositar esa confianza en Dios me parecía casi tan atemorizante como saltar al vacío y esperar que alguien estuviese allí para salvarme. Sin embargo, me daba cuenta de que si deseaba obtener un testimonio, tendría que hacer algo al respecto.

“Descubrí que obtener fe no es algo que se logre de la noche a la mañana; pero sinceramente traté de sentir y ejercer confianza en el Señor. Con el transcurso del tiempo, algo hermoso empezó a ocurrir en mi interior. Un día, mientras me encontraba sentada en la cama, me embargó un sentimiento que nunca había notado; no obstante, no era un sentimiento totalmente nuevo. Estando allí sentada, recuerdo haberme dicho mentalmente: ‘¡El Señor ha dado respuesta a mis oraciones! ¡Ahora sé que Él vive; ahora realmente sé que vive!’

“El sentimiento fue hondo y profundo, y a la vez dulce y tranquilo; sabía que Dios vivía, ¡y cuán feliz me sentía!

“Naturalmente, esto no fue el fin de mis luchas; aún necesitaba saber si Jesucristo era en realidad mi Salvador, si José Smith era un profeta, si el Presidente de la Iglesia es un profeta...

“Desde entonces, mi comprensión del Evangelio se ha magnificado y he recibido un testimonio de muchas cosas” (“La confianza, una clave para el testimonio”, *Liahona*, enero de 1979, pág. 17).

- ¿Por qué algunas veces es difícil adquirir confianza en el Señor? ¿En qué forma el deseo de obtener un testimonio o de fortalecerlo afecta nuestras acciones?

### **Debemos fortalecer nuestro testimonio constantemente**

El élder Heber C. Kimball dijo:

“Para hacer frente a las dificultades que se avecinan, será necesario que obtengan, por sí mismos, un testimonio de la veracidad de esta obra...

“Llegará el momento en que ningún hombre ni ninguna mujer podrán perdurar con luz prestada. Cada uno tendrá que guiarse por la luz que lleve en su interior. Si usted no la tiene, ¿cómo puede perseverar?” (citado por Orson F. Whitney en *Life of Heber C. Kimball*, 3a. ed., pág. 450).

El presidente Harold B. Lee declaró: “El testimonio no es algo que usted tiene ahora y que va a tener siempre. Un testimonio es frágil. Es tan difícil de capturar como un rayito de luna. Es algo que usted tiene que recuperar cada día de su vida” (citado por J. M. Heslop en “President Harold B. Lee Directs Church; Led by the Spirit”, *Church News*, 15 de julio de 1972, pág. 4).

El élder George Q. Cannon escribió: “No basta que ayer, o anteayer, o la semana pasada, o hace un mes, o hace un año, nos hayamos dado cuenta de la veracidad de esta obra; para ser verdaderamente felices, debemos —y es imperativo— saber hoy mismo que dicha obra es verdadera... Sólo podemos retener el testimonio de la verdad en el corazón si vivimos cerca de Dios” (*Gospel Truth*, 1:343).

Alma compara el testimonio con una semilla a la que se debe cuidar para que se convierta en un frondoso árbol.

- Lea Alma 32:37–38 ¿Cuáles son las cosas que podrían hacernos perder nuestro testimonio?
- Lea Alma 32:41 ¿En qué forma podemos nutrir nuestro testimonio?

Una forma en la que podemos edificar nuestro propio testimonio y el de los demás es al compartirlo con frecuencia. Es nuestra obligación compartirlo con los miembros de la Iglesia y con los que no lo son. Cada mes, durante la reunión de ayuno y testimonios, podemos testificar que sabemos que ciertos principios del Evangelio son verdaderos. Podemos explicar las razones por las que lo sabemos. Podemos testificar de la divinidad y Expiación de nuestro Salvador, del llamamiento de José Smith como profeta, así como del de nuestro profeta actual. El compartir el testimonio nos ayuda a comprender y a valorar nuestros sentimientos; ayuda a que nuestro testimonio crezca en nuestro interior. A veces, el solo hecho de compartirlo nos ayuda a darnos cuenta de que tenemos uno.

Cuando damos testimonio por el poder del Espíritu Santo, otros pueden recibir una confirmación del Espíritu Santo; entonces podrán darse cuenta de que lo que decimos es verdadero. También tratarán de obtener el deseo de vencer sus faltas y ser mejores. Las buenas reuniones de ayuno y testimonios hacen que los miembros de los barrios y de las ramas se unan más y sientan que son una gran familia.



### **Conclusión**

El testimonio es una de las posesiones más preciadas de una persona. Debemos vivir rectamente, servir a los demás y expresar nuestro testimonio. Si lo hacemos, éste se fortalecerá y traerá gran gozo, fortaleza y paz a nuestra vida.

### **Desafío**

Busque oportunidades para compartir su testimonio con los demás.

---

### **Preparación de la maestra**

Antes de presentar la lección debe hacer lo siguiente:

1. Estudiar el manual *Principios del Evangelio*, capítulo 7, sección: “¿Porqué es necesario el Espíritu Santo?”, págs. 34–35.
2. Estudiar Alma 32:26–43 y Éter 12:6.
3. Hacer planes para iniciar la lección con el himno: “Yo sé que vive mi Señor”, (véase *Himnos*, pág. 73, o *Principios del Evangelio*, pág. 317).
4. Preparar el cartel que se sugiere en la lección o escribir la información en la pizarra.
5. Asignar a los miembros de la clase que presenten cualquier relato, pasaje de las Escrituras o cita que usted desee.

# AYUNO

## L e c c i ó n 6

---

Esta lección tiene como fin ayudarnos a comprender la forma en que podemos fortalecernos tanto a nosotros mismos como a nuestra familia por medio del ayuno.

### **La manera correcta de ayunar**

- Pida a la persona asignada que presente un repaso de tres minutos del capítulo 25 del manual *Principios del Evangelio: "Ayuno"* que se encuentra en las págs. 149–153.

### **Cómo aumentar la espiritualidad de nuestro ayuno**

El ayuno nos ayuda a reconocer nuestra dependencia en el Señor. Cuando ayunamos y oramos, nos alejamos de las cosas del mundo. Abrimos nuestro corazón para aprender y aceptar la voluntad de Dios para con nosotros y nuestras familias. El ayuno también hace hincapié en la sinceridad de nuestra oración.

Al aumentar la espiritualidad de nuestro ayuno, podemos mejorar la relación que existe en nuestra familia. Asimismo, podemos recibir grandes bendiciones espirituales de consuelo y discernimiento.

- ¿En qué forma podemos enriquecer las experiencias relacionadas con el ayuno?

Cuando deseamos cambiar algo en nuestra vida, debemos planear, preparar y practicar aquellas cosas que harán posible ese cambio. Esos mismos principios nos ayudarán a mejorar nuestros ayunos.

### ***Ayunar con un propósito***

Para que nuestro ayuno encierre mayor significado, debemos ayunar con un propósito. Antes de iniciar el ayuno, muchas familias e individuos consideran, con espíritu de oración, aquello por lo cual realizarán el ayuno. Podríamos ayunar debidamente para: (1) bendecir a una persona (véase Alma 6:6), (2) recibir la fortaleza espiritual para vencer algún problema, (3) recibir inspiración y revelación (véase Alma 17:3),

(4) pedir ayuda y consuelo (véase Helamán 9:10), o (5) aumentar el amor y la armonía en el hogar.

- ¿Por qué el tener un propósito para el ayuno facilita el llevarlo a cabo?  
¿En qué forma puede este objetivo aumentar el significado del ayuno?  
¿Cuáles son algunas de las razones por las que las familias podrían ayunar?

### *Ayudar a los miembros de la familia a ayunar*

No debemos obligar a nuestros hijos a ayunar cuando sean pequeñitos. Debemos explicarles el propósito del ayuno e incluirlos en nuestras oraciones cuando principiamos el ayuno. Incluso, para ayudarles a aprender a ayunar podemos pedirles que ayunen una sola comida. Cuando tengan la edad suficiente para ser bautizados, estarán mejor preparados para observar un ayuno completo. Debemos estar al tanto de la salud de los miembros de la familia y tratar de encontrar la forma para que los miembros de la familia ayunen.

A fin de ayudar a los miembros de la familia que están tratando de ayunar, podemos dar de comer, por separado, a los niños pequeños. Podemos cambiar la rutina diaria y cocinar alimentos sencillos en vez de comidas que llenen la casa con un aroma tentador. Podemos preparar los alimentos para el domingo, el día sábado, lo que nos daría tiempo el domingo para estudiar las Escrituras, orar y meditar sobre el propósito de nuestro propio ayuno. También podríamos utilizar el tiempo para leer las Escrituras a nuestros hijos, hablar con ellos y aumentar el amor que sientan por el Evangelio. Si contamos con actividades apropiadas que ocupen el tiempo que generalmente se dedica para comer, estaremos menos preocupados por los alimentos que no comimos. Si durante el ayuno sentimos hambre, debemos evitar pensar en la comida; en vez de ello debemos concentrarnos en nutrirnos espiritualmente. Esto lo logramos al “deleita[rnos] en las palabras de Cristo” (véase 2 Nefi 32:3). En vez de comer, debemos estudiar las Escrituras, meditar, ejercer la fe y continuar orando.

- Lea D. y C. 59:13–15. ¿Cuál deberá ser nuestra actitud al preparar los alimentos para finalizar el ayuno? ¿En qué forma podría aumentar nuestra espiritualidad el seguir el consejo de ese pasaje de las Escrituras?

### *Ayunar con espíritu de oración*

Siempre debemos empezar nuestro ayuno con oración. En ese momento podemos pedirle a nuestro Padre Celestial que nos dé la fortaleza necesaria para completar el ayuno. Debemos expresar nuestro deseo de ayunar, el propósito de nuestro ayuno y la importancia que éste tiene

para nosotros. También debemos pedir ayuda para obtener las bendiciones que necesitamos.

Debemos finalizar nuestro ayuno con una oración, ejerciendo así nuestra fe con respecto al propósito del ayuno. Si otras personas se han unido a nosotros para ayunar con el mismo propósito, todos debemos unirnos en oración. Debemos expresar gratitud por tener hijos obedientes y fuertes que desean gozar de las bendiciones espirituales del ayuno.

- ¿Cuáles son las cosas que podemos hacer en nuestros hogares para que la espiritualidad del ayuno aumente entre todos los miembros de la familia?

### *El ayuno es una fuente de poder*

Cuando tenemos dificultades, muchas veces necesitamos fortaleza adicional. Los poseedores del sacerdocio a menudo ayunan para aumentar su habilidad para utilizar el poder del sacerdocio. Al buscar las bendiciones del sacerdocio, podemos aplicar este mismo principio por medio del ayuno. El élder Matthew Cowley contó el siguiente relato en cuanto al poder del ayuno de los padres:

“Hace poco más de un año, una joven pareja vino a mi oficina con un niño en los brazos; el padre me dijo: ‘Mi esposa y yo hemos estado ayunando durante dos días, y nos han mandado con usted para que le dé una bendición a nuestro hijito’.

“Les dije: ‘¿Qué le ocurre?’.

“Dijeron que había nacido ciego, sordo y mudo, sin ninguna coordinación en los músculos, y que ni siquiera podía gatear a los cinco años de edad. Me dije: ‘Este género no sale sino con oración y ayuno (Mateo 17:21)’. Tenía gran fe en el ayuno y la oración de aquellos padres. Di una bendición al niño, y unas semanas más tarde recibí una carta: ‘Hermano Cowley, nos gustaría que pudiera ver a nuestro hijo; está gateando. Cuando le tiramos una pelota sobre el piso, él gatea apresurado para alcanzarla. Ya puede ver; y cuando batimos las manos cerca de su cabeza, él se sobresalta; puede oír’. La ciencia médica había dejado el asunto de lado y Dios había tomado las riendas” (“Miracles”, Universidad Brigham Young, *Speeches of the Year*, 18 de febrero de 1953, pág. 8).

- Muestre la lámina 6-a, “A pesar de poner su propia vida en peligro, Ester fue ayunando ante el rey”.

Mediante un vivir obediente, una mujer recta puede ser una bendición no sólo para sí misma y su familia, sino también para toda una nación. Esa mujer fue Ester, cuya historia se encuentra en el Antiguo



*6-a, A pesar de poner su propia vida en peligro, Ester fue ayunando ante el rey.*

Testamento. Ester, una joven judía, que halló gracia delante del rey persa y se convirtió en su esposa. En el mismo país había un hombre poderoso llamado Aman, que era enemigo acérrimo de Mardoqueo, primo de Ester. Por motivo de que Mardoqueo se negó a inclinarse ante Aman, éste planeó matar a todos los judíos. Cuando Mardoqueo se enteró de las trágicas noticias, pidió que se las comunicaran a la reina Ester para que ella intercediera ante el rey y le pidiera protección. Ester explicó la ley y dijo: "... cualquier hombre o mujer que entra en el patio interior para ver al rey, sin ser llamado, una sola ley hay respecto a él: ha de morir; salvo aquel a quien el rey extendiere el cetro de oro, el cual vivirá; y yo no he sido llamada para ver al rey estos treinta días" (Ester 4:11). Mardoqueo respondió que si Ester no hacía algo, todos serían exterminados, incluso la propia familia de ella.

Ester se dio cuenta de su responsabilidad y contestó: "Ve y reúne a todos los judíos que se hallan en Susa, y ayunad por mí, y no comáis ni bebáis en tres días, noche y día; yo también con mis doncellas ayunaré igualmente, y entonces entraré a ver al rey, aunque no sea conforme a la ley; y si perezco, que perezca" (Ester 4:16). A pesar de poner en peligro su propia vida, Ester fue ayunando ante el rey. Él le extendió su cetro para que ella pudiera acercarse e implorar por su vida. Debido a que ella había puesto su vida y sus problemas en las manos del Señor, fue perdonada. El rey proclamó que los judíos podrían defenderse por sí mismos y sobrevivir. (Véase Ester 5:2; 8:10-11.)

- ¿En qué forma el ayuno de Ester y el de los demás les sirvió para obtener fortaleza y valor? ¿Qué situaciones en su vida requieren fortaleza y valor? ¿En qué forma le beneficiaría el ayuno?

### Conclusión

La fortaleza espiritual del ayuno se logra por medio de la obediencia y la fe. Al ayunar y orar, y al ejercer nuestra fe, podemos ser bendecidos con el aumento de poder que necesitamos. Al ayunar, la fortaleza de nuestro testimonio aumentará, y tendremos el deseo de compartirlo en la reunión de ayuno y testimonios. A medida que nuestros hijos oigan y sientan el amor que sentimos por el Evangelio, ellos también crecerán espiritualmente.

### Desafío

Analice la forma en que se prepara para el ayuno y lo que hace el domingo de ayuno. Trate de aumentar la espiritualidad en su hogar. Recuerde cuán importantes son la actitud y la preparación para tener un buen ayuno.

### Escrituras adicionales

- Mateo 6:16–18 (cómo ayunar)
- Lucas 2:37 (el servicio a Dios por medio del ayuno y la oración)
- Mosíah 27:22–23 (la sanidad por medio del ayuno y la oración)
- Alma 5:46 (revelaciones por medio del ayuno y la oración)

---

### Preparación de la maestra

Antes de presentar la lección debe hacer lo siguiente:

1. Estudiar *Principios del Evangelio*, capítulo 25, “Ayuno”.
2. Asignar a un miembro de la clase a dar un repaso de tres minutos, sobre el capítulo 25 de *Principios del Evangelio*.
3. Asignar a los miembros de la clase a presentar cualquier relato, pasajes de las Escrituras o citas que usted desee.

# REVERENCIA

## L e c c i ó n 7

---

Esta lección tiene como fin ayudarnos a comprender la manera de enseñar la reverencia a nuestra familia, y la forma de mejorar nuestra propia reverencia.

### **La reverencia es una cualidad del alma**

- Muestre un cartel en el que figure Levítico 19:30, o haga referencia al pasaje que aparece en la pizarra.

Los profetas contemporáneos nos han aconsejado en cuanto a la reverencia. El presidente David O. McKay dijo: “Considero la reverencia como una de las cualidades supremas del alma” (en *Conference Report*, octubre de 1951, págs. 179–180).

El siguiente texto fue escrito por el presidente Spencer W. Kimball para los miembros de la Iglesia:

“Somos un pueblo ricamente bendecido. El Señor nos ha dado todo: el Evangelio de Jesucristo, la luz, el sacerdocio, el poder, las promesas, los convenios, los templos, nuestra familia, la verdad. Deberíamos ser el pueblo más feliz de la tierra. También deberíamos ser el pueblo más reverente, pero considero que sobre este punto cada individuo y cada familia debería examinarse a sí mismo. ¿Somos un pueblo reverente? ¿Muestran nuestras acciones, tanto en el hogar como en la Iglesia, reverencia hacia nuestro Creador?

“A veces lo dudamos. Asistimos a reuniones sacramentales y conferencias en las cuales los niños andan descontrolados por los pasillos. Durante los servicios notamos adultos que hablan con sus vecinos, gente que dormita y jóvenes que se reúnen en grupos en el vestíbulo. Vemos a familias que llegan tarde y entran bulliciosamente a tomar sus asientos, y a grupos enfrascados en conversaciones en voz alta en la capilla después de las reuniones.

“Nuestros pensamientos se tornan hacia investigadores, amigos y aquellos cuyos testimonios son frágiles y están desarrollándose. ¿Son





*7-a, Debemos ser reverentes y enseñar a nuestros hijos a ser reverentes en la capilla.*

nuestras reuniones las poderosas herramientas misionales que podrían ser, en las que el Espíritu del Señor reina y penetra en los corazones? ¿O debemos primeramente bloquear las muchas distracciones innecesarias a fin de sentir el Espíritu?

“Examinemos la reverencia, no solamente su significado e importancia en la vida de los Santos de los Últimos Días, sino también algunas de las posibles maneras mediante las cuales podemos enseñarla a nuestros hijos y mejorar nuestra conducta.

### **“El significado y la importancia de la reverencia**

“La reverencia se ha definido como un ‘sentimiento o actitud de profundo respeto, amor y veneración hacia algo sagrado’. Otra manera de expresar el significado de la reverencia es el describirla como devoción a Dios.

“Muchos de nuestros líderes han expresado respeto por la reverencia como una de las cualidades supremas del alma, indicando que comprende la verdadera fe en Dios y en su justicia, elevada cultura y amor hacia las cosas mejores de la vida.

### **“La reverencia hacia Dios**

“Por medio de la revelación moderna, el Señor nos ha ayudado a entender el significado y la importancia de la reverencia.

“Uno de esos casos parecería indicar que la reverencia hacia el Padre y el Hijo es un requisito o característica esencial de aquellos que alcanzarán el reino celestial. En la sección 76 de Doctrina y Convenios, conocida como ‘La Visión’, dada a José Smith y a Sidney Rigdon en febrero de 1832, encontramos:

“ ‘Y así vimos la gloria de lo celestial, que sobrepuja a todas las cosas; donde Dios, el Padre, reina en su trono para siempre jamás;

“ ‘ante cuyo trono todas las cosas se inclinan en humilde reverencia, y le rinden gloria para siempre jamás.

“ ‘Los que moran en su presencia son la iglesia del Primogénito; y ven como son vistos, y conocen como son conocidos, habiendo recibido de su plenitud y de su gracia;

“ ‘y él los hace iguales en poder, en fuerza y en dominio’ (D. y C. 76:92–95).

### **“La reverencia por el nombre de la Deidad**

“En otra revelación moderna se nos instruye que tengamos reverencia por el nombre mismo de la Deidad; se nos dice que no profanemos el nombre del Padre y que incluso evitemos el uso frecuente de él. (Véase D. y C. 107:2–4.)

“En este respecto, debemos recordarnos a nosotros mismos que uno de los Diez Mandamientos dice:

“ ‘No tomarás el nombre de Jehová tu Dios en vano; porque no dará por inocente Jehová al que tomare su nombre en vano’ (Éxodo 20:7).

“Parecería que la reverencia hacia Dios y Su nombre es una de las cualidades más importantes que podemos adquirir.

### **“La reverencia hacia la Casa del Señor**

“Y sin embargo, en otro aspecto de suma importancia, el Señor nos ha mandado, por medio de la revelación moderna, que debemos tener la reverencia adecuada hacia Su santa casa. En la importante revelación dada a José Smith, conocida como la oración dedicatoria del Templo de Kirtland, se dio el mandato que éste, así como todos los demás templos sagrados erigidos al Señor, deberían ser un lugar de reverencia a Él. (Véase D. y C. 109:16–21)

“En todo sentido, lo que se menciona sobre los templos sagrados de la Iglesia se aplica a toda ‘casa del Señor’, ya sea una capilla, o cualquier lugar donde se reúnan los santos para adorar Su nombre, o cualquier hogar de los Santos de los Últimos Días.

### **“La reverencia implica felicidad**

“Al igual que los demás principios del Evangelio, la reverencia conduce a un aumento de gozo.

Debemos recordar que la reverencia no es una conducta sombría ni provisional que se adopta sólo el domingo. La verdadera reverencia tiene que ver con la felicidad, así como el amor, el respeto, la gratitud y el temor divino. Es una virtud que debe ser parte de nuestra forma de vida. De hecho, los Santos de los Últimos Días deberían de ser el pueblo más reverente de toda la tierra.

### **“La reverencia y el hogar**

“Por tanto, ¿dónde comienza la reverencia, y cómo podemos adquirirla?

“El hogar es la clave de la reverencia, así como lo es para con toda otra virtud divina.

“Permítanme recalcar la importancia de enseñar a nuestros hijos a orar. Es durante las oraciones personales y familiares que los pequeños aprenden a inclinar la cabeza, a cruzar los brazos y a cerrar los ojos mientras se están dirigiendo a nuestro Padre Celestial. La conducta que se aprende en el hogar determina la conducta que se manifiesta en las reuniones de la Iglesia. El niño que ha aprendido a orar en el hogar pronto se da cuenta de que debe estar en silencio y quieto durante las oraciones que se ofrecen en los servicios de adoración.

“Del mismo modo, cuando las noches de hogar forman parte de la vida familiar, los niños saben que hay momentos especiales, no solamente en la Iglesia sino también en el hogar, en los que aprendemos acerca de nuestro Padre Celestial y en los que todos tienen que comportarse de la mejor manera.

“La música es un deleite especial para los niños. Los himnos que con frecuencia se cantan en la Iglesia también se pueden cantar en el hogar. Los niños pequeños se beneficiarían especialmente si los padres les ayudaran a aprender himnos sencillos en el hogar. De esa forma, los niños ansiosamente esperarán la oportunidad de cantar en la reunión sacramental y en otras reuniones.

### **“La reverencia en la Iglesia**

“Naturalmente, los padres deberán asistir a las reuniones dominicales con sus hijos.

“El padre y la madre deben trabajar unidos para asegurarse de que la preparación para las reuniones sea una experiencia familiar agradable. Los apuros de último momento para reunir a los niños, vestirlos y salir corriendo a la reunión, son un factor negativo para la reverencia.

“Cuando las familias caen en este hábito, con frecuencia llegan tarde a las reuniones, hay expresiones de enojo y sentimientos heridos y los niños a menudo se ponen de mal humor y están inquietos durante el servicio. ¡Cuánto más reverente es la familia que se prepara con anticipación para las reuniones, que llega a la capilla antes del comienzo de la reunión y se sienta para escuchar la música del preludeo y alejar de la mente las preocupaciones mundanas!

“Los padres que tienen niños pequeños a veces tienen dificultad para ayudar a sus pequeños a apreciar las reuniones e impedir que provoquen alborotos. La perseverancia, la firmeza y la preparación en el hogar son ingredientes esenciales para el éxito. Si se sienten perplejos en cuanto a la manera de cómo tratar a sus hijos en la Iglesia, los padres jóvenes podrían buscar el consejo de alguna pareja del barrio que tenga más experiencia.

“A menudo, antes y después de las reuniones, los miembros de la iglesia se agrupan en la capilla para intercambiar saludos. Parte de la aparente irreverencia se debe inocentemente al hecho de que somos personas amistosas y a que el día de reposo es una oportunidad conveniente para saludarnos, hermanarnos y para conocer gente nueva. Para dar el ejemplo a su familia, los padres deben llevar a cabo sus charlas en los vestíbulos u otros lugares fuera de la capilla antes o después de las reuniones. A fin de llevar el espíritu del servicio al hogar, después de la reunión, los padres pueden hablar con sus hijos en casa en cuan-

to a una idea, un número musical, o algún otro aspecto positivo de la reunión.

### **“Un esfuerzo para mejorar la reverencia**

“Hemos hablado en cuanto a la importancia de la reverencia y hemos examinado algunos de sus significados. También hemos ofrecido varias sugerencias para fomentar la reverencia en el hogar y en la Iglesia. Sin embargo, el mejoramiento verdadero en las acciones de la gente se logrará cuando los líderes locales y las familias aúnen sus esfuerzos para vencer los problemas de reverencia que sean propios a sus circunstancias. Podemos vislumbrar, a través de toda la Iglesia, un esfuerzo por mejorar la reverencia...

“La verdadera reverencia es una cualidad vital, una que está desapareciendo rápidamente en el mundo a medida que se extiende la influencia de las fuerzas del mal. No podemos comprender todo el bien que podemos ejercer si los millones de miembros de la Iglesia verdadera de Cristo sirvieran como modelo de una conducta reverente. No podemos imaginar el gran número adicional de almas en las que podríamos influir y, tal vez, lo que es más importante aún, no podemos predecir el gran impacto espiritual que produciríamos en nuestra propia familia si llegáramos a ser tan reverentes como debiéramos serlo. Ruego que podamos esforzarnos para adquirir mayor reverencia en nuestra vida”  
(*We Should Be a Reverent People [folleto]*, 1976, págs. 1–4).

- ¿En qué forma pueden los padres ayudar a sus hijos a disfrutar más de las reuniones de la iglesia y a ser más reverentes? Después de que los miembros de la clase hayan dado sus respuestas, pida que alguien lea las siguientes sugerencias:

### **“Sugerencias para los padres en cuanto a la enseñanza de la reverencia**

“Para ayudar a los hijos a disfrutar de las reuniones de la Iglesia, los padres deben hacer lo siguiente:

“1. Participar en la Escuela Dominical y en las reuniones sacramentales con sus hijos.

“2. Hacer que los preparativos para las reuniones sean agradables y sin prisas.

“3. Llegar unos cinco o diez minutos antes de que empiece la reunión.

“4. Sentarse juntos, como familia.

“5. Comentar posteriormente un discurso, un mensaje, un número musical u otro aspecto de la reunión” (Spencer W. Kimball, *We Should Be a Reverent People*, pág. 4).

- Mostrar la ayuda visual 7-a, “Debemos ser reverentes y enseñar a nuestros hijos a ser reverentes en la capilla”.
- ¿En qué forma podemos enseñar la reverencia a los niños? Después de que los miembros de la clase hayan respondido a esta pregunta, pida a alguien que lea las siguientes sugerencias:

“Los padres que tengan niños pequeños deberán hacer lo siguiente:

“1. Ayudar a sus hijos a entender lo que está pasando.

“Los niños se pueden entretener en silencio con un libro para colorear o un cuaderno para dibujar, pero es importante ayudarlos a entender lo más posible acerca de la reunión. Un comentario ocasional, susurrando, para aclarar los asuntos presentados o el mensaje del orador, puede ayudar al niño a mantenerse interesado en lo que está aconteciendo. Por ejemplo, el padre podría susurrarle: ‘Ahora está hablando el papá de Beto. Está hablando acerca de los pioneros’.

“2. Dar énfasis a los himnos.

“Para los niños, el canto puede ser una de las partes más atractivas de la reunión. Para despertar el interés del niño en los himnos, cante himnos sencillos en el hogar y enséñeselos. El director de música del barrio podría facilitarle una lista de los himnos que se cantarán en reuniones futuras”.

“3. Hacer hincapié en las normas de etiqueta que se han aprendido en el hogar, en la Primaria y en la Escuela Dominical.

“Ayudar a los niños a recordar que tienen que cruzar los brazos e inclinar la cabeza durante las oraciones, y que deben permanecer sentados y en silencio durante la Santa Cena. Los niños deben entender que es descortés jugar en los pasillos o entrar y salir de la capilla durante la reunión”.

“4. Dar el ejemplo.

“Para dar un buen ejemplo, muestre interés en la reunión, comunicándose con los demás solamente cuando sea necesario y aliente a los niños a hacer lo mismo.

“5. Asegurarse de que los niños estén preparados para las reuniones.

“Las visitas a los cuartos de baño y a los bebederos deben efectuarse antes de la reunión” (Spencer W. Kimball, “*We Should Be a Reverent People*”, folleto, págs. 4–5).

### **Conclusión**

Cuando somos reverentes, demostramos nuestro amor y respeto hacia nuestro Padre Celestial y Su Hijo Jesucristo. A medida que adquirimos una actitud de reverencia, podemos experimentar mayor felicidad en la vida y en las enseñanzas del Evangelio de Jesucristo.

### **Desafío**

Enumeren las cosas que pueden hacer para llegar a ser más reverentes en su propia vida y para ayudar a los demás, en especial a los de su propia familia, a ser más reverentes.

---

### **Preparación de la maestra**

Antes de presentar la lección debe hacer lo siguiente:

Preparar el cartel que se sugiere en la lección o escribir el pasaje de las Escrituras en la pizarra.

# AMOR, CARIDAD Y SERVICIO

## L e c c i ó n 8

---

Esta lección tiene como fin ayudarnos a amar y servir a los demás.

### **Dios nos ama con perfecto amor**

El amor perfecto, llamado también “caridad” es el amor puro de Cristo (véase Moroni 7:47). A aquellos que han tenido la oportunidad de sentir ese amor les es difícil describirlo. La hermana Erma Braack, de los Estados Unidos, relató la experiencia que tuvo su esposo con el amor de Dios.

“Bert Braack... había considerado la admonición de la Biblia, ‘Pedid, y se os dará; buscad, y hallaréis; llamad, y se os abrirá’ (Mateo 7:7)... como una invitación personal para orar...”

“Deseaba desesperadamente saber si había un Dios; y si así fuese, ¿cómo era ese Dios?”

“Empezó a visitar a diferentes iglesias y a leer la Biblia. Las palabras de Mateo lo impulsaron a tratar de averiguarlo por sí mismo, de modo que... con un intenso deseo de conocer la verdad, ofreció su primera oración. ‘Si existes, Dios, házmelo saber, y haré lo que Tú quieras’. Al encontrarse de rodillas, dice que ‘Me envolvió una gran paz, sentí como un fuego en el pecho y me inundó un gozo que nunca había experimentado. Tuve la sensación de que me sumergía en una extraordinaria esencia espiritual’.

“Esa sensación permaneció con él durante tres días, y todo ese tiempo, dice: ‘Me parecía que al andar, mis pies no tocaban el suelo. El amor puro de Dios parecía rodearme completamente, y era maravilloso. Durante ese tiempo, sentía un gran amor hacia todo. Nunca me habían importado mucho los niños, pero ahora sentía por ellos un cálido afecto; siempre había odiado la lluvia y ahora, totalmente empapado, disfrutaba enormemente de ella. Si esto es una pequeña muestra del amor de Dios que abunda en el reino celestial, no es de extrañar que el león y el cordero se acuesten y que no haya nada que cause daño ni temor’ ” (véase “Un hombre en busca de la verdad”, *Liahona*, abril de 1977, pág. 21).



- Pida a los miembros de la clase que recuerden una época en la que se sintieron llenas de amor.
- ¿Por qué debemos saber que Dios nos ama personalmente?

El Salvador nos dio el ejemplo de cómo debemos amar. Se le trató injustamente, y sin embargo no se volvió contra Sus perseguidores. Fue odiado, no obstante devolvió amor por odio. Fue clavado a una cruz de madera y abandonado para que muriera; no obstante, Él pidió por los soldados romanos: “Padre, perdónalos, porque no saben lo que hacen” (Lucas 23:34). Él tuvo paciencia con Sus apóstoles, algunos de los cuales no comprendían clara y completamente su misión. Él sentía gran amor por los niños. En 3 Nefi 17 se encuentra un relato conmovedor sobre el amor del Salvador.

- Pida a la hermana que ha sido previamente asignada que lea los versículos que ha seleccionado de 3 Nefi 17, que muestran el amor del Salvador.

### **Se nos manda amar**

Unas horas antes de Su crucifixión, el Salvador enseñó a Sus discípulos: “Un mandamiento nuevo os doy: Que os améis unos a otros; como yo os he amado, que también os améis los unos a otros” (Juan 13:34).

Él mandó que debemos amarnos unos a otros de la misma forma en que Él amó a Su prójimo. Él enseñó:

“Amad a vuestros enemigos, bendecid a los que os maldicen, haced bien a los que os aborrecen, y orad por los que os ultrajan y os persiguen;

“para que seáis hijos de vuestro Padre que está en los cielos” (Mateo 5:44–45).

El élder Marion D. Hanks relató cómo a una hermana se le enseñó desde su niñez a adquirir un amor semejante al de Cristo: “Recuerdo a una dama muy especial, quien nació con un cuerpo gravemente discapacitado... quien habló acerca de un incidente de su niñez. Sus amiguitas la llamaban de todo y eso le causó tristeza y lágrimas. Cuando llegó a casa, su padre la sentó en el regazo y rodeándola con sus brazos, lloró con ella mientras le decía... que esa experiencia haría que su vida fuese fructífera y feliz. ‘Mi reina’, le dijo... ‘sí tienes una joroba y otros problemas serios, pero no es tu culpa, ni la de tus padres, ni de tu Padre Celestial... Lo que los niños dicen es cierto, pero no fue justo ni bondadoso. Si durante toda tu vida tratas de ser más buena y bondadosa con los demás que lo que algunos de ellos puedan serlo contigo, entonces hallarás felicidad, y tu vida será plena y útil’ ” (en *Conference Report*, octubre de 1976, pág. 42.)

- Pida que alguien lea 1 Corintios 13:2-7. Pida a los miembros de la clase que hablen en cuanto a las ideas de este pasaje de las Escrituras ¿Puede una hermana que tenga el verdadero amor de Cristo tener prejuicios contra la gente de otra raza? ¿Puede volver la espalda al enfermo, al pobre o al hambriento? ¿Puede sentir envidia por el éxito de otras personas? ¿Puede chismorrear acerca de los demás o criticarlos? ¿Por qué debemos esforzarnos por obtener la caridad?

### **El servicio cristiano crea amor**

El presidente Harold B. Lee dijo que una noche tuvo lo que “debió haber sido una visión”, en la que le fue dicho: “Si deseas amar a Dios, debes aprender a amar y servir a las personas. Ésa es la manera de demostrar tu amor hacia Dios” (*Stand Ye in Holy Places*, pág. 189).

Por medio de los actos de servicio, ya sean grandes o pequeños, podemos aprender a amar más profundamente. La hermana Cora Hill Arnold, originaria de los Estados Unidos, relata cómo aprendió a amar a través del servicio, aunque vivía cerca de una mujer a la que pensó que no podría llegar a apreciar:

“Todo lo que hacía me parecía mal... Me enteré por otras personas que ella tenía los mismos sentimientos hacia mí. Parecía que constantemente trataba de imponer su presencia y mostrar a los demás cuán importante era. Cuánto me disgustaba que ella lograra algún éxito.

“Nunca era amigable conmigo y al pasar cerca de ella la saludaba fríamente con la cabeza o con un cortés saludo... Yo me sentía desdichada, porque el tenerle aversión a una persona no me hace feliz.

“Un día me enteré de que estaba enferma. ‘¿Y qué importa?’ pensé; ‘no era de mi incumbencia’.

“Pero sí lo era, y no podía olvidarlo. Debido a que poseo una conciencia activa, me dirigí finalmente a la cocina y comencé a preparar unos bizcochitos de manzana...

“¡Y se los llevé!

“La cara se le iluminó de sorpresa y placer y una cálida sensación me bañó el corazón, haciendo que de inmediato desapareciera todo prejuicio de irritación. Al regresar a casa, se dibujaba en mi rostro una sonrisa y el día parecía brillante y hermoso.

“Ella es ahora una de mis mejores amigas... .

“Alguien ha dicho: ‘El odio es amor que tomó el camino equivocado. Odiamos a aquellos a quienes podríamos haber amado’ ” (¿Deberé considerarla mi amiga? *Revista de la Sociedad de Socorro*, agosto de 1970, pág. 596).

- Pida a una hermana que cuente una experiencia que haya tenido al aprender a amar a alguien. ¿En qué forma podemos cultivar una relación más profunda, incluso con los miembros de nuestra propia familia, mediante el servicio?

### **Hemos hecho convenio de servirnos los unos a los otros**

Cuando nos bautizamos, hicimos convenio con el Señor de "... llevar las cargas los unos de los otros... llorar con los que lloran; ... consolar a los que necesitan consuelo" (Mosíah 18:8–9). Tenemos la responsabilidad de ayudar a aquellos que tienen necesidad; luego tenemos la responsabilidad de ayudarles, sin que se nos mande o recibamos un mandamiento. (Véase D. y C. 58:26–29.)

Hemos hecho convenio de servir a las personas necesitadas, tal como Cristo sirvió a Sus semejantes. El servicio caritativo no se debe solicitar; lo puede necesitar alguien que no conozcamos, y quizás nunca nos pueda devolver el favor; quizá no sea del todo agradable y requiera mucho esfuerzo de nuestra parte. Posiblemente se necesite cuando nos sea más difícil dar, y tal vez no recibamos alabanzas o reconocimiento, pero debemos servir porque amamos a los hijos de nuestro Padre Celestial y porque deseamos ayudarles según los sinceros deseos de nuestro corazón.

Emma Sommerville McConkie, abuela del élder Bruce R. McConkie, era viuda, residente de Moab, Utah. El padre del élder McConkie escribió en su diario en cuanto a la siguiente experiencia que tuvo su madre:

" 'Mamá era la presidenta de la Sociedad de Socorro en Moab. Fulano (un hombre que no era miembro de la Iglesia y que se oponía a ella), se casó con una muchacha mormona. Tenían varios hijos y acababan de tener otro bebé. Eran muy pobres y mamá iba día tras día a cuidar al bebé y a llevarles canastas llenas de alimentos, etc. Mamá estaba enferma y en más de una ocasión casi no pudo volver a casa después de realizar el quehacer en casa de esa familia.

"Un día volvió a casa especialmente cansada y agotada. Se quedó dormida en su silla; soñó que bañaba a un bebé, que resultó ser el Niño Jesús. Ella pensó: ¡Oh, qué gran honor servir al Cristo mismo! Se sintió embargada por la emoción al tener al bebé en el regazo. Pensó, ¿quién más ha sostenido realmente al Niño Jesús? Un gozo indescriptible invadió todo su ser; sentía que la consumía la gloria del Señor. Parecería que la médula de los huesos estuviera a punto de derretirse. Tan grande fue su gozo que se despertó; al abrir los ojos, resonaron en sus oídos las siguientes palabras: "... en cuanto lo hicisteis a uno de estos mis hermanos más pequeños, a mí los hicisteis' " (citado por Bruce R. McConkie en "El amor nunca deja de ser", *Revista de la Sociedad de Socorro*, marzo de 1970, pág. 169).

- Lea Mateo 25:34–40. Pida a las hermanas que analicen algunas de las formas en las que pueden prestar servicio a los demás (Véase *Principios del Evangelio*, capítulo 28, “Servicio”).

### **Conclusión**

El presidente David O. McKay dijo:

“Tenemos responsabilidades más grandes que nunca de hacer de nuestros hogares lugares tales que irradian hacia nuestro prójimo armonía, amor, deberes comunes, lealtad. Permitamos que nuestro prójimo lo vea y lo oiga...”

“Dios nos ayude como miembros... de la Iglesia a irradiar... amor... caridad... y servicio” (“Radiation of the Individual”, *Instructor*, octubre de 1964, pág. 347).

### **Desafío**

Escoja a una persona a la que le sea difícil querer y trate de cultivar una buena relación con ella. Trate de ser más consciente de la forma en que podría prestar servicio a esa persona y a los demás.

---

### **Preparación de la maestra**

Antes de presentar la lección debe hacer lo siguiente:

1. Estudiar *Principios del Evangelio*, capítulo 28, “Servicio”, y el capítulo 30: “Caridad”.
2. Asignar a un miembro de la clase a que escoja dos o tres versículos de 3 Nefi 17, en los que se manifieste el amor de Cristo, y esté preparada para compartirlos.
3. Asignar a los miembros de la clase que presenten cualquier relato, pasajes de las Escrituras o citas que usted desee.

# CASTIDAD Y MODESTIA

## L e c c i ó n 9

---

Esta lección tiene como fin ayudarnos a vivir la ley de castidad y enseñar a nuestros hijos a hacer lo mismo.

### **La ley de castidad**

Dios nos ha bendecido con un poder sagrado en nuestro cuerpo para crear otros cuerpos, para que de esa manera pueda continuar la vida sobre la tierra. Para ayudarnos a preservar la santidad de este poder y utilizarlo con sabiduría, Dios nos ha dado la ley de castidad.

- Pida a la hermana asignada que lea *Principios del Evangelio*, capítulo 39, la sección titulada: “¿Qué es la ley de castidad?”.

Ser casto significa evitar todos aquellos pensamientos y acciones impuros que puedan conducirnos a desear lo malo. (Véase Mateo 5:27–28.) No debemos dejar que influyan en nosotros las normas de un mundo inmoral.

### **La importancia de la ley de castidad**

Es importante vivir la ley de castidad porque es un mandamiento de Dios. En las Escrituras dice que la castidad es “lo más caro y precioso que todas las cosas” (Moroni 9:9). El Señor dijo: “Porque yo, el Señor Dios, me deleito en la castidad de las mujeres. Y las fornicaciones son una abominación para mí” (Jacob 2:28).

El vivir la ley de castidad nos traerá grandes bendiciones del Señor; nos ayudará a tener respeto propio y nos librá de una conciencia intranquila; nos ayudará a evitar las enfermedades transmitidas sexualmente y el sufrimiento que éstas conllevan. Además, el vivir la ley de castidad nos hará sentirnos dignos, tanto de los demás así como de la guía del Espíritu Santo. Y, lo que es más importante, debemos ser castos para entrar en el templo y casarnos por el tiempo de esta vida y la eternidad. La castidad nos ayudará a disfrutar una vida familiar feliz sobre la tierra y nos asistirá para que seamos dignos de continuar nuestra vida familiar por las eternidades.

- Pida a la hermana que llevó su bebé a la clase que exprese el gozo que ella y su esposo sienten por ser una familia.

El quebrantar la ley de castidad es un pecado muy serio que nos puede traer aflicción y destruir nuestro autorrespeto. Nos puede agobiar con sentimientos de culpabilidad. La inmoralidad puede causar desconfianza entre los miembros de la familia e incluso puede llegar a destruir la familia. La falta de castidad hace que la persona sea indigna de tener la guía del Espíritu Santo; puede ocasionar que vengan niños al mundo fuera de la unidad familiar. Los miembros de la Iglesia que quebrantan la ley de castidad violan convenios sagrados que han hecho con Dios. Cualquier uso indebido del poder sagrado de la creación podrá ocasionar que perdamos el privilegio del progreso eterno.

Las relaciones sexuales fuera del matrimonio son pecados graves que manchan la vida de aquellos que participan en ello. Esas manchas pueden desaparecer únicamente mediante el arrepentimiento (véase la lección 2 de este manual: “Arrepentimiento”). Algunas veces cometemos errores antes de comprender los mandamientos del Señor en lo referente a la castidad. Si es así, es muy importante que hablemos con nuestro presidente de rama, obispo o presidente de misión en cuanto a ellos. Él nos aconsejará y nos ayudará para que nuestro arrepentimiento sea completo. El Señor está dispuesto a perdonarnos si nos arrepentimos de nuestros pecados. Él nos dice: “He aquí, quien se ha arrepentido de sus pecados es perdonado; y yo, el Señor, no los recuerdo más” (D. y C. 58:42).

### **Cómo enseñar la castidad a los niños**

- Muestre un cartel de la lista siguiente o haga referencia a la información que aparece en la pizarra.

1. Ayudar a los niños a comprender la naturaleza y la santidad de las funciones del cuerpo humano.
2. Dar amor a los niños.
3. Dar aliento para seguir las normas debidas del cortejo.
4. Exhortar el vestir modesto.
5. Dar el debido ejemplo como padres.

### ***Ayudar a los niños a comprender la naturaleza y la santidad de las funciones del cuerpo humano.***

Los niños, por naturaleza, tienen curiosidad por su cuerpo. En el momento apropiado, los padres deben explicar con sencillez las formas correctas

del cuidado de nuestro cuerpo. Los padres deben también ayudar a sus hijos a entender que nuestros cuerpos son algo muy personal y sagrado que ni nosotros ni otras personas deben tratar indebidamente.

- Pida a los miembros de la clase que piensen en algunas situaciones en las que los padres podrían enseñar a un hijo a respetar su cuerpo.

La actitud de los hijos reflejará la actitud de los padres. Si los padres se ríen de sugerencias inapropiadas, ven películas o programas de televisión de dudosa reputación, o permiten libros o revistas sugestivas en sus hogares, los hijos aprenderán actitudes erróneas. Los padres deben hablar de manera reverente pero franca y sin vergüenza en cuanto al cuerpo. Al demostrar afecto genuino el uno para con el otro, los padres también enseñarán que la procreación es sagrada. Asimismo, debemos enseñar a los hijos a comprender el papel de los sexos, ya que eso les ayudará a tener buenos sentimientos en cuanto al hecho de pertenecer al sexo masculino o femenino. Los padres que tienen buenos sentimientos en cuanto a su papel de hombres o mujeres, transmitirán este sentimiento a sus hijos.

- ¿En qué forma nuestra actitud enseña más que las palabras?

Los niños deben comprender claramente cómo se forman los bebés y la forma en que vienen al mundo; también se les debe enseñar que el Señor ha mandado que las relaciones sexuales se reserven para el matrimonio. Los niños, las niñas, los hombres y las mujeres no deben quebrantar este sagrado mandamiento.

#### ***Dar amor a los niños***

- Muestre la lámina 9-a, “El amor de una madre es una bendición para su familia”.

Cuando los niños todavía son pequeños, los padres pueden enseñar las maneras apropiadas de expresar afecto. Es importante satisfacer las necesidades de afecto de los hijos a fin de que no traten de satisfacerlas más tarde de forma inapropiada. Si los padres son sinceros y cariñosos se ganan la confianza de los hijos; posteriormente, si los hijos tienen dudas o problemas en su vida, se sentirán cómodos al consultar a sus padres.

#### ***Dar aliento para seguir las normas debidas del cortejo***

El presidente Spencer W. Kimball declaró: “Las citas o salidas entre parejas deben posponerse hasta después de los dieciséis años...” (“La decisión matrimonial”, *Liahona*, julio de 1976, pág. 2). Se insta a los jóvenes a que tengan sólo una relación casual y amistosa hasta que los jóvenes hayan cumplido una misión.



*9-a El amor de una madre es una bendición para la familia.*



Cuando las personas empiezan a tomar el cortejo más seriamente, las exhortamos a adquirir características positivas y a buscar esas mismas características en un futuro compañero. El élder Richard G. Scott impartió este consejo: “Al buscar un compañero eterno, considera a alguien que esté desarrollando los atributos esenciales que brindan felicidad: amor profundo por el Señor y por Sus mandamientos, determinación de obedecerlos, comprensión bondadosa, deseo de perdonar y disposición a dar de sí, el deseo de tener una familia bendecida con hermosos hijos y la determinación de enseñarles los principios de verdad en el hogar” (“Recibe las bendiciones del templo”, *Liahona*, julio de 1999, pág. 29).

El élder Scott también recalcó la importancia de la castidad durante el cortejo: “El incurrir durante el noviazgo en actos íntimos, reservados para realizarse dentro de los vínculos matrimoniales, es transgresión. El hacer esto ofende al Espíritu Santo, establece los cimientos para el pesar y la desilusión, y podría disimular rasgos o características que puedan resultar contrarias o incompatibles dentro del convenio del matrimonio. Muchas veces, debido a la violación de las leyes de pureza personal, se siembran semillas de desconfianza que maduran hasta producir el divorcio y la pérdida de las bendiciones del templo. No cometas ese error” (*Ibid*, pág. 30).

- ¿Cuáles son las normas correctas del cortejo para los Santos de los Últimos Días? ¿En qué forma pueden los padres enseñar a sus hijos la importancia de mantener normas elevadas durante el cortejo?

### *Exhortar el vestir modesto*

Desde los tiempos de Adán y Eva, el Señor ha pedido a Sus hijos que cubran su cuerpo. Hasta que Eva fue tentada por Satanás en el Jardín del Edén, ella y Adán no sabían que estaban desnudos. Después de participar del fruto prohibido, se dieron cuenta de su desnudez. Trataron de cubrir sus partes más sagradas con delantales de hojas de higuera. Sin embargo, las normas de modestia del Señor son más elevadas y Él les proporcionó túnicas de piel para que se cubrieran, aunque en aquel entonces se hallaban solos en el mundo. (Véase Moisés 4:13, 27.)

Las normas de modestia del Salvador no son las del mundo. Desde el tiempo del profeta José Smith hasta nuestros profetas actuales, nuestros líderes nos han pedido que creemos nuestros propios estilos y modas para vestir (véase Spencer W. Kimball, “A Style of Our Own”, asamblea espiritual de la Universidad Brigham Young, 13 de febrero de 1951.) El presidente Brigham Young describió la clase de moda que sirve de modelo para nosotras; Él dijo: “Supongamos que un ángel del sexo femenino se les apareciera en su casa y tuvieran el privilegio de verla,

¿en qué forma estaría vestida?... Luciría bien arreglada y atractiva, con el semblante lleno de gloria, brillante, resplandeciente y perfectamente hermoso, y en todo acto, su gentileza dejaría embelesado el corazón de todo el que la viera. En ella no hay nada superfluo. Ninguna de mis hermanas cree que esas modas tontas e inútiles se sigan en el cielo. De modo que modelen su vida según las cosas buenas y celestiales... ” (en *Deseret News [Weekly]*, 30 de abril de 1873, pág. 196).

Para medir nuestras normas de modestia, hagámonos las siguientes preguntas: ¿Qué pensaría de mi ropa si supiera que el profeta fuese a hacer una visita en nuestro hogar? ¿Es mi ropa un buen ejemplo de lo que una jovencita o mujer Santo de los Últimos Días debería vestir? Aun a los niños pequeños se les debe vestir de forma modesta y se les debe enseñar en cuanto a la modestia.

Nosotras somos responsables de la forma en que nuestras normas del vestir afecten a los demás. Cualquier cosa que dé lugar a malos pensamientos o que ponga un mal ejemplo ante los demás no es modesto. Es especialmente importante que enseñemos a las jovencitas a no vestirse de tal forma que estimule pensamientos inapropiados en los jovencitos.

- ¿Qué estilos de ropa que están de moda debemos evitar?

La modestia puede ayudarnos a guardar nuestra castidad. Debemos escoger estilos que sean agradables tanto para nosotros como para el Señor.

#### *Dar el debido ejemplo como padres*

Al guardar la ley de castidad y ser modestos, los padres también deben poner el ejemplo apropiado.

- Repase las cinco sugerencias que se hallan en la pizarra o cartel para enseñar a los hijos a ser castos. ¿En qué forma podemos ayudarnos a nosotros y a nuestros hijos a guardar la ley de castidad y a vestir de forma modesta?

#### **Conclusión**

Al dirigirse a las jovencitas Santos de los Últimos Días en la ciudad de México, el presidente Spencer W. Kimball dijo: “Ustedes son hijas de Dios... fueron hechas a la imagen de nuestra Madre Celestial... El cuerpo de ustedes es sagrado y de gran valor para ustedes” (en *Conference Report*, Conferencia de Área de la ciudad de México y de Centroamérica, 1973, pág. 108).

Nuestro cuerpo es el templo donde mora nuestro espíritu. “... ninguna cosa impura puede morar con Dios” (1 Nefi 10:21; véase también 1 Corintios 3:16–17). El guardar nuestro cuerpo puro y limpio es un aspecto importante del ser dignos de regresar a vivir con nuestro Padre Celestial.

### **Desafío**

Inspeccione su guardarropa para estar segura de que toda su ropa sea modesta. En casa, coloque una silla frente a un espejo; pida a cada uno de los miembros de la familia que se siente en la silla y decida la forma de ser modesto en el vestir y la postura. Si es pertinente, hable con su esposo sobre la importancia de enseñar la castidad y la modestia a sus hijos, varones y niñas.

### **Escrituras adicionales**

- 1 Corintios 10:13 (Dios nos proporciona el camino para escapar de la tentación)
- Jacob 2:22–35, 31–3 (la castidad— deleite para el Señor)
- Alma 39:1–9 (Coriantón es reprendido por su conducta pecadora y se le aconseja que se arrepienta)

---

### **Preparación de la maestra**

Antes de presentar la lección debe hacer lo siguiente:

1. Estudiar *Principios del Evangelio*, capítulo 39: “La ley de castidad”.
2. Repasar la lección 2 de este manual, “Arrepentimiento”.
3. Preparar el cartel que se sugiere en la lección o escribir la información en la pizarra.

# MATRIMONIO ETERNO

## L e c c i ó n 1 0

---

Esta lección tiene como fin ayudarnos a hacer planes y preparativos para recibir el convenio del matrimonio eterno.

### ¿Por qué debemos casarnos en el templo?

- Muestre la lámina 10-a, “Una pareja se casa en el templo por la eternidad”.

La vida no termina con la muerte, ni tampoco se dispuso que el matrimonio terminara con la muerte. Pero el matrimonio civil o por oficiales eclesiásticos fuera del templo es únicamente para esta vida. El matrimonio eterno en el templo es el único matrimonio que perdurará después de la muerte. La exaltación en el nivel más alto del reino celestial la reciben sólo aquellos que hacen el convenio del matrimonio celestial y lo guardan.

- Lea D. y C. 131:1–4.

Después de que seamos resucitados, iremos a uno de los tres grados de gloria. Para entrar en el reino más alto, debemos tomar decisiones correctas, arrepentirnos continuamente y seguir los mandamientos de nuestro Padre Celestial durante nuestra vida. (Véase Spencer W. Kimball, *El Milagro del Perdón*, págs. 248-249.) Una de las decisiones que tomamos es el contraer matrimonio en el templo por la eternidad. Aquellos que hagan el convenio del matrimonio eterno y lo guarden serán unidos a sus familias por la eternidad.

- Lea D. y C. 132:15–17

José Smith dijo: “A menos que un hombre y una mujer entren en un convenio sempiterno... y sean unidos por las eternidades... no tendrán hijos después de la resurrección” (*Enseñanzas del Profeta José Smith*, pág. 366).

“La exaltación únicamente está al alcance de los miembros justos de La Iglesia de Jesucristo de los Santos de los Últimos Días; sólo de aquellos que aceptan el Evangelio; sólo de aquellos que reciben sus investiduras y han sido sellados por la eternidad en los santos templos de Dios, y



*10-a Una pareja se casa en el templo por la eternidad.*

luego continúan viviendo rectamente toda su vida” (Spencer W. Kimball, *El Milagro del Perdón*, pág. 251).

- ¿Por qué razón deseáramos que nuestra familia se sellara en el templo? Después de habernos sellado en el templo, ¿qué debemos hacer para permanecer casados por la eternidad?

### Las bendiciones del matrimonio eterno

El presidente Lorenzo Snow enseñó: “Cuando son unidos en matrimonio dos Santos de los Últimos Días, les son declaradas promesas concernientes a su descendencia que se extiende de eternidad en eternidad. Se les promete que tendrán el poder y el derecho de gobernar y regir y administrar salvación, exaltación y gloria a su posteridad, por los siglos de los siglos. Y la posteridad que no tengan aquí, indudablemente habrá oportunidades para tenerla más adelante. ¿Qué más podría desear el hombre? Un hombre y una mujer, en la otra vida, con cuerpos celestiales, libres de males y enfermedades, inefablemente glorificados y embellecidos, de pie en medio de su posteridad, gobernándolos y dirigiéndolos, administrando vida, exaltación y gloria por los siglos de los siglos” (Spencer W. Kimball, *El Milagro del Perdón*, págs. 250–251).

- Muestre la lámina 10-b, “Un cuarto de sellamiento del Templo de Washington, D. C.”.

¡Qué gloriosas promesas! Si nos sellamos por la eternidad y continuamos viviendo dignamente, seremos familia para siempre; nuestra familia terrenal seguirá siendo nuestra permanentemente, y además podremos seguir aumentando, agregando hijos espirituales a nuestra posteridad.

- ¿Qué sientes al saber que puedes recibir esas bendiciones?

El hermano Bo G. Wennerlund, originario de Suecia, expresó esos sentimientos después de que él y su esposa fueron sellados en el Templo de Suiza:

“Nunca olvidaré el gozo, la felicidad y la determinación de vivir el Evangelio que llenó nuestra alma después de aquella primera visita al templo. Adquirí conocimiento y comprensión en cuanto a mi destino eterno, que nunca había imaginado. Lo más notable ocurrió cuando nuestra familia fue sellada por el tiempo y la eternidad.

“Miré los ojos de mi esposa a través del altar y vi en ellos lágrimas de gozo que le rodaban por las mejillas. Siempre la había amado, pero nunca tanto como en ese momento. ¡Ella, una hija de Dios, era la madre de mis hijos! Parecía que nunca había llegado a comprenderlo en toda su magnitud. Desde entonces nuestras oraciones han sido más significativas, amamos al Señor más que nunca y deseamos servirle.



*10-b Un cuarto de sellamiento del Templo de Washington, D.C.*

“Seguimos asistiendo al templo porque amamos la obra por los muertos y el Espíritu que allí mora. Cada vez que regresamos se nos recuerdan los convenios que hemos hecho, y esa es la mayor motivación para que continuemos viviendo el modo de vida del Evangelio” (véase “La había amado antes...”, *Liahona*, enero de 1975, pág. 19).

Debemos vivir de tal manera que seamos dignas de recibir las bendiciones de un matrimonio eterno. Debemos estar dispuestas a hacer grandes sacrificios para obtenerlas.

- Invite a las hermanas que han sido selladas en el templo a expresar sus sentimientos en cuanto al matrimonio eterno y las familias eternas.

### **Cómo prepararnos para el matrimonio eterno**

Antes de ir al templo, debemos tener una entrevista personal con nuestro obispo o presidente de rama y con el presidente de la estaca o del distrito. En esa entrevista, nuestros líderes nos hacen ciertas preguntas en cuanto a nuestra dignidad para entrar en el templo.

- Muestre un cartel en el que figuren la clase de preguntas que se hacen durante esa entrevista (véase el manual *Principios del Evangelio*, capítulo 38, págs. 229–230), o haga referencia a la información que se encuentra en la pizarra.
- Si no estamos viviendo los requisitos para entrar en el templo, ¿qué podemos hacer para corregir esta situación? ¿Qué sacrificios podríamos hacer para lograr un matrimonio en el templo?

Siempre debemos tener presente la meta del matrimonio en el templo. Una de las formas de recordarnos a nosotros mismos y a nuestros hijos la importancia de vivir rectamente es colgar en las paredes de nuestro hogar láminas del templo más cercano.

- Muestre la lámina 10-c, “El Templo de Preston, Inglaterra”.

Como madres en Sión, podemos ayudar a nuestros hijos a ver la importancia del matrimonio en el templo; podemos enseñarles a tener fe en Dios; debemos alentar a nuestras hijas a buscar buenos esposos que las guíen en rectitud por medio del poder del sacerdocio. Un hombre de Dios es un gran aliento para su esposa, especialmente durante las pruebas y las tribulaciones de la vida. Es también importante que enseñemos a nuestros hijos a buscar lo bueno, esposas dignas que los apoyen en la Iglesia y enseñen principios verdaderos a sus hijos.

Una jovencita de Centroamérica pensó que estaba muy enamorada de un hombre que no era miembro de la Iglesia. Ella había tratado de enseñarle el Evangelio pero a él no parecía interesarle. Ella estaba a punto de tomar la decisión de casarse con él, cuando recibió una llamada tele-





*10-c El Templo de Preston, Inglaterra.*

fónica de unas buenas amigas, quienes le recalcaron la importancia de ir por la vida unida a un hombre que la apoyaría en sus pruebas y la llevaría con él a la exaltación más allá de la tumba. Ella escuchó, prestando cuidadosa consideración a las consecuencias de su decisión. El aliento que recibió fue suficiente para ayudarla a decidir no casarse con ese hombre. Se sintió muy agradecida porque posteriormente encontró a un hombre que era digno de llevarla al templo.

- ¿Qué debemos enseñar a nuestros hijos que busquen al seleccionar el cónyuge?

Debemos enseñarles que si en verdad desean un esposo o una esposa rectos, ellos mismos deben ser rectos y dignos.

- ¿Por qué debemos empezar ahora a prepararnos para el matrimonio en el templo?

Aquellas de nosotras que aún no estemos casadas o que ya estemos casadas por lo civil, podemos prepararnos para sellarnos en el templo a nuestro esposo. Si tenemos hijos, podemos sellarlos a nosotros, pero no debemos postergar ese día. Una vez que hayamos oído y aceptado el Evangelio, debemos hacer todo lo que esté a nuestro alcance para recibir las ordenanzas del templo mientras nos encontremos en la tierra. (Véase Spencer W. Kimball, *El Milagro del Perdón*, pág. 251.)

“Aun cuando la mayor parte de los jóvenes no disponen en este momento de templos en sus propias comunidades, los mismos se encuentran generalmente a distancias razonables...”

“Sinceramente [esperamos] que... puedan planear su luna de miel de tal forma que lleguen al templo más cercano de la Iglesia donde puedan sellarse por la eternidad, para que de esa forma sus hijos les pertenezcan para siempre y ustedes sean sus padres eternos” (véase Spencer W. Kimball, “La decisión matrimonial”, *Liahona*, julio de 1976).

Algunas personas, por causas ajenas a su voluntad, tal vez no puedan entrar en el templo en esta vida. Es alentador saber que en el templo podrán recibir vicariamente la ordenanza del sellamiento por la eternidad.

- Pida a la persona previamente asignada que haga un corto repaso de las dos secciones del capítulo 40 del manual *Principios del Evangelio* (véase “Preparación de la maestra” al final de esta lección).

### **Debemos estar dispuestos a sacrificarnos**

El Señor sabe hasta qué punto somos capaces de sacrificarnos para obtener algo que deseamos. Si verdaderamente deseamos un matrimonio eterno, estaremos dispuestas a sacrificarnos para obtenerlo.

El hermano Vaha'í Tonga y su esposa, de las Islas de Tonga, se sacrificaron para poder ir al templo. "Para los santos tonganos no resultaba fácil ahorrar el dinero necesario para un viaje. Después de muchos meses de preparación y sacrificios, se logró reunir el dinero y se empezaron a hacer los planes".

Sin embargo, el presidente de la misión acudió al hermano Tonga y le pidió que contribuyera para la edificación de la capilla de su rama todo el dinero que había ahorrado para ir al templo. Si no hacía esto, tomaría dos años más antes de que se pudiese construir una capilla en ese lugar. El hermano Tonga consultó la situación con su esposa.

"Fue difícil resignarse a renunciar a su sueño de ver el nuevo templo", pero al siguiente día le dieron el dinero al presidente de la misión. "Esa noche, el hermano Tonga le dijo a su esposa: 'Mi amor, el Señor nos ha prometido a través de sus líderes que, si guardamos los mandamientos, Él preparará un camino a fin de que podamos ir a la dedicación [del Templo de Nueva Zelanda]. Tenemos vacas, cerdos y algunos caballos, además de muebles y alfombras. Vendámoslo todo para que podamos recibir las bendiciones de la dedicación' ".

El hermano Tonga y su esposa trataron de vender su ganado el jueves y viernes, pero nadie hizo una compra. El tiempo se les estaba acabando. El lunes siguiente zarparía el buque para Nueva Zelanda. El hermano Tonga relató lo siguiente:

" 'El sábado por la mañana vinieron tres familias que necesitaban algunas vacas, cerdos y otras cosas, y más o menos en media hora recibimos entre \$500 y \$600 dólares' ". Ya contaban con el dinero y les sería posible ir.

El hermano Tonga y su esposa fueron la primera pareja que se selló en el Templo de Nueva Zelanda. Pero la historia no termina aquí. El hermano Tonga dijo:

" 'Cuando mi esposa y yo fuimos sellados el uno al otro, algo me llegó al corazón. Nuestros hijos no se encontraban con nosotros y los ojos se me llenaron de lágrimas. Al regresar a casa, prometí a nuestros cuatro hijos que si ellos estaban dispuestos a colaborar, podríamos ir al templo juntos. Pensé: "¿Cómo puedes decirles que se porten bien si no estás sellado a ellos en el templo?". Tuve el sentimiento de que no eran míos.

" 'Durante dos años lo sacrificamos todo. Yo dividía mi salario de la escuela para cada uno de nosotros, y ahorrábamos esa cantidad; pero pagábamos nuestros diezmos y ofrendas. Nos quedaban 70 centavos... al mes durante dos años. Vivíamos de lo que plantábamos o cosechábamos... Mis hijos no podían comprar golosinas ni zapatos, ni ir al cine, porque ellos estaban ahorrando para ir al templo... "

“ ‘Para ahorrar en el costo del transporte, iba en mi bicicleta a las reuniones de distrito... a siete millas de distancia... La mayoría de nuestras reuniones empezaban a las 6:00 de la mañana, de modo que tenía que salir de casa muy temprano.

“ ‘Cuando llegó el momento de hacer entrega de nuestro dinero... los dos hijos mayores dijeron que tenían cerca de \$235. Después de ahorrar durante dos años, el pequeño [de cinco años de edad] había ahorrado \$65. Yo había ahorrado casi \$1.300 para mi familia.

“ ‘Por medio del sacrificio pudimos llevar a nuestra familia a Nueva Zelanda para ser sellados en el templo. Para lograr nuestras metas fue necesario hacer algunas cosas adicionales, pero fue una gran bendición para nosotros’ ”. (Véase “Vivimos frugalmente para poder ir al templo”, Liahona, julio de 1976, págs. 11–12, 21.)

### **Conclusión**

Si somos sellados mediante el matrimonio en el templo y vivimos dignamente, seremos familias eternas. En la vida venidera podremos continuar nuestro progreso, agregando hijos espirituales a nuestra familia. Si no nos hemos casado por el templo, debemos prepararnos mediante una vida recta para esta bendición eterna.

### **Desafío**

Hable con su familia sobre la importancia del matrimonio eterno. Ponga la meta de asistir al templo; coloque la foto de un templo en su casa para que le sirva de recordatorio.

---

### **Preparación de la maestra**

Antes de presentar la lección debe hacer lo siguiente:

1. Estudiar *Principios del Evangelio*, capítulo 38: “Matrimonio eterno” y el capítulo 40: “Obra en el templo y genealogía”.
2. Estudiar D. y C. 132:14–20.
3. Preparar el cartel que se sugiere en la lección o escribir la información en la pizarra.
4. Asignar a un miembro de la clase para que presente un breve repaso de las dos secciones del capítulo 40: “Las ordenanzas del templo sellan familias por toda la eternidad” y “En el templo se pueden efectuar ordenanzas por los muertos”.
5. Asignar a un miembro de la clase que presente cualquier relato, pasaje de las Escrituras o citas que usted desee.



# LA MUJER EN LA IGLESIA



# LA IMPORTANCIA DEL SACERDOCIO

## L e c c i ó n 11

---

Esta lección tiene como fin ayudarnos a comprender lo que es el sacerdocio y la forma en que le puede ser de utilidad a nuestra familia para obtener la exaltación.

### **Sacerdocio - El poder para actuar por Dios**

La obra de Dios es “llevar a cabo la inmortalidad y la vida eterna del hombre” (Moisés 1:39). Dios y Jesucristo han dado al hombre la autoridad y el poder para llevar a cabo Su obra en la tierra. “El sacerdocio no es nada más ni menos que el poder de Dios delegado al hombre, mediante el cual éste puede actuar en la tierra para la salvación de la familia humana en el nombre del Padre y del Hijo y del Espíritu Santo, y actuar legítimamente” (Joseph F. Smith, *Gospel Doctrine*, pág. 134).

- Muestre la lámina 11-a, “Pedro, Santiago y Juan confieren el Sacerdocio de Melquisedec a José Smith y a Oliver Cowdery”.

El 15 de mayo de 1829 Juan el Bautista se apareció a José Smith y a Oliver Cowdery y les confirmó el Sacerdocio Aarónico. Poco después, Pedro, Santiago y Juan les confirieron el Sacerdocio de Melquisedec. Después, el 6 de abril de 1830, José Smith y Oliver Cowdery se ordenaron el uno al otro élderes en el sacerdocio.

El sacerdocio se confiere a los miembros varones dignos de la Iglesia. Posteriormente, como en el caso de José Smith y Oliver Cowdery, pueden ser ordenados a un oficio en el sacerdocio. Después de que se ha conferido el Sacerdocio de Aarón, éstos pueden ser ordenados al oficio de diácono, maestro o presbítero. Después de que se les haya conferido el Sacerdocio de Melquisedec, pueden ser ordenados al oficio de élder o sumo sacerdote; a los sumos sacerdotes se les puede ordenar, por medio de un llamamiento especial, al oficio de obispo, patriarca, Setenta o Apóstol. Todos estos oficios son llamamientos en el sacerdocio, y cada uno de ellos conlleva diferentes responsabilidades.

Cuando los varones poseen el sacerdocio, pueden llevar a cabo ordenanzas sagradas del Evangelio, tales como el bautismo, la confirma-



*11-a, Pedro, Santiago y Juan confieren el Sacerdocio de Melquisedec a José Smith y a Oliver Cowdery.*



ción, la bendición y la repartición de la Santa Cena, y otras. (La lección 12, "Ordenanzas del sacerdocio", tendrá que ver con este tema).

### **El poder del sacerdocio se obtiene por medio de una vida recta**

El profeta José Smith enseñó un principio fundamental del sacerdocio: "Los derechos del sacerdocio están inseparablemente unidos a los poderes del cielo, y... éstos no pueden ser gobernados ni manejados sino conforme a los principios de justicia" (D. y C. 121:36).

El presidente N. Eldon Tanner ilustró la importancia de un vivir recto y del poder del sacerdocio con el siguiente relato:

"Cuando yo era obispo, tenía en mi barrio seis muchachos que tenían la edad suficiente para ser ordenados élderes. Pude recomendar sólo a cinco, pues uno de ellos no estaba listo. Habíamos hablado varias veces y él me había dicho: 'no soy digno'. Se sentía muy mal en cuanto a ello, pero no esperaba que se le recomendará... Su tío se me acercó y me dijo: 'Seguramente usted no dejará que ese muchacho se quede atrás mientras sus cinco amigos son avanzados'. Me suplicó que lo avanzara, diciéndome: 'Si no lo hace, hará que el muchacho se aleje de la Iglesia'.

"Entonces le di a aquel hombre la siguiente explicación: 'El sacerdocio es lo más importante que podemos darle a este muchacho. No estamos repartiendo el sacerdocio... Este joven y yo nos comprendemos perfectamente, y él no está listo para ser ordenado élder'. Y no fue recomendado.

"Pocos años después, asistía yo a una conferencia general... cuando se me acercó un joven y me dijo: 'Presidente Tanner, tal vez no se acuerde de mí. Soy aquel muchacho al que usted no recomendó para ser ordenado élder'. Al extender la mano para saludarme, dijo: 'Quiero darle las gracias por eso. Ahora soy obispo en California; si me hubiera recomendado cuando yo no era digno, posiblemente no habría llegado nunca a reconocer lo que es el sacerdocio ni lo que se espera de uno, y seguramente nunca habría llegado a ser obispo' " (En Conference Report, abril de 1973, pág. 122; véase, además, *Ensign*, julio de 1973, pág. 94).

- ¿Por qué fue mejor que este joven esperara a ser ordenado hasta que estuviese preparado?

El Señor dijo que los hombres reciben las bendiciones del sacerdocio sólo mediante un vivir recto. Para magnificar sus llamamientos en el sacerdocio, los hombres deben cumplir las asignaciones de dicho sacerdocio. También deben guiar a su familia con amor, bondad y paciencia. (Véase D. y C. 121:34, 41-42.)

La hermana Yu Kum Ok, de Corea, contó el siguiente relato acerca de su esposo, quien honra su sacerdocio en el hogar:

“Soy ama de casa, con un hijo y dos hijas. Tengo treinta y cuatro años de edad; me casé en 1964, y deseo expresar mi testimonio.

“Me bauticé el 14 de septiembre de 1974, y estoy muy orgullosa de mi esposo, que es un verdadero Santo de los Últimos Días en Corea. Aunque se bautizó apenas hace cuatro años, es una gran persona. Tomó la determinación de ser un hombre como Jesucristo... Yo no sabía nada en cuanto al significado de la vida y tenía muchas preguntas tales como: ¿De dónde venimos? ¿Por qué estamos aquí? y ¿Adónde se supone que iremos? Yo creía que no había un Dios, y que Jesús era tan sólo una persona común y corriente. Lo único que me interesaba era ayudar a mi esposo y criar a mis hijos fuertes y sanos. Nunca me preocupé por la salvación, es decir, por la vida sempiterna.

“Pero ahora soy un tanto diferente; conozco el verdadero significado de la vida. A través de los hechos y las palabras de mi esposo he llegado a saber lo que en verdad es el mormonismo. Mi esposo jamás bebe licor, ni fuma, ni toma café ni té, y regresa a casa tan pronto como termina con su trabajo. Nunca se da por ofendido y le gusta jugar con los niños, lavar los platos, mantener la casa limpia; nunca miente, siempre habla con suavidad y hace quehaceres domésticos de buena voluntad. Veo todas estas cosas por mis propios ojos y creo que no hay milagro como éste. Mi esposo fue convertido en una persona totalmente diferente.

“Después de la conversión de mi esposo, me preguntaba qué era lo que lo había cambiado en una persona tan diferente. Por fin lo comprendí; fue el Libro de Mormón, que siempre leyó. Tomé la determinación de inscribirme en una clase del instituto de religión para aprender sobre el Libro de Mormón y estudié con los misioneros norteamericanos que me presentó mi esposo. Por fin fui bautizada por mi amado esposo. Creo que el mismo poder espiritual que hizo que mi esposo se convirtiera en otra persona, también influye actualmente en mi vida y me bendice.

“Quiero vivir por esta vida y la eternidad con mi esposo e hijos en el hogar de gloria celestial. Me gustaría ser un miembro devoto de la Sociedad de Socorro, una buena madre, una buena esposa que apoye todos los hechos del poseedor del sacerdocio, mi esposo” (“A Real Latter-day Saint”, Leon Hartshorn, *Inspirational Missionary Stories*, págs. 30–31).

Al cambiarse a sí mismo y honrar el sacerdocio, este hombre inspiró a su esposa a desear ser una mejor esposa, madre e hija de Dios.

- ¿En qué forma influyó en la vida de su esposo e hijos la resolución de esta hermana de vivir rectamente? ¿Cómo puede un vivir recto influir en nuestro esposo e hijos? ¿Qué efecto tendrá esto en nuestra vida eterna?

## El sacerdocio es necesario para la exaltación de la familia

Debemos hacer ciertas cosas para lograr la exaltación y vivir con nuestro Padre Celestial. Con la ayuda del sacerdocio podremos llevarlas todas ellas a cabo.

El presidente Brigham Young dijo: “Mucho se ha dicho en cuanto al poder de los Santos de los Últimos Días. ¿Es la gente Santo de los Últimos Días la que tiene este poder o es el sacerdocio? Es el sacerdocio; y si viven de acuerdo con ese sacerdocio, pueden iniciar su obra aquí... y prepararse para recibir gloria, inmortalidad y vida eterna” (*Discourses of Brigham Young*, págs. 131–32).

El Señor nos ha dado mandamientos y principios del Evangelio. La obediencia a los mismos es necesaria para la exaltación de la familia. Aunque podemos obedecer algunos de los mandamientos sin el sacerdocio, las ordenanzas de la exaltación dependen del poder del sacerdocio. El bautismo, la confirmación, el matrimonio en el templo, todos dependen del poder del sacerdocio. Sin estas ordenanzas no podemos ser exaltados.

Algunas de nosotras quizás nos sintamos desfavorecidas porque no estamos casadas o porque nuestros esposos o padres no sean miembros de la Iglesia o no magnifiquen su sacerdocio. Debemos ser pacientes y amorosas con ellos. Debemos seguir orando para que algún día el Espíritu del Señor les toque el corazón. Mientras tanto, podemos recibir las ordenanzas mediante otros rectos poseedores del sacerdocio.

“Nuestro Padre Celestial claramente ha indicado a los hijos de los hombres que únicamente podemos obtener el poder para llegar a ser miembros del reino celestial bajo las manos de aquellos que poseen la divina autoridad” (George Albert Smith, Conference Report, abril de 1934, pág. 28).

- Lea D. y C. 132:19. ¿Cuál ordenanza del sacerdocio que se menciona en este pasaje de las Escrituras es necesaria para la exaltación? ¿Qué es la exaltación? ¿En qué forma puede ser exaltada una familia?

“La exaltación es la vida en el grado más alto del reino celestial con nuestro Padre. Una pareja que viva dignamente puede ser sellada en el templo, y los hijos que les nazcan serán parte de esa unidad familiar. O una familia que se una a la Iglesia más tarde y que pruebe su dignidad, podrá obtener la ordenanza de sellamiento en el templo. En ambos casos, el perdurar dignamente hasta el fin es esencial para la exaltación” (*Learn of Me and Listen to My Words*, Manual para laureles, Curso A, 1977, pág. 118).

### **Conclusión**

Por medio de la restauración del sacerdocio, nuestro Padre Celestial nos ha dado el poder de obtener la exaltación. Debemos recibir las ordenanzas selladoras y vivir rectamente. Debemos vivir para la eternidad y no para el momento. Debemos esforzarnos para ser dignos y recibir las ordenanzas del sacerdocio que nos darán la exaltación.

### **Desafío**

Lea en el manual *Principios del Evangelio*, los capítulos 13 y 14, para aprender más sobre el sacerdocio. Como parte de una lección de la noche de hogar para la familia, hablen sobre la importancia del sacerdocio.

### **Escrituras adicionales**

- D. y C. 13 (ordenación de José Smith y Oliver Cowdery al Sacerdocio Aarónico)
- D. y C. 131:1–3 (el nuevo y sempiterno convenio del matrimonio)
- D. y C. 132:18–20 (el matrimonio eterno)

---

### **Preparación de la maestra**

Antes de presentar la lección debe hacer lo siguiente:

1. Estudiar en el manual *Principios del Evangelio*, el capítulo 13: “El sacerdocio” y el capítulo 14: “La organización del sacerdocio”.
2. Asignar a los miembros de la clase que presenten cualquier relato, pasajes de las Escrituras o citas que usted desee.

# LAS ORDENANZAS DEL SACERDOCIO

## L e c c i ó n 1 2

---

Esta lección tiene como fin ayudarnos a reconocer la forma en que las ordenanzas del sacerdocio bendicen a nuestra familia.

### **Ordenanzas del sacerdocio**

Las ordenanzas del sacerdocio son actos especiales que los poseedores del sacerdocio pueden efectuar para bendecir a los hijos del Señor. Los varones dignos que poseen el sacerdocio pueden llevar a cabo esas ordenanzas por familiares y, con la debida autorización, por los demás.

Algunas ordenanzas del sacerdocio son esenciales para nuestra salvación y exaltación. Entre ellas se incluye el bautismo, el conferir el Espíritu Santo, y la investidura y los sellamientos del templo. Otras ordenanzas, tales como las bendiciones para sanar a los enfermos o bendiciones especiales para consolar y guiar a los que se sienten solos, se reciben por medio del sacerdocio para ayudarnos durante la jornada de la vida.

- Muestre un cartel en el que figure la lista siguiente de ordenanzas del sacerdocio, o haga referencia a la información que aparece en la pizarra:

1. Bautismo.
2. Conferimiento del don del Espíritu Santo, a lo que también se le llama *confirmación*.
3. Conferimiento del sacerdocio (para varones).
4. La investidura del templo.
5. El matrimonio y el sellamiento por tiempo y eternidad.
6. Santa Cena.
7. La bendición y el dar nombre a los niños.
8. La bendición de los enfermos.
9. Bendiciones especiales.
10. Bendiciones patriarcales.



*12-a Un poseedor del sacerdocio efectúa la ordenanza del bautismo.*



*12-b Dos élderes confirman a un nuevo miembro en La Iglesia de Jesucristo de los Santos de los Últimos Días.*

- Muestre las láminas 12-a, “Un poseedor del sacerdocio efectúa la ordenanza del bautismo”; 12-b “Dos élderes confirman a un nuevo miembro en La Iglesia de Jesucristo de los Santos de los Últimos Días”; 12-c “Un padre digno le da un nombre y una bendición a su hija” y 12-d “La bendición de los enfermos”. Analicen el propósito de cada una de estas ordenanzas. (Véase “Las ordenanzas y bendiciones del sacerdocio”, en la *Guía para la familia*, pág. 21.)
- ¿Qué ordenanzas han recibido usted o su familia?

### **Bendiciones de las ordenanzas del sacerdocio**

Las ordenanzas del sacerdocio bendicen nuestra vida de muchas maneras. Además de las ordenanzas que son necesarias para nuestra salvación, el obispo H. Burke Peterson mencionó otras formas en que el sacerdocio puede ser una bendición en nuestras vidas. “Si vivimos para lograrlo, nuestro será el poder, otorgado por nuestro Padre Celestial, que le brindará paz a un hogar con problemas; nuestro será el poder que bendecirá y dará consuelo a los niños, que llevará el sueño apacible a los ojos cansados y llorosos a altas horas de la madrugada; nuestro será el poder que calmará los nervios de una esposa cansada; nuestro será el poder que brindará guía a un adolescente confundido; nuestro será el poder para bendecir a una hija antes de que salga por primera vez con un joven o antes de su casamiento en el templo, o para bendecir a un hijo antes de su partida para una misión o para estudiar fuera del hogar. Nuestro será el poder para sanar a los enfermos y dar consuelo a los solitarios” (véase “La autoridad y el poder del sacerdocio”, *Liahona*, agosto de 1976, pág. 26.)

Como esposas, madres, hijas y hermanas, podemos solicitar ese tipo de bendición de nuestro esposo, padre, hermano o maestro orientador.

- Pida a las hermanas que piensen en los varones a quienes podrían acudir para recibir una bendición del sacerdocio, en caso de que necesitaran una.

La hermana Kyuln Lee, de Corea, recibió el consuelo de una bendición del sacerdocio en su hogar. Ella relató lo siguiente:

“Sucedió aproximadamente hace siete años, cuando... mi esposo, un miembro de la presidencia del distrito en Corea, tenía que viajar largas distancias, casi cada fin de semana, para llevar a cabo sus asignaciones de la Iglesia, dejándome sola con Po Hee, nuestra hija. Ese fin de semana particular, había viajado 435 kilómetros a Pusán el sábado (un trayecto de siete horas en una sola dirección) y luego regresó a... la Rama Seúl Este el domingo. Fue agotador, y sentía lástima por él.

“La salud de Po Hee era normal el sábado y el domingo, y aunque estuvo un poco inquieta en la reunión sacramental, luego que regresamos





*12-c Un padre digno da un nombre y una bendición a su hija.*

a casa se tomó su biberón y se durmió. Como a las nueve y media empezó a llorar; lloraba más fuerte que de costumbre, y cuando fui a levantarla, me di cuenta de que tenía mucha fiebre. No sabía qué hacer. Descubrí que el hospital más cercano a casa ya estaba cerrado. Su llanto continuó durante un rato, y cuando mi esposo por fin llegó, yo también empecé a llorar.

“Mi esposo nos abrazó a la niña y a mí y preguntó qué ocurría. Po Hee se veía muy mal. Cuando le conté lo que sucedía, dejó de lado el saco y el portafolios y sacó el aceite consagrado. Luego le dio una bendición a nuestra hija. No recuerdo todas las palabras exactas, pero después de articular las palabras formales de la unción, continuó: ‘Padre celestial, estoy agradecido por la vida, por mi esposa y mi hijita. Estoy agradecido por este Evangelio restaurado y por la oportunidad de servir. Tú me enviaste a Pusán y a la Rama Este de Seúl para encargarme de algunos asuntos de la Iglesia. He cumplido con la responsabilidad que me diste ayer y hoy, y ahora encuentro a mi hijita muy enferma. Tú me has ayudado siempre; te suplico que me ayudes esta noche’.

“Antes de que finalizara la oración, la niña se había quedado dormida, y cuando levanté la vista, mi esposo tenía los ojos llenos de lágrimas.

“Nuestra hijita está ahora en segundo grado y está saludable y es feliz” (“Our Baby, My Husband, and the Priesthood”, *Ensign*, agosto de 1975, pág. 65).

Las bendiciones especiales del sacerdocio están disponibles para todos los miembros de la familia. Un niño que tenga un problema difícil puede solicitar una bendición. Una esposa o joven soltera que necesite consuelo o guía también puede solicitar ese tipo de bendición. Sin embargo, debemos recordar que muchas pruebas las recibimos para ganar experiencia; debemos tratar de encontrarles solución lo más posible. Cuando nos demos cuenta de que necesitamos ayuda adicional, podemos acudir a un poseedor del sacerdocio —nuestro esposo, padre, maestro orientador u otro líder del sacerdocio— y solicitar una bendición especial.

- Pida a las hermanas que mencionen bendiciones que hayan recibido por medio de las ordenanzas del sacerdocio.

### **Aceptar la voluntad del Señor**

Después de recibir una ordenanza del sacerdocio, es posible que no obtengamos inmediatamente la bendición que deseamos. A veces no recibimos las bendiciones porque no tenemos suficiente fe en el Señor; tal vez no hayamos estado guardando todos los mandamientos; es posible que hayamos pedido bendiciones que no estemos preparados para recibir.



*12-d La bendición de los enfermos.*

No podemos esperar evadir cada problema que nos llegue a nuestra vida. Algunos de los problemas nos enseñan a ser humildes, pacientes y comprensivos. Otros nos enseñan a soportar el sufrimiento. El presidente Spencer W. Kimball dijo que algunas veces deseamos deshacernos de los problemas porque no comprendemos el motivo por el cual los tenemos. Si toda oración egoísta o imprudente se contestara de manera afirmativa, sería muy escaso o no habría del todo sufrimiento, dolor, desánimo o incluso muerte. Pero sin esas experiencias tampoco habría gozo, ni éxito, ni resurrección, ni vida eterna, ni divinidad. El presidente Kimball dijo: “Si considerásemos la mortalidad como el todo de la existencia, entonces el dolor, los pesares, el fracaso y una vida corta serían una calamidad; mas si considerásemos la vida como algo eterno que se extiende hasta el pasado preterrenal y continúa hasta el futuro postmortal, entonces todo los sucesos se podrán poner en la debida perspectiva” (véase *Faith Precedes the Miracle*, págs. 97–99.)

La hermana Edna O. F. Shaw aprendió esta lección mediante la siguiente experiencia:

“Nuestra amada hija mayor, Carol Jean, había enfermado, inflamándosele las glándulas linfáticas. La llevamos al doctor y él nos envió a la ciudad de Salt Lake para que se le hicieran algunos exámenes, y entonces nos enteramos de que tenía un tumor en el estómago. Ella estaba tan enferma que no podía mantener alimentos en el estómago. La llevamos a casa, pero empeoró de tal forma que volvimos a internarla en el hospital. Fue entonces que se nos comunicó que padecía de sarcoma, una clase de leucemia.

“Nunca había orado con tanto fervor en mi vida. No podía creer que esto nos estuviera pasando a nosotros. Los élderes la ungieron varias veces cuando estaba en el hospital, y a pesar de nuestros esfuerzos, ella falleció.

“Me culpaba a mí misma; pensaba que yo... no había tenido suficiente fe en que ella viviría. Entonces empecé a acudir a las Escrituras; a medida que leía, encontré algunos versículos en Doctrina y Convenios que me ayudaron a comprender” (“If Appointed Unto Death”, *Ensign*, diciembre de 1972, pág. 32).

- Lea D. y C. 42:44, 46, 48. ¿Por qué no todos los enfermos serán sanados?

No todas las bendiciones del sacerdocio se cumplen cuando lo deseamos. Una hermana se acercó a Vaughn J. Featherstone cuando él era miembro del Obispado Presidente; se quejó de que muchas de sus bendiciones del sacerdocio no se habían cumplido. Todavía tenía muy mala salud y no había podido tener hijos. El obispo Featherstone recibió la inspiración para decirle que ella le había puesto un tiempo límite al

Señor, y que como esas bendiciones no se habían cumplido en los cinco años que tenía de casada, ella se había desilusionado. Él le dijo: “Pero te prometo, como que Dios vive en el cielo, que aquellas promesas que hicieron rectos poseedores del sacerdocio se llevarán a cabo en tu vida”. El tiempo apropiado del cumplimiento de las bendiciones aún no había llegado. Debemos confiar en el Señor. (Véase “Acres of Diamonds”, en *Speeches of the Year*, 1974, págs. 346–49.)

### **Conclusión**

Por medio de las ordenanzas del sacerdocio podemos recibir la salvación y la exaltación. Podemos recibir guía y consuelo, ser protegidos del peligro y ser sanados de enfermedades. Debemos prepararnos para recibir estas ordenanzas.

### **Desafío**

Hable con su familia sobre las ordenanzas del sacerdocio que puede usted recibir. Prepárese para recibir esas ordenanzas.

### **Escrituras adicionales**

- 3 Nefi 17 (el Salvador sana a los enfermos y bendice a los niños pequeños.)

---

### **Preparación de la maestra**

Antes de presentar la lección debe hacer lo siguiente:

1. Estudiar en el manual *Principios del Evangelio*, capítulo 14: “La Organización del sacerdocio” y la “*Guía para directores del sacerdocio para grupo o rama pequeña*”, págs 12–14.
2. Preparar el cartel que se sugiere en la lección o escribir la información en la pizarra.
3. Asignar a los miembros de la clase que presenten cualquier relato, pasaje de las Escrituras o citas que usted desee.

# LA MUJER Y EL SACERDOCIO

## L e c c i ó n 13

---

Esta lección tiene como fin ayudarnos a entender la forma en que el sacerdocio puede ser una bendición para nosotras las mujeres.

### **El sacerdocio beneficia a todos los miembros de la Iglesia**

“[El sacerdocio] es... el poder de Dios delegado al hombre, mediante el cual éste puede actuar en la tierra para la salvación de la familia humana” (Joseph F. Smith, *Doctrina del Evangelio*, pág. 134). El Señor ha asignado a los hombres la responsabilidad primordial de gobernar y presidir los asuntos de la Iglesia y de la familia; éstos, a su vez, deben utilizar ese poder sagrado para bendecir y beneficiar a todos los miembros de la Iglesia: hombres, mujeres y niños. El presidente Brigham Young dijo:

“El sacerdocio se debe utilizar para el beneficio de toda la familia humana, para la edificación de hombres, mujeres y niños por igual. Dentro de la verdadera Iglesia de Cristo no hay en realidad una clase o sexo privilegiados... Los hombres tienen su obra que realizar y sus poderes que ejercer en beneficio de todos los miembros de la Iglesia...”

“Así es con la mujer: los dones especiales que posee se deben ejercer para el beneficio y la edificación de la raza” (citado por John A. Widtsoe, en *Priesthood and Church Government*, edición revisada, 1954, págs. 92–93).

Los hombres y las mujeres tienen responsabilidades diferentes pero de igual importancia en el hogar y en la Iglesia. El poder del sacerdocio es de utilidad para que todas las personas efectúen esas responsabilidades para el beneficio de todos.

Debido a que el poder del sacerdocio se encuentra en la tierra hoy en día, todos los miembros de la Iglesia dignos tienen a su alcance bendiciones maravillosas, ya sean ellos viejos o jóvenes, hombres o mujeres, solteros o casados.

- ¿Qué pueden hacer las mujeres para honrar el sacerdocio?

En la lección 12, “Ordenanzas del sacerdocio”, se tratan muchos privilegios y bendiciones del sacerdocio.

El élder John A. Widtsoe explicó otros beneficios del sacerdocio:

“El hombre no tiene más derecho que la mujer a las bendiciones que se derivan del sacerdocio y que resultan del hecho de poseerlo...”

“El hombre posee el sacerdocio, efectúa los deberes sacerdotales de la Iglesia, pero su esposa, al igual que él, disfruta de todos los demás privilegios que resultan del poseer el sacerdocio. Esto es evidente, por ejemplo, en el servicio que se presta en los templos en la Iglesia. Las ordenanzas del templo son claramente del carácter del sacerdocio, sin embargo, la mujer tiene acceso a todas ellas, y las bendiciones más sublimes del templo se confieren únicamente sobre el hombre y la esposa unidos. (*Priesthood and Church Government*, 1965, pág. 83).

El élder Bruce R. McConkie explicó el papel complementario del sacerdocio y de la mujer: “En el verdadero orden patriarcal, el hombre posee el sacerdocio y es el cabeza del hogar... pero él no puede obtener una plenitud de gozo en la tierra o una recompensa eterna en el más allá si está solo. La mujer está a su lado como coheredera de la plenitud de todas las cosas. Ella también recibirá la exaltación y aumento eterno. (D. y C. 131:1–4). El llegar a ser Dioses no es tan sólo para el hombre; es para los hombres y las mujeres juntos. (D. y C. 132:19–20)” (*Mormon Doctrine*, 2a. edición, 1966, pág. 844).

- ¿Qué bendiciones ha recibido usted debido al sacerdocio?

### **Todo miembro debe honrar y apoyar el sacerdocio**

Así como todas las personas de la Iglesia se benefician del sacerdocio, todos son responsables de honrar y sostener el sacerdocio. De continuo se recuerda a los poseedores del sacerdocio “que los derechos del sacerdocio están inseparablemente unidos a los poderes del cielo, y que éstos no pueden ser gobernados ni manejados sino conforme a los principios de la rectitud” (D. y C. 121:36). De la misma manera, se aconseja a las mujeres honrar el sacerdocio, estar agradecidas por su poder y mostrar respeto por aquellos que lo poseen. Tenemos la responsabilidad de apoyar el sacerdocio; apoyar significa “favorecer, patrocinar, ayudar... confirmar, probar, sostener alguna opinión o doctrina” (Diccionario de la Real Academia Española).

En los siguientes pasajes de las Escrituras se sugieren algunas maneras mediante las cuales podemos honrar y apoyar el sacerdocio:

- Ponga a la vista un póster de la siguiente lista o considere la información que figura en la pizarra; a medida que se lea cada uno de los

pasajes, pida a las hermanas que pongan atención a las sugerencias que les sean útiles para honrar el sacerdocio. Enseguida de cada referencia anote la sugerencia que se dé.

#### Doctrina y Convenios

19:23: aprende de Jesucristo, escucha Sus palabras, sé manso.

20:33: da oídos, ora siempre.

58:26–27: está anhelosamente consagrado a una causa buena.

64:33–34: no te canses de hacer lo bueno.

### La relación que existe entre la mujer y el liderazgo del sacerdocio en el hogar

La responsabilidad del esposo es presidir y proporcionar liderazgo en el hogar. En un manual de quórum del Sacerdocio de Melquisedec se explicó lo siguiente:

“En la perspectiva del Evangelio, ‘liderazgo’ no significa el derecho de dictar, mandar u ordenar. Por el contrario, significa guiar, proteger, señalar el camino, poner el ejemplo, dar seguridad, inspirar y crear un deseo de sostener y de seguir. Literalmente, el esposo debe de abrir el camino... (*The Savior, the Priesthood and You* [curso de estudio del Sacerdocio de Melquisedec, 1973–74, pág. 172).

Mientras que el padre es el líder del hogar, “su esposa es la compañera y consejera más importante que tiene” (*Guía para la familia*”, pág. 2). El esposo y su esposa deben trabajar juntos para fortalecer a su familia y enseñar a sus hijos los principios del Evangelio. Al cumplir su función como consejera de su marido, la mujer puede fortalecer el puesto de su esposo como cabeza del hogar y fomentar mayor unidad familiar.

También honramos el sacerdocio cuando tratamos a nuestro marido con la misma ternura, bondad y amor que ellos deben conservar como poseedores del sacerdocio. El profeta José Smith aconsejó a la Sociedad de Socorro a “enseñar a las mujeres la forma de comportarse para con sus maridos, a tratarlos con suavidad y afecto. Cuando el hombre está agobiado con dificultades, cuando esté perplejo con preocupaciones y tribulaciones, si puede encontrar una sonrisa en vez de un argumento o una queja, si puede encontrar bondad, tranquilizará su alma y suavizará sus sentimientos; cuando la mente llega al grado de la desesperación, necesita solaz de afecto y de ternura” (*History of the Church*, 4:606–7).



En el hogar donde tanto el esposo como la esposa se esfuerzan diligentemente por el bienestar y la felicidad mutuas reina la confianza y la unidad. En ese entorno, ambos tendrán dicha en su relación, y cada uno tendrá oportunidades de obtener satisfacción.

En una revelación que se dio a Emma Smith, esposa del profeta José Smith, se prescribe la función de la esposa y su relación para con el sacerdocio. El Señor le dijo:

“... eres una dama elegida a quien he llamado...”

“Y el oficio de tu llamamiento consistirá en ser un consuelo para mi siervo José Smith, hijo, tu marido, en sus tribulaciones, con palabras consoladoras...”

“Continúa con el espíritu de mansedumbre y cuídate del orgullo. Deléitese tu alma en tu marido y en la gloria que recibirá.

“Guarda mis mandamientos continuamente, y recibirás una corona de justicia” (D. y C. 25:3, 5, 14–15).

- ¿Qué se le mandó a Emma hacer por su esposo? ¿Qué bendiciones se reciben al seguir ese mismo consejo hoy día?

### **Apoyo a los poseedores del sacerdocio en el hogar**

En calidad de mujeres en la Iglesia, podemos surtir gran influencia en los poseedores del sacerdocio en nuestro hogar; podemos dar aliento y apoyo a nuestros maridos, padres, hermanos e hijos en el cumplimiento de sus responsabilidades del sacerdocio. Si solicitamos una bendición y proseguimos a honrar esa bendición, manifestamos nuestro apoyo por el sacerdocio. Asimismo, podemos fortalecer a los poseedores del sacerdocio en nuestro hogar al recordarlos en nuestras oraciones. El profeta José Smith aconsejó a las mujeres de la Iglesia a “concentrar su fe y oraciones en sus maridos, y a confiar en ellos... que debemos armarlos y sostenerlos con nuestras oraciones” (*History of the Church*, 4:604–5).

En todo momento debemos esforzarnos por perfeccionar nuestro propio carácter y cumplir nuestras responsabilidades. Es posible que también sea necesario que alentemos y tiernamente les recordemos a los poseedores del sacerdocio de nuestro hogar que honren y magnifiquen sus llamamientos en el sacerdocio. Es mucho lo que las jovencitas así como sus madres pueden hacer para alentar a los jóvenes a asistir a sus reuniones y prepararse para servir misiones. El élder David B. Haight dijo: “Ustedes, jovencitas, surten una profunda influencia en el comportamiento de los jóvenes... Su influencia para con los jóvenes es importante; ustedes fomentan las normas del vestir y de la conducta de la Iglesia” (*Conference Report*, oct. de 1977, pág. 85).

Cuando la esposa tiene una actitud positiva hacia los deberes del marido en la Iglesia, hace que a él le resulte más fácil desempeñar esos deberes. La actitud de ella también comunica a los hijos que el tener el sacerdocio en el hogar es una bendición grandiosa.

- ¿Cómo puede una mujer organizar sus actividades diarias a fin de apoyar mejor a su esposo en sus llamamientos en el sacerdocio?

### **La relación que existe entre la mujer y los poseedores del sacerdocio de la Iglesia**

Del mismo modo que una mujer recta puede surtir una gran influencia para bien al sostener a los poseedores del sacerdocio en su propio hogar, ella puede también fortalecer la Iglesia cuando sostiene a los líderes de su rama, barrio, distrito o estaca. Sostenemos a nuestros líderes cuando con gusto aceptamos llamamientos en la Iglesia y los desempeñamos fielmente, al reconocer que un llamamiento del sacerdocio es un llamamiento del Señor. Podemos honrar el consejo de líderes del sacerdocio: nuestros maridos, maestros orientadores, obispos o presidentes de rama, líderes de estaca o distrito, y Autoridades Generales.

Debemos evitar criticar a los líderes del sacerdocio y enseñar a nuestros hijos a hacer lo mismo. El sostener y apoyar el sacerdocio es mucho más que el sólo levantar la mano o decir que sostenemos el sacerdocio; es aprender, orar, obedecer y servir en una causa buena.

El Señor ha establecido a los líderes del sacerdocio a fin de que fijen el camino que debemos seguir, bajo la dirección del Señor. Por lo tanto, nuestra responsabilidad es escuchar y dar oídos al sabio consejo, como si proviniese del Señor. “Y lo que hablen [los líderes del sacerdocio] cuando sean inspirados por el Espíritu Santo será... la voluntad del Señor... la intención del Señor... la palabra del Señor... la voz del Señor... y el poder de Dios para salvación” (D. y C. 68:4).

Cuando Harold B. Lee era Presidente del Quórum de los Doce, impartió el siguiente consejo a todos los miembros de la Iglesia tocante a sostener a los líderes del sacerdocio, y particularmente el profeta: “Debemos aprender a dar oídos a las palabras y a los mandamientos que el Señor dará a través de Su profeta ‘según los reciba, andando delante de mí con toda santidad... con toda fe y paciencia como si viniera de mi propia boca’ (D. y C. 21:4–5). Habrá algunas cosas que requieran paciencia y fe. Tal vez a ustedes no les agrade lo que provenga de la autoridad de la Iglesia ya que podrá ir en contra de sus opiniones políticas; en contra de sus opiniones sociales; podrá interferir con su vida social, pero si escuchan estas cosas, como si provinieran de la boca del Señor mismo, con paciencia y fe, la promesa es que ‘las puertas del infierno no prevalecerán contra [ustedes]; sí, y Dios el Señor dispersará los poderes de las tinieblas ante [ustedes], y hará sacudir los cielos para

[el bien de ustedes] y para la gloria de su nombre' (D. y C. 21:6)" (Conference Report, octubre de 1970, pág. 152; o *Improvement Era*, diciembre de 1970, pág. 126).

### **Conclusión**

El sacerdocio es una gran bendición de Dios para todos Sus hijos. Todos los miembros de la Iglesia deben honrar el sacerdocio y cultivar los atributos semejantes a los de Cristo en las relaciones que tengan con los demás en el hogar y en la Iglesia. Las mujeres que estén tratando de cultivar estas cualidades pueden fortalecer a los poseedores del sacerdocio y bendecir a sus familias y a la Iglesia. La felicidad e influencia de las mujeres aumentará a medida que honran y siguen a sus líderes del sacerdocio.

### **Desafío**

Utilice esta lección para aumentar la comprensión de la función del sacerdocio en su familia.

### **Escrituras adicionales**

- 1 Corintios 11:3, 8–12 (la relación que existe entre el hombre y la mujer)
- Colosenses 3:18–24 (ámense unos a otros)
- 1 Pedro 3:5–7 (hónrense unos a otros)

---

### **Preparación de la maestra**

Antes de presentar la lección debe hacer lo siguiente:

1. Repasar la lección 12 de este manual, "Ordenanzas del sacerdocio".
2. Preparar el póster que se sugiere en la lección o escriba la información en la pizarra.
3. Asignar a los miembros de la clase que presenten cualquier relato, pasaje de las Escrituras o citas que usted desee.

# LA MUJER SANTO DE LOS ÚLTIMOS DÍAS

## L e c c i ó n 14

---

Esta lección tiene como fin ayudarnos a comprender nuestras responsabilidades y bendiciones como mujeres Santos de los Últimos Días: casadas, viudas o solteras; madres y aquellas que no tienen hijos.

### **La función de la mujer**

El presidente Brigham Young explicó la función de la mujer de la manera siguiente:

“Una cosa es muy cierta y la creemos, y es que la mujer es gloria del varón...

“... al pensar en los deberes y las responsabilidades que incumben a nuestras madres y hermanas, y la influencia que ellas ejercen, las considero como la causa principal y esencial del que estemos aquí. Es cierto que el hombre es primero... pero cuando vino nuestra madre Eva, ella ejerció una magnífica influencia en (nuestro padre Adán)...

“(Hermanas), queremos que nos den su influencia y poder para contribuir en la edificación del reino” (*Discourses of Brigham Young*, sel. De John A. Widstoe, 1954, pág. 199).

### **Responsabilidades y bendiciones de una esposa Santo de los Últimos Días**

Como miembros de la Iglesia, entendemos la relación ideal que debe existir entre esposo y esposa. “Si se les pregunta a las hermanas nuevas cuál es el cambio más grande que tuvieron que realizar al convertirse a la Iglesia, responderán que fue la forma diferente en que ahora ven su hogar, a su esposo y a sus hijos. Algunas veces se les ha hecho difícil cambiar su actitud, pero todas han recalcado la importancia de aprender a respetarse mutuamente y apoyar al hombre como patriarca del hogar” (Anna Lindback, citado por Carol Larsen en “The Gospel Counterculture”, *Ensign*, marzo de 1977, pág. 26).

Una esposa Santo de los Últimos Días, ya sea que su esposo sea miembro o no, activo o menos activo, debe ser una compañera y ayuda idónea para él.

El presidente N. Eldon Tanner dijo: “Mujeres, ustedes son una gran fuente de fortaleza y apoyo para los hombres que forman parte de sus vidas, y a veces ellos necesitan más la ayuda de ustedes cuando menos la merecen. Para un hombre no hay mayor incentivo, mayor esperanza ni mayor fortaleza que el saber... que su esposa confía en él y lo ama” (véase “Ser mujer es el más alto honor”, *Liahona*, junio de 1974, pág. 40).

- ¿En qué forma podemos comunicarle a nuestro esposo que lo amamos y confiamos en él? ¿Por qué debemos comunicarle esto a nuestro esposo aun cuando pensemos que es el que menos se lo merece?

Como esposas Santos de los Últimos Días, debemos apoyar a nuestros maridos en sus asignaciones de la Iglesia. Cuando se propone a un hombre para algún oficio en el sacerdocio o un llamamiento, también se toma en cuenta la dignidad de la esposa. Ella debe darle todo su apoyo. Su corazón no debe estar en las cosas materiales de este mundo, sino en las cosas de la vida eterna; de ese modo, podrá estar al lado de su esposo y apoyarlo. (Vea las formas específicas para apoyar a los poseedores del sacerdocio en la lección 13 “La mujer y el sacerdocio”, de este manual.)

Algunas de nosotras quizás estemos casadas con personas que no son miembros de la Iglesia o con miembros menos activos. Es posible que nos desanimemos cuando nuestros esposos no sean completamente activos en la Iglesia. Tal vez se requiera un milagro, pero la esposa que ejercita la paciencia y la fe aún puede llegar a presenciar un milagro. Es posible que a algunos hombres les tome muchos años para llegar a ser activos, pero aún así debemos continuar orando y viviendo las enseñanzas del Evangelio en nuestro hogar.

Una de las formas de ayudar a nuestro esposo a llegar a ser más activo en la Iglesia es llevar a cabo una actividad familiar durante la noche de hogar. Podemos ayudar a nuestros hijos a preparar relatos del Evangelio que puedan presentar a la familia e invitar a nuestro esposo para que participe. Poco a poco, podemos animarle para que dirija la noche de hogar, y más tarde que presente las lecciones. Muchos hombres se sienten mucho más cómodos en una noche de hogar que en una reunión formal de la Iglesia. Una vez que se acostumbren a esta clase de reuniones en el hogar, será mucho más fácil que asistan también a la Iglesia.

“Marilyz de Dolder, del Barrio La Plata Dos, ha sido miembro activo de la Iglesia desde que tenía nueve años; siempre ha sido activa en la Iglesia y ha ocupado variados puestos en la Iglesia. Se casó con un excelente joven que no era miembro de la Iglesia, pero ella buscó la sabiduría para llevar a la práctica todos los consejos y enseñanzas del Evangelio en su hogar. De esa experiencia, relató: ‘Tenemos que buscar un equilibrio’. Con interés y amor ella se dedicó de lleno a su hogar, a

su esposo y a sus hijos. Después de las reuniones de la Iglesia, nunca se quedaba para charlar con sus amigas, sino que rápidamente se dirigía a su hogar para atender sus obligaciones.

“Su esposo ha sido miembro de la Iglesia desde hace dos años y actualmente presta servicio como obispo del Barrio La Plata Dos” (Carol Larsen, “The Gospel Counterculture”, *Ensign*, marzo de 1977, pág. 27).

- ¿Qué hizo la hermana Dolder para apoyar a su esposo y permanecer activa en la Iglesia?

Una esposa también puede ayudar a su esposo a cumplir su función como líder espiritual del hogar. “A un padre, un hombre tranquilo y modesto, le era difícil expresar el amor que sentía por su familia. A insistencia de su esposa, empezaron a llevar a cabo la oración familiar, lo que le dio a él la oportunidad de expresar los sentimientos de su corazón. Para su hija, que había mal interpretado la actitud de su padre como indiferencia, esa experiencia fue una revelación. Las oraciones de él eran sencillas y a veces toscamente articuladas, pero el oírlo decir: ‘Bendice a mi hermosa hija para que haga lo bueno’, la llenó de emoción” (Ann H. Banks, “The Extra Blessings of Family Prayer”, *Ensign*, enero de 1976, pág. 37).

- ¿En qué forma ayudó esta hermana a su esposo para que se convirtiera en el líder espiritual en su hogar? ¿De qué otras formas podemos ayudar a nuestros esposos a convertirse en líderes espirituales?

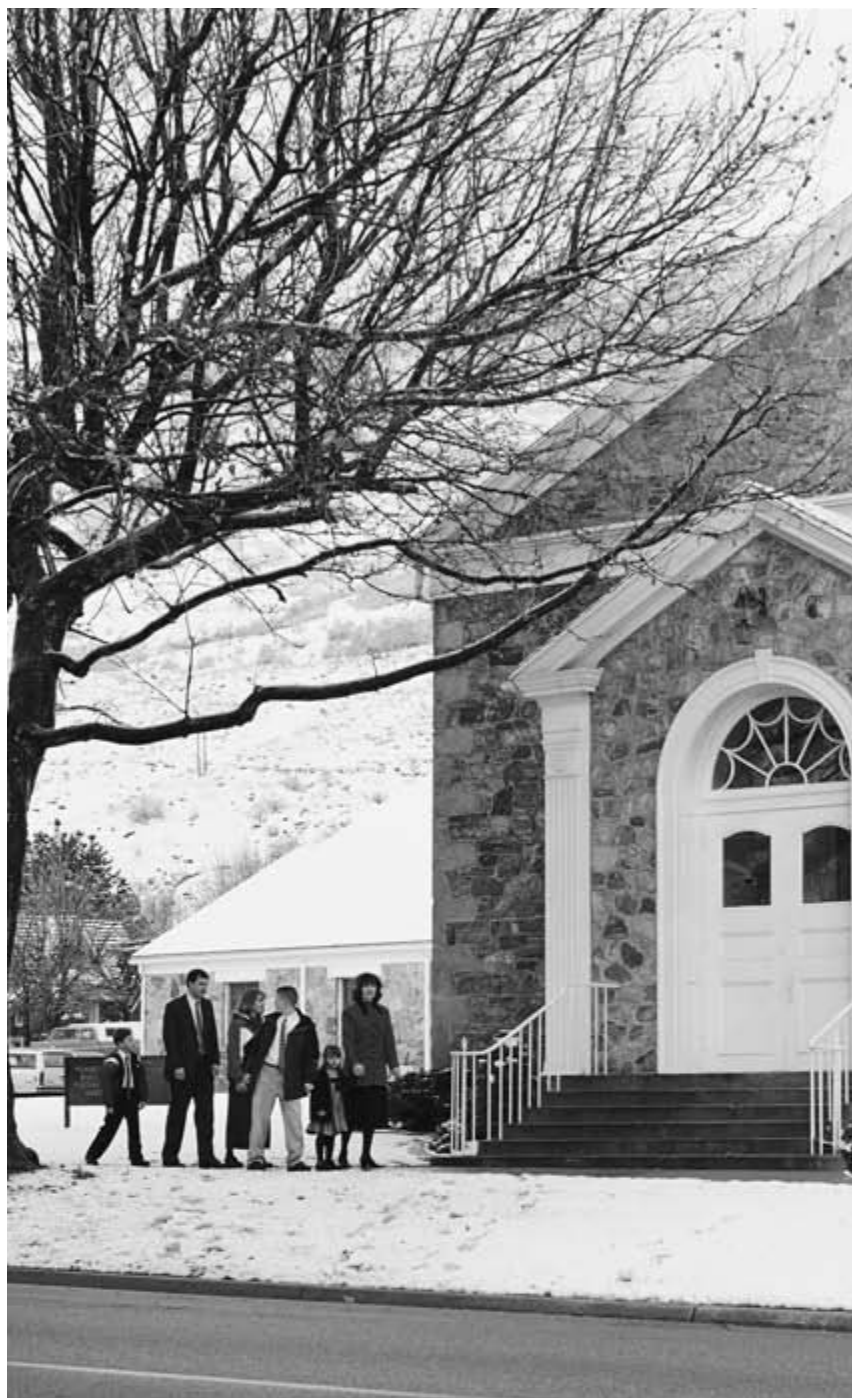
Para crear un ambiente espiritual en el hogar como esposas Santos de los Últimos Días debemos aumentar nuestra paciencia y alegría. Debemos esforzarnos por cultivar buenas relaciones familiares. Debemos ejercitar nuestra fe diariamente y vivir el Evangelio.

- Lea Romanos 15:1–5. ¿Por qué el ser paciente es parte de nuestra función de esposa?

### **Responsabilidades y bendiciones de una madre Santo de los Últimos Días**

Los hombres y las mujeres casados que puedan hacerlo, tienen la responsabilidad de traer a la vida en la tierra a los hijos espirituales de Dios. De este modo, formamos una sociedad con Dios; proporcionamos cuerpos a Sus hijos espirituales: nuestros hermanos y hermanas espirituales. (Véase Spencer W. Kimball, *El Milagro del Perdón*, pág. 95.)

- Muestre la lámina 14-a, “Una madre asiste a una reunión con su familia”.
- Ponga a la vista un póster de la lista siguiente o haga referencia a la información de la pizarra. A medida que se lea cada uno de los pasa-



*14-a, Una madre asiste a una reunión con su familia.*

jes de las Escrituras, pida a las hermanas que presten atención a los deberes que se mencionen en cuanto a los padres. En seguida de cada referencia, anote los deberes que se mencionen.

1. Mosíah 4:14–15: enseñar a los niños a andar en la verdad y la seriedad y a amarse y servirse mutuamente.
2. Doctrina y Convenios 20:70: asegurar que los niños reciban las bendiciones del sacerdocio.
3. Doctrina y Convenios 68:25–28: enseñar a los niños en cuanto al arrepentimiento, la fe, el don del Espíritu Santo, la oración y la rectitud.

No hay honor más alto que una mujer pueda obtener que el ayudar en el plan divino de traer hijos espirituales a la tierra y “enseñarles a orar y a andar rectamente delante del Señor”. Una mujer hallará gran alegría y regocijo al ser una madre sabia y digna y al criar hijos buenos. Esta contribución a la humanidad es más grande que cualquier otra vocación (véase N. Eldon Tanner, “Ser mujer es el más alto honor”, *Liahona*, junio de 1974, págs. 37–41).

Debido a que el trabajo diario por lo general hace que los padres estén fuera del hogar, ellos tal vez no tengan tantas oportunidades de influir en sus hijos, como lo hacen las madres. A menudo parece que las madres surten mayor influencia en determinar la vida de sus hijos. (Véase Heber J. Grant, *Gospel Standards*, comp. G. Homer Durham, 1941, pág. 152.) Ésta es la razón por la que es tan importante que las madres permanezcan en el hogar para cuidar ellas mismas a sus hijos. Ellas deben hacer el esfuerzo de no dejarlos al cuidado de otras personas. Nuestros líderes han pedido a las madres que no trabajen fuera del hogar a menos que sea absolutamente necesario.

“Aun si las circunstancias requieran que las madres de familia trabajen... no deben desatender los cuidados y deberes en el hogar, particularmente en la educación de los hijos” (véase Harold B. Lee, “Mantén tu lugar como mujer”, *Liahona*, julio de 1972, págs. 4–5).

Las mujeres que se quedan para criar solas a su familia, o que ya han criado a su familia y cuyos esposos las han dejado solas, tienen derecho a recibir ayuda especial de los líderes del sacerdocio. El presidente Harold B. Lee dijo lo siguiente a una mujer que se había quedado sola con ocho hijos: “ ‘No se sienta sola porque su esposo no está con usted. Manténgase cerca de sus maestros orientadores y cerca de su obispo’. Con una sonrisa, ella le contestó: ‘Hermano Lee, tengo los mejores ma-



estros orientadores que alguien podría tener, y nadie tiene un obispo mejor que el nuestro. Están cuidando de nosotros; tenemos a un padre tierno que vela por nosotros, el poseedor del sacerdocio que ha venido a nuestra vida' " (véase Harold B. Lee, "Mantén tu lugar como mujer", *Liahona*, julio de 1972, pág. 5).

Algunas mujeres no pueden criar a todos sus hijos hasta que lleguen a su madurez debido a que éstos mueren a temprana edad. El profeta José Smith enseñó que muchos de estos niños eran demasiado puros y bellos para vivir en la corrupción sobre la tierra. A pesar de que lamentamos su actual pérdida, tenemos razón para regocijarnos porque han sido liberados del mal (véase *Enseñanzas del Profeta José Smith*, pág. 237). Él también enseñó que aquellos que mueren antes de la edad de ocho años son salvos en el reino celestial (véase D. y C. 137:10). Las madres de esos niños, si viven fielmente, los criarán hasta que éstos alcancen su madurez durante el milenio (véase Joseph F. Smith, *Doctrina del Evangelio*, pág. 447.)

A algunas mujeres no les es posible tener hijos. Para cumplir el papel de madres, las mujeres sin hijos adoptan niños o cuidan de hijos tutelares. Para sentirse realizadas, las mujeres que no pueden tener hijos y las mujeres solteras pueden trabajar con niños en diversas maneras o hacer otras cosas mediante las cuales puedan dar de sí mismas en el servicio a los demás. Las mujeres que realizan esa clase de trabajo pueden encontrar alegría en ello y llevar felicidad y una influencia saludable a la vida de los niños, especialmente a aquellos que han carecido del amor de una madre.

El presidente Brigham Young consoló con estas palabras a aquellas mujeres sin hijos que habían sido fieles a los convenios que habían hecho en el templo: "Muchas hermanas sufren porque no son bendecidas con posteridad. Llegará el tiempo en que se verán rodeadas de millones de niños. Si son fieles a sus convenios, serán madres de naciones... Sean fieles, y si por ahora no son bendecidas con hijos, lo serán en el más allá" (en *Deseret News [Weekly]*, 28 de noviembre de 1860, pág. 306).

- ¿En qué forma pueden estas doctrinas de la Iglesia consolar a las hermanas sin hijos que se lamentan? ¿En qué forma nos alienta esta verdad revelada a vivir con rectitud?

### **La función de la mujer soltera**

- Muestre la lámina 14-b, "Una joven estudia para prepararse para futuros llamamientos".

Todas las mujeres, solteras o casadas, tienen importantes deberes y responsabilidades en la vida. Una niña o jovencita tiene una gran oportunidad en su juventud de prepararse para su futuro llamamiento como



*14-b, Una joven estudia para prepararse para futuros llamamientos.*

esposa y madre. Ella puede aprender en cuanto a la economía doméstica de su madre, en la escuela o mediante clases de educación doméstica; puede educarse a sí misma al asistir a la escuela; debe prepararse para ser una maestra en su propio hogar; debe ser un buen ejemplo ante sus amigos miembros y no miembros, guardándose pura y casta.

- Si es joven y soltera, ¿en qué forma puede usted prepararse para ser esposa y madre? ¿Por qué es importante desarrollarnos espiritualmente en nuestra juventud?
- Muestre la lámina 14-c, “Una hermana enseña una clase de niños”.

Algunas mujeres tal vez no se casen sino hasta tarde en la vida. Algunas tal vez permanezcan solteras durante toda su vida terrenal si no les es posible encontrar a un compañero digno. A tales mujeres les es prometido que tendrán esposos dignos e hijos en la vida después de la muerte; ninguna bendición que esté disponible en la tierra les será negada.

El presidente Harold B. Lee dijo: “Ustedes, jovencitas, que avanzan en años, que aún no han aceptado una proposición matrimonial, si ustedes siguen dignas y se preparan para entrar en la casa del Señor y tienen fe en este sagrado principio del matrimonio celestial para la eternidad, aunque el privilegio del matrimonio no les llegue por ahora, en la tierra, el Señor las bendecirá en su debido tiempo y ninguna bendición les será negada. Ustedes no están bajo ninguna obligación de aceptar una proposición matrimonial de alguien que no sea digno de ustedes por temor a no recibir las bendiciones que les corresponden”. (*Ye Are the Light of the World*, pág. 308.)

- ¿En qué forma consuela y tranquiliza esta promesa a las mujeres que no están casadas?

Una hermana soltera se expresó de esta manera:

“Hay una multitud de bendiciones singulares y oportunidades especiales que están al alcance de los miembros solteros...”

“En nuestra ansiedad por casarnos, fácilmente podemos descuidar muchas oportunidades singulares que se nos presentan de prepararnos, no sólo para el matrimonio, sino para la exaltación eterna...”

“Como mujer soltera en la Iglesia, frecuentemente me he impacientado por ver cumplida la promesa del matrimonio en el templo que se me hizo en mi bendición patriarcal. No obstante, he llegado a darme cuenta de las bendiciones especiales que están al alcance de los miembros solteros que son fieles y a estar agradecida por ellas.

“Disponernos de tiempo y del privilegio de ocuparlo de la manera que deseemos, pero asimismo somos responsables de la manera que utilicemos ese precioso don. Como miembros solteras de la Iglesia, podemos



*14-c, Una hermana enseña una clase de niños.*

deplorar nuestro estado de soltería... o utilizar ese periodo intermedio de nuestra vida como un tiempo de espera activo y creador. Estoy firmemente convencida de que la forma en que empleemos este tiempo es de importancia vital... tanto para nuestra felicidad cercana y final como para nuestro progreso eterno.

“La primera consideración concierne a la carrera u ocupación... Algunas mujeres encuentran gran satisfacción en hacer frente a los problemas de una carrera exigente... Mediante la oración y las bendiciones del sacerdocio he recibido... la seguridad personal y consoladora de que lo que estoy haciendo [en el logro de mi carrera] en la actualidad es agradable ante la vista del Señor...

“Debo confesar, [sin embargo] que los gozos más grandes y permanentes de mi vida se derivan de los actos callados y anónimos del servicio caritativo... Es tan fácil preocuparse tanto por nuestras propias necesidades y problemas, que nos volvemos espiritualmente sordos ante los lamentos y desgracias que nos rodean...

“Nunca dispondremos de un tiempo tan libre como ahora. Tenemos tiempo para tomar [clases]... de adquirir conocimiento si leemos extensamente de los mejores libros... para cultivar una variedad de talentos e intereses... para empezar [nuestra] genealogía... Esto podría inspirar a la familia entera a participar en la búsqueda de registros [familiares]...

“No se pueden sobreestimar las grandes satisfacciones del servicio regular y diligente en la Iglesia... Yo... experimento gran gozo en servir como maestra de la Escuela Dominical en el barrio...

“Disponemos de tiempo para adquirir una buena condición física... El ejercicio regular servirá para elevar el espíritu y las emociones, al mismo tiempo que adelgaza el cuerpo.

“Disponemos de tiempo para participar juntamente con familias en nuestro barrio o rama, de ser amigos de los niños. Recibo invitaciones (las cuales espero con anhelo) para participar en muchas actividades para niños pequeños... Mediante la fuerza de nuestro propio ejemplo, también podemos alentarlos calladamente a seguir los principios del Evangelio a medida que vayan creciendo.

“Disponemos de tiempo libre el cual podemos pasar con nuestro Padre Celestial. No puedo sobreestimar el impacto que el ayuno y la oración prolongada han tenido en mi vida... He adquirido un testimonio inquebrantable del amor y de la preocupación especial que el Señor tiene por mi bienestar.

“... En nuestra hora de necesidad hay manos amorosas a nuestro alrededor para elevarnos, fortalecernos y ayudarnos. Miren a su alrededor; les prometo que están allí.

“Y cuando el desánimo sobrevenga pesadamente... he descubierto que una cura segura para la depresión es el darme cuenta de que *alguien me necesita*. Al bendecir a alguien más, mis necesidades y problemas rápidamente se consumen en la calidez del saber que he iluminado la vida de otra persona y que lo que he hecho es agradable al Señor.

“Regocijémonos, entonces, en este precioso tesoro, el tiempo, y demos gracias al Señor por este don especial” (véase Anne G. Osborn, “Los años de soltería”, *Liahona*, junio de 1978, págs. 29–31.)

- ¿En qué formas enriqueció su vida esta hermana?

### **Conclusión**

Toda mujer es de gran valor en la Iglesia. Si vivimos fieles, seremos bendecidos algún día con el privilegio de ser compañeras, ayudas idóneas y madres. Ya sea que esta oportunidad venga temprano o tarde en la vida o en el más allá, podemos enriquecer nuestra vida al prestar servicio a los demás y al llevar a cabo nuestra función como mujeres Santos de los Últimos Días.

### **Desafío**

Busque las formas de mejorar en su función o funciones.

### **Escrituras adicionales**

- Efesios 6:4 (no provoquen a sus hijos)
- 1 Timoteo 5:3–14 (viudas)

---

### **Preparación de la maestra**

Antes de presentar la lección debe hacer lo siguiente:

1. Estudiar en el manual *Principios del Evangelio*, el capítulo 36: “La familia puede ser eterna” y el capítulo 37: “Responsabilidades familiares”.
2. Repasar la lección 13 de este manual: “La mujer y el sacerdocio”.
3. Preparar el póster que se sugiere en la lección o escribir la información en la pizarra.
4. Asignar a los miembros de la clase que presenten cualquier relato, pasaje de las Escrituras o citas que usted desee.

# DELIBERAR EN CONSEJO CON NUESTRA FAMILIA

L e c c i ó n 15

---

Esta lección tiene como fin ayudarnos a fortalecer a nuestras familias al deliberar en consejo con nuestro esposo e hijos.

## **El padre dirige en el hogar**

- Canten el himno “Cuando hay amor” (véase *Himnos*, 194, o *Principios del Evangelio*, pág. 324).

Nuestros hogares terrenales son el inicio de nuestros hogares celestiales. En nuestros hogares debemos establecer la clase de ambiente que permanezca con nuestras familias para siempre. El presidente N. Eldon Tanner dijo: “Todo hogar Santo de los Últimos Días debe ser un hogar modelo, donde el padre es el cabeza, pero lo preside en amor y en completa armonía con los justos deseos de la madre. Juntos, deben estar en busca de las mismas metas para la familia, y los hijos deben sentir el amor y la armonía que existe” (N. Eldon Tanner, “Fatherhood”, *Ensign*, junio de 1977, pág. 2).

El padre es el patriarca y la autoridad presidente de la familia y es su responsabilidad dirigir los asuntos de la familia. Los padres tienen la responsabilidad de criar una familia recta; pero desde luego, ninguno lo hace solo; cada uno es importante. Nosotras y nuestros esposos somos copartícipes; juntos podemos edificar un matrimonio fuerte y conducir a nuestra familia de regreso a la presencia del Señor. Debemos reunirnos en consejo con nuestro esposo a fin de disfrutar el espíritu del Señor en nuestros hogares.

## **Mostrar amor y consideración para con nuestro esposo**

Como esposas, debemos establecer una casa de orden y amor. El modelo del amor y la comunicación sinceros bendecirá y fortalecerá nuestro matrimonio. Debemos orar juntos con regularidad, mostrar amor y respeto mutuo, y leer y estudiar las Escrituras juntos. Debemos guardar los mandamientos de Dios y los convenios que hicimos al casarnos.

Al describir el verdadero amor, el presidente J. Reuben Clark, Jr. declaró que “el verdadero amor... bendice y consagra todo pensamiento y acto” del marido y su mujer. “Debe haber respeto en ese hogar, así como honor”. Allí deben reinar la paciencia en abundancia y... la lealtad de pensamiento, palabra y hecho...

“La fe debe cubrir el hogar como una luz bondadosa.

“La obediencia a los mandamientos de Dios debe guiarlos y alentarlos” (“Our Homes”, *Relief Society Magazine*, diciembre de 1940, págs. 809–810).

- ¿Qué podemos hacer para demostrar amor y consideración hacia nuestro esposo? ¿Cómo puede nuestra demostración de amor ayudarnos a establecer orden en el hogar?

### **El consultarse mutuamente**

- Muestre la lámina 15-a, “Un marido y su esposa trabajan juntos”.

Es importante que exista una buena comunicación entre marido y mujer; de esa manera, podemos trabajar juntos para resolver los problemas que surjan en el matrimonio. Se puede hacer frente a las dificultades y sobreponerse a ellas si nosotras y nuestro marido recibimos la guía del Señor.

- Lea Alma 37:37. ¿En qué forma nos sirve buscar la orientación del Señor?

Debemos hablar con regularidad el uno con el otro. Bajo la inspiración del Señor, debemos hablar de los problemas y de las metas con nuestro esposo. Demostramos amor por nuestros maridos si buscamos su liderazgo y ayuda para resolver problemas familiares. Todas las decisiones familiares mayores las debemos tomar juntos. Debemos apartar un tiempo específico para hablar y resolver asuntos relacionados con finanzas, hijos, religión y otros asuntos personales y familiares. Una vez que se tomen las decisiones, los padres deben ser unidos en llevarlas a cabo.

La siguiente experiencia demuestra la forma en que una pareja se reunía en consejo:

Mis padres eran sabios y bien educados; cada uno podría haber tomado con facilidad muchas de las decisiones familiares, pero en cambio, siempre se sentaban para hablar sobre los problemas y sus posibles soluciones. Por lo menos una vez a la semana, generalmente el domingo por la tarde, se sentaban los dos a la mesa de la cocina y hablaban sobre los problemas familiares. Algunas veces nos llamaban a nosotros los hijos para ser parte de la conversación. Por el hecho de intercambiar opiniones, mi padre y mi madre siempre estaban de acuerdo sobre el modo en que debían educarnos. A pesar de que papá ganaba poco,





*15-a, Un marido y su esposa trabajan juntos.*

siempre teníamos dinero suficiente. No recuerdo haberlos oído discutir o pelear jamás. Estoy agradecido por padres sabios que pusieron el ejemplo de un hogar muy cerca de lo celestial que hoy todos tratamos de seguir en nuestros propios hogares.

- ¿En qué forma el deliberar en consejo puede servirnos para evitar las discusiones y los problemas en nuestro hogar? ¿En qué forma puede aumentar el amor en nuestro matrimonio si nos consultamos juntamente?

### **Deliberación en consejo con la familia**

- Muestre la lámina 15-b, “Una familia durante la noche de hogar”.

Una vez que el padre y la madre hayan deliberado en consejo, deben reunir a los hijos con el fin de hablar sobre las metas y los planes familiares en un consejo familiar.

El efectuar un consejo con toda la familia es de mucho provecho; puede servir para mejorar la vida familiar, profundizar el afecto y aumentar la alegría. Los hijos se enterarán de los planes familiares de antemano; cuando cada uno de los miembros de la familia sabe lo que los demás están haciendo, dará como resultado el orden y la armonía. Siempre que sea posible, se debe permitir a los niños participar en el proceso de tomar decisiones, y deben ayudar a llevar a cabo dichas decisiones. Al deliberar en consejo con los miembros de la familia debemos respetar las opiniones, los problemas y el horario de cada persona.

- ¿Cuándo es el tiempo propicio para efectuar un consejo familiar? ¿Cuáles son algunos puntos que se pueden tratar en dicho consejo?
- Muestre la lámina 15-c, “Una madre aconseja de manera informal a su hija”.

El deliberar en consejo con nuestros hijos no siempre ocurre en una situación formal. Como madres, debemos aprovechar toda oportunidad para escuchar en cuanto a sus dificultades; debemos de tratar de ver su punto de vista. No debemos reírnos de sus preocupaciones o disminuir su importancia; en vez de ello, debemos escuchar con amor y tratar de aconsejarlos. Podemos también alentar a nuestros maridos para que aconsejen en privado a cada uno de los hijos.

“Es maravilloso cuando un padre o una madre se sienta con un hijo o una hija y hablan sobre algún problema personal... Hay presiones y tentaciones... contra las cuales nuestros hijos e hijas deben ser fortalecidos...”

“En tales conversaciones abiertas y sinceras, los padres ayudarán a sus hijos a establecer objetivos” (véase Elray L. Christiansen, “Paternidad de Éxito - Un digno logro”, *Manual Básico para Poseedores del Sacerdocio*, Parte A, lección 13).



15-b, Una familia durante la noche de hogar.



*15-c, Una madre aconseja de manera informal a su hija.*

- Si eres una jovencita, ¿de qué te gustaría hablar con tus padres? Si es madre, ¿de qué le gustaría hablar con sus hijos? Si lo desea, recuerde a los miembros de la clase que deben buscar siempre la guía del Espíritu Santo al dar y recibir consejo. El Espíritu Santo nos puede ayudar a saber qué decir y la forma de llevar a la práctica el consejo que hayamos recibido.

El élder Richard L. Evans, al hablar en cuanto a aconsejar a los hijos, dijo: “Usted y ellos tienen el privilegio, el derecho y el deber de sentarse y compartir sus ideas y considerar juntamente las decisiones, para que ambos se puedan escuchar y respetar —y trabajar, orar y planificar para la plenitud de su felicidad— para siempre y eternamente” (“As Parents and Children Come to Common Ground”, *Improvement Era*, mayo de 1956, pág. 342).

### **Conclusión**

Debido a que viviremos en paz y armonía en el reino celestial, debemos empezar ahora a lograr unidad y amor. Esto no ocurre simplemente porque sí. El presidente David O. McKay, dijo: “No puedo pensar en algo más desagradable que la ausencia de unidad y armonía en el hogar. Por otra parte, sé que un hogar en el que existe la unidad, la ayuda mutua y el amor es... como un pedazo de cielo en la tierra” (en *Conference Report*, octubre de 1967, pág. 7). Cuando deliberamos en consejo con nuestro esposo e hijos, podemos fortalecer a nuestra familia; podemos sentir mayor amor y cercanía el uno hacia el otro.

### **Desafío**

Estén atentas a las oportunidades que tengan para reunirse en consejo con su esposo e hijos. Anímenlos a prepararse, mediante la oración, para estas oportunidades. Animen a su esposo a entrevistar a cada uno de los hijos. Si son solteras, busquen la guía del Espíritu Santo a fin de encontrar maneras de promover la armonía en la familia.

### **Escrituras adicionales**

- 1 Corintios 13 (la preeminencia del amor)
- Gálatas 5:22-23 (el fruto del Espíritu)
- Jacob 2:35 (los nefitas pierden la confianza en sus hijos)
- Jacob 3:7 (los lamanitas amaban a sus familias)
- Doctrina y Convenios 121:41-43 (después de reprender, mostrar amor crecido)

### **Preparación de la maestra**

Antes de presentar la lección debe hacer lo siguiente:

1. Estudiar *Principios del Evangelio*, capítulo 37: “Responsabilidades familiares”.
2. Planear iniciar la lección con el himno “Cuando hay amor”, véase (*Himnos*, núm. 194), o *Principios del Evangelio*, pág. 324.
3. Asignar a los miembros de la clase que presenten cualquier relato, pasaje de las Escrituras o citas que usted desee.

# LA NOCHE DE HOGAR PARA LA FAMILIA

## L e c c i ó n 16

---

Esta lección tiene como fin inspirarnos y ayudarnos a efectuar con éxito la noche de hogar.

### **La noche de hogar es para todos**

Toda familia debe llevar a cabo una noche de hogar regular durante la semana. La Iglesia ha dejado el lunes por la noche libre de actividades para ese propósito.

- Ponga a la vista las láminas 16-a, “Los padres incluyen a sus niños pequeños en la noche de hogar”, y 16-b, “Un matrimonio mayor efectúa su noche de hogar”.

Todas las familias son diferentes; en algunas familias padres e hijos viven en casa; en otras hay un solo padre con los hijos; e incluso en otras hay padres que no tienen hijos en casa. Muchos adultos solteros viven solos o con compañeros de cuarto; pero cualquiera sea el caso, la noche de hogar es para todos. Si una persona vive sola, puede unirse con otras personas para efectuar la noche de hogar. Esto puede ser una bendición especial para aquellos que viven muy solos.

“No existe lugar más apropiado para la enseñanza del Evangelio que el hogar. Es en el hogar donde los niños pueden aprender la naturaleza de la vida familiar tal como fue creada por nuestro Padre Celestial. El lunes por la noche es cuando la familia establece el espíritu para todas las experiencias familiares. Aquellos que tengan este espíritu entre ellos, hallarán la fuente del más grande gozo” (Carta de la Primera Presidencia, *Noche de Hogar*, 1971).

El efectuar la noche de hogar con regularidad es una de las mejores maneras de enseñar y de aprender los principios del Evangelio, lo cual hace que la familia permanezca junta en amor y unidad.

- Sostenga un puñado de palillos o fósforos en la mano y diga a los miembros de la clase que éstos representan a los miembros de la familia. Tome ahora uno de los palillos del puñado y quíbrelo por la



*16-a Los padres incluyen a sus niños pequeños en la noche de hogar.*



mitad. Diga a los miembros de la clase que cuando nos encontramos solos no somos tan fuertes como cuando nos hallamos unidos como familia. Tome ahora un trozo de cordel o una goma elástica o hule y ate los palillos: Diga a la clase que ese cordel representa la influencia unificadora de las enseñanzas del Evangelio. Luego muestre lo difícil que es quebrar cualquiera de los palillos. Explique que somos más fuertes cuando estamos unidos como familia y enlazados con los principios del Evangelio.

### **Cómo llevar a cabo la noche de hogar**

El padre, como patriarca del hogar, debe presidir las noches de hogar. Cuando él esté ausente o no haya padre en el hogar, la madre deberá asumir la responsabilidad de dirigir. De ser posible, los padres deben planificar juntos las noches de hogar con anticipación; luego pueden hacer asignaciones a los demás miembros de la familia.

Al principio de cada noche de hogar, un breve consejo familiar o reunión de preparación serviría para verificar las actividades y los planes que los demás miembros de la familia tendrán para la semana siguiente. Esto es especialmente de mucha ayuda para las familias donde hay adolescentes.

“... el padre... enseña la lección o delega la enseñanza a su esposa o a sus hijos que tengan la edad para hacerlo... Los niños pequeños pueden ayudar en tareas como dirigir la música, citar un pasaje de las Escrituras, responder a preguntas, sostener láminas en alto, repartir el refrigerio y orar...”

“A continuación se da un ejemplo del programa que se sugiere para la noche de hogar:

“Primer himno (por la familia).

“Primera oración (por un miembro de la familia).

“Lectura de un pasaje de las Escrituras o de una poesía (por un miembro de la familia).

“Clase (por el padre, la madre o un hijo mayor).

“Actividad (dirigida por un miembro de la familia y con la participación de todos los miembros de la familia).

“Himno final (por la familia).

“Oración final (por un miembro de la familia).

“Refrigerio.

“La familia puede llevar a cabo la noche de hogar de muchas otras maneras. Cualquier actividad que sirva para unir a la familia, que fortalezca el amor que sienten unos por otros, que les ayude a acercarse a



*16-b Un matrimonio mayor efectúa su noche de hogar.*

nuestro Padre Celestial y les aliente a vivir rectamente puede ser una noche de hogar familiar. Algunos ejemplos de actividades que se podrían realizar son: leer las Escrituras, charlar acerca del Evangelio, compartir testimonios, llevar a cabo un proyecto de servicio, cantar juntos, ir a un paseo campestre, jugar en familia y hacer una caminata. En toda noche de hogar familiar debe hacerse una oración. (*Guía para la familia*, pág. 3.)

Cada una de nosotras, como miembros de la familia, podemos contribuir para que la noche de hogar sea satisfactoria. Primero, debemos planificar nuestras actividades personales a fin de estar libres para efectuar la noche de hogar. Asimismo, cada una de nosotras puede llevar a cabo una asignación o ayudar de alguna forma a hacer los preparativos. Durante la semana, tanto la madre como los hijos mayores pueden ayudar a los niños más pequeños con sus asignaciones. A los niños pequeños les encanta presentar relatos sencillos con la ayuda de una tabla de franela, y disfrutan al participar de muchas maneras. Cada uno de los hijos puede participar si tanto el padre como la madre los incluyen en la noche de hogar y son pacientes con sus esfuerzos. Si oramos a nuestro Padre Celestial para que nos ayude a preparar nuestras asignaciones, podremos mejorar nuestras noches de hogar.

A continuación aparece un ejemplo de una noche de hogar satisfactoria:

La familia Thompson intituló una de sus noches de hogar “El Premio Honorífico”. Los siete hijos, cuyas edades variaban desde los 17 hasta los 5 años, dieron su voto por su comida favorita. Se sirvió el menú ganador y luego se anunciaron los ganadores de “El Premio Honorífico”.

El padre, vestido con sus mejores ropas y una corbata de moño más grande de lo normal, fue el maestro de ceremonias. La madre llevaba puesto su mejor vestido y se puso al lado de su esposo, sosteniendo los sobres que contenían los nombres de los “ganadores”. Se había invitado a los abuelos que harían el papel de espectadores que admiraban y daban las gracias, para que viesan a los niños recibir los premios. Después de que el padre expresó unas palabras de bienvenida, el programa se desarrolló más o menos así:

El padre dijo: “Las nominaciones por un logro sobresaliente en el campo de las matemáticas son los siguientes: Albert Einstein y Paul Thompson. Por favor, el sobre”. La madre le alcanzó el sobre, el cual él abrió; luego anunció lleno de emoción: “¡El ganador es... Paul Thompson!”.

La familia aplaudía mientras Paul se acercaba para recibir su “Premio Honorífico”. (En este caso, los premios consistían en pequeñas estatuas de plástico que tenían escrito al frente el nombre y el logro del ganador.)

Se siguió el procedimiento hasta que a cada uno de los niños se le hubo reconocido y se le nombró ganador entre los demás campeones o personajes célebres nacionales o internacionales. Sheri recibió su premio por haberse destacado en natación; Bryan, por escultismo; Michele, por sus logros musicales; Michael, por su actuación sobresaliente en la liga de béisbol para menores; Denise, por su excelencia en aprender a leer y Cynthia por su éxito en alegrar la vida del resto de la familia. Su premio fue uno muy especial al que se le dio el nombre de "Rayito de luz".

Después de esto, cada niño presentó el número que había practicado durante la semana, por el que recibieron aplausos y elogios. Luego, Denise y Cynthia cantaron "Hazme andar en la luz" (*Himnos*, 198; *Principios del Evangelio*, pág. 337.) Después de que Michael dijo la última oración, se sirvió el refrigerio.

Es importante planificar las noches de hogar de acuerdo con las necesidades e intereses de la familia. Hagan las cosas que atraigan la atención de los miembros de la familia. Las noches de hogar tienen como fin *ayudar* a la familia. En muchas ocasiones, las noches de hogar más satisfactorias son las de tipo original que la familia misma ha ingeniado.

- ¿Cuánto tiempo dedican cada semana para preparar la noche de hogar? ¿En qué forma pueden mejorar las noches de hogar por medio de una mejor planificación?

La Primera Presidencia de la Iglesia ha dicho: "¿Pasa usted igual cantidad de tiempo preparando el éxito de su familia y su hogar, así como persiguiendo el éxito social y profesional? ¿Está obsequiando su energía más creativa a la unidad más importante de la sociedad, la familia? o, ¿su relación con su familia es simplemente una parte rutinaria y sin recompensa de su vida?"

"Los padres y los hijos deben estar dispuestos a colocar las responsabilidades de la familia en primer lugar para lograr la exaltación de la misma" (*Manual de la Noche de Hogar*, 1973).

- ¿En qué forma podemos utilizar la oración para ayudarnos a mejorar nuestras noches de hogar?

### **Las bendiciones que provienen de las noches de hogar que se efectúan con regularidad**

Nuestras familias reciben muchas bendiciones al efectuar las noches de hogar con regularidad. La participación de cada uno de los miembros de la familia contribuye al desarrollo de sentimientos de autoestima. Los problemas de disciplina disminuyen y aumentan la lealtad y la armonía.

La hermana Remde Malloy, madre de cinco niños, dijo: "Aunque nuestro hijo mayor tiene solamente seis años, hemos notado un cambio en el comportamiento de todos nuestros hijos desde que empezamos a efectuar con regularidad la noche de hogar todos los lunes... Es maravilloso notar que están reteniendo muchas de las enseñanzas que les estamos dando" ("To Be a Woman in the Church", *Ensign*, agosto de 1973, pág. 38). Tal como lo testificó la hermana Malloy, los niños recuerdan las enseñanzas que reciben en la noche de hogar.

Acompañado de su abuelo, un niño de cinco años se encontraba jugando en el jardín cuando vio que algunos niños en la casa vecina empezaron a discutir. La discusión era acalorada y las voces adquirían tonos más violentos a medida que empezaban a darse de tirones y empujones. Un niño golpeó a una niña, y ésta empezó a gritar en señal de protesta. El niño que presenciaba la ruidosa escena dijo pensativo al abuelo: "Abuelito, ¡lo que esos niños necesitan es la noche de hogar!".

La Primera Presidencia de la Iglesia emitió esta declaración: "En los pasados últimos años, hemos visto en acción nuevas... fuerzas de Satanás, [tentando a] nuestros hermanos, principalmente... nuestros jóvenes. El programa de la noche de hogar, con su gran poder encaminado hacia el bien, ha sido de gran ayuda para los padres... En nuestras noches de hogar y en otras experiencias familiares positivas, podemos llenar nuestras almas con las cosas de Dios, sin dejar espacio para que el mal encuentre lugar en nuestros corazones y mentes". (*Manual de la Noche de Hogar*, 1972, pág. 4.)

- ¿Cuáles son algunas de las bendiciones que han recibido como resultado de sus noches de hogar?

La Primera Presidencia también dijo: "Nuevamente instamos a los padres a reunir a sus hijos a su alrededor con amor, paciencia y comprensión, para instruirlos en la verdad y justicia..."

"El hogar es el lugar primordial y el más eficaz para que los niños aprendan las lecciones de la vida" (*Family Home Evening: Walk in the Light*, 1975, pág. 3.)

### **Conclusión**

Las noches de hogar eficaces y regulares son de beneficio para todas las personas que participan en ellas. Las noches de hogar fomentan el amor y la confianza en nuestro Padre Celestial; aumentan el conocimiento de las personas en cuanto al Evangelio; fortalecen las relaciones familiares y alientan a todos a cultivar sus talentos.

### **Desafío**

Empiece a llevar a cabo la noche de hogar con regularidad. Recuerde la fórmula: planificación, paciencia y oración.

Escriba un principio del Evangelio que desea que su familia aprenda en su próxima noche de hogar.

---

**Preparación de la maestra**

Antes de presentar la lección debe hacer lo siguiente:

1. Preparar un puñado de palillos o fósforos para la demostración de la unidad familiar.
2. Asignar a los miembros de la clase que presenten cualquier relato, pasaje de las Escrituras o citas que usted desee.

# LAS REUNIONES DE LA IGLESIA

L e c c i ó n 17

---

Esta lección tiene como fin ayudarnos a comprender el propósito de las reuniones de la Iglesia e inspirarnos para asistir a ellas con regularidad.

## **El propósito de las reuniones de la Iglesia**

Jesús dijo: “Sed, pues, vosotros perfectos, como vuestro Padre que está en los cielos es perfecto” (Mateo 5:48). Debido a que es muy difícil llegar a ser perfectos, nuestro Padre Celestial nos da Su ayuda; Él ha establecido la Iglesia, ha llamado líderes y nos ha dado mandamientos, principios y ordenanzas. En nuestras reuniones de la Iglesia, recibimos instrucciones referentes a estas cosas. Debemos obedecer y vivir de acuerdo con las leyes de Dios para llegar a ser perfectos. El Señor dijo: “... que al estar reunidos os instruyáis y os edifiquéis unos a otros, para que sepáis... cómo obrar de conformidad con los puntos de mi ley y mandamientos que he dado” (D. y C. 43:8).

Son varias las reuniones de la Iglesia a las que podemos o podremos asistir.

### *Reunión Sacramental*

- Muestre la lámina 17-a, “La Última Cena”.

Pablo dijo a los santos en Corinto: “... el Señor Jesús, la noche que fue entregado, tomó pan;

“Y habiendo dado gracias, lo partió, y dijo: Tomad, comed; esto es mi cuerpo que por vosotros es partido; haced esto en memoria de mí.

“Asimismo tomó también la copa, después de haber cenado, diciendo: Esta copa es el nuevo pacto en mi sangre; haced esto todas las veces que la bebiereis, en memoria de mí.

“Así, pues, todas las veces que comiereis este pan, y bebiereis esta copa, la muerte del Señor anunciáis hasta que él venga” (1 Corintios 11:23–26).

El propósito de la reunión sacramental es que participemos de la Santa Cena, lo cual nos recuerda el sacrificio que nuestro Señor hizo por nosotros. Renovamos los convenios que hicimos al bautizarnos, momento



17-a, *La Última Cena*, por Carl Heinrich Bloch.  
Usada con permiso del Museo Histórico Nacional de Frederiksborg, en Hillerod.



en el que llegamos a ser miembros de Su iglesia, y tomamos sobre nosotros Su nombre, el nombre de Jesucristo.

- Muestre la lámina 17-b, “La Santa Cena es para recordar el cuerpo y la sangre de Cristo”.

En Doctrina y Convenios 20 leemos: “Conviene que la iglesia se reúna a menudo para tomar el pan y el vino en memoria del Señor Jesús” (D. y C. 20:75). El pan y el agua que nos son repartidos son los “emblemas de la carne y sangre de Cristo” (D. y C. 20:40). El participar de estos emblemas es un privilegio muy sagrado. Nadie debe participar de la Santa Cena indignamente (véase 3 Nefi 18:28–29).

- Pida a la hermana asignada que informe sobre la sección “¿Qué actitud debemos tener cuando participamos de la Santa Cena?”, que se encuentra en el manual *Principios del Evangelio*, capítulo 23.

La reunión sacramental es para todos los miembros de la familia, incluso los niños. Por motivo de que muchas veces los niños pequeños no pueden sentarse calladamente durante la reunión, tal vez nos preguntemos si estén sacando algún provecho. Sin embargo, cada niño tiene un espíritu que puede aprender y el ir a las reuniones de la Iglesia permite que al espíritu de ese niño se le enseñe.

Se nos manda asistir a la reunión sacramental. Cuando Jesús enseñó a los nefitas el propósito de la Santa Cena y cómo participar de ella, dijo: “Y os doy el mandamiento de que hagáis estas cosas [tomar el pan y el agua]” (3 Nefi 18:12).

“La Iglesia manda que se lleven a cabo *reuniones sacramentales* semanales en todas sus unidades organizadas. Éstas son las reuniones más solemnes y sagradas de la Iglesia; tienen por objeto permitir que los santos renueven sus convenios al participar de la Santa Cena; para recibir instrucción en cuanto a las doctrinas del reino; para adorar al Todopoderoso mediante el canto, la oración y los sermones” (Bruce R. McConkie, *Mormon Doctrine*, 1966, pág. 661.)

### ***Reunión de ayuno y testimonio***

La reunión de ayuno y testimonio se lleva a cabo una vez al mes, por lo general el primer domingo, durante la reunión sacramental. Esta reunión es para que expresemos voluntariamente nuestro testimonio. Éstos deberán ser breves expresiones de nuestra fe y conocimiento de la divina misión de Jesucristo, de los llamamientos y autoridad de los líderes de la Iglesia, y gratitud sincera por la misericordia del Señor para con nosotros. Estas reuniones elevan nuestro espíritu; nuestra fe en Dios y la obediencia a Él aumenta. En la reunión de ayuno y testimonio es apropiado llevar a cabo ordenanzas tales como dar el nombre y una bendición a los niños y la confirmación de miembros nuevos de la Iglesia.



*17-b, La Santa Cena es para recordar el cuerpo y la sangre de Cristo.*

### ***Reunión del sacerdocio***

Esta reunión se lleva a cabo todos los domingos y es para todos los miembros varones de la Iglesia mayores de 12 años que poseen el Sacerdocio Aarónico o el de Melquisedec. Se puede invitar a que asistan a esa reunión a los investigadores y a los miembros que no poseen el sacerdocio.

### ***Reunión para las mujeres***

Todos los domingos se efectúa una reunión para que las mujeres adultas y las jovencitas estudien el Evangelio. Si asisten suficientes mujeres adultas y jovencitas, ese grupo se puede dividir en dos grupos separados según las edades. Las mujeres adultas asisten a la Sociedad de Socorro y las jovencitas, (de 12 a 17 años de edad), asisten a las reuniones de las Mujeres Jóvenes.

### ***Instrucción del Evangelio para los niños***

Los niños menores de doce años se reúnen todos los domingos en la Primaria para recibir instrucción sobre el Evangelio. Dicha instrucción se lleva a cabo durante las reuniones de la Escuela Dominical, el sacerdocio y las reuniones de las mujeres.

### ***Escuela dominical***

La Escuela Dominical tiene la responsabilidad de enseñar el Evangelio a los miembros de la Iglesia mayores de doce años, durante un periodo de clase todos los domingos.

### **Cómo efectuar reuniones de la Iglesia satisfactorias**

Cualquiera sea la reunión, podemos contribuir para mejorarla.

La hermana LaRue C. Longden contó el siguiente relato acerca de ella misma: “Cuando era muy joven (y pensaba que lo sabía todo), recuerdo haberle dicho a una de mis maestras de la Escuela Dominical que ya no iba a ir más a la reunión sacramental porque era muy aburrida y desabrida... [La maestra] me miró y dijo: ‘¡No dejes que te vuelva a oír decir eso!’ Dios te ha invitado a esa reunión a participar de los emblemas del sufrimiento de Jesucristo y del don que te ha dado. Eres muy privilegiada de que se te haga la invitación. Si vas a la reunión con el debido espíritu, siempre saldrás de allí con algo bueno’ ” (Leon R. Hartshorn, comp., *Remarkable Stories from the Lives of Latter-day Saint Women*, 1973, págs. 97–98).

- ¿Qué le sugirió la maestra a la hermana Longden? Además de llevar el espíritu debido con nosotros, ¿qué más podemos hacer para ayudar a que la reunión valga la pena? Escriba las sugerencias en la pizarra.

Para que la reunión sea satisfactoria, debemos ir a ellas con devoción; eso nos ayudará a recibir el Espíritu mientras nos encontremos allí.

Podemos llegar a tiempo, asistir con regularidad, ser amigables hacia todos, participar en el canto y orar en silencio por aquellos que vayan a participar en la reunión. Podemos ser reverentes, fijando nuestros pensamientos en lo que se esté diciendo o haciendo. Podemos participar con gusto cuando se nos pida hacerlo; podemos ser prestos en obedecer los susurros del Espíritu y dar testimonio.

Cada madre o cada padre tiene una responsabilidad especial de ayudar a preparar a sus hijos para que tengan una experiencia feliz y satisfactoria al asistir a las reuniones. El dar de comer y vestir a los niños a tiempo evitará las carreras de última hora y será de mucha ayuda. Cuando se les explica en voz baja lo que está sucediendo en la reunión les puede servir para comprenderla y disfrutarla. La enseñanza de los himnos en el hogar les servirá para participar en el canto en las reuniones de la Iglesia.

El presidente Spencer W. Kimball nos recordó que: "... no asistimos a las reuniones del domingo para que se nos agasaje... Vamos para adorar al Señor... Si uno desea adorar al Señor en espíritu y en verdad... nadie puede adorar en su nombre, sino que deben hacerlo ustedes mismos" ("El día de reposo, un placer, *Liahona*, julio de 1978, pág. 5).

Una hermana que estaba casi totalmente sorda asistía a la reunión sacramental cada semana; demostraba mucho interés en lo que se decía y ella se expresó así: "Espero con ansiedad el momento... de encontrarme en la presencia de aquellos a quienes amo y que aman el Evangelio. Puedo participar de su espíritu sin oír una palabra, y si estoy en total armonía, el Señor me susurra" (citado por Robert K. Thomas en "Listening with the Spirit", *Ensign*, enero de 1978, pág. 40).

Cuando asistimos a las reuniones de la Iglesia podemos dar fortaleza y apoyo, así como recibirlos de los demás.

### **Las bendiciones que se obtienen por asistir a las reuniones de la Iglesia**

Hemos hablado de lo que podemos aportar a las reuniones a las que asistimos; ahora consideremos el provecho que derivamos de ello.

- Pida a las hermanas que hablen sobre las bendiciones que reciben por asistir a las reuniones de la Iglesia.

El asistir a las reuniones de la Iglesia nos puede servir para ser más obedientes a los mandamientos del Señor. Las reuniones de la Iglesia nos son de utilidad para ensanchar nuestros talentos, aumentar nuestro conocimiento de las doctrinas y los principios del Evangelio y adquirir una fe y un testimonio más fuertes. Éstas fortalecen los lazos que nos unen a los amigos y vecinos que nos darán su apoyo para vivir rectamente; nos acercan a nuestro Padre Celestial y a Jesús, nuestro Salvador; nos ayudan a tener el Espíritu del Señor. El Salvador ha prometido que "donde están dos o tres congregados en mi nombre, allí estoy yo en medio de ellos" (Mateo 18:20).

### **Conclusión**

El asistir a las reuniones de la Iglesia nos puede guiar para que tengamos paz en esta vida y vida eterna en el mundo venidero. Las reuniones son bendiciones que el Señor nos brinda.

### **Desafío**

- Muestre la lámina 17-c, “Sugerencias para que la reunión sacramental cobre mayor significado”.

Lea las sugerencias impresas en la lámina 17-c. Escoja por lo menos una y póngala en práctica para que pueda recibir las bendiciones de la reunión sacramental. Analice con su familia la forma de hacer que las reuniones de la Iglesia sean experiencias de mayor significado para cada uno de los miembros de la familia.

### **Escrituras adicionales**

- Efesios 4:11–13 (el perfeccionamiento de los santos)
- D. y C. 20:45, 55 (los élderes dirigen las reuniones; se reúnen frecuentemente)
- D. y C. 59:9–12 (guardar el día del Señor)

---

### **Presentación de la maestra**

Antes de presentar la lección debe hacer lo siguiente:

1. Estudiar el capítulo 23: “La santa cena” del manual *Principios del Evangelio*.
2. Asignar a una hermana para que dé un informe sobre la sección “¿Qué actitud debemos tener cuando participamos de la Santa Cena?”, de *Principios del Evangelio*, pág. 142.
3. Asignar a los miembros de la clase que presenten cualquier relato, Escritura o cita que usted desee.

---

Pondré más atención  
a las palabras  
del himno sacramental.

Escucharé con atención  
las oraciones sacramentales.

Hago la promesa a mí mismo  
y a Jesús que guardaré Sus  
mandamientos.

Quitaré de mi mente  
los pensamientos mundanos y  
pensaré en Jesús.

Si hago esas cosas, podré tener  
Su espíritu conmigo.

# LA OBRA MISIONAL Y EL HERMANAMIENTO

## Lección 18

---

Esta lección tiene como fin ayudarnos a ser activos en buscar y enseñar a los futuros miembros de la Iglesia, así como también en hermanar a los miembros nuevos.

### La importancia de la obra misional

La hermana Petra G. de Hernández, de Monterrey, México, relató su propia historia:

“Hace diecinueve años mi esposo falleció en un accidente automovilístico; fue entonces que sentí la necesidad de buscar a Dios para que me ayudara con mi familia. Mi hija menor tenía once meses de edad.

“Una noche, en medio de la desesperación... oré al Señor como si le estuviera hablando a otra persona. Le pedí que me mostrara el camino que debía seguir en la vida; le dije que sabía que Él existía, pero que no sabía dónde. Le pedí que me indicara cómo y dónde encontrarle. Lo hice con tal fe y deseo de hallar la verdad que nunca olvidaré esa oración.

“La respuesta a mi oración no demoró en llegar. Una mañana, dos jóvenes misioneros golpearon a mi puerta y dijeron que eran de la Iglesia mormona y que me traían un mensaje muy importante. Había oído hablar de los mormones, pero no había tenido el menor interés en ellos. Les permití pasar, y empezaron la primera lección. Tan pronto como recibí esa primera lección, supe que lo que decían era verdadero... y les dije que deseaba bautizarme con mi familia...

“Desde el día que aceptamos el Evangelio nuestra vida cambió totalmente. Ahora estaba segura de que el Señor escucha nuestras oraciones...

“Puedo decir con certeza que somos una familia unida debido al Evangelio y a aquellos dos misioneros que golpearon en nuestra puerta hace quince años.

“Siempre les estaré agradecida a ambos por haber llegado a mi puerta, y sé que hay gente que está agradecida de que mis hijos han sido los misioneros que llamaron a sus puertas para llevarles el Evangelio”.  
(véase *Liahona*, diciembre de 1975, págs. 24–25.)

- Pida a las hermanas que sean conversas que hablen sobre la gratitud que sienten hacia los misioneros que les enseñaron el Evangelio. Pídeles que hablen brevemente de la forma en que el Evangelio ha cambiado sus vidas.

Nuestro Padre Celestial ha demostrado el gran amor que siente por nosotros al establecer el programa misional a fin de llevar el Evangelio a Sus hijos en todo el mundo. El Señor dijo: "... id por todo el mundo y predicad mi evangelio a *toda* criatura que no lo haya recibido" (D. y C. 112:28, cursiva agregada). Desde que la Iglesia fue organizada en 1830, miles de misioneros, tanto hombres como mujeres, han sido llamados a predicar el Evangelio.

El presidente Spencer W. Kimball dijo:

"El Señor ha recalcado claramente por medio de nuestros profetas que debemos llevar el Evangelio a las naciones del mundo, que todos deben oírlo en su propio idioma, hasta los confines de la tierra. No hay nadie más en el mundo que enseñe a las naciones, excepto nosotros; y debido a que el número de jóvenes es limitado, es muy conveniente que cada miembro sea un misionero... de acuerdo con el mandato del Señor.

" 'He aquí, os envié para testificar y amonestar al pueblo, y conviene que todo hombre que ha sido amonestado, amoneste a su prójimo' (D. y C. 88:81.)" (véase *Liahona*, enero de 1974, pág. 4.)

- ¿Por qué debemos animar a nuestros hijos a servir en una misión?  
¿Por qué todo miembro debe ser también un misionero?

### **Hay gozo cuando compartimos el Evangelio**

El presidente Kimball nos recordó de las grandes bendiciones que recibimos como miembros de La Iglesia de Jesucristo: "Tenemos el Evangelio de Jesucristo, el Evangelio de paz, el Evangelio de gozo. Tenemos verdades que pueden hacer mejor a cualquier persona, más feliz y amoroso a cualquier matrimonio, verdades que pueden hacer que cualquier hogar sea más celestial. Tenemos el poder del sacerdocio de Dios para bendecir nuestro hogar, nuestra vida y la vida de las demás personas..." Luego el presidente Kimball declaró: "Y ahora se nos pide que a nuestros vecinos y conocidos que no son miembros de la Iglesia demos también lo que nosotros tenemos. El Señor nos ha dado este mandamiento; debemos alargar nuestro paso y debemos hacerlo ahora mismo" (véase "Una Iglesia de conversos", *Liahona*, junio de 1976, pág. 2).

A los miembros de la Iglesia se ha dado la responsabilidad de compartir el Evangelio con los demás. Si cumplimos nuestra responsabilidad, podremos experimentar el gozo de aquellos que llegan a conocer el Evangelio por medio de nuestros esfuerzos.



- Lea Doctrina y Convenios 18:15–16. Pida a una hermana que haya compartido el Evangelio que relate la forma en que ese hecho la hizo sentir.

### **Cómo ser misioneros**

- ¿Qué podemos hacer ahora para ser misioneros?
- Muestre un cartel de la lista siguiente o refiérase a la información que aparece en la pizarra:

1. Tener el valor de ser testigos.
2. Dar testimonio cuando se sienta inspirado por el Espíritu.
3. Obsequiar literatura de la Iglesia.
4. Seguir los susurros del Espíritu.
5. Dar un buen ejemplo y ser pacientes con los familiares y amigos que no sean miembros de la Iglesia.
6. Invitar a amigos y conocidos a nuestra casa o asistir a reuniones o actividades de la Iglesia.

#### *Tener el valor de ser testigos*

El élder Gene R. Cook dijo: “... A veces algunos de nuestros miembros tienen temor de defender la verdad... [Debemos] hablar en defensa del Señor y de Su profeta en cuanto a los asuntos importantes de la actualidad” (en *Conference Report*, abril de 1976, págs. 152–153). Ése es nuestro deber como miembros bautizados de la Iglesia. (Véase Mosíah 18:9.)

El élder Cook habló en cuanto a la forma en que una hermana defendió la verdad: “Hallándose esta hermana en un almuerzo al que habían asistido algunos miembros de la Iglesia, entre ellos activos e inactivos, así como otras personas que no eran miembros, el tema de la conversación giró sobre el aborto y el control de la natalidad. Una de las personas que no era Santo de los Últimos Días habló durante unos cinco minutos de sus firmes convicciones, diciendo que el aborto no tenía nada de malo y que no deberían restringirse en modo alguno las medidas para evitar hijos. Esta buena hermana de la Iglesia se vio en la difícil encrucijada de no saber si optar por hacer algún comentario sobre las condiciones del tiempo o cambiar a otro tema que no se prestara a tantas controversias, o tomar la palabra y dejar en claro la justa verdad; ... optó por lo último, y después de exponer lo que había declarado el Señor con respecto a estos asuntos, testificó de las razones en que fundamentaba su opinión personal. Como pueden imaginar, el almuerzo concluyó más bien abruptamente. Sin embargo, después, una de las hermanas

inactivas de la Iglesia se acercó a esta buena dama y le dijo que nunca antes había ella comprendido el punto de vista del Señor sobre dichos asuntos y que ese día había sentido que se había hablado la verdad” (véase “¿Es usted un misionero”, *Liahona*, agosto de 1976, pág. 95.)

- ¿Cómo podemos defender la verdad tocante a asuntos importantes de la comunidad?

### *Dar testimonio cuando se sienta inspirada por el Espíritu*

Podemos crear oportunidades para propagar el Evangelio. Si iniciamos una conversación con un extraño, podemos encauzar la conversación hacia el Evangelio, y con la guía del Espíritu Santo, no será difícil encontrar maneras de expresar nuestro testimonio.

Una hermana ciega llamada Alice Colton Smith, recibió el desafío de su presidente de estaca de ser un miembro misionero. Debido a que todas sus amistades eran miembros de la Iglesia, ella le preguntó: “¿Cómo puedo traer a alguien a la Iglesia?” Su relato continúa así:

“El presidente de la rama dijo: ‘Hermana, si usted tiene fe y un deseo de hacer Su voluntad, el Señor le mostrará el camino’.

“Unas semanas después, esta hermana se encontraba viajando en un tren; durante el trayecto, los pasajeros que iban sentados en el lado opuesto del asiento de ella le ayudaron con su equipaje y atendieron sus necesidades con especial compasión debido a su aflicción. La hermana pensó: ‘¿Qué puedo hacer para pagarles todos sus favores?’ Momentos después, se inclinó hacia ellos y dijo: ‘Quiero obsequiarles algo por su bondad. Tengo un gran obsequio para ustedes, si es que lo aceptan’.

“Los nuevos amigos sonrieron. ¿Cómo podría esta mujer, que obviamente no era adinerada, hacerles un gran obsequio? Cortésmente le dieron las gracias y le dijeron que no era necesario. Ella tiernamente insistió. Una de las mujeres dijo finalmente: ‘Me dará mucho gusto en aceptarlo’.

“La hermana respondió: ‘Este obsequio no es dinero ni joyas; es el regalo o don del Espíritu Santo. Yo sé que Dios vive, sé que Jesús es el Cristo, sé que vive hoy sobre la tierra uno de los profetas de Dios que nos revela la palabra de Dios. Este gran obsequio de conocimiento es lo que yo puedo darles’.

“La señora, demostrando interés a pesar de lo extraño de la situación, preguntó: ‘¿Cómo?’

“ ‘Denme su dirección y les enviaré a dos jóvenes para que se los explique’. Y así sucedió.

“Esa señora [se unió a la Iglesia] así como siete de sus amigos y parientes” (“ ‘I Have a Great Gift to Give You’ ”, en Leon Hartshorn, comp., *Inspirational Missionaries Stories*, 1976, págs. 168-169).

### **Obsequiar literatura de la Iglesia**

Un ejemplar del Libro de Mormón, un folleto o algún otro libro de la Iglesia pueden hacer mucho para preparar a las personas para recibir a los misioneros. Patricia Lett, una maestra de escuela, relató la siguiente historia sobre la forma en que uno de sus alumnos la preparó para recibir a los misioneros:

“Un día, durante la primavera pasada, Carol puso sobre mi escritorio un libro para niños sobre relatos del Libro de Mormón y me preguntó si me gustaría leerlo.

“ ‘¡Claro que sí, Carol; me gustaría leerlo!’ , dije.

“Debido a que el año escolar estaba por llegar a su fin y yo tenía muchas cosas que hacer, me olvidé completamente del libro. Pero Carol no. Al poco tiempo oí una vocecita que me decía: ‘Señora Lett, ¿ha leído mi libro?’

“Lo leí...

“Al día siguiente me obsequió un ejemplar del Libro de Mormón. Unos días después volví a oír la voz que me decía: ‘Señora Lett, ¿le gustaría conocer a algunas personas de nuestra iglesia?’

“El viernes siguiente, los élderes Grassley y Lott se encontraban en mi salón de clase diez minutos antes de que terminara la clase”. (Leon Hartshorn, comp., *Inspirational Missionary Stories*, 1976, págs. 70–71.)

Incluso los niños pueden ser buenos misioneros.

### **Seguir los susurros del Espíritu**

Es importante que tomemos tiempo para hacer lo que nos dirija el Espíritu Santo. Es posible que al principio esos susurros parezcan insignificantes, de modo que debemos aprender a escuchar y a atenderlos. Catherine A. Martin relató su experiencia en cuanto a ser guiada por el Espíritu Santo:

“Recuerdo la primera vez que vi el pequeño establecimiento. Al pasar por allí, tuve un sentimiento muy extraño... que parecía decirme que en esa tienda había alguien que debía ser miembro de la Iglesia. No obstante, estaba de prisa, así que continué en mi camino... pasé por ese lugar varias veces y cada vez parecía tener ese fuerte sentimiento de que debía entrar... Un día... pasaba por la tienda a pie y prácticamente fui llevado hacia dentro por aquella insistente sensación de que allí había algo que tenía interés espiritual.

“Al abrir la puerta... pude ver marcos de cuadros de todos tamaños y formas...

“Al echar un vistazo por el cuarto... me llamó la atención una pintura que colgaba en la pared. Era una de una serie de pinturas de soldados

en diferentes uniformes. Algo me dijo que era al pintor que había pintado esos cuadros a quien debía hablarle acerca del Evangelio.

“Le pregunté al tendero si podría darme la dirección del artista. Él vaciló y dijo que el artista había insistido que nunca diera más información acerca de él aparte de su nombre, pero luego agregó: ‘Sabe, tengo el presentimiento de que esta vez no le importaría; lo llamaré y le daré el nombre y el número telefónico de usted’.

“El artista... me llamó y decidimos que nos reuniríamos para hablar sobre arte e historia...

“Recuerdo haberle dicho que yo sabía algo que él debía de saber, algo que cambiaría su vida entera por una mejor. Él se mostró interesado en lo que podría ser, de manera que con tal ánimo, procedí a hablarle sobre la restauración de la Iglesia de Cristo sobre la tierra. Le dije acerca de mi búsqueda de la verdad y el deseo que tenía de saber lo que el Señor deseaba que yo llegase a ser. Luego le conté acerca de los acontecimientos tan extraños y a la vez maravillosos que me condujeron a descubrir el Evangelio y la belleza que llegó a mi vida al mismo tiempo...

“Él fue receptivo a lo que se dijo, pero reservó el derecho de estudiar y evaluar antes de dar alguna respuesta. Él fue franco, honrado y diligente en sus esfuerzos por conocer la verdad, y a pesar de toda la oposición, fue bautizado...

“El Señor en verdad nos conoce y nos ama a todos. Él conoce a aquellos que están listos para escuchar Su palabra; y si oramos y cumplimos con nuestro deber, Él nos guiará hacia aquellas personas que son rectas. He tenido bellas experiencias mediante los susurros del Espíritu, lo cual es un don que podemos tener si tan sólo amamos y valoramos la exaltación de los demás como la nuestra” (Margie Calhoun Jensen, comp., *Whisperings of the Spirit*, *Stories of Insight and Inspiration*, 1976, págs. 124–25.)

- ¿En qué forma le indicó el Espíritu a la hermana Martin a encontrar a ese hombre? ¿En qué forma podemos llegar a ser más sensibles a los susurros del Espíritu?

***Dar un buen ejemplo y ser pacientes con los familiares y amigos que no sean miembros de la Iglesia.***

El élder Adney Y. Komatsu dijo:

“Muchos de ustedes son los primeros en sus familias que se unieron a la Iglesia. Ustedes son, en verdad, pioneros en su familia...

“Al hablar sobre los principios del Evangelio con sus padres, amigos y vecinos, no se desanimen cuando ellos no escuchan o comprendan los principios que ustedes están tratando de enseñarles. Seamos pacientes

y recordemos que nuestros padres, hermanos, hermanas y amigos son personas muy importantes en nuestra vida. Les amamos y deseamos lo mejor para ellos, lo cual es el Evangelio de Jesucristo. Nuestra felicidad personal y gozo en este mundo y en el mundo venidero incluye la exaltación con nuestra familia.

“Si, como persona soltera, usted vive todavía con sus padres y hermanos y ellos no aceptan su nuevo modo de vida, hónrelos, déles su afecto y muéstreles, por medio de su ejemplo, las hermosas verdades del Evangelio” (En *Conference Report*, Conferencia de Área de Corea, 1977, pág. 4).

La obra misional no se efectúa para acarrear gloria para nosotros mismos. Debemos amar a la gente que hemos escogido ayudar; debemos darles nuestra amistad sincera y perdurable, aunque ellos no acepten el Evangelio o si les toma muchos años para aceptarlo.

***Invitar a amigos y conocidos a nuestra casa o a asistir a reuniones o actividades de la Iglesia.***

Podemos hablar de la Iglesia a otras personas al invitarlas a participar con nosotros en las actividades de la misma. Podemos hacer arreglos para llevar a cabo una noche de hogar especial con otra familia e invitar a los misioneros. Debemos invitar a nuestros amigos y familiares que no son miembros a asistir a la Iglesia con nosotros. Allí pueden aprender acerca de la Iglesia por sí mismos y decidir si desean saber más.

En San Fernando, México, la hermana Villafranca invitó a cincuenta personas a su casa que consistía de una sola habitación, donde los misioneros efectuaron una Escuela Dominical especial. Después, se les invitó a quedarse para escuchar la primera charla. Varias de esas personas se bautizaron más tarde, y en menos de seis años había una rama con doscientos miembros en San Fernando. (Véase Glenn V. Bird, “Miracle at San Fernando”, *New Era*, enero de 1977, págs. 28–29.)

- Pida a una o dos hermanas que relaten la forma en que se interesaron en la Iglesia.

**Hermanándonos los unos a los otros**

Nos encontramos aquí para ayudarnos mutuamente a progresar. Debemos cuidarnos los unos a los otros como hijos del Señor. El presidente Gordon B. Hinckley dijo: “Estoy convencido de que perderemos a un número muy ínfimo de los que vienen a la Iglesia si los cuidamos bien” (Gordon B. Hinckley, “Apacienta mis ovejas”, *Liahona*, julio de 1999, págs. 118–124).

Cuando entre nosotros se encuentran miembros nuevos, es nuestra responsabilidad poner todo nuestro esfuerzo por ser amigables con ellos y ayudarlos. Quizás se sientan extraños, pero debemos hacerlos sentir como en

casa. A esto se le llama *hermanamiento*. Hermanamiento significa alentarnos y ayudarnos mutuamente a disfrutar todas las bendiciones del Evangelio; es demostrar cortesía y bondad, compartir experiencias, y extender servicio y amor. Para hermanar, debemos ser buenos amigos y vecinos.

La Iglesia nos ayuda a realizar esto de muchas maneras. Nos proporciona programas como el de las maestras visitantes, el cual nos alienta a servir a los demás; nos proporciona reuniones en las cuales nos relacionamos unos con otros, y nos brinda dirección en la forma correcta de expresar nuestro amor e interés.

Debemos también interesarnos en aquellas familias en las que el padre, la madre, el hijo o la hija no sean miembros de la Iglesia. Esas familias nos necesitan. Si las hermanamos y compartimos con ellas nuestra compasión y amor, tal vez les ayudemos a ser familias unidas en el Evangelio.

- Lea en Efesios 2:19–20. ¿En qué forma podemos mostrar a los nuevos miembros que los amamos y aceptamos?

### **Conclusión**

Los Santos de los Últimos Días tienen la responsabilidad de predicar el Evangelio al mundo. Para lograrlo, cada uno de nosotros debe ser misionero; debemos preparar a nuestros amigos y vecinos para recibir las lecciones misionales. No es necesario que todos salgamos al mundo a predicar, pero debemos hablarles a nuestros amigos y vecinos sobre el Evangelio. Asimismo, si somos fieles a los mandamientos del Señor, demostramos a los demás el camino a la vida eterna. Para ayudar a los miembros nuevos, podemos invitarlos a asistir a la Iglesia con nosotros. Debemos ser amigables con ellos en la Iglesia y en el vecindario. Siempre debemos recibir bien a las personas desconocidas que asistan a nuestras reuniones.

### **Desafío**

Con oración, elija una de las maneras de llevar a cabo la obra misional que se presentó en esta lección. Seleccione a un amigo o familiar a quien desee enseñar.

---

### **Preparación de la maestra**

Antes de presentar la lección debe hacer lo siguiente:

1. Estudiar del manual *Principios del Evangelio*, el capítulo 33: “La obra misional”.
2. Preparar el cartel que se sugiere en la lección o escribir la información en la pizarra.
3. Asignar a los miembros de la clase que presenten cualquier relato, Escrituras o cita que usted desee.

# PREPARAR Y DAR ALIENTO A LOS MISIONEROS

Lección 19

---

Esta lección tiene como fin enseñarnos la forma de ayudar a nuestros jóvenes a prepararse para sus llamamientos misionales y para llevarlos a cabo.

## **Preparemos a nuestros jóvenes para la misión**

Los presidentes de la Iglesia han pedido que haya más misioneros que lleven el Evangelio al mundo, pero han puesto especial énfasis en que deben estar mejor preparados que nunca. El presidente Spencer W. Kimball dijo: “Todos los jóvenes y muchas jovencitas y muchos matrimonios deben servir en misiones. Todo futuro misionero debe prepararse *moral, espiritual, mental y económicamente* durante toda su vida a fin de servir de manera fiel, eficaz y bien en el gran programa de la obra misional” (véase “Consejo a un joven: Ahora es el momento de prepararse”, *Liahona*, enero de 1974, pág. 6).

El presidente Kimball recalcó que la responsabilidad para capacitar a los misioneros descansa primordialmente en la familia. El nos aconsejó que capacitáramos a nuestros misioneros “mucho mejor, con más anticipación y durante más tiempo, de manera que cada uno espere su llamamiento con gran gozo” (“Id por todo el mundo”, *Liahona*, noviembre de 1974, pág. 4).

- ¿En qué forma podemos preparar a los jóvenes desde temprana edad para el servicio misional?
- Muestre la lámina 19-a, “Un jovencito cuenta el dinero de su caja del fondo misional”.

El élder S. Dilworth Young dio algunas sugerencias para preparar a los niños para el servicio misional. Dijo que debíamos orar a menudo con nuestros hijos, suplicándole a nuestro Padre Celestial que hiciese posible una misión. Debemos relatarles anécdotas de las experiencias misionales de nuestra propia familia. También sugirió que ayudásemos a los jóvenes a familiarizarse con las Escrituras, a enseñarles la obediencia y a proporcionarles oportunidades de servir a los demás. El élder Young sugirió que esas grandes verdades se podrían enseñar durante



*19-a, Un jovencito cuenta el dinero de su caja del fondo misional.*



la noche de hogar, alrededor de la mesa a la hora de cenar, antes de acostarse y durante actividades familiares recreativas. (Véase “Missionary Training Begins Early”, *Ensign*, julio de 1972, págs. 76–77.)

El élder Franklin D. Richards dijo:

“Cuando yo era jovencito, una de las cosas a las que aspiraba era ir a una misión... Estoy seguro de que mi familia jugó un factor importante en mi decisión.

“Recuerdo haber escuchado a mi abuela, Jane Snyder Richards, contar-me relatos de mi abuelo... Yo lo admiraba mucho; él había sido un gran misionero, habiendo cumplido varias misiones durante su vida. Estoy seguro de que eso influyó en mi vida” (“Have a Dream”, *New Era*, enero de 1978, pág. 4).

- Muestre la lámina 19-b, “A fin de preparar a su hijo para la vida misional, la madre le enseña a preparar comidas adecuadas”.

Debemos ayudar a nuestros adolescentes a conservarse físicamente fuertes para que no se fatiguen al llevar a cabo su servicio misional. Deben aprender a preparar comidas simples pero nutritivas y a comprar de manera prudente. Los buenos hábitos en el comer son esenciales si desean conservarse bien y tener fortaleza para desempeñar sus labores. Debemos enseñarles a lavar, planchar y remendar la ropa; también debemos enseñarles a conservar limpio el lugar donde se alojan. Ellos pueden aprender a esmerarse en el vestir y en el arreglo debidos; se les puede enseñar a ahorrar dinero, a postergar el noviazgo serio, a obtener y expresar su testimonio, y seguir los pasos del arrepentimiento. Pueden realizar todo esto antes de salir al campo misional.

- ¿En qué forma podemos animar a la juventud a ganar y ahorrar dinero para una misión?

El élder M. Russell Ballard, cuando se encontraba sirviendo como presidente de misión, hizo esta pregunta a sus misioneros: “¿Qué podría haber hecho mi madre para prepararme mejor?”.

“Ellos contestaron: ‘De alguna manera, mamá debió haber insistido en que pusiera más atención cuando me trataba de enseñar las tareas de la casa: cocinar, limpiar, lavar la ropa, aprovechar las liquidaciones, higiene personal, remendar y recetas rápidas’”.

El élder Ballard procedió a dar este consejo: “Madres, enseñen a sus hijos a ser sensibles a las necesidades de los demás; enséñenles a conocer y practicar los principios básicos de las buenas relaciones humanas... Abracen a sus hijos, mírenlos a los ojos y díganles que aprendan esas técnicas porque usted desea que sean felices y tengan éxito en su misión” (“The Making of Missionary”, *Ensign*, noviembre de 1976, pág. 88).



*19-b, A fin de preparar a su hijo para la vida misional,  
la madre le enseña a preparar comidas adecuadas.*

- ¿En qué forma podemos ayudar a nuestros hijos a estar al tanto de las necesidades de los demás en el hogar, en los hogares de sus amigos, en lugares públicos?

A fin de que los misioneros cumplan sus llamamientos como el Señor requiere, deben aprender el principio del trabajo. En el Libro de Mormón se aconseja que aquellos que prediquen la palabra de Dios enseñen “con toda diligencia” y trabajen “con todas sus fuerzas” (Jacob 1:19). El misionero o la misionera que sea dedicado y trabaje arduamente es feliz y productivo.

Otro ex presidente de misión, el élder Vaughn J. Featherstone, relató lo siguiente:

“Un élder de nuestra misión ha tenido problemas de salud bastante serios... Cuando yo llegué a la misión, él estaba durmiendo hasta tarde para evitar debilitarse y contraer la gripe. Luego, cuando llegaba a casa para almorzar, dormía un par de horas para no resfriarse o contraer la gripe. Su compañero se sentía frustrado y me llamó por teléfono.

“Me comuniqué con el médico del misionero, quien me dijo: ‘Está en malas condiciones, pero se encuentra mejor que cuando ingresó al campo misional. Su condición no cambiará demasiado, no importa cuántas horas trabaje’. Le pedí al élder que se presentara en mi oficina y le sugerí que prefería verlo enfermo con la gripe que verlo siempre preocupado por ello. Le hablé del principio de... simplemente ponerse a trabajar y hacer lo que el Señor lo había llamado a hacer...

“Tomó mi consejo y lo puso en práctica. Él se ha convertido en uno de los misioneros más sobresalientes de la misión. Él... descubrió cómo... trabajar” (véase “Abnegación”, *Liahona*, enero de 1979, págs. 39–40.)

¿En qué forma pueden las jovencitas influir en los jóvenes para prepararse para una misión?

Las jovencitas pueden surtir una gran influencia en el comportamiento de los jóvenes. Una jovencita debe establecer elevadas normas morales en el vestir, en el hablar y en sus acciones. Ella debe ser un ejemplo de rectitud. Al dirigirse a las jovencitas de la Iglesia, el élder David B. Haight dijo:

“Ustedes, jovencitas, tienen un papel vital en esta preparación y en la previa capacitación de nuestros jóvenes...

“Ustedes, hijas de Sión, pueden ser una luz radiante si ponen el ejemplo debido. Absténganse de salir con jóvenes del sexo opuesto a muy temprana edad o a llevar un compromiso formal... Cultiven su mente y su personalidad... Tanto ustedes como ellos tienen talentos que cultivar y compartir.

“Lean buenos libros; escuchen buena música; estudien y analicen las bendiciones que se encuentran en la Palabra de Sabiduría...

“Lean las Escrituras...

“Ustedes pueden animar, influir e incluso proteger a un joven en un momento crítico de su vida... Ustedes demuestran su amor por el Señor cuando ayudan a un jovencito a permanecer digno y preparado para servir al Señor” (véase “Jóvenes, sed las guardianas...”, *Liahona*, febrero de 1978, págs. 80–81.)

Es importante que las jovencitas respeten a los jóvenes y los alienten a servir en una misión de tiempo completo. Cualquier idea de matrimonio deberá postergarse hasta que los jóvenes hayan terminado una misión.

### **Cómo ayudar a los misioneros a cumplir sus llamamientos**

A menudo pensamos en los misioneros que hemos conocido, especialmente en aquellos que tal vez nos hayan enseñado el Evangelio. Agradecemos su sacrificio y ejemplo. Para demostrar nuestra gratitud hacia ellos y hacia nuestro Padre Celestial podemos ayudar a otros misioneros a cumplir mejor sus llamamientos. Cuando nuestras jovencitas y nuestros jóvenes se encuentran sirviendo en una misión, necesitan nuestra ayuda y apoyo constantes. Podemos orar por ellos y asegurarnos de que comprendan la importancia de la oración.

El élder Hugh B. Brown relata la forma en que su madre le ayudó a confiar en el Señor durante su misión en Inglaterra. Antes de partir, ella le dijo: “‘Hugh, hijo mío, ¿recuerdas que cuando eras pequeño frecuentemente tenías pesadillas y solías llamarme mientras yo dormía en la habitación de al lado: ‘¿Mamá, mamá, estás allí?’’. ¿Recuerdas que yo siempre te decía: ‘Sí hijo mío, estoy aquí; date vuelta y vuelve a dormir. Todo está bien?’”. Ella le dijo: ‘Hijo mío, ahora nos separarán ocho mil kilómetros, a través de un continente y un océano; no solamente tendrás pesadillas durante la noche, sino que muchas veces también durante el día querrás pedir ayuda y consuelo. Hijo, cuando te abruman las dificultades, cuando hagas frente a la tentación, cuando te sientas confundido y no sepas adónde ir, clama y di: “Padre, ¿estás allí?”’. Ella dijo: ‘Hijo, te prometo que Él siempre contestará y no tendrás que temer’ “. (*The Abundant Life*, págs. 202–201.)

- ¿Cuáles son otras formas en las que podemos ayudar a los misioneros a cumplir con sus llamamientos?

Deben tener correspondencia de casa. El élder Gordon B. Hinckley dio el siguiente consejo referente al asunto de escribir a los misioneros: “Compadezco al misionero que no recibe correspondencia regular de su casa. Por lo general, es suficiente una carta por semana. Por otra

parte, demasiada correspondencia puede ser contraproducente para la moral del misionero. Para ser eficaz, el misionero tiene que estar alejado de su hogar; por lo tanto, la clase de correspondencia que reciba surtirá un gran efecto en lo que haga o en cómo se sienta. Las cartas en las que se describan los problemas en el hogar, que se concentren en las dificultades, dañan la moral del misionero. Las personas que escriban cartas prudentes se asegurarán de comunicar sus sentimientos positivos: cuán orgullosos se sienten de tener un misionero en el campo de la misión, cómo los está bendiciendo el Señor por causa del trabajo que él desempeña en el ministerio. Este tipo de cartas será una bendición en la vida del misionero” (véase “Una entrevista con el élder Gordon B. Hinckley, sobre la obra misional”, *Liahona*, enero de 1974, pág. 11).

- ¿Qué clase de cartas deben escribir las jovencitas a los misioneros?

Las jovencitas deben compartir experiencias espirituales con los misioneros, así como darles noticias agradables de amigos y de casa.

- ¿En qué formas podemos ayudar a los misioneros en nuestra área?

Podemos presentarles familiares y amigos que no sean miembros. Asimismo, debemos tener cuidado de no abusar del tiempo de los misioneros. Cuando los invitemos a comer a nuestro hogar, debemos servirles la comida con prontitud; luego, podemos animarlos para que salgan y continúen con su trabajo. No debemos esperar o permitir que ayuden a lavar los platos; no debemos invitarlos a ver televisión con nosotros. Debemos aprender las reglas de la misión y ayudarles a cumplirlas.

Las jovencitas, especialmente, deben refrenarse de tomar el tiempo de los misioneros en actividades triviales. Ellas nunca deben estar a solas con un misionero ni fomentar una relación estrecha con él. Las jovencitas no deberán entablar correspondencia ni llamadas telefónicas con los misioneros de su área.

Si mostramos respeto por los misioneros y sus llamamientos, les ayudaremos a enseñar el Evangelio a los demás.

### **Conclusión**

El élder Gordon B. Hinckley dijo que “la obra misional nunca ha sido fácil, pero, sin embargo, las recompensas de gozo no se pueden comparar a ninguna otra experiencia. Algo tan valioso como el Evangelio de Jesucristo es digno de todo esfuerzo y los sacrificios de tiempo y de medios materiales que se emplean para enseñarlo” (véase “Una entrevista con el élder Gordon B. Hinckley, sobre la obra misional”, *Liahona*, enero de 1974, pág. 9).

Como mujeres de la Iglesia, debemos hacer todo lo que esté a nuestro alcance para ayudar a nuestros jóvenes a prepararse para sus llamamientos misionales y cumplirlos. Es posible que nuestros esfuerzos determinen si ellos salen en una misión o no. El ánimo que les demos influye grandemente en su modo de trabajar en el campo misional. Podemos ayudarles a prepararse para experimentar el gozo de llevar la salvación a nuestros hermanos y hermanas. (Véase D. y C. 18:15–16.) Es necesario evaluar nuestros esfuerzos con frecuencia, consultar a los líderes de la Iglesia y a otros miembros en cuanto a ideas, y pedirle a nuestro Padre Celestial que nos dé la inspiración conforme ayudamos a nuestros misioneros a llevar el Evangelio al mundo.

### **Desafío**

Vuelva a leer esta lección en casa. Escoja algunas maneras de ayudar a preparar a sus hijos o a sí misma para una misión. Haga una evaluación de la relación que tenga con futuros misioneros y misioneros de tiempo completo, a fin de determinar la forma en que puede darles más apoyo. Efectúe un proyecto familiar de escribir con regularidad a un misionero que esté en el campo misional.

---

### **Preparación de la maestra**

Antes de presentar la lección debe hacer lo siguiente:

1. Estudiar en el manual *Principios del Evangelio*, capítulo 33: “Obra misional”.
2. Asignar a los miembros de la clase que presenten cualquier relato, Escrituras o cita que usted desee.



# ECONOMÍA DOMÉSTICA





# CÓMO ADMINISTRAR BIEN NUESTROS HOGARES

Lección 20

---

Esta lección tiene como fin ayudarnos a organizar nuestro hogar y a utilizar eficazmente nuestro tiempo.

## **El tener un hogar ordenado nos permite llevar a cabo otras cosas importantes**

El presidente Brigham Young dijo: “Estudien el orden y la limpieza en sus diversas ocupaciones... Hagan hermosos sus hogares y adornen su corazón con la gracia de Dios” (*Discourses of Brigham Young*, sel. John A. Widtsoe, 1954, pág. 200).

Parte de la tarea de las administradoras del hogar es ser amas de casa eficientes. Cuando mantenemos nuestro hogar en orden, tenemos un sentimiento de orgullo; se disfruta de un ambiente de paz cuando está limpio; podemos encontrar cualquier cosa en el momento en que la necesitamos. Es más fácil mantener limpio un hogar bien organizado que uno desorganizado.

Debemos organizar no solamente nuestros hogares sino también nuestro tiempo. Algunas mujeres pasan demasiado tiempo tratando de mantener sus hogares limpios y organizados. Ellas deben aprender a dedicar menos tiempo al quehacer de la casa a fin de pasar más tiempo con la familia, cultivar talentos y servir a los demás. Los quehaceres de la casa son importantes, pero no deben distraernos de cosas más importantes. El tener una casa limpia no debe ser nuestra meta principal, sino que debe ser parte de nuestra meta de ser felices y de tener familias felices. Necesitamos tiempo para cultivar nuestros talentos y aprender a vivir los principios del Evangelio. Debemos tener tiempo para prestar servicio en puestos en la Iglesia, ayudar a nuestros vecinos y a los necesitados, y ser buenas misioneras. Si mantenemos nuestros hogares limpios sin dedicar demasiado tiempo a los quehaceres nos sentiremos libres para pasar más tiempo en actividades familiares y hacer otras cosas importantes.

- Muestre la lámina 20-a, “Una familia goza de una reunión musical”.



*20-a, Una familia goza de una reunión musical.*

- Pida a las hermanas que mediten estas preguntas: ¿Cuál es el propósito de mi vida? ¿En qué debo utilizar la mayor parte de mi tiempo? ¿Por qué es importante tener un equilibrio entre mis actividades, mi familia y los quehaceres de la casa?

### **Un lugar para cada cosa**

Para ser cómoda, una casa debe ser práctica. El primer paso para organizar nuestro hogar es decidir cuál será la función de cada habitación; luego, colocar lo que necesitamos en ese cuarto en cajones y armarios bien organizados.

- Demostración opcional: Coloque sobre la mesa la caja con artículos variados. Pida a una hermana que aparente que está ayudando a una vecina a organizar su casa. Pídale que clasifique los artículos que se encuentran en la caja, distribuyéndolos en varios montones ordenados. En cada montón deberá haber artículos que sean lo suficientemente similares como para ponerse en un cajón o armario bien organizado.

Algunas veces no tenemos suficientes armarios, roperos o cajones; si ese fuera el caso, nosotras o nuestro marido pueden comprar o fabricar algunos.

Aun si tuviésemos muchos armarios, tal vez nos demos cuenta de que no tenemos lugar suficiente para acomodar todo. En ese caso, es una buena idea echar un vistazo a todo y decidir qué es lo que alguien podría utilizar, lo que debería tirarse a la basura, y lo que se debería almacenar en algún lugar. Si decidimos almacenar algunas cosas, se deberán colocar en recipientes claramente marcados con etiquetas. Por medio de dichas etiquetas podemos ubicar lo que necesitamos en forma rápida y fácil. Los papeles importantes como los testamentos, los títulos de propiedad, las pólizas de seguro y las fotografías familiares se deben organizar, etiquetar y archivar.

El mantener nuestros hogares en orden es más fácil si todos los miembros de la familia participan en ello. La responsabilidad de mantener el hogar en buen orden les corresponde a todos. El presidente Brigham Young aconsejó: “Enseñen a los niños pequeños los principios del orden; decir a la niña que coloque la escoba en el lugar correcto... y todo en su lugar. Enseñenles a guardar su ropa con cuidado, donde la puedan encontrar después... Enseñen a los varoncitos a guardar el azadón del jardín, la pala, etc., donde no les afecte la oxidación... y asegúrense de que recojan todas las herramientas cuando hayan terminado de usarlas y las depositen en el debido lugar” (*Discourses of Brigham Young*, sel. de John A. Widtsoe, pág. 211).

- Muestre la lámina 20-b, “Una hermana enseña a sus hijos pequeños en cuanto a la limpieza y el orden”. Pida a las hermanas que digan cómo han enseñado a los miembros de su familia a formar el hábito de poner las cosas en su lugar.

### **Cómo simplificar nuestros quehaceres**

Toma menos tiempo llevar a cabo un trabajo si primeramente hemos organizado nuestras condiciones de trabajo. Es conveniente arreglar lo necesario antes de empezar a fin de no tener que regresar para conseguir algo que necesitemos. Igualmente, podemos ahorrar nuestras energías si colocamos las herramientas que necesitamos al alcance de la mano.

Otra manera de simplificar el trabajo es dejar limpio lo que hayamos utilizado tan pronto como terminemos alguna tarea. El desorden se acumula rápido. Muchas cosas se caen accidentalmente debido al desorden de los mostradores o de las áreas de trabajo. Es más difícil limpiar vasijas, ollas y platos si se dejan un tiempo con la comida pegada; cuanto más pronto hagamos la limpieza, más fácil será realizarla.

La tercera forma de hacer que se facilite el quehacer es llevar a cabo varias cosas al mismo tiempo. Algunas amas de casa se ponen un delantal con varios bolsillos; a medida que van por la casa, van recogiendo las cosas que están fuera de lugar. Las amas de casa eficientes combinan varias tareas; por ejemplo, hablan o planean algo mientras trabajan con las manos; doblan la ropa mientras enseñan a sus hijos cómo resolver algún problema personal o mientras hablan por teléfono. Es divertido crear maneras de utilizar nuestro tiempo con eficacia.

- Pida a los miembros de la clase que compartan sus ideas en cuanto a la manera de reducir el tiempo que dedican a los quehaceres domésticos.

Muchas de nosotras desperdiciamos algunos momentos del día porque no hemos planeado de antemano la forma de utilizarlos.

- ¿En qué forma podemos utilizar nuestros ratos libres de manera más productiva?

Para utilizar el tiempo extra que tenemos podemos trabajar de manera más eficiente para descansar y recrearnos junto con nuestra familia, para ayudar a los demás, o para trabajar en proyectos de largo plazo, como la historia familiar.

- ¿Para hacer qué cosas desearía disponer de más tiempo?

### **La planificación colabora a que logremos llevar a cabo las cosas**

Algunas personas están siempre ocupadas, pero no parecen lograr mucho. Debemos decidir qué es lo más importante y llevar a cabo esas cosas en primer lugar.



*20-b, Una hermana enseña a sus hijos pequeños en cuanto a la limpieza y el orden.*

- Pida a una de las hermanas que mencione las seis cosas más importantes que tenga que hacer al día siguiente. Enumérelas en la pizarra; luego pídale que las arregle en orden de importancia. Sugiera que las hermanas pongan a prueba este procedimiento al planear sus actividades del día, terminando una tarea antes de empezar otra.

Algunas veces quizás no terminemos todo lo que habíamos planeado para ese día. Sin embargo, si primeramente llevamos a cabo las cosas más importantes, habremos utilizado nuestro tiempo de manera prudente. Al planificar nuestro trabajo, es importante recordar que debemos ser flexibles. Nuestros planes raras veces salen como lo esperamos; las emergencias pequeñas y grandes nos interrumpen durante el día, pero si sabemos a dónde queremos llegar, llevaremos a cabo nuestro trabajo. Nos sentiremos felices al final del día; dispondremos de más tiempo para estar con nuestra familia.

### **Conclusión**

El orden puede aportar mayor paz y armonía a nuestros hogares; podemos disponer de más tiempo para cultivar nuestros talentos y servir a los demás.

### **Desafío**

Comience esta semana a ser más organizada. Mejore el uso de su tiempo.

---

### **Escrituras adicionales**

- Doctrina y Convenios 88:119 (organizaos y preparad todo lo que fuere necesario).

---

### **Preparación para la maestra**

Antes de presentar la lección debe hacer lo siguiente:

1. (Optativo). Llevar a la clase una caja grande con diversos artículos de casa, tales como: ropa de diferentes tamaños, juguetes, herramientas, utensilios de cocina, etc.
2. Asignar a los miembros de la clase que presenten cualquier relato, Escrituras o cita que usted desee.

# LA ADMINISTRACIÓN DE LOS RECURSOS FINANCIEROS DE LA FAMILIA

L e c c i ó n 2 1

---

Esta lección tiene como fin ayudarnos a aprender la forma de administrar nuestras finanzas.

## **El uso prudente de nuestros recursos**

“De Jehová es la tierra y su plenitud” (Salmos 24:1).

El presidente Brigham Young dijo que el Señor “ha entregado una buena parte a este pueblo... Pero no es nuestra, y todo lo que tenemos que hacer es tratar de averiguar lo que el Señor desea que hagamos con lo que tenemos en nuestra posesión, y entonces ir y hacerlo”. Brigham Young también dijo que podremos hacer esto “mediante nuestra fe, paciencia y diligencia” (*Discourses of Brigham Young*, sel. De John A. Widtsoe, pág. 305).

- ¿Qué nos ha dado el Señor para ayudarnos a proveer de lo necesario para nuestra familia? Piense en cuanto a la forma en que el ingreso de la familia depende de lo que el Señor nos proporcionó cuando creó esta tierra.

El Señor nos ha dado la plenitud de la tierra. Los hombres han creado el dinero para pagarse el uno al otro por las cosas que provienen de la tierra. “Dinero puede ser cualquier cosa que la gente acuerde aceptar a cambio de las cosas que venden o el trabajo que efectúan” (*World Book Encyclopedia*, 1977, vol. 13, pág. 588). El dinero es una medida de valor. Todas las culturas tienen alguna forma de dinero; debemos aprender la manera de utilizarlo de la forma en que el Señor desea que lo hagamos.

## **La planificación de la forma de utilizar los ingresos**

El dinero puede ser una herramienta para hacer el bien. El Señor desea que prosperemos; desea que estemos al cuidado de nuestra familia y que contribuyamos a Su obra aquí en la tierra. Cuando administramos sabiamente nuestro dinero, utilizándolo de la manera que Él ha dispuesto, Él nos bendice para que podamos satisfacer nuestras propias necesidades. Debemos aprender a administrar nuestro dinero y prepararnos para utilizarlo con prudencia. La forma en que utilicemos nuestro dinero denota nuestra actitud hacia los demás, hacia el Señor y



21-a Una familia habla sobre un presupuesto.



su obra, y hacia nosotros mismos. Demuestra si somos generosos o egoístas, ahorrativos o derrochadores.

- Lea Lucas 14:28–30. ¿Qué debemos hacer antes de que empleemos nuestro dinero? (Planificar)
- Muestre la ayuda visual 21-a, “Una familia habla sobre un presupuesto”.

Como familias, debemos hacer planes juntos sobre la forma de gastar nuestro dinero. A este plan se le llama *presupuesto*. Nos da control; evita que utilicemos nuestro dinero para cosas que no son importantes. Todo negocio próspero funciona mediante un presupuesto. Aun nuestra Iglesia utiliza un presupuesto.

Cada familia tendrá un presupuesto diferente. Lo que puede ser importante para una familia, quizá sea menos importante para otra. Tenemos que decidir lo que es más importante para *nuestra* familia. Debemos fijarnos metas financieras; esto puede llevarse a cabo en un consejo familiar en el hogar.

Uno de los grandes mandamientos que se nos han dado es la ley del diezmo. Como Santos de los Últimos Días debemos considerar esto como la primera anotación de nuestro presupuesto. El Señor nos bendecirá si cumplimos este mandamiento. Cuando sistemáticamente pagamos una décima parte de nuestros ingresos para el diezmo, tenemos la certeza de que el Señor, en su propia manera, nos bendecirá. (Véase Malaquías 3:10; Mateo 6:33.) Es reconfortante saber que el Señor se interesa por nuestro bienestar temporal. Él nos bendecirá si actuamos honradamente y demostramos que estamos dispuestos a poner primeramente el reino de Dios.

### *Cómo preparar un presupuesto*

- Muestre la ayuda visual 21-b, “Ejemplo de un formulario de presupuesto”.

El primer paso para establecer un presupuesto es sumar todas las fuentes de ingreso. Necesitamos saber el ingreso total de cada mes.

- En la pizarra escriba: “*Ingreso total*”.

Luego sacamos el 10 por ciento del ingreso total para nuestro diezmo.

- Escriba en la pizarra: “*Diezmo -10 por ciento*”.

El siguiente paso es apartar dinero para las contribuciones a la Iglesia, incluyendo las ofrendas de ayuno y los aportes al fondo misional.

- Escriba en la pizarra: “*Contribuciones a la Iglesia*”.

Una vez que hayamos pagado nuestro diezmo y otras obligaciones para con la Iglesia, debemos apartar dinero para ahorros. Los líderes de la

# Presupuesto

---

<b>Ingreso total</b>	_____
Diezmo— 10 por ciento.	_____
Contribuciones a la Iglesia	_____
Ahorros	_____
Alimentos	_____
Ropa	_____
Vivienda	_____
Gastos médicos	_____
Transporte	_____
Servicios públicos	_____
Otros	_____
Otros	_____
Otros	_____
<b>Total de gastos</b>	_____

*21-b, Ejemplo de un formulario de presupuesto.*

Iglesia sugieren que tratemos de ahorrar la misma cantidad de dinero que pagamos mensualmente como diezmo, en otras palabras, el 10 por ciento. (Véase *Cursos de estudio para la Sociedad de Socorro*, 1977–78, págs. 57, 58.) Si tenemos problemas económicos, podemos reducir nuestros ahorros; pero necesitamos ahorrar un poco cada mes. Nuestros ahorros se utilizan para emergencias inesperadas, como la pérdida del trabajo, enfermedad o accidente. También debemos ahorrar para una misión, educación, viajes al templo u otras metas de largo plazo.

- Escriba en la pizarra: “Ahorros”.

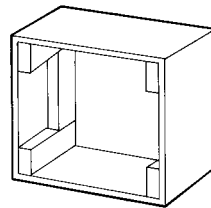
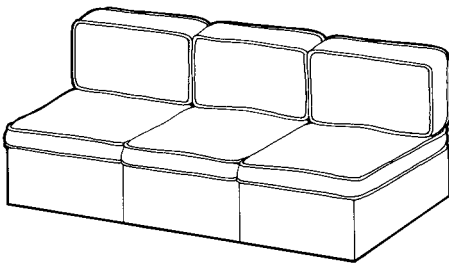
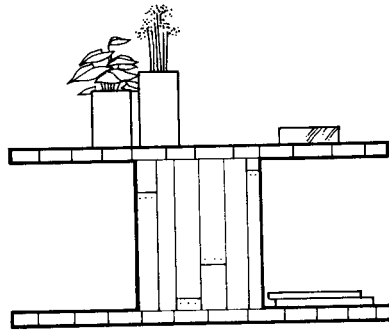
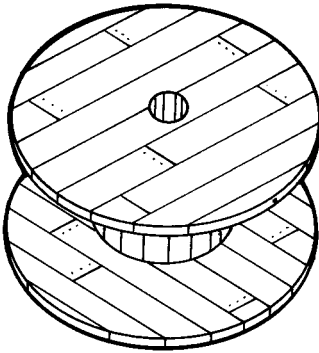
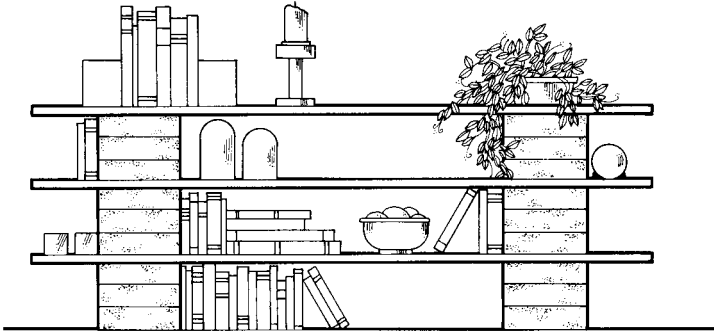
Si no podemos ahorrar mucho dinero, podemos practicar la forma de ser más ahorrativas en nuestros hogares; podemos confiar en nuestros talentos y habilidades, lo cual nos ayudará a ahorrar una buena cantidad de dinero. Podemos plantar y cosechar algunos de nuestros propios alimentos; podemos transformar nuestros vestidos en un nuevo estilo, hacer muebles nuevos de viejos, confeccionar nuevos juguetes de canastas, leños, pedazos de madera, de tela y botones. Al transformar la ropa o reconstruir los muebles podemos abastecernos a nosotras mismas de muchas cosas.

- Muestre la lámina 21-c, “Los muebles hechos en casa se pueden fabricar a un costo nominal”.
- Pida a las hermanas que muestren los artículos que hayan llevado. Pídale que indiquen lo que ahorraron por haber plantado o haber confeccionado esas cosas.

Las próximas cosas en nuestro presupuesto deben ser las necesidades básicas de la vida: alimentos, ropa y vivienda. La cantidad que gastemos variará, según lo ahorrativo que seamos y el tamaño de nuestra familia. Las familias que compran alimentos que se han preparado y empaquetado comercialmente gastan más que aquellas que cocinan con ingredientes básicos o que comen lo que cosechan en sus huertos. El saber comprar significa estar al tanto de las ofertas, comprar sólo lo que necesitamos y evitar los lujos. También podemos ahorrar dinero si reformamos prendas de vestir o compramos telas en liquidación para confeccionar la ropa en vez de comprar ropa hecha. Para ahorrar dinero, algunas familias viven en hogares modestos.

- Escriba en la pizarra: “Alimentos, ropa y vivienda”.

Las familias también deben presupuestar para artículos en muchas otras áreas. Uno de ellos son los gastos médicos. Entre algunos de los que son comunes se encuentra el transporte, la luz, el agua, etc. A estos últimos se les conoce como “servicios públicos”.



---

21-c *Los muebles hechos en casa se pueden fabricar a un costo nominal.*

- Escriba en la pizarra: “Gastos médicos, transporte, servicios públicos”.

Con el dinero que sobre podemos presupuestar para aquellas cosas que nos gustaría tener pero que realmente no necesitamos. Entre ellas, las vacaciones familiares, regalos, diversiones, etc.

- Escriba en la pizarra: “Otros”.

Si se acaba el dinero, o si no hay suficiente para todas las cosas necesarias, tendremos que cambiar la cantidad de dinero que hayamos dispuesto para otras cosas. Una vez que decidamos cómo gastaremos nuestro dinero, debemos seguir nuestro presupuesto. Después de que hayamos gastado el dinero asignado en una área específica, no debemos gastar más en eso hasta que recibamos nuestro próximo ingreso. Si se presenta una emergencia, podemos tomar prestado del área menos importante de nuestro presupuesto.

Al mes siguiente tal vez decidamos presupuestar de forma diferente de lo que lo hicimos el primer mes. Debemos tener un presupuesto que se adapte a las necesidades de *nuestra* familia. Al trabajar con un presupuesto, nos daremos cuenta de su valor al ayudarnos a utilizar nuestro dinero con prudencia.

- ¿Qué bendiciones se reciben al seguir los planes de nuestro presupuesto? ¿Por qué es importante enseñar a nuestros hijos la manera de administrar el dinero? ¿En qué forma podemos hacerlo?

### **Evitar las deudas**

- Lea D. y C. 104:78. ¿Por qué consideran que el Señor nos ha mandado mantenernos libres de deudas?

También hemos recibido el consejo del presidente J. Reuben Clark, hijo: “Evitemos las deudas de la misma forma que evitaríamos una plaga; si nos encontramos en deuda actualmente, salgamos de ella, si no ahora, entonces mañana.

“Vivamos recta y estrictamente dentro de nuestras posibilidades, y ahorremos un poco” (En *Conference Report*, abril de 1937, pág. 26).

Para reducir nuestra deuda, podemos hacerla parte de nuestro presupuesto. Quizá sea necesario reducir la cantidad de dinero en otras áreas, pero nuestros profetas nos han aconsejado que evitemos las deudas. Con la excepción de la compra de una casa u otras cosas sumamente importantes, debemos evitar comprar a crédito. Si debemos dinero, debemos pagarlo tal como lo prometimos; debemos ser honrados en todos nuestros tratos con los demás.

El presidente N. Eldon Tanner nos advirtió sobre uno de los grandes peligros de las deudas: “Las personas no pueden gozar de la vida si están tan endeudadas que no saben cómo saldrán adelante. Esto causa desavenencias familiares, causa preocupación y molestias y, algunas veces, hasta el divorcio, sólo porque la gente no sabe cómo vivir dentro de sus posibilidades económicas” (discurso pronunciado en la Reunión Agrícola de Bienestar, 9 de abril de 1966; véase *Cursos de estudio de la Sociedad de Socorro*, 1977–78).

- ¿Cuáles son las bendiciones que se reciben al estar libres de deudas?

### **Conclusión**

El Señor nos ha dado esta tierra para que proveamos para nosotros mismos. Él desea que prosperemos. Si administramos nuestro dinero con prudencia y ponemos primeramente el reino de Dios en nuestra vida, el Señor nos bendecirá económica y espiritualmente.

### **Desafío**

Disponga de un momento para presupuestar su dinero para el mes próximo. Tanto los padres, como las madres, deben hablar con sus hijos sobre un presupuesto durante un consejo familiar. Si tiene deudas, llegue a una decisión sobre la manera de reducirlas. Trate de ahorrar dinero cada mes.

---

### **Preparación de la maestra**

Antes de presentar la lección debe hacer lo siguiente:

1. Pedir a tres o cuatro hermanas que lleven algo que ellas mismas hayan confeccionado o cosechado, por ejemplo: una fruta o verdura que haya crecido en su propio huerto, un artículo hecho a mano por ella misma, o una muñeca, juguete o decoración hechos a mano para la casa.
2. Asignar a los miembros de la clase que presenten cualquier relato, Escrituras o cita que usted desee.

# LA NUTRICIÓN DE LA FAMILIA

## *L e c c i ó n 2 2*

---

Esta lección tiene como fin ayudarnos a aprender las clases de alimentos que debemos comer para conservarnos saludables.

### **Nuestro Padre Celestial desea que seamos saludables**

Nuestro Padre Celestial nos ama mucho, y debido a que desea que gocemos de buena salud aquí sobre la tierra, Él nos ha dado pautas sobre los alimentos y las cosas que debemos ingerir. Estas reglas se encuentran en la sección 89 de Doctrinas y Convenios, conocida también como la “Palabra de Sabiduría”. En la Palabra de Sabiduría se nos dice que comamos cierta clase de alimentos que contribuyen a una buena salud. Se nos dice que evitemos ciertas sustancias tales como té, café, alcohol y tabaco, ya que perjudican nuestro cuerpo.

### **Diferentes alimentos nos conservan saludables de diversas maneras**

- Lea D. y C. 89:10–11. ¿Qué clase de alimentos se mencionan en estos versículos? ¿Qué frutas y verduras podemos obtener en nuestra área?

Las frutas y verduras son importantes porque contienen vitaminas que nos protegen de ciertas enfermedades. El comer estos alimentos servirá para prevenir cierta clase de ceguera e infecciones y para que las heridas sanen como es debido. Esos alimentos también nos protegen de muchos otros problemas de salud.

- Lea D. y C. 89:12–13. ¿Qué clase de alimentos se mencionan en estos versículos?

La carne roja, así como la de ave, los huevos y el pescado son fuentes excelentes de la proteína que nuestros cuerpos necesitan para estar fuertes. La leche, el yogurt y el queso son también buenas fuentes de proteína. La proteína edifica los tejidos musculares y nos ayuda a recuperarnos de las enfermedades. Las mujeres embarazadas y los niños pequeños necesitan especialmente la proteína para desarrollarse adecuadamente. Este tipo de alimentos también contiene minerales, como hierro y calcio, que le ayudan al cuerpo a desarrollarse y a funcionar debidamente.



22-a Alimentos de cada uno de los tres grupos.



- Lea D. y C. 89:14–17. ¿Qué clase de alimentos se mencionan en estos versículos? ¿Qué alimentos ingiere usted que son similares?

Además de los granos, en el versículo 16 se mencionan alimentos que crecen en plantas trepadoras, tales como melones, calabazas, tomates, guisantes y judías (ejotes, habichuelas, etc.). Esos alimentos son todos similares a los granos en la forma en que benefician al cuerpo; nos proporcionan algunas de las proteínas, vitaminas y minerales que necesitamos. Y lo que es más importante, nos proporcionan carbohidratos, los cuales son féculas y azúcares naturales. Nuestros cuerpos utilizan los carbohidratos para producir la energía que usamos para desempeñar nuestras actividades diarias.

### **Para una buena salud es necesaria una variedad de alimentos**

Algunas personas piensan que no importa lo que coman en tanto tengan el estómago lleno. Eso no es verdad. Ninguna clase de alimento puede tomar el lugar de otro. Cada uno tiene su propio valor.

Necesitamos las vitaminas de las frutas y verduras para protegernos de ciertas enfermedades; necesitamos la proteína de las carnes y de otros alimentos para el crecimiento. (Si los miembros de la familia optan por no comer carne o productos animales, los frijoles, los guisantes y las lentejas son buenas fuentes de proteína. Además, para energía necesitamos los carbohidratos de los granos. El planificar las comidas basándonos en los cinco grupos básicos de alimentos asegura que tendremos una dieta balanceada.

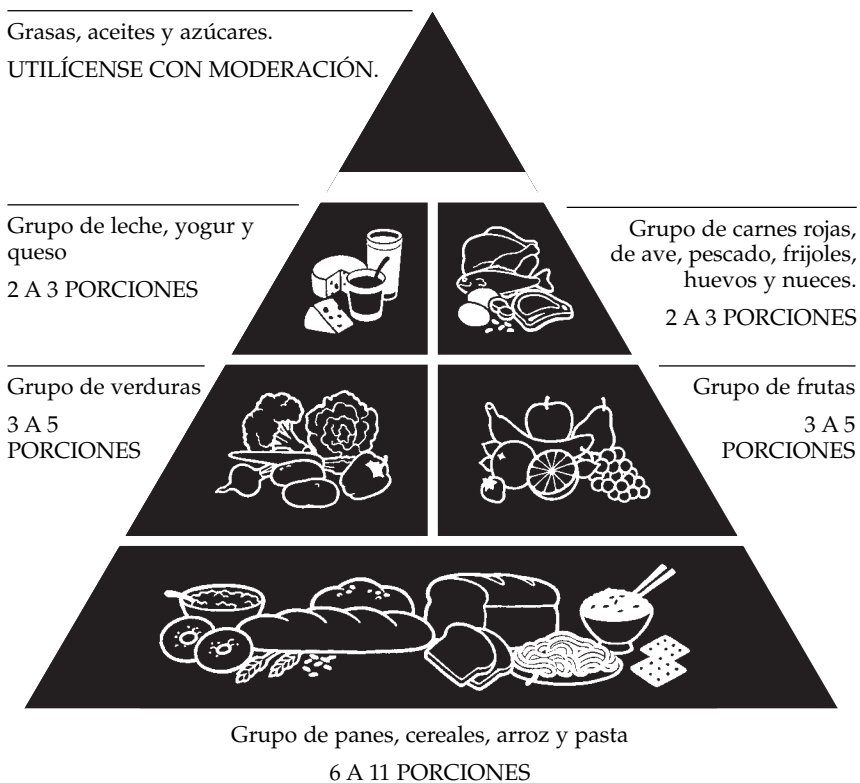
- Ponga a la vista las láminas 22–a, “Alimentos de cada uno de los grupos de alimentos”; y 22–b, “Pirámide de los alimentos”. Pida a las hermanas que den ejemplos de alimentos de la localidad que encajen en cada uno de los grupos de alimentos.

Todos los días, toda persona necesita cierto número de porciones de cada uno de los grupos de alimentos. Debemos asegurarnos de que planifiquemos comidas en las que se incluyan suficientes porciones de cada grupo de alimentos para toda la familia.

- Ponga a la vista un póster de los siguientes ejemplos de porciones de cada uno de los grupos de alimentos, o haga referencia a la información que figura en la pizarra:

# Pirámide de los alimentos

## Una guía diaria para la elección de alimentos



1 rebanada de pan; ½ taza (80 o 90 gramos) de cereal, arroz o pasta cocidos.

Una fruta entera mediana; ½ taza (80 o 90 gramos) de fruta enlatada o cocida.

1 taza de verduras de hoja crudas; ½ taza de verduras cocidas.

1 taza de leche; 60 gramos de queso.

Entre 60 y 85 gramos de carne magra cocida, carne de ave o pescado; 1/2 taza de frijoles cocidos; 1 huevo.

- Escriba en la pizarra las cosas que comió ayer. ¿Hubo una variedad de porciones de los grupos de alimentos en cada comida? ¿Consumió suficientes porciones de cada grupo de alimentos durante el día? Si no es así, ¿qué puede hacer para asegurarse de que consuma suficientes porciones?

A fin de tener suficiente de cada alimento, tal vez sea necesario comprar alimentos menos costosos de cada grupo con el fin de utilizar el dinero de manera más prudente.

- ¿Cuáles alimentos de cada grupo son más caros? ¿Cuáles alimentos de cada grupo se podrían sustituir por alimentos más caros del mismo grupo?

### **Incluir en nuestras comidas los tres grupos de alimentos**

Podemos hacer varias cosas para incluir suficientes porciones de cada grupo durante el día.

1. Temprano en el día, podemos pensar en lo que vamos a preparar. A veces, cuando esperamos hasta el momento en que tenemos que preparar la comida, nos damos cuenta de que no tenemos todos los ingredientes necesarios.
2. Cuando planeamos una comida, podemos empezar con una comida común: arroz o frijoles, por ejemplo, y añadir alimentos de otros grupos.
3. Debemos hacer una lista de los alimentos que necesitamos para poder recordar los cinco grupos al ir al mercado.
4. Podemos plantar un huerto y cosechar legumbres y frutas. Si no tenemos lugar para un huerto, podemos hacerlo en una maceta, cubeta o caja de madera. Quizás alguno de nuestros familiares o amigos quiera compartir un pedazo de tierra con el fin de cultivarlo.

### **Conclusión**

Todos queremos sentirnos saludables. El planificar cuidadosamente lo que ingerimos, de modo que consumamos suficientes porciones de cada uno de los cinco grupos de alimentos, nos será de provecho.

### **Desafío**

Compare cada comida que ingiera con los grupos de alimentos básicos. Planifique maneras de agregar alimentos de grupos que no formen parte de sus comidas. Tenga presente que el planificar las comidas de antemano le ayudará a incluir alimentos de los cinco grupos.

Lea la sección 89 de Doctrina y Convenios para aprender más sobre la ley de salud del Señor.

---

### **Preparación de la maestra**

Antes de presentar la lección debe hacer lo siguiente:

1. Estudiar en el manual *Principios del Evangelio*, el capítulo 29: “La ley de salud del Señor”.
2. Estudiar la sección 89 de Doctrina y Convenios. Fíjese especialmente en los versículos mencionados en esta lección.
3. Hablar con trabajadores gubernamentales encargados de la nutrición o con otros expertos sobre nutrición para indagar cuáles combinaciones de alimentos de la región proporcionan una buena dieta.
5. Asignar a los miembros de la clase que presenten cualquier relato, Escrituras o cita que usted desee.

# LA NUTRICIÓN DE LA MADRE Y DEL BEBÉ

## *L e c c i ó n 2 3*

---

Esta lección tiene como fin ayudarnos a saber lo que las mujeres embarazadas y las que estén amamantando deben comer, y lo que las madres deben dar de comer a sus bebés.

### **La nutrición para las mujeres embarazadas**

- Ponga a la vista la lámina 23-a, “La buena nutrición es importante tanto para la madre como para el bebé”.

Una madre embarazada debe tener cuidado de comer alimentos que le ayudarán a ella y a su nuevo bebé a mantenerse sanos. Debe asegurarse de ingerir todos los días suficientes porciones de cada uno de los cinco grupos de alimentos; esos grupos son: (1) panes, cereales y legumbres; (2) verduras; (3) frutas; (4) leche, queso y yogurt; y (5) carne de vacuno, de cerdo y de ave, y nueces. Las mujeres embarazadas también se deben asegurar de beber suficiente agua para evitar problemas de deshidratación. Las mujeres que seleccionan sus alimentos con prudencia por lo general tienen bebés más saludables y fuertes que las que no se alimentan debidamente.

- Pida a las hermanas que mencionen varios alimentos de cada grupo; luego, pídale que planeen una comida para una mujer embarazada. Asegúrese de que incluyan una variedad de alimentos de cada uno de los grupos.
- ¿Por qué es importante una buena nutrición para la madre embarazada?

“Si la madre no está bien alimentada y no está comiendo los alimentos que el bebé necesita en las cantidades apropiadas, el bebé no crecerá ni se desarrollará debidamente.

“Un gran número de bebés mueren en su primer año de vida en muchos países del mundo. Esto se debe a los problemas sanitarios o a la propagación de infecciones y a los problemas de desnutrición. Sin embargo, aun en países desarrollados donde hay antibióticos para tratar



*23-a, La buena nutrición es importante tanto para la madre como para el bebé.*

muchas enfermedades y es más común el cuidado prenatal, la mala nutrición entre las mujeres embarazadas ha contribuido a la muerte de muchos bebés. Si una madre se alimenta mal durante el embarazo, especialmente si es muy joven, es mayor la posibilidad de que su bebé sea pequeño y de peso bajo al nacer. El riesgo de morir poco después de haber nacido es mayor para un bebé que nació con un peso bajo. La nutrición de la madre durante el embarazo es muy importante para la salud de su bebé. Debe comer alimentos que proporcionen los nutrientes que formarán y protegerán el cuerpo de su bebé" (*Curso de Estudio de la Sociedad de Socorro, 1973-74, pág. 98*).

### **La leche materna es por lo general mejor para los bebés**

Nuestro Padre Celestial hizo el cuerpo de la madre a fin de que pudiese producir leche. Esa leche se produce especialmente para el consumo del recién nacido; es más benéfica para los bebés que la leche de los animales. El primer líquido que sale del pecho de la madre, después de que el niño ha nacido, es muy importante, ya que contiene sustancias que ayudan a proteger al bebé de enfermedades durante los primeros meses de vida.

Algunas veces, por motivos de salud, la madre no puede amamantar a su pequeño. Se puede utilizar la leche de vaca, cabra, o fórmulas preparadas, pero la madre debe tener sumo cuidado de mantener la leche en condiciones sanitarias. Si le es posible, la madre debe amamantar a su pequeño. La dieta de la madre influye en la cantidad de leche que ella produzca para el bebé. La madre que come suficientes alimentos de calidad y bebe suficiente agua, por lo general puede producir suficiente leche para su bebé.

- ¿Por qué algunas madres no amamantan a sus bebés? ¿Por qué el líquido que se presenta antes que la leche es bueno para el bebé? Además de la nutrición y la prevención de enfermedades del bebé, ¿cuáles son algunas de las demás ventajas del amamantar?

### **La alimentación con biberón**

Si la madre no puede amamantar al bebé, puede darle otra clase de leche. Eso normalmente significa alimentar al bebé con un biberón (más tarde con una taza). Hay ciertas precauciones que se deben tomar cuando se alimenta al bebé con biberón:

1. Mantenga el biberón limpio. Si se cae al suelo o si las moscas se paran en la tetilla dejando microbios, es probable que el niño enferme. Lave los biberones y las tetillas con agua jabonosa caliente y enjuáguelos muy bien.

2. Use agua limpia. Cuando la leche se mezcla con agua impura, el bebé puede enfermar por los microbios que el agua contiene. Si es factible que el agua no sea pura, siempre hiérvala durante veinte minutos y déjela enfriar antes de dar de comer al niño.
3. Si la leche se echa a perder, tírela y use leche fresca.
4. Lea las indicaciones de la leche de lata o de las fórmulas preparadas y utilice la cantidad requerida de agua. Los niños enferman si la leche no está diluida lo suficiente o si está demasiado diluida. No agregue demasiada agua a fin de hacer que la leche dure más.

El doctor James O. Mason ilustra en el siguiente relato la importancia de dar a los bebés leche que no esté demasiado diluida:

Un joven padre y una joven madre invitaron al doctor Mason a su hogar para ver a su bebé. Cuando la madre desenvolvió a su hijita de seis semanas, el doctor se horrorizó al ver lo delgada que estaba la pequeña; incluso podía ver la forma de los huesos. Le explicaron que la madre no había podido amamantar a la niña porque había estado muy enferma durante el embarazo. Cuando la niña nació, habían comprado una lata de fórmula de leche en polvo, pero no había tenido dinero para comprar otra cuando la lata se les acabó. El doctor preguntó: “¿Con qué la están alimentando?”. Ellos le mostraron un biberón lleno de un líquido casi transparente. El líquido consistía en agua con una gotas de leche condensada de una pequeña lata. El doctor Mason dio dinero al presidente de la rama para que la familia pudiera comprar leche para la bebida. También les dio instrucciones en cuanto a la manera de preparar la leche. A pesar de los esfuerzos del médico, la niña murió más tarde. Mucho después, la familia se enteró de que una entidad local hubiese podido proporcionarles leche para su bebé. (Véase “For the Health of the Saints”, *Speeches of the Year*, 1974, págs. 153–54.)

- Demostración optativa: Muestre la manera correcta de limpiar un biberón y de preparar la leche para el bebé.

La alimentación con biberón requiere cuidado adicional; sin embargo, los niños alimentados de esa manera pueden gozar de buena salud. Aún así, es preferible que el bebé reciba la leche de la madre, aunque de vez en cuando se le tenga que dar también un biberón.

### Otros alimentos para los bebés

A medida que vayan creciendo, los bebés no van a permanecer sanos si únicamente se les alimenta con leche; también necesitan otros alimentos. No se sabe hasta qué punto podrá la leche materna satisfacer las necesidades del bebé; por consiguiente, el bebé deberá comenzar a comer otros alimentos aproximadamente a los seis meses de edad.



Los bebés necesitan alimentos de los mismos cinco grupos de alimentos que los adultos. La comida envasada para bebé es una de las maneras de ayudar a los bebés a obtener una variedad de alimentos de los grupos básicos. En los lugares donde no se pueda obtener la comida envasada para bebé, ésta se puede hacer fácilmente de los mismos alimentos que comen los adultos. Estos alimentos deberán conservarse sumamente limpios; se deberán moler o colar para que el bebé pueda ingerirlos con facilidad, aunque todavía no tenga dientes.

Las frutas que tengan cáscara son más limpias que las demás frutas. Los plátanos maduros, por ejemplo, son buen alimento para los bebés. Las otras frutas se deberán lavar muy bien y pelarse con un cuchillo limpio. La preparación de todas las frutas se debe hacer con las manos limpias.

Las verduras cocidas, en especial las que tengan hojas, son excelente comida para el bebé; se pueden picar o moler con facilidad, lo que facilitará que el bebé las coma bien, y contienen vitaminas que ayudarán a mantener sano al bebé.

Los cereales son también buenos alimentos para el bebé, ya que contienen carbohidratos. Sin embargo, no constituyen una nutrición completa, por lo que los bebés necesitan otros alimentos como frutas, verduras, huevos y leche para mantenerse saludables y desarrollarse debidamente.

Algunas personas dan de comer caldos a los bebés. El caldo es bueno porque por lo general está cocido y no contiene microbios; pero el caldo solo no ayudará al bebé a desarrollarse. Los bebés deben comer también otros alimentos a fin de obtener todas las vitaminas, minerales, proteínas y carbohidratos que necesitan.

Los padres deben agregar sólo un nuevo alimento a la vez a la dieta del bebé. A veces el bebé podrá ser alérgico a alguna clase particular de comida, lo cual podrá resultar en vómitos, congestión pulmonar o de la nariz, diarrea o erupciones. Si agregan sólo un nuevo alimento a la vez, los padres podrán saber cuáles alimentos no tolerará el bebé debido a las alergias.

- ¿Cuáles alimentos de cada uno de los cinco grupos podría comer un bebé? ¿En qué forma deberán prepararse?
- Pida a las hermanas que planeen una comida para el bebé. Asegúrese de que incluyan una variedad de los grupos básicos de alimentos.
- Demostración optativa: Muestre la forma de preparar dos o tres clases diferentes de alimentos para bebés.

### **Conclusión**

Debemos ser cuidadosas en la selección de los alimentos que comemos. Esto es especialmente importante para las mujeres embarazadas y las madres que estén amamantando. También podemos influir en la salud de nuestros bebés según lo que les demos de comer. La leche materna es la mejor leche que podemos dar a los bebés, pero después de unos meses, éstos necesitan comer alimentos de los cinco grupos para desarrollarse fuertes y saludables.

---

### **Preparación de la maestra**

Antes de presentar la lección debe hacer lo siguiente:

1. Repasar la lección 22 de este manual: “La nutrición de la familia”.
2. (Optativo) Lleve a la clase un biberón y fórmula para mostrar a las hermanas la manera de limpiar el biberón y cómo preparar la leche para el bebé.
3. (Optativo) Lleve a la clase algunos alimentos que considere sea buenos para los bebés. Si es posible, lleve los utensilios necesarios para demostrar cómo preparar los alimentos.
4. Asigne a los miembros de la clase que presenten cualquier relato, Escrituras o cita que usted desee.

# LA PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES

## *L e c c i ó n 24*

---

Esta lección tiene como fin recordarnos que debemos practicar los principios de la prevención contra las enfermedades y de esa manera conservarnos sanos.

### **Debemos aprender a conservarnos saludables**

En la antigüedad, la gente no sabía qué era lo que causaba las enfermedades. Ellos suponían que éstas venían como consecuencias de la maldad, por no hacer sacrificios, o por hechizos de otras personas.

Después de cientos de años de estudio, los científicos y médicos ya saben las causas de muchas enfermedades. Hemos alcanzado gran conocimiento desde que el Evangelio se restauró en la tierra en 1830. Desde ese entonces, el Espíritu del Señor se ha derramado sobre la tierra; se han llevado a cabo muchos nuevos descubrimientos para ayudarnos a estar saludables.

Como personas adultas, necesitamos saber y hacer las cosas que nos ayudarán a conservarnos saludables. Asimismo, debemos enseñar esas mismas cosas a nuestros hijos. Es preciso instruir a nuestras familias a tener una buena actitud en cuanto a la buena salud. En algunas culturas, los padres acostumbran decir a sus hijos que si no se portan bien, les pondrán una inyección. Eso es absurdo, ya que enseña a los niños a considerar el cuidado de la buena salud como un castigo.

En esta lección, repasaremos algunas de las cosas que nos ayudarán a conservarnos sanos.

### **El control de los microbios previene las enfermedades**

Los microbios son seres vivientes sumamente pequeños que pueden causar enfermedades. Algunos se transmiten de persona a persona; otros se transmiten de animales a personas. Los microbios ocasionan muchas clases diferentes de enfermedades al entrar en nuestro cuerpo. Viven y se desarrollan bien en lugares cálidos, húmedos y oscuros. Crecen alrededor de animales o en el excremento de animales o de seres humanos. Debemos librarnos de las condiciones donde se reproducen los microbios.

- ¿Qué podemos hacer para eliminar esas condiciones? Agregue las siguientes sugerencias a las que den las hermanas:

### *Mantenga el hogar libre de insectos*

Una forma de evitar que los insectos entren en la casa es instalar mallas metálicas en las ventanas así como en las puertas, si es posible. Esas mallas deberán estar en buenas condiciones, especialmente durante el verano.

### *Limpie los lugares donde se crían los microbios*

Los lugares en el hogar donde cocinamos, nos bañamos, o lavamos la ropa, a menudo están húmedos. Hay maneras de conservar más secos esos lugares. Los lugares húmedos casi siempre son problemáticos, especialmente si son cálidos. Aunque la luz del sol es caliente, sirve para prevenir el crecimiento de los microbios.

- ¿Cuáles objetos podríamos poner de vez en cuando bajo el sol para librarnos de los microbios?

### *Deshágase debidamente del excremento de animales y de seres humanos*

Los microbios viven y se crían en el excremento de animales y de seres humanos. Cuando el excremento está al aire libre, las moscas se posan sobre él y recogen microbios con los pequeños cabellos de las patas. Cuando las moscas se van a posar a otro lado, esos microbios se pueden caer.

- ¿En qué forma podemos deshacernos de las heces humanas y animales? (Utilice una letrina, inodoro o excusado para deshacerse del excremento. Mantenga a los animales en un corral. Entierre en el jardín los desechos de animales que no comen carne. Cúbralos con tierra, malla de alambre o tapaderas a fin de que las moscas no puedan llegar hasta ellos.)

### *Proteja los alimentos contra los insectos*

Guarde la comida que no consuma en un gabinete para protegerla de los insectos. Si dispone de un lugar fresco, guarde la comida allí. Un refrigerador, hielera, etc. mantiene fríos los alimentos. Ya que algunos microbios pueden volar, también debemos proteger los alimentos del viento. En climas tropicales, la comida se conserva mejor en cajas especiales para guardar la comida.

### **Las vacunas ayudan a prevenir las enfermedades**

Para protegernos a nosotros mismos y a nuestras familias de algunas enfermedades debemos vacunarnos. Para algunas enfermedades es necesario una sola vacuna, pero para otras, necesitamos varias, a ciertos intervalos. La polio es una enfermedad que en un tiempo fue muy común, pero hace unos años, un médico científico descubrió la manera

de proteger a la gente para que no contrajera esa enfermedad. Él inventó una vacuna contra la polio. Las personas que se vacunan están protegidas de esa enfermedad que en un tiempo causó la muerte de muchas personas y dejó inválidas a otras tantas. En casi todo el mundo, hay clínicas y médicos que pueden suministrar esa clase de vacuna.

- ¿Qué enfermedades son comunes en su área? ¿Cuáles son las vacunas que recomiendan los doctores u otro personal médico en las clínicas? ¿Con cuánta frecuencia deberán suministrarse? ¿Qué puede hacer para obtener las vacunas necesarias para proteger a su familia? Diga a las hermanas dónde y cuándo se suministran las vacunas. Sugiera que las hermanas fijen un horario para ir a vacunarse.
- Muestre la lámina 24-a, “Resistencia e inmunidad contra las enfermedades”. Permita a las hermanas que estudien la gráfica que se encuentra en sus manuales.

### **Los buenos hábitos de salud ayudan a prevenir las enfermedades**

- Muestre la lámina 24-b, “Una jovencita prudente se asegura de dormir el tiempo suficiente, de comer alimentos nutritivos, de cepillarse bien los dientes por lo menos dos veces al día, y de lavarse las manos a menudo”.

Podemos adquirir hábitos que nos proporcionen una mejor salud. Algunos de esos hábitos son: dormir lo suficiente por las noches, comer una variedad adecuada de alimentos, y hacer ejercicio todos los días. También debemos tener buenos hábitos para eliminar las impurezas del cuerpo: bañarnos con regularidad, cepillar los dientes después de cada comida y limpiarlos con hilaza dental, lavarnos las manos después de ir al baño y cubrirnos la boca y la nariz cuando estornudemos. En los climas tropicales, todos deben usar sandalias u otro tipo de calzado para los pies a fin de evitar infecciones.

- Pida a las hermanas que digan la forma en que han enseñado a su familia a llevar a la práctica buenos hábitos de salud.

### **Cuando sobrevienen las enfermedades**

Las enfermedades regularmente provocan un cambio en la forma en que nos sentimos o en la apariencia de nuestro cuerpo y sus funciones. Un cambio repentino o un cambio extremo muchas veces es una señal de que algo no funciona bien. Algunos de los cambios que son señales de enfermedad son dolor, fiebre, escalofríos, pérdida del apetito, náusea, palidez, mareos, debilidad, erupción en la piel, comezón, hinchazón y diarrea.

Si enfermamos, debemos ir a un centro de salud a consultar a un médico para saber qué es lo que se podría hacer para contrarrestar la enfer-

# Resistencia e inmunidad a las enfermedades

## Horario que se recomienda para las vacunas

Enfermedad

Edad

	Nacimiento	1 mes	2 meses	4 meses	6 meses	12 meses	15 meses	18 meses	4-6 años	11-12 años	14-16 años	Adulto
Hepatitis B (HBV)	HBV-1											A, C
		HBV-2 (un mes después de la núm. 1)			HBV-3 (5 meses después de la núm. 2)				HBV-1, 2, 3 (los que nos se hayan vacunado previamente)			
Difteria, Tétano, Tos ferina (DTP)			DTP-1	DTP-2	DTP-3		DTP-4		DTP-5	B, refuerzo Td, cada 10 años		
Influenza hemofilius tipo B (HIB)			HIB-1	HIB-2	HIB-3	HIB-4						
Poliomielitis			Poliomielitis-1	Poliomielitis-2		Poliomielitis-3			Poliomielitis-4			C
Sarampión, Paperas, Rubéola (MMR)						MMR-1			MMR-2	MMR-2 (si no se dio a los 4-6 años de edad)		C, D
Varicela (Var)						Var-1				Var-1 (Si no se ha dado antes)		C, E
Gripe (Inyección)	Cada año. Las personas mayores de 65 años. Personas encargadas del cuidado de la salud y otras personas consideradas de alto riesgo. Los que tengan dos años de edad, o mayores, con condiciones crónicas de salud, como asma, enfermedades del corazón y diabetes. Consultar al médico. Se contraindica si existe alergia a los huevos.											
Pulmonía neumococal	Una vez, o de nuevo después de 5 años, para personas de alto riesgo. Las personas mayores de 65 años. Los que tengan 2 años de edad, o mayores, con condiciones crónicas de salud, según indicaciones del médico. Aquellos que vivan en ambientes o entornos sociales especiales, como las poblaciones de indios americanos. Consultar al médico.											
Hepatitis A	Dos dosis: La número 2, 6 meses después que la número 1. Para los que tengan dos años de edad, o mayores, para ciertos viajes internacionales (véase la "C" más adelante). Personas con enfermedad crónica del hígado, o que sean de alto riesgo para la Hepatitis A. Consultar al médico.											
	<p>A Personas encargadas del cuidado de la salud y de la seguridad del público, así como otras personas de alto riesgo. Consultar al médico.</p> <p>B Tal vez sea necesaria una dosis de refuerzo después de cinco años. Consultar al médico.</p> <p>C Ciertos viajes internacionales. Consultar al médico o al departamento local de salud.</p> <p>D Dos dosis, por lo menos cada cuatro semanas. Consultar al médico. Los adultos que hayan nacido en 1957, o después, deben recibir por lo menos una dosis si no tiene prueba de inmunidad. Los adultos de alto riesgo (estudiantes universitarios, obreros del cuidado de la salud, etc.). Se contraindica si hay embarazo o la posibilidad de embarazo en menos de 3 meses.</p> <p>E Dos dosis, por lo menos entre 4 a 8 semanas. Para todos los adultos susceptibles y personas de alto riesgo (obrero del cuidado de la salud, maestros(as) de niños pequeños, trabajadoras de jardines de infantes, etc.). Los que tengan relatos confiables de haber tenido varicela se pueden considerar inmunes. Se contraindica si hay embarazo o la posibilidad de embarazo en menos de un mes.</p>											

\*No se deben posponer las inmunizaciones debido a enfermedades leves.

24-a, Resistencia e inmunidad contra las enfermedades.



*24-b, Una jovencita prudente se asegura de dormir el tiempo suficiente, de comer alimentos nutritivos, de cepillarse bien los dientes por lo menos dos veces al día, y de lavarse las manos a menudo.*

medad. Las bendiciones del sacerdocio también pueden ser de ayuda. El Señor espera que hagamos nuestra parte para recibir las bendiciones. Debemos permitir al médico que nos dirija en la curación de una enfermedad; luego debemos agregar buenos hábitos de salud, fe, oraciones, y las bendiciones del sacerdocio. Si hacemos esas cosas, podremos vencer muchas enfermedades.

- ¿Qué puede hacer hoy día o esta semana para prevenir las enfermedades?

### **Conclusión**

Somos los obreros del Señor en esta tierra. Para servirle con eficacia, es necesario estar saludables. Podemos ayudar a edificar a Sión cuando nos encontramos saludables y criamos hijos sanos.

El Señor nos ha dado muchos medios para prevenir las enfermedades. Él espera que usemos sabiduría para hacer todo lo que esté de nuestra parte. Él espera que demos un buen cuidado a las personas que estén enfermas. Él nos ha prometido que por medio de la fe, la oración y el poder del sacerdocio podemos ser sanados, según sea Su voluntad. El presidente Brigham Young enseñó: “Entonces esforcémonos por extender la vida actual al máximo, nuestra vida a lo máximo, al observar cada ley de salud, y lograr el debido equilibrio en el trabajo, el estudio, el descanso y la recreación, y de ese modo prepararnos para una vida mejor. Enseñemos esos principios a nuestros hijos” (*Discourses of Brigham Young*, pág. 186).

### **Desafío**

Utilice los modos que se enseñaron en esta lección para enseñar a los miembros de su familia a practicar buenos hábitos de salud. Estudie la gráfica en la lámina 24-a.

---

### **Preparación de la maestra**

Antes de presentar la lección debe hacer lo siguiente:

1. Visitar el centro de salud más cercano para averiguar qué vacunas se pueden obtener en su comunidad. Averigüe el horario, y los registros que deba llevar consigo, etc.
2. Asignar a los miembros de la clase que presenten cualquier relato, Escrituras o cita que usted desee.



# LA HORTICULTURA EN EL HOGAR

L e c c i ó n 25

---

Esta lección tiene como fin ayudarnos a iniciar un huerto en nuestra casa o a mejorar el que ya tenemos.

## **Nuestros profetas nos han pedido que tengamos un huerto**

El presidente Spencer W. Kimball exhortó a los Santos de los Últimos Días de todo el mundo a producir sus propios alimentos. Durante varios años, pidió que cada familia tuviese su propio huerto. Él dijo: “Los alentamos a cultivar en su propia casa todos los alimentos que les sea posible: árboles y arbustos frutales y parras... plántenlos si el clima es ideal para su crecimiento. Cultiven verduras y consuman las que produzcan en sus huertos. Aun aquellos que vivan en apartamentos... por lo general pueden cultivar un poco de alimentos en macetas o cubetas. Estudien los mejores métodos para proveerse de sus propios alimentos. Hagan que su huerto sea, además de productivo, ordenado y hermoso. Si tienen niños en casa, hagan que les ayuden en el proceso, con tareas asignadas” (véase “Preparación familiar”, *Liahona*, agosto de 1976, pág. 110).

Cuando el presidente Kimball pidió que cada uno de nosotros cultivara un huerto, nos recordó las palabras del Señor: “¿Por qué me llamáis, Señor, Señor, y no hacéis lo que yo digo?” (Lucas 6:46).

Existen buenas razones por las que nuestros profetas nos han dado este consejo. La horticultura tiene muchos beneficios; amplía nuestro aprecio por la naturaleza y enseña a la familia a trabajar junta. Si contamos con un huerto que produce bien, no tenemos que depender totalmente de otras personas para obtener alimentos. Podemos seleccionar los productos que nos agradan, los cuales nos proporcionan una dieta nutritiva. El cultivar nuestros propios alimentos nos brinda la satisfacción de que hemos obtenido nuestro propio sustento. Podemos intercambiar algunos productos alimenticios con nuestros vecinos, ahorrar dinero y ayudar a los necesitados.

- Pida a las hermanas que expliquen los beneficios que han recibido por tener un huerto en casa.



*25-a, Aquellos que viven en apartamentos pueden sembrar en cubetas o macetas.*

### **Comience con un plan**

Antes de que plantemos un huerto, debemos tomar algunas decisiones.

#### **¿Dónde plantar?**

- Muestre la lámina 25-a, "Aquellos que viven en apartamentos pueden sembrar en cubetas o macetas".

Debemos primeramente decidir el lugar donde plantaremos el huerto. Es preciso situarlo en el mejor lugar posible, porque se convertirá en un pedazo de tierra de mucho valor. Escoja un lugar donde le dé el sol por lo menos seis horas al día. Inspeccione la tierra, ya que cierta clase es demasiado arenosa y no retiene el agua, u otra tiene tanta arcilla que el agua forma charcos y correrá demasiado despacio. Si es así, debemos agregar abono o la clase de tierra opuesta para mejorarla. Se debe disponer de agua en caso de que no llueva suficiente. De ser posible, el huerto deberá estar cerca de la casa; no debe estar tan alejado que sea difícil ir a trabajar en él varias veces a la semana. Escoja un lugar que no sea demasiado escarpado, porque al correr el agua arrastrará la tierra y las semillas. Si tiene que cultivar en un lugar escarpado, haga los surcos de lado a lado en vez de arriba a abajo. Las personas que viven en apartamentos pueden cultivar en macetas y otro tipo de recipientes.

Las personas que deseen un huerto más grande pueden sacar el pasto o las flores del jardín o pedir prestado o arrendar un pedazo de tierra. Dos familias de Alemania hallaron la forma de tener un huerto:

"Somos dos familias de la Misión de Frankfurt, y quisiéramos contarles sobre nuestro huerto.

"No nos fue fácil encontrar un pedazo de tierra en una ciudad tan grande como Frankfurt; es un huerto pequeñito y cuando lo alquilamos, parecía un terreno yermo; tenía el cerco roto y caído, la casa también estaba en ruinas y el pasto silvestre lo cubría todo. Pero eso no nos desalentó.

"Primero hicimos nosotros mismos un cerco nuevo, arreglamos la casita y aramos la tierra; en primavera plantamos vegetales, y los vecinos nos dijeron que perdíamos el tiempo, que no crecería nada. Hay un arroyito a donde vamos en bicicleta con recipientes en los que traemos agua. Oramos al Señor para que bendijera nuestro huerto y Él contestó nuestras oraciones. Cosechamos toda clase de verduras. Es maravilloso ver crecer las plantas" (véase "Informe y desafío a los miembros", *Liahona*, febrero de 1977, págs. 1-2.)

#### **Lo que debemos plantar**

- Muestre la lámina 25-b, "Seleccione y plante alimentos que se desarrollen bien en el clima y el suelo donde usted viva".



*25-b. Seleccione y plante alimentos que se desarrollen bien en el clima y el suelo donde usted viva.*

La segunda decisión que habremos de tomar es qué plantar. Algunos huertos tienen suficiente espacio, otros muy poco. Si el espacio es limitado, escoja productos que crecerán hacia arriba, como: bayas, habichuelas (ejotes), o tomates en estacas. Escoja las semillas que se reproduzcan abundantemente, como la calabaza y los tomates, en vez de productos como los rábanos, que producen sólo una fruta o verdura de una sola semilla.

Asegúrese de escoger los alimentos que le darán a su familia los nutrientes que necesitan. Evite cultivar alimentos que no les gusten o que no comerán. Asegúrese también de seleccionar alimentos que se cultiven bien en la clase de tierra que tenga y en el clima donde viva.

- Muestre un póster en el que figuren diferentes frutas, verduras, legumbres, tubérculos y granos que crezcan en su área, o haga referencia a la información que aparece en la pizarra. ¿Cuáles cultivos producen la mayor cantidad de alimento en un espacio limitado?

Es una buena idea trazar un mapa del huerto cada año, mientras hace los planes. No se deben plantar las mismas plantas en el mismo lugar año tras año. Si los cultivos no se alternan, la tierra se hará cada vez más mala y las cosechas no crecerán bien.

- Muestre la lámina 25-c, “Ejemplo de un grupo de verduras”.

### ***Cuándo plantar***

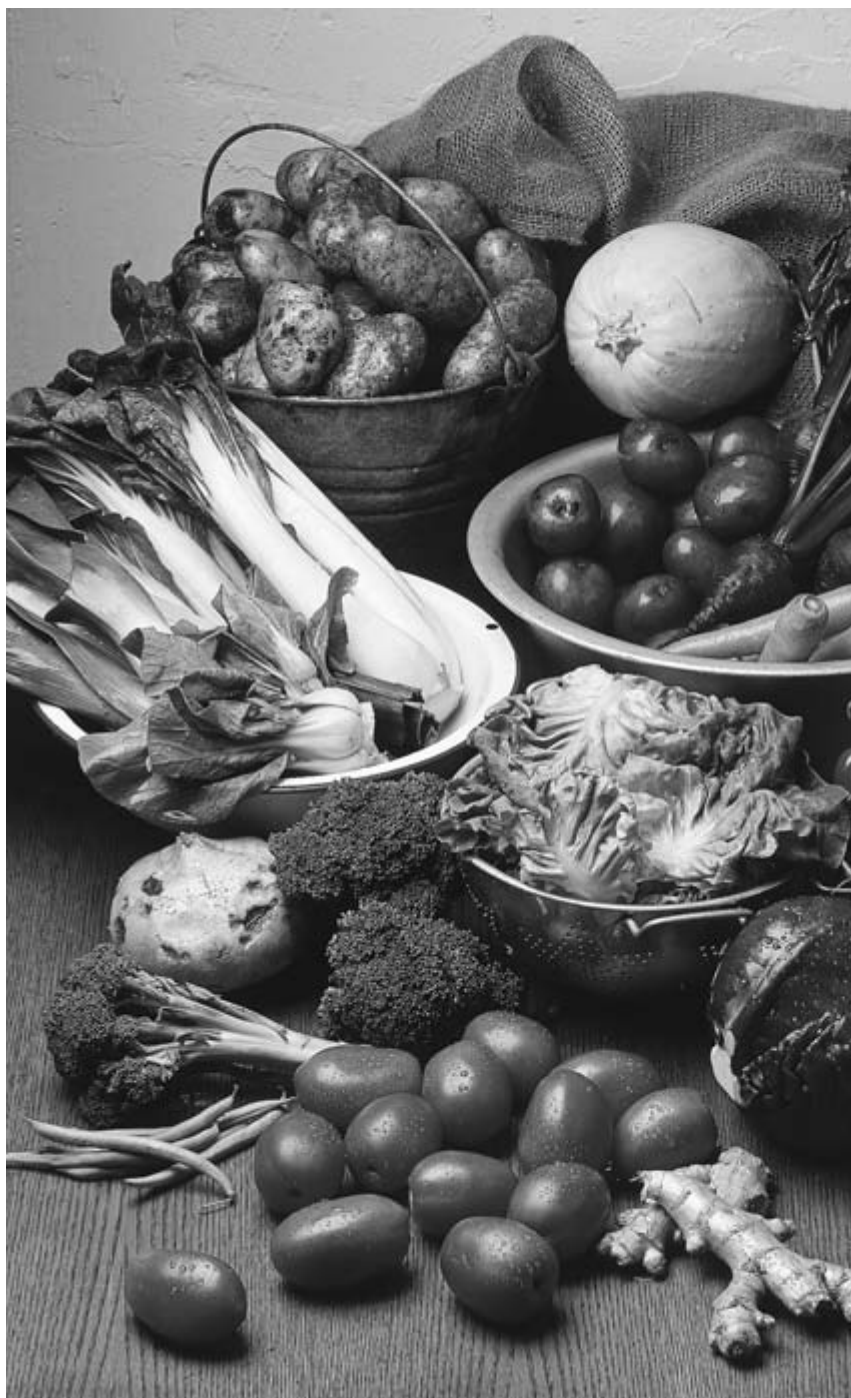
Otra decisión que debemos tomar es la de saber cuándo plantar. Cada planta crece mejor bajo las condiciones más favorables. Algunas crecen mejor en la estación seca, y necesitan más agua. Algunas cosechas prefieren el clima fresco, por ejemplo: las remolachas (betarraga, betabelles), repollo, zanahorias, lechuga, cebollas, arvejas (chícharos), y espinacas. Otras crecen mejor en clima caliente, como los ejotes (habichuelas), maíz, melones, calabaza (zapallo) y tomates.

- Muestre un póster en el que figuren las épocas para plantar, específicamente el cultivo que crecerá mejor en su área, o haga referencia a la información que aparece en la pizarra.

### **Prepare el lugar para su huerto**

Unas cuatro a seis semanas antes de plantar, limpie el predio, quite las hierbas, raíces, piedras, basura y ramas. Afloje la tierra con una pala o un azadón para que el agua pueda penetrar con facilidad. Al momento de plantar, la tierra deberá estar suelta, no en terrones.

- Muestre la lámina 25-d, “Prepare el terreno con suficiente anticipación antes de plantar”.



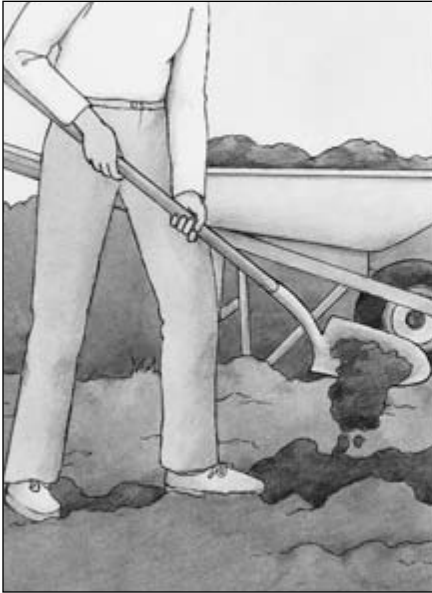
*25-c, Ejemplo de un grupo de verduras.*



*Limpiar el sitio del huerto para quitar hierbas, palos, piedras, basura y ramas.*



*Preparar la tierra con una pala o un azadón.*



*Agregar abono para mejorar la tierra.*



*Pasar el rastrillo para alisar la tierra antes de plantar.*

*25-d, Prepare el terreno con suficiente anticipación antes de plantar.*

Es entonces cuando se puede mejorar la tierra. El abono, y los desechos tanto animales como vegetales mejorarán la textura de la tierra, ya sea arenosa o barrosa. También ayudará a mejorar la cosecha porque agregará los nutrientes necesarios. Este abono no podrá prepararse y al mismo tiempo mezclarse con la tierra. Puede tomar de cuatro a seis meses para producir abono que esté listo para mezclarse con la tierra. Debido a esto, algunas personas hacen un montón de abono todos los años y lo agregan a sus huertos al año siguiente.

Para aprender a hacer su propio montón de abono, consulte un libro de la biblioteca, a un asesor agrícola o a una persona que tenga experiencia como jardinero.

- Pida a las hermanas que hayan hecho abono que expliquen cómo lo hicieron y el cuidado que den a su montón de abono.

### **Plantar el huerto**

En las regiones donde la estación para cultivar sea corta, puede iniciar el huerto dentro de la casa en abono vegetal. Si empieza plantando afuera, plante las semillas en hileras rectas a fin de distinguir la hierba mala de las verduras. Deje espacio entre las semillas. Entérese de la época del año apropiada para plantar las diferentes semillas y hágalo en esa fecha. Plante una hilera del mismo producto, como maíz, cada semana, durante varias semanas, entonces tendrá un período más largo de cosecha.

El tamaño de las semillas varía; si todas se plantan a una misma profundidad, no crecerán. Plante cada semilla a una profundidad que equivalga a aproximadamente cuatro veces el diámetro de la misma; luego presione la tierra firmemente. Asegúrese de dejar suficiente espacio entre las hileras para que pueda remover la tierra alrededor de las plantas mientras crecen.

Mantenga la tierra húmeda una vez que haya plantado las semillas; si la tierra se seca, las semillas no germinarán.

### **Cuidado del huerto**

De poco servirá el planeamiento, la preparación de la tierra y la siembra de las semillas si no cuidamos el huerto más tarde. Debemos hacer lo siguiente:

#### ***Regar***

Riegue bien el huerto una vez a la semana si no llueve suficiente. El terreno deberá estar mojado a una profundidad de dieciocho centímetros después de regar. Siempre riegue cuando el sol no esté en su punto más fuerte, para que la tierra no se endurezca.



### **Mantillo**

Cuando las plantas hayan crecido algunos centímetros, saque cualquier hierba; coloque una capa gruesa de dos o tres pulgadas de aserrín, periódico triturado, pasto, hojas o paja, alrededor de cada planta y entre las hileras. Esta capa (mantillo) protege la tierra para que no se seque ni se caliente mucho. Muchas personas que utilizan esta capa protectora se han dado cuenta de que no tienen que sacar tanta hierba.

### **Cultivar**

Las hierbas malas le quitan a las plantas todos los nutrientes y el agua que éstas necesitan. Arránquelas con la mano o sáquelas con un azadón. Una gruesa capa protectora de mantillo evitará que crezcan las hierbas, pero será necesario que haga a un lado el mantillo a fin de aflojar la tierra con un azadón. Después de que afloje la tierra vuelva a poner el mantillo en su lugar.

### **Control del daño causado por insectos**

Los insectos dañan las plantas y pueden arruinar las cosechas. Asegúrese de remover cualquier cosecha madura antes de que se empiece a pudrir. Si no lo hace, los insectos se la comerán. También remueva cualquier cultivo que haya dejado de dar fruto. Quite los insectos con la mano, rocíelos con una manguera o utilice un insecticida. Si hace lo último, asegúrese de lavar el producto antes de comerlo.

### **La cosecha**

Si cosecha las frutas o verduras justo antes de comerlas, de cocinarlas o de envasarlas, éstas tendrán el mejor sabor y valor nutritivo. Algunos productos, como los pepinos, se reproducen mucho mejor si se cultivan con más frecuencia. No deje que se maduren demasiado, se marchiten o se sequen. Coseche las verduras de hojas cuando estén tiernas.

- Muestre la lámina 25-e, “Un huerto proporciona muchos beneficios a una familia”.
- ¿Qué beneficios nos proporciona un huerto cuando lo planeamos, lo preparamos, lo sembramos y lo cuidamos?

### **Conclusión**

Al hacer lo que nos han pedido nuestros profetas, demostramos que amamos y confiamos en el Señor. Cada uno de nosotros será bendecido si planea y prepara un huerto, y luego lo cuida para que produzca de manera abundante. El presidente Kimball nos ha aconsejado lo siguiente: “Exhortamos a todos los Santos de los Últimos Días a fortalecer y hermostrar su hogar con renovados esfuerzos, en los siguientes aspectos: producción, preservación y almacenamiento de alimentos, y de



*25-e, Un huerto proporciona muchos beneficios a una familia.*

otros artículos de primera necesidad; arreglo y limpieza de la casa y los alrededores. Hagan que su huerto sea, además de productivo, ordenado y hermoso" ("Preparación familiar", *Liahona*, agosto de 1976, pág. 110).

- Lea Doctrina y Convenios 59:16–19.

### **Desafío**

Planee la forma de comenzar un huerto o mejorar el ya existente. Recuerde que toda la familia puede trabajar junta para tener un huerto productivo.

---

### **Preparación de la maestra**

Antes de presentar la lección debe hacer lo siguiente:

1. Aprender de sus consejeros locales de agricultura, de su biblioteca nacional o de hortelanos especializados, lo siguiente:
  - a. Cuáles son los mejores cultivos para un huerto casero.
  - b. Cuáles son las mejores fechas para la siembra de cada cosecha.
  - c. Cuál es la mejor forma de preparar un buen abono casero.
  - d. Cuál es la forma de regar, quitar las hierbas, controlar el daño causado por los insectos, poner mantillo y cultivar un huerto casero.
2. Preparar los pósters que se sugieren en la lección, o escribir la información en la pizarra.
3. Asignar a los miembros de la clase que presenten cualquier relato, Escrituras o cita que usted desee.

# LA PRODUCCIÓN EN EL HOGAR

L e c c i ó n 26

---

Esta lección tiene como fin ayudarnos a aprender a ser autosuficientes al producir lo que necesitamos en el hogar.

## **Autosuficiencia**

El presidente Spencer W. Kimball ha dicho: "Alentamos a todas las familias de la Iglesia a que lleguen a ser autosuficientes e independientes" ("Preparación familiar", *Liahona*, agosto de 1976, pág. 110). Hay una buena razón por la que hemos recibido tal consejo. El presidente Marion G. Romney dijo: "Vivimos en los últimos días... Vivimos en la era que justamente precede a la segunda venida del Señor Jesucristo. Se nos dice que nos preparemos y vivamos de tal modo que podamos ser... independientes de toda otra criatura bajo el reino celestial" (en *Conference Report*, abril de 1975, pág. 165). (Véase D. y C. 78:13-14.)

- Muestre la lámina 26-a "En un lugar pequeño se pueden criar gallinas que sirvan de alimento".

El presidente Kimball nos aconsejó que fuésemos autosuficientes porque las profecías antiguas se están cumpliendo. Él dijo: "Creo que se acerca el tiempo en que habrá más aflicción, cuando habrá más tornados y más inundaciones... más terremotos... y creo que irán en aumento probablemente al ir acercándonos al fin, de modo que debemos estar preparados para ello" (en *Conference Report*, abril de 1974, pág. 184).

El presidente Kimball también dijo:

"Si llegasen los tiempos de tribulación, muchos desearán haber llenado sus envases de frutas, haber cultivado un huerto en el patio trasero de su casa, así como haber plantado algunos árboles frutales y fresas, frambuesas y moras y haber provisto los productos para sus propias necesidades.

"El Señor dispuso que fuésemos independientes de toda criatura, pero aún así vemos que incluso muchos granjeros compran la leche en los almacenes y los propietarios de viviendas compran verduras en la tienda. Y si los camiones dejaran de abastecer los estantes de las tiendas,



*26-a, En un lugar pequeño se pueden criar gallinas que sirvan de alimento.*

habría muchos que pasarían hambre” (en *Conference Report*, octubre de 1974, pág. 6).

- Pida a las hermanas que se imaginen que las tiendas están cerradas y que tuviesen que depender de sí mismas para todo. Pregúnteles qué les gustaría producir en el hogar mientras se hallaran en tal situación.

### **Cómo procurar lo necesario para nuestras necesidades**

El obispo Vaughn J. Featherstone nos enseñó las aptitudes que debíamos cultivar a fin de procurar lo necesario para nuestras necesidades: “Con respecto a la producción casera quisiera aconsejarles que críen animales, allí donde los medios y las leyes locales lo permitan. Planten árboles y arbustos frutales, parras y vegetales. De esa forma podrán proveerse de alimentos frescos. Algunos alimentos pueden ser envasados e incluidos como parte del almacenamiento anual. Siempre que sea posible, produzcan ustedes mismos los artículos de primera necesidad que no sean alimenticios; cosan y remienden su propia ropa; confeccionen o edifiquen los artículos necesarios. A eso agregaría: hermoseen, reparen y mantengan en buen estado su propiedad” (véase “Almacenamiento de alimentos”, *Liahona*, agosto de 1976, pág. 105.)

Para seguir el consejo del obispo Featherstone, debemos aprender la forma de procurar lo necesario para nosotros mismos y nuestras familias de la siguiente manera:

- Ponga a la vista un cartel de la lista siguiente o haga referencia a la información que aparece en la pizarra:

1. Críe ganado.
2. Plante árboles frutales, parras y arbustos.
3. Plante un huerto.
4. Preserve los alimentos.
5. Cosa y remiende.
6. Fabrique sus propios artículos de primera necesidad.
7. Reparemos nuestras pertenencias y mantengámoslas en buen estado.

### ***Críe ganado***

Si tenemos suficiente terreno y vivimos en un lugar en el que legalmente podamos tener ganado, debemos criar algunos animales. Antes de decidir qué animales criar, debemos averiguar la clase de alimento, alojamiento y cuidado que necesiten para estar sanos. Debemos prepa-

rarnos para cuidarlos de antemano. Algunos de los animales que son más fáciles de cuidar son las gallinas, los conejos, los patos y las cabras.

- Hablen sobre la clase de ganado que comúnmente se cría en la región donde viven. Hablen en cuanto al alimento, el alojamiento y el cuidado que cada uno necesita.

### *Plante árboles frutales, parras y arbustos*

- Muestre la lámina 26-b, “Consejos prácticos para plantar árboles y verduras”.

Hay árboles, parras y arbustos que producen fruto cada año o cada dos años; no es necesario que se planten cada año como las hortalizas; sin embargo, no darán fruto durante varios años después de que se hayan plantado. Debemos plantarlos lo antes posible, para que cosechemos el fruto cuando más lo necesitemos.

Cada árbol, parra o arbusto requiere la cantidad correcta de agua. Debemos controlar las plagas y enfermedades. Algunos árboles y arbustos crecen mucho más que otros; antes de plantarlos, debemos averiguar cuánto espacio necesitan cuando alcancen todo su crecimiento.

- Hable sobre cuáles árboles, parras y arbustos frutales se reproducen mejor en la región donde usted vive. Traten el asunto de cómo plantar árboles, parras y arbustos y el cuidado que cada uno necesita.

### *Plante un huerto*

- Muestre la lámina 26-c, “Una familia trabaja en su huerto”.

El presidente Kimball ha pedido que cada familia tenga en su casa un huerto; éste nos proporciona alimentos frescos así como alimentos adicionales para preservar y almacenar. En la lección 25, “Horticultura en el hogar”, se trata este tema.

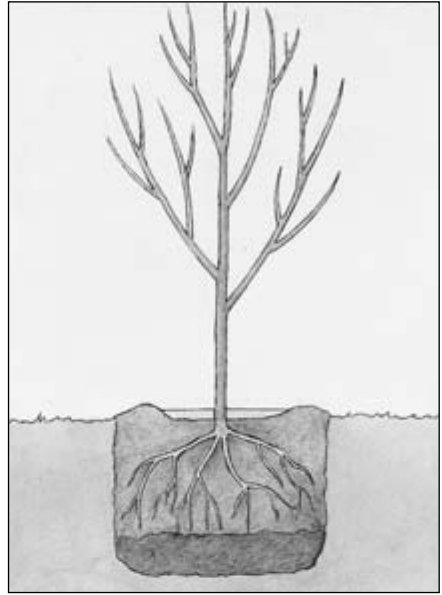
### *Preserve alimentos*

- Muestre la lámina 26-d, “Los alimentos se pueden almacenar, envasar o deshidratar para cuando no se consigan productos frescos”.

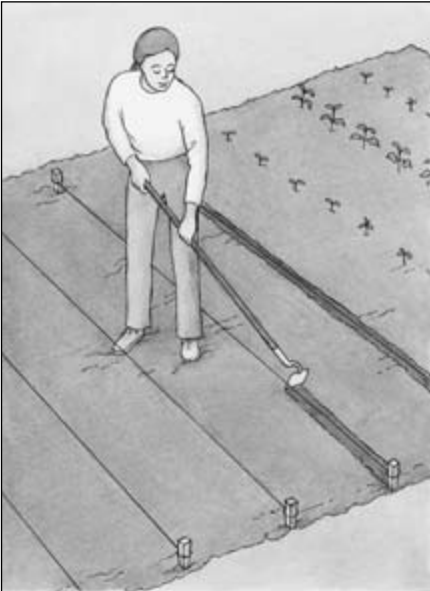
Durante varios años, nuestros profetas nos han aconsejado que preservemos y almacenemos nuestros propios alimentos, donde legalmente se pueda hacerlo. Debemos almacenar comida en caso de que vengan tiempos en que no se pueda conseguir ningún otro alimento. Cuando un huracán azotó Honduras en el otoño de 1974, los miembros de la Iglesia se sintieron agradecidos porque habían deshidratado y almacenado sus propios alimentos. Unos meses antes del huracán, el presidente de la misión les había advertido en cuanto a un desastre inminente. Los desafió a que iniciaran un programa de almacenamiento de alimentos. Los frijoles



*Coloque un palo horizontalmente en la parte superior del hoyo para calcular la profundidad a la que se debe plantar un árbol.*



*Añada abono a la tierra para que las raíces crezcan. El agua no debe absorberse demasiado rápido.*



*La cuerda que se ata a los postes puede servir de guía para hacer surcos derechos.*



*Cada semana, plante una hilera de un producto a fin de extender el tiempo de la cosecha.*

*26-b, Consejos prácticos para plantar árboles y verduras.*







*26-d, Los alimentos se pueden almacenar, envasar o deshidratar para cuando no se consigán productos frescos.*



*26-e, Implementos caseros que se utilizan para coser, cocinar y construir.*

(porotos), la harina, el arroz y otros alimentos básicos que habían almacenado los salvaron de pasar hambre. (Véase “Hurricane in Honduras”, Bruce Chapman, *New Era*, enero de 1975, págs. 30–31.)

Para preservar y almacenar nuestros propios alimentos, podemos hacer lo siguiente:

1. Almacenarlos bajo tierra. Este método es bueno para algunos tubérculos y ciertas verduras de hoja verde, si hay buen desagüe y no llueve mucho.
2. Deshidratarlos. Use un deshidratador de alimentos o, durante el tiempo soleado y de calor, seque al sol las frutas y verduras. Los alimentos que se sequen al sol se deben proteger de las moscas y otros insectos, y se deben cubrir o llevarse adentro si llueve.
3. Envasarlos. Este método es sencillo pero peligroso si se hace indebidamente. Si se hace como es debido, el envasamiento es un buen método de almacenar alimentos y mantener su buen sabor. Para el método correcto de envasar se necesita una olla o recipiente grande donde se puedan poner a hervir varios frascos. (Si se desea, varias personas pueden compartir los gastos para comprar esos utensilios.) Este método también requiere que los frascos estén protegidos contra las roturas.
4. Salarlos o ponerlos en salmuera (*salmuera* significa preservar en agua limpia salada). Éste es un método económico de preservar frutas, verduras y carnes. El equipo que se necesita es poco o casi nulo.
  - Hablen sobre los métodos tradicionales de preservar alimentos en la región donde vivan. Analicen algunos métodos nuevos que a las hermanas les interesaría aprender.

### *Coser y remendar*

- Muestre la lámina 26-e, “Implementos caseros que se utilizan para coser, cocinar y construir”.

Debemos aprender a coser y a remendar nuestra propia ropa. Para estar preparadas para tiempos de necesidad, debemos aprender a rehacer prendas de la ropa usada. Es una buena idea guardar telas para confeccionar ropa en caso de que no se consiga. Podemos aprender a confeccionar muchos artículos además de vestimenta: ropa de cama, cubiertas para las ventanas y el piso, toallas, manteles y tapicería o cubierta para muebles. También podemos aprender otras técnicas, tales como tejer en telar, acolchar, tejer a crochet y otros trabajos con agujas. Todas éstas pueden embellecer nuestra ropa y nuestros hogares.

- ¿Qué podemos coser o confeccionar para nuestros hogares?

***Fabrique sus propios artículos de primera necesidad.***

Si fuésemos a hacer frente a un desastre natural, debemos estar preparados para cocinar, calentar nuestros alimentos y casas, y limpiar nuestra ropa, nuestro cuerpo y nuestros alrededores. Podemos aprender a fabricar jabón utilizando materiales que se encuentran en el hogar.

Y, donde lo permita la ley, debemos almacenar combustible, asegurándonos de que se conserve en un lugar seguro y protegido.

En una emergencia, es posible que también enfrentemos la necesidad de reconstruir nuestra casa, graneros o corrales. Es importante que los miembros de la familia aprendan a trabajar con madera y otros materiales y que sepan utilizar las herramientas, a fin de que puedan confeccionar sus pertenencias o repararlas.

- ¿Conocemos a personas con ese tipo de aptitudes en la región donde vivimos? ¿En qué forma podemos nosotros o los miembros de nuestra familia aprender esa clase de aptitudes?

***Reparemos nuestras pertenencias y mantengámoslas en buen estado.***

Debemos ahorrar tiempo y dinero y evitar depender de otros. Para lograrlo, debemos aprender a reparar nuestras posesiones y a mantenerlas en buen estado.

¿Por qué es importante mantener nuestras cosas en buen estado?

**Aprendamos las aptitudes de las que carezcamos**

La Iglesia ha recomendado que tengamos clases para aprender destrezas que nos lleven a la autosuficiencia. Algunas de nosotras hemos aprendido habilidades que podemos enseñar a los demás. Si hay aptitudes que aún no poseamos, debemos buscar a aquellas personas que nos las pueden enseñar. Quizás podamos aprender de libros o revistas, de clases de economía doméstica y otros programas escolares.

- Pida a las hermanas que expliquen qué aptitudes poseen y anímelas a que enseñen dichas aptitudes a otras hermanas. Explique cuáles son los lugares de la comunidad a los que pueden acudir para aprender éstas y otras destrezas. ¿De qué forma podemos ayudar y animar a nuestros hijos a aprender habilidades útiles?

Aun en el Antiguo Testamento, el Señor exhortaba a su pueblo a que fuera autosuficiente e independiente. En Proverbios 31 se describe a una buena ama de casa que utiliza sus habilidades para proveer para los suyos:

“Busca lana y lino, y con voluntad trabaja con sus manos.

“...planta viña del fruto de sus manos.

“Aplica su mano al huso, y sus manos a la rueca.

“Alarga su mano al pobre, y extiende sus manos al menesteroso.

“No tiene temor de la nieve por su familia, porque toda su familia está vestida de ropas dobles...”

“Considera los caminos de su casa, y no come el pan de balde”  
(Proverbios 31:13, 16, 19–21, 27).

### **Conclusión**

El Señor ha dispuesto que las dificultades y las tribulaciones sean parte de nuestra experiencia aquí en la tierra. Pero Él es misericordioso con nosotros ya que nos ha dado las formas de resolver esos problemas. Por medio de Sus profetas, el Señor nos ha aconsejado a aprender a proveer para nosotros mismos. Si seguimos este consejo, no temeremos de los tiempos difíciles porque estaremos preparados. El Señor dijo: “Mas si estáis preparados, no temeréis” (D. y C. 38:30).

### **Desafío**

Decida cuáles destrezas deben aprender usted y su familia. Empiece esta semana a aprender y a practicar por lo menos una de esas habilidades.

---

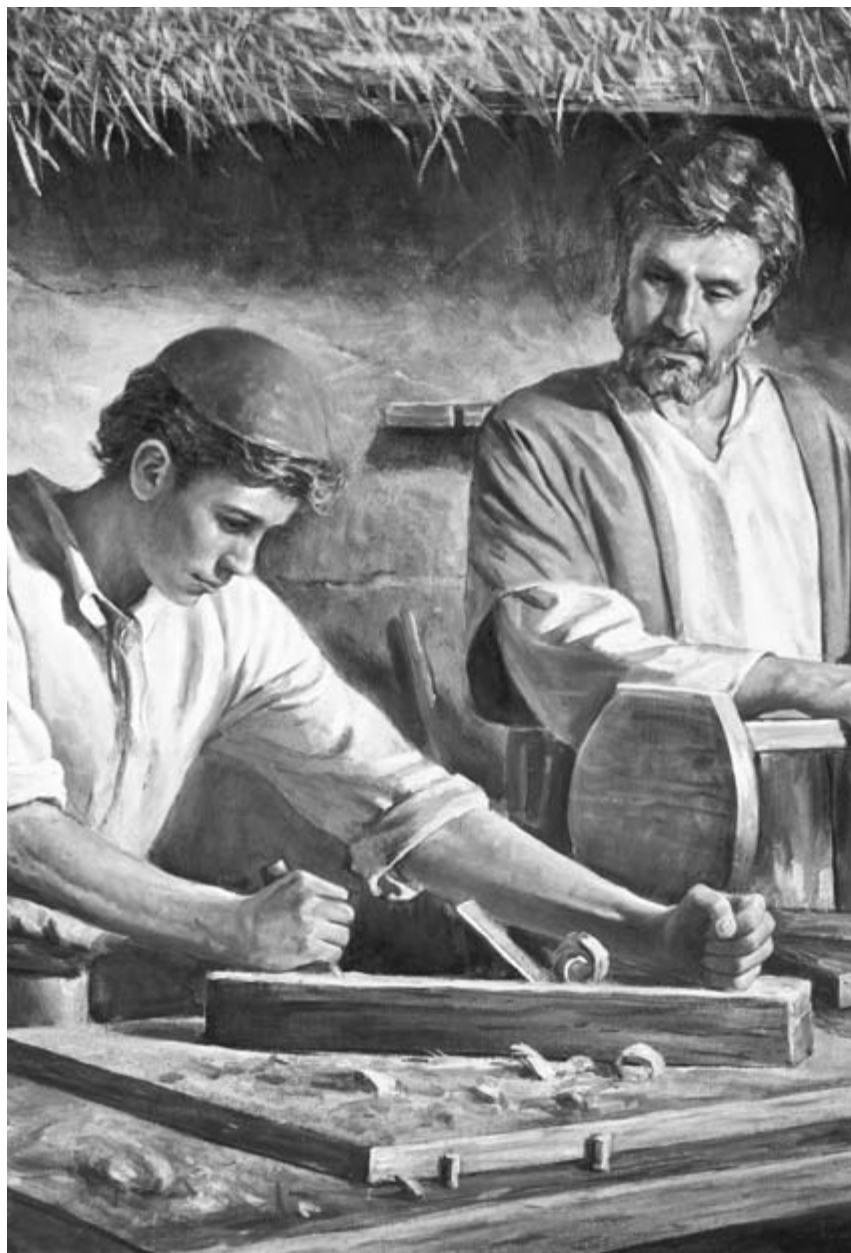
### **Preparación de la maestra:**

Antes de presentar la lección debe hacer lo siguiente:

1. Averiguar la forma en que las hermanas pueden aprender destrezas de producción en el hogar, tales como clases que se enseñen en la comunidad o clases extra en la Iglesia a donde personas preparadas puedan ir a enseñarles.
2. Averiguar en una agencia de gobierno o con otra persona de experiencia en cuanto a lo siguiente:
  - a. Qué clase de ganado se cría en esa región, y qué animales son los más fáciles de criar.
  - b. Qué clase de árboles frutales, parras y arbustos crecen bien en la región y el cuidado que necesitan.
  - c. Si se imparten clases de costura; en caso de no ser así, averiguar quién podría enseñar costura a los miembros de la clase.
  - d. Si hay clases para otros miembros de la familia a fin de que aprendan a construir una casa, muebles y otras cosas necesarias en el hogar. Si no las hay, trate de encontrar personas que tengan esas aptitudes y que estarían dispuestas a enseñar.
3. Preparar el cartel que se sugiere en la lección, o escriba la información en la pizarra.
4. Asignar a los miembros de la clase que presenten cualquier relato, Escrituras o cita que usted desee.



# DESARROLLO PERSONAL Y FAMILIAR





# CÓMO CULTIVAR NUESTROS TALENTOS

L e c c i ó n 27

---

Esta lección tiene como fin ayudarnos a descubrir, cultivar y utilizar los talentos y habilidades individuales que nuestro Padre Celestial nos ha dado.

## **Todos tienen talentos y habilidades**

El presidente Spencer W. Kimball dijo: “Dios nos ha dotado con talentos y con tiempo, con habilidades latentes y con oportunidades para utilizarlas y desarrollarlas en su servicio. Por tanto, espera mucho de nosotros, sus hijos privilegiados” (*El Milagro del Perdón*, pág. 98).

Si alguien nos preguntara qué talentos tenemos, ¿cómo responderíamos? Algunos tal vez pensemos que no tenemos ninguno; quizás no seamos creativos en el aspecto artístico del canto, del baile o de la composición, pero es posible que tengamos habilidades que no reconocemos como talentos. Quizás tengamos habilidades especiales para organizar, hacer amigos, ser pacificadores, enseñar a los demás o en el cuidado de los niños.

Elsa, una jovencita adolescente, se sentía desdichada porque no tenía los talentos que sus hermanas mayores tenían; a ella no le prestaban la atención y el reconocimiento que aquellas recibían. Con los ojos llenos de lágrimas se dirigió a su tía Susana, y sollozando le dijo: “Nadie me quiere, no sirvo para nada”.

Después de calmar a Elsa y de reflexionar por un momento, su tía Susana le dijo: “Sé como te sientes, y me parece que sería muy difícil vivir con dos jovencitas tan talentosas y populares como lo son tus dos hermanas; podría hacerte sentir muy inferior”. Luego la tía Susana dijo: “Elsa, nuestro Padre Celestial ha tenido sumo cuidado al crear a cada uno de nosotros en forma individual; no trates de imitar a nadie; siéntete agradecida por tus propios talentos y dones y esfuérate por cultivarlos”.

La tía Susana explicó que debido a la habilidad que Elsa tenía para cuidar niños, podría ser la persona ideal para realizar esa clase de trabajo; y continuó diciendo:

“He oído a tu madre decir que siempre haces las cosas bien y con buena disposición y te esfuerzas para que tu hogar sea un lugar agradable en el que estar.

“Elsa, ¿te has dado cuenta de que cuando alguien está enfermo, tú has sabido qué hacer para darle consuelo? Cuando yo me encontraba enferma, eras tú la que corrías a hacerme los mandados, la que ponía flores frescas en la mesita de noche y me alegrabas con tus visitas. Eres muy inteligente Elsa... Te gusta ir a la escuela y eres muy buena estudiante... Tienes muchos talentos y dones que te convierten en una jovencita muy especial”. Luego la tía Susana le preguntó a Elsa si sabía que “nunca ha habido, ni jamás habrá dos diamantes que sean iguales...” Le explicó lo siguiente: “Ésa es una de las razones por las que el diamante... mantiene el valor más grande de todas las posesiones de este mundo. No hay dos diamantes que sean iguales, pero todos siguen siendo joyas. Elsa, nunca olvides que eres una joya” (véase Daryl V. Hoole y Donette V. Ockey, *With Sugar 'n Spice*, págs. 10-21).

Nuestros talentos y habilidades son dones que provienen de nuestro Padre Celestial. Cada persona es dotada con algunos de esos dones.

### **Descubramos nuestros talentos y cultivémoslos**

Es importante que descubramos y cultivemos nuestros talentos. El apóstol Pablo dijo: “No descuides el don que hay en ti” (1 Timoteo 4:14). El encontrar y cultivar nuestros talentos requerirá esfuerzo.

- ¿Cómo podemos descubrir nuestros talentos?

Debemos suplicar la guía de nuestro Padre Celestial mientras buscamos y experimentamos a fin de descubrir nuestros talentos individuales. Podemos rogar para recibir bendiciones especiales que nos ayuden a reconocerlos. Si se nos ha apartado para desempeñar puestos en la Iglesia, tal vez se mencionó algún talento en esa ocasión o al tiempo del relevo. Podemos preguntarnos: *¿Qué talentos poseo que pueden ayudarme a presentar una lección, dar un discurso, trabajar en una asignación en un comité o ayudar a planear una fiesta?* Debemos observar la vida de aquellas personas a las que admiramos; luego, podemos vernos a nosotras mismas para verificar si tenemos algunas de sus buenas cualidades, por pequeñas que sean. Con frecuencia, nuestros padres, parientes, amigos y maestros, pueden ayudarnos a reconocer nuestros talentos y a cultivarlos.

En los lugares donde haya estacas organizadas de la Iglesia, los miembros dignos pueden recibir una bendición del patriarca de la estaca. En una bendición patriarcal a menudo se revelan dones y talentos especiales. Podemos utilizar dicha bendición como guía para buscar nuestros talentos y cultivarlos. El presidente Kimball dijo: “Es nuestra

gran esperanza que a cada persona, incluso a los jóvenes mayores, se les dé la oportunidad de obtener una bendición patriarcal..." ("The Foundations of Righteousness", *Ensign*, noviembre de 1977, pág. 4).

La hermana Nancy Seljestad, de Homer, Alaska, relató la forma en que descubrió sus talentos. Le había pedido a su esposo que le diera una bendición especial. Durante la misma, él recibió la inspiración de decirle que si no cultivaba sus talentos pronto, le serían quitados y dados a otra persona. Ella dijo:

"Me quedé impactada, asustada y humilde.

"Me hizo pensar que... nada en cuanto a mí misma me parecía que fuese claramente un talento. ¿Cómo podía cultivar algo que me era imposible reconocer? Encerrado en lo más profundo de mí ser tenía que haber una fuente inexplorada de dones desconocidos, intactos y desaprovechados...

"Como conversa, veo a personas que han estado en la Iglesia toda su vida, con años de práctica para cultivar los talentos del canto, la composición y el hablar ante el público; yo no poseía ninguna de esas cosas.

"De pronto lo pude comprender: podía actuar de acuerdo con los deseos e intereses que tengo y de esa manera manifestar y utilizar mis talentos de maneras pequeñas.

"Por medio de la meditación y la oración descubrí que mis intereses y deseos eran los siguientes:

*"La gente:* Decidí llevar a cabo las buenas intenciones que siempre sentía, pero a las que raras veces les daba seguimiento para hacer felices a los demás. Para principiar, horneé un pastel para un niño cuya madre estaba ausente.

*"La música:* No puedo leer música ni tocar un instrumento, pero me gusta mucho la música. Me puse en contacto con una hermana que tiene talento musical y le dije que me gustaría cantar un dúo con ella.

*"El drama:* Ofrecí mis servicios para hacerme cargo de una 'noche de drama', los donativos de la cual se darían a los jóvenes de nuestra rama para su viaje al templo.

*"La composición:* A veces siento fuertes emociones cuando me conmueve algo que alguna persona dice o hace; decidí poner esos sentimientos por escrito cuando surgen y enviárselos por correo a la persona que me conmovió...

"Es posible que nunca llegue a ser 'famosa'... Lo que sí me pertenece, sin embargo, lo puedo compartir con aquellas personas a quienes aprecio: mi familia, nuestros miembros de la rama y vecinos. Pequeños,

quizás, y sin embargo, con el potencial de desarrollo, valiosos y provenientes de Dios: esos son mis propios talentos” (“Dug Up My Talents”, *Ensign*, marzo de 1976, pág. 31).

Es posible que al principio nuestros talentos sean pequeños, pero con trabajo arduo pueden crecer. El mejorar un talento con frecuencia nos ayuda a cultivar otros talentos. La capacitación especial o la educación formal nos ayudan a cultivar muchas aptitudes. Al superar los desafíos o las dificultades especiales también nos puede servir para cultivar nuevos talentos. Como miembros de La Iglesia de Jesucristo de los Santos de los Últimos Días tenemos muchas oportunidades de descubrir nuevos talentos y de cultivarlos al aceptar llamamientos para servir. A muchos de nosotros se nos llama no por lo que podemos hacer, sino por lo que podemos llegar a ser.

El élder Franklin D. Richards dijo: “Frecuentemente, cuando se le pide a una persona que acepte un cargo en la Iglesia, se le oye a ésta decir: ‘Yo no puedo hacer eso; no tengo tanta experiencia ni educación como la persona que ha estado sirviendo’. Pero con fe, estudio, trabajo y oración, el Señor hará posible que llevemos a cabo las cosas que parecen imposibles” (véase “Edificar el reino”, *Liahona*, mayo de 1975, pág. 21).

La hermana María Teresa P. de Paredes, esposa del ex presidente de la Misión México Veracruz, testificó: “Cuando una mujer es activa en la Iglesia, cultiva talentos inesperados que ella misma ignoraba poseer. Al estudiar el Evangelio y aplicar los principios correctos en su vida diaria, se convierte en una persona mejor y más capacitada para ayudar a su familia y a la comunidad” (“La mujer y el Evangelio”, *Liahona*, marzo de 1977, pág. 4).

El presidente Brigham Young dijo: “Todo logro, todo talento refinado, todo conocimiento en matemáticas, música y todas las ciencias, debe ser patrimonio de los santos” (“Las artes de acuerdo con el Evangelio”, *Liahona*, abril de 1978, pág. 2).

El presidente Kimball esperaba el día en que los miembros de la Iglesia llegasen a ser los grandes artistas y diestros artesanos. Él nos exhortó a distinguirnos en nuestros talentos y destrezas; nos amonestó a no sentirnos satisfechos con lo “bueno”, sino que trabajásemos para lograr la excelencia. Nos recordó que aquellos que cultivan sus talentos con la ayuda del Espíritu Santo obtienen resultados superiores. (Véase “Las artes de acuerdo con el Evangelio”, *Liahona*, abril de 1978, pág. 2.)

- Muestre las láminas 27-a, “Una mujer teje en un telar”, y 27-b, “Una mujer aprende a tocar la guitarra”.



*27-a Una mujer teje en un telar.*

### **Los talentos se deben utilizar o se pierden**

Una vez que hayamos descubierto nuestros talentos y los hayamos cultivado, el Señor espera que los utilicemos, porque si no lo hacemos, los perderemos. El Señor amonestó:

“Mas con algunos no estoy complacido, porque no quieren abrir sus bocas, sino que esconden el talento que les he dado, a causa del temor de los hombres. ¡Ay de los tales! porque mi enojo está encendido en contra de ellos.

“Y acontecerá que si no me son fieles, les será quitado aun lo que tienen” (D. y C. 60:2–3).

El élder Richard L. Evans contó de una madre que se hallaba preocupada “por lo que su hija estaba o no estaba haciendo con sus talentos y oportunidades... Un día la madre le dijo: ‘Te he dado la vida; ahora haz algo con ella’ ”. Entonces el élder Evans dijo: “Podemos imaginarnos al Padre de todos nosotros decir más o menos lo mismo: ‘Te he dado la vida; ahora haz algo con ella; te he dado tiempo, inteligencia, la buena tierra y todo lo que nos ofrece, ahora aprovéchalos’ ” (En *Conference Report*, octubre de 1970, págs. 86–87).

El número de talentos que tengamos es menos importante que la forma en que los utilicemos. El Señor dijo: “Porque de aquel a quien mucho se da, mucho se requiere” (D. y C. 82:3).

### **La felicidad se logra mediante el uso correcto de los talentos**

El Señor dijo:

“Buscad diligentemente los mejores dones, recordando siempre para qué se dan.

“Porque de cierto os digo, que se dan ... para que se beneficien todos” (D. y C. 46:8–9).

Los talentos y las habilidades deben beneficiar a los demás, así como a nosotras mismas. Demostramos nuestra gratitud a nuestro Padre Celestial por nuestros talentos cuando los utilizamos para inspirar, elevar y edificar a los demás. Debemos utilizarlos para enseñar a los niños y a los jóvenes, e inspirarlos a poner un mayor esfuerzo. Nuestras familias son bendecidas cuando utilizamos los talentos que poseemos en el hogar. Al aprender a coser, a cocinar, y a mantener un hogar ordenado, podemos embellecer nuestra vida y aligerar el trabajo de los demás. Al cultivar una naturaleza noble y amorosa, llevamos paz y armonía a nuestros hogares; podemos extender nuestros talentos con el fin de bendecir la comunidad en la que vivimos; podemos proporcionar gozo a los amigos que nos rodean al prestar ayuda a los necesitados.



*27-b Una mujer aprende a tocar la guitarra.*

Lamentablemente, algunas personas descubren un talento, lo cultivan bien, pero lo utilizan en formas que no benefician a los demás. De hecho, algunos utilizan sus talentos para fomentar la maldad. La persona que posee una hermosa voz tal vez la utilice para cantar canciones inmorales; la persona que puede componer poesías inspiradas tal vez utilice erróneamente ese talento y escriba literatura pornográfica. Un orador o maestro dotados de talento pueden guiar a otras personas al pecado. “Al talento que carece de carácter se le debe tener más temor que estima” (Richard L. Evans, *Thoughts for One Hundred Days*, pág. 208).

Anteriormente aprendimos en esta lección en cuanto a la hermana Seljestad, quien descubrió y cultivó varios talentos nuevos. El presidente de rama de la hermana Seljestad le pidió que fuera la directora de relaciones públicas de la rama, lo que le dio la oportunidad de utilizar algunos de los talentos que recientemente había descubierto. Se puso en contacto con el editor del diario local con la idea de escribir una columna religiosa para el periódico semanal de su comunidad. Esto le brindó la oportunidad de conocer y trabajar con líderes de otras iglesias. Debido a esa columna, ella dijo: “He podido disipar varios mitos en cuanto a la Iglesia, y he obsequiado ejemplares del Libro de Mormón” (véase “Calling Inspires New Talent”, *Church News*, 4 de febrero de 1978, pág. 14).

El élder Boyd K. Packer ha dado este desafío: “Adelante, los que tienen talentos; cultiven ese don. Cultívenlo en cualquiera de las artes y en cada ejemplo digno de ellos. Si ustedes tienen la habilidad y el deseo, busquen una carrera o empleen su talento como una vocación o cultívenlo como un pasatiempo. Pero en todo respecto, bendigan a los demás con dicho talento. Establezcan una norma de excelencia... Nunca expresen su talento de forma indigna” (véase “Las artes y el Espíritu del Señor”, *Manual de la Sociedad de Socorro 1977–78*, pág. 20),

### **Conclusión**

Cada una de nosotras ha sido bendecida con talentos y habilidades, y con oportunidades para cultivarlos. Nuestro Padre Celestial espera que utilicemos nuestros talentos para beneficio de los demás, así como para el nuestro. Si utilizamos nuestros talentos para fines rectos, tanto nosotras como las personas que nos rodean recibiremos gran gozo. Al utilizarlos de la manera debida, se agrandarán y adquiriremos nuevas habilidades y oportunidades. Es importante que recordemos que nuestros talentos son dones de Dios y que Él nos hará responsables de lo que hagamos con ellos.

### **Desafío**

Examine sus intereses para buscar un nuevo talento; luego cultívelo. Aliente a la familia a que descubra sus talentos y los cultive.



**Escritura adicional**

- Mateo 25:14–30 (la parábola de los talentos).
- 

**Presentación de la maestra**

Antes de presentar la lección debe hacer lo siguiente:

1. Estudiar en el manual Principios del Evangelio, el capítulo 34: “Cultivemos nuestros talentos”.
2. Asignar a los miembros de la clase que presenten cualquier relato, Escrituras o cita que usted desee.

# CÓMO ADQUIRIR HABILIDADES PARA CONSEGUIR EMPLEO

*L e c c i ó n 2 8*

---

Esta lección tiene como fin inspirarnos a buscar y adquirir habilidades para conseguir empleo.

## **Algunas veces las mujeres, por necesidad, tienen que trabajar fuera de casa**

En muchas familias, el padre o esposo trabaja para procurar las necesidades de la familia. Sin embargo, no siempre es así. La mujer también debe estar preparada para proporcionar el sustento. Muchas mujeres trabajan para mantenerse a sí mismas, mientras que otras trabajan para sostenerse a sí mismas y a su familia.

- ¿Cuáles son algunas razones por las que una mujer tenga que trabajar? Enumere las respuestas en la pizarra y analícnlas. Asegúrese de incluir las siguientes ideas:

Su esposo o padre ha fallecido.

Su esposo o padre se encuentra discapacitado por causa de enfermedad o accidente.

Es soltera y tiene que sostenerse a sí misma.

Las necesidades básicas de la familia no se pueden satisfacer con un solo sueldo.

Enfermedades inesperadas u otras dificultades hacen necesaria una entrada adicional.

## **Las mujeres deben prepararse para tener un empleo**

Las mujeres deben prepararse tanto para ser amas de casa como para ganarse la vida en un empleo.

“Una mujer soltera es siempre más feliz si tiene una vocación en la cual pueda servir desde un punto de vista social y ser económicamente independiente... Cualquiera mujer casada puede enviudar inesperadamente. La propiedad puede desaparecer con la misma rapidez que el fallecimiento del esposo. Así es que cualquier mujer puede encontrarse

bajo la necesidad de ganar el sustento propio y ayudar a mantener a los hijos que de ella dependan. Si ella ha recibido capacitación para los deberes y las emergencias de la vida que tal vez le salgan a su encuentro, será mucho más feliz y tendrá un mayor sentido de seguridad" (Camilla Kimball, "A Woman's Preparation", *Ensign*, marzo de 1977, pág. 59).

Se anima a las madres a que hagan de la crianza de sus hijos su ocupación primordial, especialmente cuando éstos aún sean pequeños; sin embargo, aún deben prepararse para ser capaces de ganarse la vida fuera de casa. Antes de que una mujer decida trabajar fuera de casa para satisfacer las necesidades básicas de la familia, debe asegurarse de que esas necesidades sean válidas; deberá asegurarse de que dichas necesidades no se puedan satisfacer incluso mediante un cuidadoso presupuesto y la producción en el hogar. Ella deberá hacer todo lo posible por quedarse en casa con los niños.

"Las madres con hijos pequeños deberán dedicar todas sus energías a permanecer en el hogar, cuidar de sus hijos y dedicarse a enseñarles, y no a buscar empleo fuera del hogar, a menos que no haya otra manera de sufragar las necesidades básicas de la familia" (Carta de la Primera Presidencia al hermano Neal A. Maxwell y Dallin H. Oaks; citado por Dallin H. Oaks, "Insights", *Ensign*, marzo de 1975, pág. 56).

- Muestre la lámina 28-a, "Una hermana ayuda a su esposo inválido".

La madre que, además de cumplir con sus obligaciones en el hogar, de repente tiene que trabajar para sostener a la familia, tiene una gran necesidad de prepararse profesionalmente. Si ella se ha preparado con anticipación, se le presentarán mejores oportunidades de trabajo y podrá conseguir empleo con más facilidad.

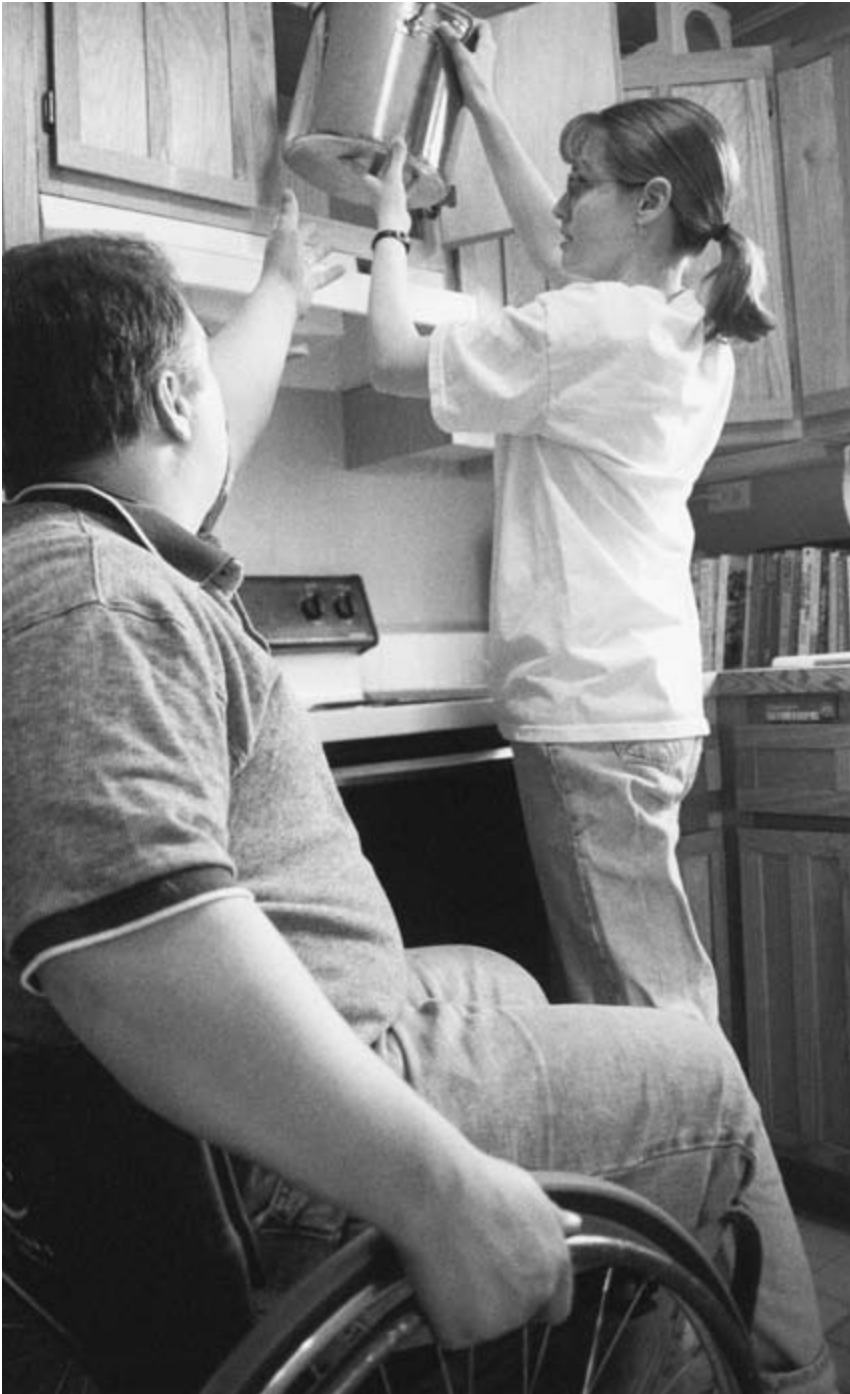
Si podemos trabajar, no debemos esperar que una agencia gubernamental o de bienestar se haga cargo de nuestras necesidades. El obispo Victor L. Brown dijo:

"La limosna, o sea recibir algo sin dar nada a cambio, incita a la holgazanería y la dependencia, y destruye el autorrespeto.

"El sistema del Señor está diseñado de forma tal que se pueda ayudar a cada uno de nosotros en forma separada y de acuerdo con nuestras necesidades" (Victor L. Brown, "La Iglesia y la familia en los Servicios de Bienestar", *Liahona*, agosto de 1976, pág. 100).

### **La forma de prepararnos para un empleo**

- Analicen las siguientes formas en que las mujeres pueden prepararse para un empleo. Anime a los miembros de la clase a que mencionen ideas adicionales.



*28-a, Una hermana ayuda a su esposo inválido.*

Las mujeres solteras, ya sean jóvenes o adultas, pueden hacer lo siguiente:

1. Establecer una meta para una carrera profesional y obtener la educación y capacitación posibles.
  2. Tomar clases regulares o por la noche para prepararse para conseguir empleo.
  3. Buscar empleo a fin de ayudarlas a adquirir habilidades y obtener experiencia.
  4. Buscar instrucción para prepararse para las responsabilidades de esposa y madre.
  5. Trabajar como voluntaria en hospitales, agencias públicas, escuelas, etc.
  6. Aprender artes que se puedan utilizar en el hogar para ganar dinero.
- ¿Hay oportunidades de trabajar a tiempo parcial en su localidad? ¿Se imparten clases para continuar su educación?

Las mujeres casadas que actualmente no tengan la necesidad de trabajar fuera del hogar, pueden hacer lo siguiente:

1. Tomar clases que las prepararán para un empleo.
2. Verificar en las escuelas y en los servicios de la localidad en busca de consejos y asesoramiento en cuanto a las aptitudes y oportunidades para conseguir empleo.
3. Ofrecer servicios voluntarios que sirvan para adquirir técnicas laborales.

Por supuesto, ninguna de estas actividades deberán impedir que la madre cumpla las necesidades de la familia. En vez de ello, deberá buscar las cosas que le ayudarán a ser una mejor madre y ama de casa. Una clase sobre el manejo de las finanzas, por ejemplo, podría ayudarla a encontrar maneras de administrar mejor el presupuesto familiar.

- ¿Cuáles son algunas otras maneras que pueden prepararla para conseguir un empleo?

Una hermana de Centroamérica enviudó cuando su hijo menor tenía menos de un año. Al principio se sintió totalmente sola; con tres niños pequeños que mantener, se dio cuenta de que tenía que aprender a adquirir algunas técnicas laborales; se inscribió en una clase para aprender a confeccionar moldes de costura y ropa, a fin de trabajar en casa y al mismo tiempo estar con sus niños. Mejoró en tal forma sus habilidades que más tarde se le pidió que impartiera algunas clases para el gobierno. Como resultado de sus esfuerzos y la buena administración del dinero, sus tres hijos pudieron asistir a las mejores escuelas, llegando a

ser maestros. Esta hermana es una de las muchas que encontraron la manera de cultivar sus talentos y convertirlos en habilidades laborales.

Al buscar una aptitud laboral, debemos decidir qué es lo que en realidad nos gustaría hacer; si fuera posible, debemos seleccionar algo que nos interese. Luego, debemos aprender todo lo que se relacione al respecto. Por ejemplo, si decidimos producir algo en casa, debemos seguir intentándolo hasta conseguir algo que se venda bien y que se pueda confeccionar y deje una buena ganancia. Podemos mostrar nuestros trabajos manuales a nuestros amigos, vecinos y parientes, o exponerlos en bazares o ferias.

Debemos siempre orar para recibir ayuda al tomar decisiones. Debemos pedir a nuestro Padre Celestial que nos guíe a encontrar la forma de prepararnos.

“En vez de tratar de saber qué es lo que el Señor va a hacer por nosotros, preguntemos qué es lo que podemos hacer por nosotros mismos” (*Discourses of Brigham Young*, pág. 293).

### **Cómo ganar dinero en casa**

- Muestre las láminas 28–b, “Una hermana trabaja en casa haciendo cortes de pelo”, y 28–d, “Se pueden vender artículos horneados en casa”.

Muchas mujeres han encontrado maneras de utilizar sus talentos e intereses para ganar dinero en casa. Esto es especialmente de utilidad cuando la madre con hijos pequeños tiene que trabajar. A continuación aparecen algunas formas en que las mujeres han ganado dinero en casa:

1. Cosiendo ropa de niños, cortinas, vestidos de novia, uniformes, artículos para el hogar, animales de felpa, muñecas y ropa para muñecas.
2. Bordando, tejiendo, haciendo acolchados, arreglos florales o confeccionando flores, haciendo joyas, platería, macramé, etc.
3. Decorando pasteles, haciendo tortillas, pasteles de boda, pan, galletas, dulces, o tartas, etc.
4. Cuidando niños o efectuando una escolita de párvulos en casa.
5. Sembrando y vendiendo lo cosechado: Los productos frescos están siempre en gran demanda y se venden bien. Algunas mujeres que viven en comunidades agrícolas hacen jaleas y mermeladas de la fruta local, las cuales venden en puestos a un lado de las carreteras o en las tiendas.
6. Enseñando música, baile, o arte.
7. Cuidando a los ancianos.
8. Enseñando como profesores privados.



*28-b, Una hermana trabaja en casa haciendo cortes de pelo.*



*28-c, Se pueden vender artículos horneados en casa.*



9. Escribiendo para el diario local.
10. Escribiendo a máquina o llevando la contabilidad.
11. Vendiendo por teléfono.
12. Actuando como representante de alquileres para propietarios de apartamentos.
13. Dando hospedaje a alguien en su casa.
14. Proporcionando cuidado a niños discapacitados.
15. Arreglando o cuidando animales.
16. Trabajando como cultora de belleza.

Debemos comprender y obedecer cualquier requisito legal para obtener un permiso para trabajar en casa con fines de lucro.

- ¿De qué otras formas se puede ganar dinero en casa?
- ¿Por qué es bueno mejorar nuestros talentos, aun cuando nunca tengamos que trabajar fuera de casa?

### **Conclusión**

Se nos ha dicho que debemos mantenernos a nosotros mismos. En las Escrituras dice que no seamos ociosos (véase D. y C. 42:42). Los líderes de la Iglesia nos han exhortado repetidamente a que nos encarguemos del cuidado de nuestras necesidades.

- ¿Por qué es importante que nos ocupemos de nuestras propias necesidades? ¿Por qué no debemos confiar en que alguien más lo haga?

Debemos estar preparadas para sostenernos a nosotras mismas y a nuestras familias; debemos empezar a temprana edad a cultivar nuestros talentos; debemos estar preparadas para ganarnos la vida en caso de que sea necesario; debemos aprender las maneras de ganar dinero, utilizando nuestros talentos para que nos den satisfacción y seguridad.

Si es necesario que trabajemos, debemos obtener la información necesaria en cuanto a las oportunidades de empleo, obtener la capacitación y la experiencia necesarias, y orar en cuanto a las decisiones que tomemos.

El presidente Marion G. Romney dijo que cada uno de nosotros debe labrar su propia salvación, tanto en las cosas espirituales como en las del mundo. Recalcó que “aquellos que son pobres serán exaltados solamente cuando sean capaces de lograr la independencia y la autonomía mediante su propia industriiosidad y frugalidad” (“Según mi propia manera”, *Liahona*, febrero de 1977, pág. 70).

### **Desafío**

Haga una lista de los talentos y las habilidades que podrían ser útiles para mantener a la familia. Escoja por lo menos una habilidad y trate de mejorarla. Empiecen a cultivar esa habilidad por medio de la experiencia práctica, clases, lecciones o servicio voluntario.

---

### **Preparación de la maestra**

Antes de presentar la lección debe hacer lo siguiente:

1. Repasar la lección No. 27, "Cómo cultivar nuestros talentos".

# CÓMO ENSEÑAR A NUESTRA FAMILIA EL VALOR DEL TRABAJO Y LA RESPONSABILIDAD

## Lección 29

---

Esta lección tiene como fin ayudarnos a enseñar a los miembros de la familia a respetar el trabajo y a sentirse responsables hacia la familia.

### El privilegio del trabajo

“El diario.... publicó una entrevista con un pastor jubilado cuya edad se encuentra registrada en los 165 años. Se llama Shirali Mislimov; nació en la cordillera del Cáucaso, donde ha vivido toda su vida... entre el Mar Negro y el Mar Caspio...”

“Mislimov todavía corta leña. ‘Estoy convencido de que un ocioso no vive mucho’, le dijo a quien lo entrevistó...”

“El artículo informó que el anciano todavía ‘escarba alrededor de los árboles en una huerta, que ha plantado varias veces en su vida’.

“‘El trabajo constante, el aire de las montañas y el comer moderadamente me ayudó a llegar a tan avanzada edad’ comentó Mislimov, que no toma ni fuma” (véase Wendell J. Ashton, “La dulzura del trabajo”, *Liahona*, junio de 1972, pág. 35).

A pesar de que la mayoría de nosotros no vivirá hasta llegar a la edad de 165 años, debemos valorar el trabajo debido a las bendiciones temporales y espirituales que nos proporciona. El presidente David O. McKay dijo: “Démonos cuenta de que el privilegio de trabajar es un don, que el poder para trabajar es una bendición, y el amor por el trabajo es el éxito” (citado por Franklin D. Richards, “The Gospel of Work”, *Improvement Era*, diciembre 1969, pág. 101).

La mejor forma de hacer frente al aburrimiento y al desánimo es por medio del trabajo útil que produce un resultado positivo. Pintar un cerco, pasar el azadón en un huerto, cavar una zanja son formas de trabajo físico. El estudio escolar es también trabajo, como lo es el cuidar a otras personas.

- ¿Cuáles son algunas otras clases de trabajo?

### Cómo enseñar a los niños a trabajar arduamente

Es importante que los niños aprendan buenos hábitos y actitudes en cuanto al trabajo mientras sean pequeños. Es factible que esos hábitos formen parte de ellos posteriormente. Éstos pueden marcar la diferencia entre una vida útil y productiva y una que es ociosa y pródiga.

- ¿Por qué deben aprender los niños buenos hábitos y actitudes de trabajo?

El obispo Vaughn J. Featherstone contó la historia de cómo una señora le enseñó a un jovencito a trabajar:

En cierta ocasión, una dama aristócrata dio empleo a un jovencito de trece años para que se encargara de su jardín y del patio de la casa. Después de la primera semana le dijo: "Así como hay diferentes personas, así también hay distintas maneras de cortar el césped y éstas pueden valer desde un centavo hasta cinco dólares. Digamos que un trabajo de tres dólares sería lo que has hecho hoy.... El césped que valga cinco dólares es... es imposible, así que es mejor olvidarlo".

Ella permitió que el joven evaluara su trabajo y decidiera lo que ella debía pagarle. La primera semana de trabajo le pagó dos dólares. El muchacho se fijó la meta de ganarse cuatro dólares la siguiente semana, pero el trabajo que hizo no valía ni siquiera los tres dólares. Trabajó cuidadosamente y buscó formas para que el jardín se viera mejor, pero durante las próximas semanas aún no pudo sobrepasar el pago de tres dólares con cincuenta centavos. Por último, decidió que en vez de tratar de ganar cuatro dólares, trataría de ganar cinco. Pensó en todas las formas posibles de hacer que el patio se viera más hermoso. Todo el día trabajó arduamente, descansando sólo de vez en cuando; le tomó mucho más tiempo que antes, pero para cuando terminó, se sentía satisfecho de que había hecho un trabajo que valía cinco dólares.

Después de inspeccionar el jardín cuidadosamente, la dama decidió que el joven había hecho lo imposible; lo elogió por su trabajo y accedió a pagarle los cinco dólares que merecía.

Años más tarde, cuando ya el muchacho se había convertido en un hombre, recordó la importancia que esa experiencia tuvo para él: " 'Desde aquella vez, hace 25 años, cuando me he encontrado en un callejón sin salida, súbitamente, al aparecer esa palabra, "imposible", he experimentado el aliento inesperado, el sobresalto en mi interior, y he llegado a saber que el único camino se encontraba exactamente en medio de lo imposible' " (citado por Richard Thurman, "The Countess and the Impossible", *Reader's Digest*, junio de 1958).

Los niños por lo regular piensan que hacer lo mejor es imposible; no obstante, como se puede apreciar en ese relato, podemos darles el desa-

fío de esforzarse por ser un poco mejores que antes; debemos también elogiarlos por el trabajo bien hecho y por el progreso logrado; y con ello, no se desaniman.

- ¿En qué forma podemos desafiar y animar a nuestros hijos a desempeñar mejor sus labores escolares? Pida a una hermana que diga la forma en que anima a sus hijos a que sobresalgan en otros campos, tales como la música, el arte o los deportes.

### **El trabajo contribuye al éxito de la familia**

- Ponga a la vista la ayuda visual 29-a, “Una madre enseña a sus hijos a trabajar en la cocina”.

El presidente Spencer W. Kimball dijo: “Creemos en el trabajo para nosotros mismos y para nuestros hijos... debemos entrenar y habituar a nuestros hijos a ser laboriosos y ellos deben aprender a compartir las responsabilidades de la casa y del huerto; se les deben dar asignaciones para mantener la casa limpia y ordenada, a pesar de que sea modesta. A los hijos se les deben dar asignaciones... para cuidar el huerto” (véase “...un reino que no será jamás destruido...”, *Liahona*, agosto de 1976, pág. 3).

- ¿En qué forma el trabajar en beneficio de la familia ayuda al niño a cultivar un sentido de responsabilidad?

Algunos padres piensan que tuvieron que trabajar arduamente cuando eran pequeños; no desean que sus hijos sientan lo mismo, de modo que no insisten en que los hijos ayuden con las tareas del hogar. Otros piensan que los hijos son demasiado pequeños o faltos de habilidad para prestar ayuda, pero hay quienes piensan que es importante que los hijos ayuden en casa.

- ¿Cuáles son los resultados de esas actitudes sobre el trabajo?

Quizás nos preguntemos como podemos ayudar a los hijos a aprender el gozo del trabajo y a sentirse responsables hacia la familia. La situación de cada familia es diferente, pero los niños pueden aprender a disfrutar del trabajo y a hacerse responsables de muchas maneras.

- Ponga a la vista un póster en el que figure la lista siguiente o haga referencia a la información que aparece en la pizarra.



*29-a, Una madre enseña a sus hijos a trabajar en la cocina.*

1. Enseñe a los hijos a encargarse de algunas de sus propias necesidades físicas.
2. Pida a los hijos mayores que les enseñen a los más pequeños y los atiendan.
3. Enseñe a los hijos a ayudar en el cuidado del negocio familiar.
4. Organice proyectos familiares de trabajo.

***Enseñe a los hijos a encargarse de algunas de sus propias necesidades físicas.***

Debemos enseñar a los hijos a ser ordenados y a cuidar su ropa. Algún día, ellos tendrán que enseñar esas mismas tareas a sus propios hijos o tendrán que hacer el trabajo ellos mismos. Los niños deben aprender a ser autosuficientes; deben aprender actitudes positivas sobre el trabajo y aprender las lecciones que enseña el trabajo.

- ¿Cuáles son algunas otras formas de enseñar a los hijos a preocuparse de sus necesidades físicas?

***Pida a los hijos mayores que les enseñen a los más pequeños y los atiendan.***

- Ponga a la vista la ayuda visual 29–b, “Un niño ayuda a su hermana a servirse un vaso de leche”.

Los hermanos mayores deben sentirse parcialmente responsables por sus hermanos menores; pueden cuidarlos cuando los padres se encuentren ausentes por un tiempo; pueden leerles, cantar, jugar con ellos y entretenerlos; pero, lo que es más importante, los hijos mayores deben dar un buen ejemplo. El élder Adney Y. Komatsu habló sobre el poder del ejemplo: “Recientemente, en una reunión de ayuno y testimonios, un jovencito dio su testimonio por primera vez después de que se unió a la Iglesia. Conmoverlo a todos los presentes cuando dijo: ‘Mi hermano ha sido un gran ejemplo para mí. Noté un gran cambio en la vida de mi hermano a medida que magnificaba su llamamiento en el sacerdocio. Sé que mi hermano fue llamado por Dios al cargo que ocupa en la Iglesia; es una persona que tiene compasión, que presta servicio y que le sirve al Señor con diligencia, con humildad y alegría. Quiero llegar a ser como mi hermano’ ” (en Conference Report, agosto de 1977, pág. 4.)



*29-b, Un niño ayuda a su hermana a servirse un vaso de leche.*



- ¿De qué otras formas pueden ayudar los hermanos mayores a los menores?

***Enseñe a los hijos a ayudar en el cuidado del negocio familiar.***

Como miembros de la familia, los hijos deben compartir el trabajo familiar. El presidente Spencer W. Kimball describió sus propias experiencias de joven: “He estado agradecido por la experiencia que tuve bajo la instrucción de mi propio padre de lavar los arneses con jabón de Castilla y luego engrasarlos para preservarlos. Aprendí a pintar el cerco de madera, el tanque de agua, el cobertizo del carruaje, el granero, la carretilla y el carretón y, por último, la casa. Y desde los días en que a veces me salían ampollas en las manos, nunca me he arrepentido de esas experiencias” (*Conference Report*, abril 1976, pág. 172).

La familia de Willy Herrey, de Goteborg, Suecia, hacía participar a sus siete hijos en un próspero negocio familiar. “Padre, madre e hijos —entre los diez y los dieciocho años de edad— reparten periódicos antes del amanecer; también entrenan y venden caballos. Durante el verano, administran un centro de vacaciones en Stromstad, para cuatrocientos hasta seiscientos niños de Suecia, Noruega y Finlandia. Cuando el día apenas empieza para la mayoría de las personas, los Herrey ya han estado ocupados durante varias horas. Después del trabajo y la escuela, el día finaliza con actividades de la Iglesia. Los lunes por la noche —la noche de hogar para la familia— cantan y tocan instrumentos musicales. Todos ellos se encuentran demasiado ocupados y alegres como para sentirse desdichados” (véase “Cambiando vidas”, *Liahona*, noviembre de 1971, pág. 25).

El trabajar juntos en algún negocio familiar ayuda a los niños a sentirse orgullosos de su familia y de sus logros. Pueden ahorrar dinero para una misión y para estudios futuros.

- ¿Qué otros beneficios se pueden obtener al incluir a los niños en las labores de un negocio familiar?

***Organice proyectos familiares de trabajo.***

Los proyectos familiares de trabajo brindan buenas experiencias y relaciones. Si se concentran en los talentos e intereses de los miembros de la familia, estos proyectos pueden resultar muy divertidos para todos. Si trabajan juntos, los hijos y los padres se unirán más y aprenderán más de los unos y los otros.

En una familia, los padres estaban interesados en que sus hijos aprendieran el valor del trabajo; se dieron cuenta de que al emplear un conserje para que limpiara la oficina del padre, estaban desperdiciando una oportunidad para que sus hijos progresaran.

Los hijos, emocionados con la idea de tener un salario regular, tomaron la responsabilidad de limpiar la oficina cada mañana. El trabajo en equipo se convirtió en algo importante; las niñas limpiarían la oficina una mañana mientras los varones se quedarían en casa para ayudar con los quehaceres domésticos. A la mañana siguiente, cambiarían de responsabilidades.

El proyecto requirió esfuerzo y tiempo adicional por parte de los padres, ya que la madre tenía que llevar a los niños a la oficina cada mañana, pero los valores que éstos obtuvieron valían mucho más que el esfuerzo extra que se había requerido" (véase Elwood R. Peterson, "Family Work Projects for Fun and Profit", *Ensign*, junio de 1972, pág. 8).

- ¿Cuáles fueron los beneficios de este proyecto familiar de servicio?

### **Los niños pueden aprender a disfrutar del trabajo**

Cuando los niños disfrutan del trabajo, se esfuerzan por hacerlo mejor. Aquellos que no disfrutan del trabajo suelen justificarse. El presidente N. Eldon Tanner habló sobre la diferencia que existía entre dos jóvenes mensajeros que trabajaban para la misma compañía: "Uno de ellos estaba interesado en todo lo que pasaba a su alrededor... Deseaba servir y ayudar a los demás, y aprender todo lo que pudiera con respecto al negocio... Se esforzaba por ser el mejor mensajero... Había estado allí sólo unos cuantos meses cuando uno de los supervisores, quien lo venía observando, deseaba que trabajara con él, de modo que pudo ser avanzado a una posición de más responsabilidad. Antes de que terminara el año, lo habían avanzado a otro puesto, y continuará avanzando debido a su actitud. Ese joven estaba preparado para ir la segunda milla; estaba interesado en la compañía; deseaba prestar servicio y era una persona digna de confianza en todo respecto. El otro joven mensajero siguió siendo mensajero... Por supuesto creía que era la compañía la que no lo apreciaba ni a él ni su capacidad" (Seek Ye First the Kingdom of God, págs, 236–37).

- ¿Qué constituyó la diferencia en el éxito de esos dos jóvenes?

Los niños disfrutarán del trabajo cuando su recompensa sea la felicidad de los demás. El presidente David O. McKay dio este ejemplo:

"He visto jovencitas que han pasado todo el día prestando servicio en el "Día del anciano" en busca de la comodidad y la felicidad de otra persona. Recuerdo una ocasión en que una de esas jovencitas volvió a su casa por la noche; de pronto se dio cuenta de que estaba agotada, se recostó en un catre y dijo: 'Ay, estoy muy cansada; pero, ¿sabían que éste ha sido uno de los días más felices de mi vida?'. Había encontrado gozo en el trabajo que brinda felicidad a los demás.

“Aprendan a disfrutar su trabajo; aprendan a decir: ‘Esta es mi obra, mi gloria y no mi destino...’ (*Stepping Stones to an Abundant Life*, págs. 115–116).

El trabajo será divertido si el niño tiene éxito. Las primeras veces que un niño haga una tarea, una persona adulta o un niño mayor debe ayudarlo para que después pueda hacerlo por sí solo. Luego debemos reconocer el éxito del niño y elogiar sus esfuerzos. Es muy fácil concentrarnos solamente en las cosas que el niño hace mal, porque deseamos que lo haga mejor la próxima vez. Por lo general, los niños desempeñan mejor su trabajo cuando fijamos nuestra atención en las cosas que hacen correctamente.

Podemos hacer del trabajo algo más placentero si cantamos o aun si convertimos el trabajo en un juego. Los padres pueden contar relatos acerca de su propia niñez o acerca de sus antepasados. Todas estas actividades hacen que el trabajar juntos sea más divertido. No olviden que de vez en cuando los niños necesitan unas vacaciones o un día de descanso; si se les da un día libre cada semana, es más probable que disfruten las tareas al día siguiente. También necesitan tiempo para ellos mismos, para jugar o para otras actividades después de haber terminado sus quehaceres.

- Pregunte a las hermanas en qué forma han hecho que el trabajo sea más divertido para su familia.

### **Conclusión**

Para enseñar a nuestros hijos a trabajar eficazmente, debemos tener entusiasmo hacia nuestro propio trabajo. Como dijo el presidente Brigham Young: “Cada uno descubrirá que la felicidad en este mundo depende del trabajo que haga y la forma en que lo lleve a cabo” (Citado por Elwood R. Peterson, “Family Work Projects for Fun and Profit”, *Ensign*, junio de 1972, pág. 9).

### **Desafío**

Hable con cada uno de sus hijos. Hablen en cuanto a la actitud de usted y la de ellos sobre las responsabilidades familiares. Ayude a cada niño a tomar asignaciones y a terminarlas.

---

### **Preparación de la lección**

Antes de presentar la lección debe hacer lo siguiente:

1. Leer en el manual *Principios del Evangelio*, el capítulo 27: “Trabajo y responsabilidad personal”.

2. Preparar el póster que se mencionó en la lección o escribir la información en la pizarra.
3. Asignar a los miembros de la clase que presenten cualquier relato, Escrituras o cita que usted desee.

# CÓMO ADQUIRIR Y ENSEÑAR EL AUTODOMINIO

L e c c i ó n 3 0

---

Esta lección tiene como fin ayudarnos a cultivar y enseñar el autodomínio.

## **Debemos aprender a controlar nuestros deseos y sentimientos**

- Entonar el himno “Hazme andar en la luz”, *Himnos*, Nº 198.

Leemos en las Escrituras: “Mejor es el que tarda en airarse que el fuerte” (Proverbios 16:32). También leemos: “procura también refrenar todas tus pasiones para que estés lleno de amor...” (Alma 38:12).

Nuestros apetitos y pasiones son como un caballo brioso y potente. Si les permitimos correr de forma salvaje, desbocada e indómita, nos llevarán a donde les plazca; tal vez a lugares peligrosos y dañinos. Pero no destruiríamos a un caballo fino simplemente porque esté lleno de vida. Cuando le ponemos la brida a fin de que nosotros lo dominemos, el caballo nos puede servir bien. De la misma manera, cuando aprendemos a dominar nuestros deseos y sentimientos, aprendemos a encauzarlos dentro del perímetro del Evangelio. Esos sentimientos se convierten entonces en nuestros siervos y pueden aumentar nuestra capacidad para sentir gozo y amor.

## **El cultivar el autodomínio nos ayuda a progresar y a recibir bendiciones**

El bautismo fue el inicio de una nueva vida para nosotros. Para seguir al Salvador, luchamos para superar lo mundano, las debilidades y el pecado. El Salvador enseñó:

“...Si alguno quiere venir en pos de mí, niéguese a sí mismo, y tome su cruz, y sígame” (Mateo 16:24).

“Porque todo el que quiera salvar su vida, la perderá; y todo el que pierda su vida por causa de mí, la hallará” (Mateo 16:26).

También enseñó:

“Entrad por la puerta estrecha; porque ancha es la puerta, y espacioso el camino que lleva a la perdición, y muchos son los que entran por ella;

“Porque estrecha es la puerta, y angosto el camino que lleva a la vida, y pocos son los que la hallan” (Mateo 7:13–14).

El entrar al cielo por la puerta estrecha requiere moderación y abnegación; significa prescindir de algunas cosas que son muy tentadoras. Si conocemos la verdad y permanecemos en ella, la libertad será nuestra recompensa.

- Lea Juan 8:31–32. Escriba lo siguiente en la pizarra. *¿En qué forma el cumplir los principios del Evangelio nos hace libres?* Pida a las hermanas que mediten en esa pregunta.

Si nos dejamos llevar por la ira, los celos, la venganza, el egoísmo, el orgullo, la jactancia, el odio, etc., éstos nos dominarán; continuamente van adquiriendo más poder; se arraigan firmemente en nuestro carácter y se convierten en nuestros hábitos. De esa manera perdemos no sólo nuestra libertad, sino también nuestro autorrespeto. No obstante, cuando refrenamos nuestras pasiones, nos libramos de sentimientos que podrían convertirse en nuestros amos.

Cuando controlamos nuestros apetitos, nos libramos de deseos que podrían dominarnos. Por otro lado, si comemos demasiado o utilizamos sustancias nocivas como el café, el té, el alcohol, el tabaco o ciertas drogas, tal vez cultivemos hábitos que son difíciles de superar. Nuestro cuerpo empieza a tener un fuerte deseo de tener esas cosas, lo que nos convierte en sus esclavos.

El deseo insaciable por cosas materiales (cuando ya tenemos lo suficiente para nuestras necesidades), y el deseo de dormir demasiado o de divertirnos en exceso (como la televisión), son también apetitos que se deben mantener dentro de los límites apropiados.

- Lea 2 Nefi 9:45. *¿En qué forma el cumplir los principios del Evangelio nos hace libres?*

Nuestro sabio y misericordioso Padre Celestial nos da mandamientos porque nos ama; desea protegernos del dolor innecesario; desea ayudarnos a obtener el autodomínio a fin de bendecirnos. La ley del ayuno nos ayuda a aprender a controlar nuestro apetito por la comida; es así como nuestro espíritu puede dominar a nuestro cuerpo. La ley de los diezmos nos ayuda a superar nuestros deseos egoístas. Él nos dio la Palabra de Sabiduría en parte para librarnos de los efectos nocivos del tabaco, del alcohol y de las drogas. Nos proporcionó la ley de castidad para ayudarnos a controlar nuestros deseos físicos.

- Ponga a la vista la ayuda visual 30–a, “Daniel y sus amigos se abstienen de la carne y del vino del rey”.



*30-a, Daniel y sus amigos se abstienen de la carne y del vino del rey.*

En el Antiguo Testamento leemos en cuanto a Daniel y sus amigos, a quienes se les mandó comer los alimentos que se les había enseñado no comer, y a tomar vino. Pero se negaron a hacerlo, y debido a su obediencia a la ley de salud del Señor, fueron bendecidos con fortaleza y sabiduría. (Véase Daniel 1:1–16).

- ¿Qué aprendemos de la experiencia que tuvieron Daniel y sus amigos? ¿En qué forma nos ayuda el autodomínio a obedecer los mandamientos?

### **Cómo obtener el autodomínio**

Lograr el autodomínio es un proceso de toda la vida. Al obtener un mayor conocimiento del Evangelio, obtenemos también un mayor deseo de vivir sus principios. El vivir el Evangelio requiere que continuamente nos esforcemos por obtener mayor autodomínio.

- Ponga a la vista la siguiente lista o haga referencia a la información que aparece en la pizarra:

1. Conocernos a nosotras mismas.
2. Establecer metas.
3. Orar y leer las Escrituras para recibir ayuda.

### ***Conocernos a nosotras mismas***

A lo largo de nuestra vida, hacemos frente a nuevas situaciones y aprendemos más sobre el Evangelio y sobre nosotras mismas; aprendemos a reconocer nuestras debilidades y nuestros puntos fuertes, y empezamos a comprender la razón por la que los tenemos. Deseamos deshacernos de los malos hábitos y cultivar los buenos.

### ***Establecer metas***

Hasta que fijemos metas y nos esforcemos por lograrlas, seremos como las olas del mar, llevados por los vientos de deseos y sentimientos sin control. Debemos tener metas y autoconfianza firmes antes de que podamos controlar nuestras debilidades. La hermana Kay Newman, de los Estados Unidos, tuvo dificultades con un hábito fuera de control:



“Era yo una mujer madura, con mis hijos casi en la edad adulta, cuando me di cuenta de que yo era mi propia enemiga. ¿Y saben cuál fue la causa de ello? Me da vergüenza decirlo: ¡una caja de chocolates! Durante las fiestas navideñas me comí casi una caja entera de chocolates...”

“El comer chocolates representa mi punto débil; no puedo describir lo que pasé a alguien que jamás haya tenido sentimientos similares; me había hartado de chocolates; estaba disgustada conmigo misma, abatida y totalmente desanimada. A raíz de esa tonta y ridícula debilidad, Satanás influyó en mí y me hizo caer; en ese momento, todos mis pensamientos y sentimientos no valían la pena.

“De modo que esa Navidad decidí que jamás iba a encontrarme en esa misma situación. Me senté y me escribí una carta en la que describía mis sentimientos para que no los fuera a olvidar, y me prometía que no dejaría pasar otro año sin que lograra tener control absoluto de mi apetito. He visto mi progreso en el año que ha transcurrido desde ese entonces y mi confianza en mí misma ha crecido diariamente. Sé que casi he ganado esta batalla particular” (“My worst enemy —Me!”, *Ensign*, febrero de 1975, pág. 62).

- ¿Cómo se sintió la hermana Newman cuando probó que podía establecer una meta y esforzarse por lograrla? ¿Qué hizo para recordarse a sí misma de tal meta?

### **Orar y leer las Escrituras para recibir ayuda**

Por medio de la oración y la lectura habitual de las Escrituras podemos fortalecer nuestro deseo de mejorarnos. La vida de los personajes de las Escrituras nos sirven de modelos que debemos emular; además, nos sirven para darnos cuenta de que nosotros también podemos obtener el autodomínio. Para fortalecerse, la hermana Newman leyó fielmente las Escrituras todos los días durante una hora. Ella dijo: “Durante esa hora he obtenido el deseo de superarme a mí misma; durante esa hora encontré el deseo de deshacerme de hábitos de toda una vida que me hacían retroceder, y ese deseo ha permanecido conmigo a través de innumerables problemas” (*Ensign*, febrero de 1975, pág. 63).

- Pida a las hermanas que digan en qué forma la oración y la lectura de las Escrituras las han ayudado a mejorarse.

### **Cómo enseñar el autodomínio a nuestros hijos**

Nuestros hogares deben de ser campos de adiestramiento en los que nuestros hijos puedan aprender el autodomínio. Si fallamos en enseñarles lo suficiente, o si los controlamos demasiado, ellos no aprende-



30-b, El presidente David O. McKay y su esposa.

rán a gobernarse. Al enseñar el autodomínio a nuestros hijos, debemos seguir un procedimiento ordenado.

- Ponga a la vista un póster en el que aparezca la lista siguiente, o haga referencia a la información que figura en la pizarra:

1. Poner límites.
2. Enseñar a los hijos la forma de aplicar los principios del Evangelio.
3. Dar responsabilidades a los hijos.

### *Poner límites*

- Ponga a la vista la ayuda visual 30-b, “El presidente David O. McKay y su esposa”.

El presidente David O. McKay enseñó:

“En mi opinión... el mejor momento para que el niño aprenda a vivir de acuerdo con las reglas de la obediencia es entre los tres y los cinco años de edad... Si la madre no controla al niño durante esas edades, le será mucho más difícil hacerlo después... No quiero decir con esto que tenga que empujar, arrastrar o restringir, sino sólo permitir al niño sentirse perfectamente libre de desarrollarse hasta que vaya más allá de los límites de seguridad. Luego, hay que hacerle sentir la mano tierna pero firme de la restricción.

“En una ocasión mi esposa y yo vimos en un zoológico la aplicación eficaz de esta regla... Vimos un pequeño mono que apenas empezaba a caminar. La madre lo cuidaba y lo alimentaba. Primeramente nos interesó ver la forma en que la madre daba palmaditas al bebé para tratar que se durmiera; pero el pequeño se apartó de la madre y empezó a subir por la jaula. Aparentemente, la madre no prestaba atención y lo dejó subir hasta que se acercó al peligro; luego, ella extendió los brazos, lo bajó y lo dejó jugar dentro de los límites de seguridad... De ese modo, vemos que la primera contribución del hogar para la felicidad del niño es recalcarle el hecho de que hay límites más allá de los cuales no puede ir con seguridad” (*Stepping Stones to an Abundant Life*, compilación de Llewelyn R. McKay, 1971, pág. 38.)

- Lean Doctrina y Convenios 93:40–44. ¿Por qué el Señor reprendió a Frederick G. Williams y a Sidney Rigdon? Aun si tenemos dificultades en enseñar a nuestros hijos el autodomínio durante su niñez, ¿por qué debemos seguir intentándolo?

*Enseñar a los hijos la forma de aplicar los principios del Evangelio*

El presidente N. Eldon Tanner dijo:

“Los niños no aprenden por sí mismos a distinguir entre el bien y el mal. Los padres tienen que determinar el momento propicio para que los niños asuman responsabilidades... Mientras nos encontramos enseñándoles, es nuestra responsabilidad disciplinarlos y ver que hagan lo correcto. Si un niño se ensucia con lodo, no dejamos que espere hasta que crezca para decidir si se va a bañar o no. No permitimos que espere para decidir si debe o no tomar la medicina cuando está enfermo, o ir a la escuela o a la Iglesia...

Los padres también deben enseñar a sus hijos a temprana edad el concepto y el hecho gloriosos de que son hijos espirituales de Dios, y que el elegir seguir las enseñanzas de Jesucristo es el único camino para disfrutar el éxito y la felicidad aquí, y la vida eterna en el más allá. Se les debe enseñar que Satanás es real y que utilizará todos los medios que se encuentren a su disposición para tentarlos a hacer el mal, a que se desvíen del camino correcto, a hacerlos sus prisioneros, y alejarlos de la felicidad y exaltación supremas que podríamos obtener” (Seek Ye First the Kingdom of God, pág. 87).

En las Escrituras leemos acerca de Elí, un sacerdote justo que sirvió en el templo. Los hijos de Elí no siguieron el ejemplo de su padre; en vez de eso, pecaron en gran manera contra el Señor. Elí los amonestó, pero no los contuvo, y a causa de eso, el Señor no estaba complacido con él y lo juzgó muy duramente (Véase 1 Samuel 2–3).

- Lea 1 Samuel 3:13. ¿Qué espera el Señor que hagamos además de enseñar a nuestros hijos?

Es sumamente importante que demos el buen ejemplo a nuestros hijos para que lo sigan. Si no controlamos nuestro carácter, apetitos y pasiones, nuestros hijos probablemente no controlarán los de ellos.

Debemos hacer de nuestro hogar un lugar de felicidad. Nuestros hijos deben sentirse protegidos, seguros y queridos. Si no encuentran felicidad al vivir el Evangelio en el hogar, se apartarán del Evangelio. Por consiguiente, cuando un niño ha sido desobediente, debemos disciplinarlo y luego demostrarle amor crecido.

- Lea D. y C. 121:43–44. ¿Por qué debemos demostrar más amor a nuestros hijos después de disciplinarlos?

### *Dar responsabilidades a los hijos*

El élder F. Enzio Busche dijo:

“Mi esposa y yo estamos de acuerdo en que en el proceso de madurar espiritualmente, los niños tienen lo que se consideraría un derecho... el de tener deficiencias... Creemos que es el deber de los padres comprender... y perdonar, ‘para que no se desalienten’ (Véase Colosenses 3:21)... Los comienzos más pequeños encaminados hacia la adquisición de dones positivos se deben hacer notar, mencionar y admirar...

“Nos esforzamos por guiar a nuestros hijos hacia el autorrespeto... y por lo general dejamos a ellos el juzgarse a sí mismos. Nos hemos dado cuenta del hecho de que uno no es tan buen maestro cuando descubre errores y los señala... como cuando ayuda a un niño a descubrir por sí mismo lo que esté haciendo incorrectamente. Si el niño llega a reconocer por sí solo sus errores, ya habrá dado el primer paso hacia el cambio.

Recuerdo cierta ocasión en que le pedimos a nuestro hijo, después de una transgresión, que estableciera su propio castigo. Decidió que no se le debería permitir mirar televisión durante un mes. Eso no pareció un castigo considerablemente severo, pero qué gusto nos dio cuando nos enterarnos más tarde que cuando él se encontraba de visita en casa de la abuela, él había insistido que ella estaba equivocada al tratar de convencerlo de que viera cierto programa de televisión, aún cuando sus padres no se enterarían de ello. Creo que no puede haber mayor gozo para un padre que el ver a su hijo salir adelante en una situación difícil”. (“Provoke Not Your Children”, *Ensign*, marzo de 1976, págs. 41–42.)

- ¿En qué forma animó el élder Busche a sus hijos a que cultivaran el autodomínio?

El élder L. Tom Perry dijo: ‘Las palabras del profeta José Smith con respecto a los principios que gobiernan ciertamente se aplican a nuestros hijos: ‘Enseñarles principios correctos y permitir que se gobiernen por sí mismos’. (Citado por John Taylor, en *Millennial Star*, 13:339.) Naturalmente, debemos tener cuidado de asegurarnos de que nuestra enseñanza sea aceptable y de que hayamos inculcado en ellos fe y confianza en el Señor. Debemos asegurarnos de que se les haya instruido debidamente, y que al empezar ellos a madurar espiritualmente, debemos proporcionarles oportunidades de expresar la fortaleza de lo que va creciendo en su interior; debemos demostrarles nuestra fe y confianza, y darles responsabilidad” (En *Conference Report*, Conferencia de Área del Área de Sao Paulo, 1977, págs. 11–12.)

### **Conclusión**

El cultivo del autodomínio en nosotros mismos y en nuestros hijos es un proceso que dura toda la vida; requiere fe y paciencia, pero a medida que continuemos cultivando el autodomínio, gozaremos de más bendiciones del Evangelio.

### **Desafío**

Establezca una meta para dominar una debilidad. Siga los tres pasos para la enseñanza del autodomínio que se mencionan en esta lección, a fin de ayudar a sus hijos. Repase esta lección en casa.

---

### **Preparación de la maestra**

Antes de presentar la lección debe hacer lo siguiente:

1. Estudiar el manual *Principios del Evangelio*, capítulo 4: “Libertad de escoger”, y capítulo 35: “Obediencia”.
2. Hacer planes para principiar la lección con la canción: “Hazme andar en la luz” (véase *Himnos*, N° 198, o (Manual *Principios del Evangelio*, pág. 337).
3. Preparar los pósters mencionados en la lección o escribir la información en la pizarra.
4. Asignar a los miembros de la clase que presenten cualquier relato, Escrituras o cita que usted desee.

# CÓMO CREAR UN AMBIENTE EDIFICANTE EN NUESTRO HOGAR

## *L e c c i ó n 3 1*

---

Esta lección tiene como fin inspirarnos a crear un ambiente edificante en nuestros hogares.

### **La poderosa influencia de la vida familiar**

- Muestre las láminas 31-a, “Una madre y sus hijos”, y 31-b, “Una madre les lee a sus hijos”.

El tiempo que pasamos en casa y el ambiente del hogar tienen una influencia poderosa en nuestra vida. Es aquí donde los niños forman sus hábitos e ideas. Dorothy Law Nolte escribió:

“Si el niño vive con crítica, aprende a condenar.

Si el niño vive con hostilidad, aprende a pelear.

Si el niño vive con ridículo, aprende a ser tímido.

Si el niño vive con vergüenza, aprende a sentirse culpable.

Si el niño vive con tolerancia, aprende a ser paciente.

Si el niño vive con ánimo, aprende a tener confianza.

Si el niño vive con elogios, aprende a apreciar.

Si el niño vive con equidad, aprende a ser justo.

Si el niño vive con seguridad, aprende a tener fe.

Si el niño vive con aprobación, aprende a gustar de sí mismo.

Si el niño vive con aceptación y amistad, aprende a encontrar amor en el mundo” (véase “El Obispo Presidente habla a los padres”, *Liahona*, agosto de 1968, pág. 12).

Las mujeres tienen la importante responsabilidad de ayudar a crear una atmósfera favorable en el hogar. Ejercemos una gran influencia en el ambiente del hogar por medio de nuestro ejemplo. Podemos hacernos estas preguntas: ¿Somos pacientes y felices? ¿Corregimos los errores



*31-a, Una madre y sus hijos.*



de nuestra familia con amor y no con enojo? ¿Mostramos reverencia hacia las cosas sagradas? ¿Tenemos fe en Jesucristo? ¿Nos ayudamos mutuamente en nuestros problemas? ¿Oramos individualmente y como familia? ¿Nos escuchamos los unos a los otros? Al hacer estas cosas, creamos un sentimiento que inspirará y ayudará a nuestra familia.

### **Cómo convertir una casa en un hogar**

La casa es un lugar donde las personas viven en paz y felicidad. La casa puede ser una cueva, una tienda, un palacio, una cabaña o una choza. El tamaño o la belleza de un edificio no lo hacen un hogar, sino más bien las personas felices lo convierten en hogar.

Cada una de nosotras debe crear en nuestro hogar un ambiente favorable que inspire a nuestra familia; queremos que los miembros de nuestra familia vivan los principios del Evangelio y utilicen de manera provechosa su tiempo y talentos. Debemos proveerles de oportunidades para el estudio, la recreación y los pasatiempos en nuestro hogar; de ese modo, los miembros de la familia desearán estar en casa y serán menos propensos a buscar actividades en otros lugares.

- ¿Qué crea un ambiente bueno en nuestros hogares? Escriba las respuestas en la pizarra y hable en cuanto a ellas. Asegúrese de incluir las siguientes ideas:

1. Prestar atención a los sentimientos de los demás.
2. Tener el Espíritu del Señor.
3. Sentir que se le quiere y se le necesita.
4. Orar.
5. Efectuar las noches de hogar.
6. Estudiar las Escrituras.

Ya sea que seamos ricos o pobres, podemos hacer muchas cosas para que nuestra familia disfrute de estar en casa. Podemos organizar actividades para enseñar y divertir a los miembros de la familia.

- Pida a las hermanas que hablen en cuanto a los tiempos felices que pasaron en sus hogares cuando eran niñas.
- Escriba en la pizarra la palabra *Música*.

“Luis se comió todo el desayuno y luego se levantó de la silla.

“ ‘¿Puedo ir a casa de Carlos, mamá?’ preguntó.



*31-b, Una madre les lee a sus hijos.*

“ ‘Pero Luis’, dije, ‘estuviste allí ayer y anteayer. ¿Por qué hoy no le pides a Carlos que venga acá?’

“ ‘No, no va a querer’. Los labios le temblaban a pesar de ser un valiente niño de seis años de edad. ‘Por favor, mamá’.

“ ‘¿Por qué te gusta más la casa de Carlos que la nuestra, hijo?’, insistí. De pronto se me ocurrió que Luis y todos sus amigos siempre querían ir a casa de Carlos.

“ ‘Porque...’, explicó algo vacilante, ‘porque... porque la casa de Carlos es una casa cantarina’.

“ ‘¿Una casa cantarina?’, le pregunté. ‘¿Qué quieres decir con eso?’

“ ‘Bueno’, explicó titubeante, ‘la mamá de Carlos tararea cuando cose; Ana canta cuando está haciendo galletitas en la cocina; y el papá silba cuando llega a la casa’. Luis se detuvo un momento y agregó: ‘Tienen las cortinas abiertas y tienen flores en las ventanas. A todos los muchachos les gusta la casa de Carlos, mamá’.

“ ‘Puedes ir, hijo’, le dije rápidamente. Quería que se fuera para poder pensar.

“Eché un vistazo a la casa; todos me habían comentado cuán hermosa era. Teníamos alfombras orientales que pagábamos en mensualidades; también estábamos pagando los elegantes muebles y el coche. Quizás ésa fuera la razón por la que el papá de Luis no llegara silbando cuando entraba en la casa.

“Me... dirigí a casa de Carlos, sin importarme que fueran las diez de la mañana del sábado. Pensé que a la señora Vásquez no le importaría que la interrumpiera en medio de sus quehaceres. Nunca parecía tener prisa. Me recibió con la cabeza envuelta en una toalla.

“ ‘Ah, pase; acabo de limpiar la sala. No me interrumpes, de ninguna manera. Voy a quitarme este turbante y vuelvo enseguida’.

“Mientras esperaba, eché un vistazo; las alfombras estaban raídas; las cortinas estaban recogidas; los muebles, viejos y maltratados; sobre una mesita que tenía una cubierta de brillantes colores había varias revistas viejas; de las ventanas colgaban cestas con hiedra... mientras que un pájaro gorjeaba desde una jaula que estaba colgada bajo el sol. El efecto era hogareño.

“La puerta de la cocina estaba abierta y pude ver a Toño, el bebé, sentado en el linóleo limpio, observando a Ana, que daba los últimos toques a un pastel de manzana; y lo hacía cantando...

“La señora Vásquez vino sonriendo. ‘¿Bueno?’, preguntó, ‘¿en qué puedo servirle? Porque sé que vino para algo; usted es una señora muy ocupada’.

“ ‘Sí’, contesté abruptamente. ‘Vine a ver cómo es una casa cantarina’.

“La señora Vásquez la miraba desconcertada. ‘Pero, ¿qué quiere decir?’

“ ‘Luis me dice que le encanta venir a visitarla porque usted tiene una casa cantarina, y ahora empiezo a darme cuenta de lo que quiere decir’.

“ ‘¡Qué cumplido tan hermoso!’ La señora Vásquez empezó a sonrojarse. ‘Pero naturalmente mi casa no se compara con la suya; todo el mundo dice que usted tiene la casa más hermosa de la ciudad’.

“ ‘Pero no es una casa cantarina’, objeté. ‘...Dígame, ¿cómo es que ha llegado a tener algo así?’

“ ‘Bueno’, sonrió la señora Vásquez, ‘si de veras desea saberlo... Mi esposo no gana mucho dinero, y pienso que nunca lo hará; él no es de ese tipo. Tenemos que economizar y decidimos empezar por las cosas que no son esenciales... Hay libros, revistas y música... son cosas que los niños pueden llevar dentro de sí; el fuego [o los problemas económicos] no los pueden destruir, y por eso los consideramos esenciales.

Naturalmente, los alimentos sanos son también esenciales... La ropa de los niños es muy sencilla... Pero después de pagar todas esas cosas, no parece quedar mucho para comprar alfombras y muebles... No nos endeudamos, si podemos evitarlo... Sin embargo, somos felices’, concluyó.

“ ‘Ya veo’, dije pensativamente. Dirigí la mirada hacia donde Toño y Luis jugaban; se las habían arreglado para hacer un tren con cajas de fósforos vacías y lo estaban cargando con trigo. Estaban desparramándolo por todos lados, pero el trigo es limpio y sano.

“Volví a casa. Mis alfombras orientales parecían descoloridas. Subí las cortinas hasta lo alto de las ventanas, pero la luz que se filtraba a través de las cortinas de seda era tenue... Mi casa no era una casa cantarina, pero tomé la determinación de hacerla cantar” (véase Reed H. Bradford, “Prioridades”, *Liahona*, abril de 1970, págs. 14–15).

- ¿Qué significado implicaba una “casa cantarina”? ¿Cuáles son algunas de las razones por las que eran felices en ese hogar?

Alguna música del mundo actual no es edificante; nos induce a tener pensamientos inmorales o irreverentes. Esa clase de música evita que tengamos el Espíritu del Señor.

- Muestre la lámina 31-c, “Una madre enseña canciones del Evangelio a sus hijos”. Lea D. y C. 25:12.

La música puede unir a las familias y acercarlas a Dios. El cantar himnos juntos como familia nos acerca al Señor. La música folclórica nos recuerda a nuestros antepasados y su modo de vida. La buena música nos eleva e inspira. Aprendemos a amarla cuando la escuchamos, la cantamos o la tocamos con frecuencia.



*31-c, Una madre enseña canciones del Evangelio a sus hijos.*

Debemos animar a los miembros de la familia a cultivar sus talentos musicales. Los líderes de la Iglesia nos han recomendado que lo hagamos, aunque nos sea difícil. La hermana Margrit F. Lohner, un miembro de la Iglesia en Suiza, relató la siguiente historia:

“La hermosa voz de mi madre resonaba en nuestro hogar en Suiza, mañana, tarde y noche. Ella no sabía canciones de cuna, pero cantaba los himnos de Sión... como resultado, yo podía cantar esos himnos cuando estaba aún muy pequeña.

“Mis padres no contaban con los medios para comprar un piano... así que durante todo un año caminé todos los días durante veinte minutos bajo la lluvia y la nieve para practicar el piano en la fría sala de la casa de unos miembros de nuestra rama en Zurich. Debido a eso, no tardé en contraer pulmonía y mis padres se privaron de algunas de sus necesidades para comprarme un piano. Mi madre también limpiaba habitaciones en el apartamento de un vecino para ganar un poco de dinero para mis clases de música. Como resultado de esos sacrificios, mi vida se vio enriquecida con muchas valiosas amistades debido a la música” (“With a Song on Your heart”, *Ensign*, agosto de 1975, pág. 27).

- Escriba en la pizarra la palabra: *Arte*. ¿En qué forma podemos fomentar el arte en nuestros hogares?
- Ponga a la vista la lámina 31-d, “Una lámina del Cristo resucitado realza el ambiente de este hogar”.

Las láminas que utilizamos en nuestros hogares recuerdan a nuestras familias las cosas que son importantes. Podemos rodearnos de láminas que nos recuerden a nuestra familia, nuestros antepasados, nuestra religión y nuestras metas. Esas láminas podrían ser del Salvador, de los templos o de nuestros profetas. También podemos decorar nuestros hogares con cuadros que nos sirvan para despertar nuestro amor por la naturaleza, la paz, la belleza, la historia, etc.

Podemos también cultivar nuestras propias aptitudes al pintar, esculpir, bordar, tejer, decorar nuestros hogares con nuestros trabajos manuales. Para entusiasmar a los miembros de nuestra familia a practicar el arte, podemos proporcionarles los materiales y artículos y exhibir sus labores en nuestro hogar. Nunca debemos burlarnos de su trabajo ni de sus esfuerzos. Durante las noches de hogar para la familia, podríamos efectuar una sesión de talleres donde todos podrían trabajar juntos para crear algo bello; luego podríamos obsequiarlo a alguien que esté enfermo, confinado en el hogar o se encuentre solo.

- Escriba en la pizarra la palabra: *Naturaleza*. ¿En qué forma podemos fomentar el disfrute de la naturaleza?



*31-d, Una lámina del Cristo resucitado realza el ambiente de este hogar.*

Muchos de nosotros no tomamos el tiempo suficiente para apreciar las bellezas de la naturaleza, pero con frecuencia podemos sentir el Espíritu del Señor cuando contemplamos un atardecer, una bella flor, los rayos del sol a través de los árboles, un caracol o una piedra multicolor. Podemos hablar sobre las bellezas de la naturaleza y estar agradecidos por las obras de Dios.

- Canten el himno: “Mi Padre Celestial me ama”, que se encuentra a continuación.

Cuando oigo feliz un ave cantar  
o puedo el cielo mirar,  
o siento la lluvia sobre mi faz,  
o el soplo del viento al pasar.  
Si toco las flores del rosal,  
o huelo un alhelí,  
¡qué gozo me da en este mundo vivir,  
que mi Padre creó para mí!

Me ha dado mis ojos para mirar  
de la mariposa el color.  
Me dio los oídos para escuchar  
los sonidos de Su creación.  
La vida me dio y un corazón,  
y gracias a Él daré  
por ser una parte de su gran creación.  
Sí, mi Padre me ama, lo sé.  
(*Mi Padre Celestial me ama*, 16)

Podemos introducir las bellezas de la naturaleza en nuestros propios hogares si tenemos flores y plantas fuera y dentro de nuestra casa. A casi todas las personas les gusta plantar semillas, regarlas y verlas germinar. Podemos disfrutar al recolectar piedrecillas y estudiar las hojas. La crianza y el cuidado de los animales nos enseñan sobre el nacimiento, la vida y la muerte. También aprendemos a dar afecto y servicio. Debemos estimular el interés que los miembros de la familia muestren por la naturaleza.

- Escriba en la pizarra la palabra: *Libros*. ¿Cómo podemos estimular el goce de buenos libros en nuestro hogar?

La lectura de las Escrituras y otros libros buenos nutren nuestra mente, así como los buenos alimentos nutren nuestro cuerpo. Los libros son como compañeros; pueden elevarnos o echarnos abajo. Debemos leer únicamente libros que nos ayuden a convertirnos en mejores personas. Los buenos libros nos ayudan a apreciar lo que es bueno, bello y verdadero. Para influir de manera positiva en los hábitos de lectura de nuestra familia, podemos seleccionar buenos libros para tener en casa. Podemos



estimular a los miembros de la familia a leer en voz alta unos a otros; podemos narrar relatos de nuestra vida y de nuestros antepasados.

- Lea D. y C. 88:118; y 90:15. ¿Qué libros puede llevar a casa que sean de provecho para su familia?
- Escriba en la pizarra la palabra: *Diversión*. ¿Qué clase de diversión debemos dar a nuestra familia?

Tanto el cine como los programas de televisión pueden influir en nosotros del mismo modo que los libros. Algunos enseñan principios verdaderos, otros sólo nos divierten y algunos nos dan ideas falsas. Nuestra familia deberá decidir cuáles programas valen la pena. Muchos adultos y niños podrían emplear el tiempo que utilizan para ver la televisión para fortalecer la mente y el cuerpo en algunas de las formas que previamente se analizaron en esta lección.

- Escriba en la pizarra las palabras: *Orden y Limpieza*.

Aunque no tengamos dinero, podemos tener un toque de belleza en nuestro hogar. No debemos conformarnos con lo inmundo o desaliñado, tanto en nosotras mismas como en nuestro hogar. A veces, a fin de conservar nuestros hogares ordenados y limpios, queremos deshacernos de actividades, pasatiempos o proyectos; tal vez los consideramos como cosas que abarrotan nuestros hogares y los hacen menos atractivos, pero cada miembro de la familia necesita la libertad para crear; debemos respetar las pertenencias y actividades de otros miembros de la familia. Cada niño debe tener una gaveta o una caja especial para sus propios "tesoros".

### **Conclusión**

El Artículo de Fe número trece dice: "Si hay algo virtuoso, o bello, o de buena reputación, o digno de alabanza, a esto aspiramos". Podemos utilizar esta declaración para guiarnos a medida que cultivamos un ambiente edificante en nuestros hogares.

El presidente David O. McKay dijo: "No conozco otro lugar, además del hogar, donde se pueda encontrar la verdadera felicidad en esta vida. Es posible hacer del hogar un pedazo de cielo; de hecho, me imagino que el cielo es la continuación del hogar ideal" (*Secrets of a Happy Life*, pág. 18). Cada uno de nosotros tiene el privilegio y el desafío de crear esa clase de hogar.

- Canten el himno "Cuando hay amor" (*Himnos*, 194).

### **Desafío**

Esta semana haga algo específico para mejorar el ambiente en su hogar. Para principiar, trate de sonreír más a menudo o de mejorar su actitud. Observe lo que sucede con los otros miembros de la familia. Planee un paseo para observar la naturaleza o haga planes para tener un programa de lectura o alguna otra actividad agradable con uno de sus hijos.

---

### **Preparación de la maestra:**

Antes de presentar la lección debe hacer lo siguiente:

1. Estudiar en el manual *Principios del Evangelio*, el capítulo 34: “Desarrollemos nuestros talentos” y el capítulo 36: “La familia puede ser eterna”.
2. Planear concluir la lección entonando el himno “Cuando hay amor” (*Himnos*, 194).
3. Asignar a los miembros de la clase que presenten cualquier relato, Escrituras o cita que usted desee.

# APRENDAMOS EL EVANGELIO EN NUESTRO HOGAR

*L e c c i ó n 3 2*

---

Esta lección tiene como fin ayudarnos a convertir nuestro hogar en un centro de aprendizaje del Evangelio.

## **Los padres deben enseñar a sus hijos**

Enós, el hijo de un profeta, frecuentemente oyó a su padre, Jacob, hablar sobre las verdades eternas. Un día, Enós salió al bosque a cazar; mientras estaba allí, dijo él:

“Las palabras que frecuentemente había oído a mi padre hablar, en cuanto a la vida eterna... penetraron mi corazón profundamente.

“Y mi alma tuvo hambre; y me arrodillé ante mi Hacedor” (Enós 1:3–4). Después de orar todo el día, oyó una voz que le decía que sus pecados le eran perdonados. Esta experiencia fue tan importante para Enós que enseñó el Evangelio y se regocijó en él todo el resto de su vida.

A Enós se le había enseñado el Evangelio en su hogar. En el Antiguo Testamento se enseña: “instruye al niño en su camino, y aun cuando fuere viejo no se apartará de él” (Proverbios 22:6). En calidad de padres fieles, somos responsables de ayudar a nuestros hijos a aprender los principios del Evangelio y a ponerlos en práctica en su vida.

## **Nuestro hogar: un centro de aprendizaje**

El Señor dispuso que siempre estuviésemos aprendiendo y progresando; por esa razón, depositó en los padres la gran responsabilidad de enseñar a sus hijos. Es por eso que debemos hacer de nuestro hogar el lugar para aprender el Evangelio.

- Lea en D. y C. 68:25–28. ¿Dónde obtienen los niños el conocimiento básico acerca del mundo? ¿En qué forma pueden aprender sobre la vida eterna?

Los niños aprenden sobre esta vida en el hogar, en la escuela y con sus compañeritos de juego. Regularmente no aprenden verdades eternas en la escuela o con los amigos. El Señor ha depositado en los padres la

responsabilidad de enseñar a sus hijos verdades eternas, y cuando lo hacemos, obedecemos Sus mandamientos.

Para criar a nuestros hijos en la luz y la verdad debemos estudiar el Evangelio en nuestro hogar con nuestros hijos, aun cuando sean pequeños. El rey Benjamín declaró a los padres:

“No permitiréis que vuestros hijos... quebranten las leyes de Dios, ni que contiendan y riñan unos con otros y sirvan al diablo...

“Mas les enseñaréis a andar por las vías de la verdad y la seriedad; les enseñaréis a amarse mutuamente y a servirse el uno al otro” (Mosiah 4:14–15).

### **Planeemos el estudio familiar del Evangelio**

Para hacer de nuestro hogar un lugar de aprendizaje del Evangelio, debemos tener un plan. Cada familia deberá buscar la manera que mejor se adapte a todos sus miembros.

- Muestre un cartel, la lista siguiente o haga referencia a la información que aparece en la pizarra:

1. Crear un ambiente para el aprendizaje.
2. Orar con la familia.
3. Aprovechar de los momentos que sean propicios para la enseñanza.
4. Estudiar con regularidad las Escrituras y otros materiales del Evangelio.
5. Llevar a cabo con regularidad la noche de hogar para la familia.
6. Compartir nuestro testimonio con nuestros hijos.

### ***Crear un ambiente para el aprendizaje***

Nuestros hijos deberán sentir la confianza de hablar con nosotros en casa. En muchos hogares existe tensión, lo cual evita que los niños hagan preguntas y expresen sus sentimientos. El presidente David O. McKay aconsejó lo siguiente: “Los padres... deben mostrar una disposición para contestar preguntas. Un niño que hace preguntas contribuye a la felicidad de nuestra vida” (*Gospel Ideals*, pág. 480). Debemos alentar a los hijos a que hagan preguntas, especialmente en cuanto al Evangelio. Es probable que no siempre sepamos las respuestas, pero juntos podemos aprender.

- ¿En qué forma podemos fomentar las conversaciones sobre el Evangelio en nuestros hogares?

### ***Orar con la familia***

- Mostrar la lámina 32-a, “Una familia orando”.

Al orar con nuestras familias podemos enseñarles. Podemos expresar nuestras esperanzas, preocupaciones e ideales. Al orar por los miembros de la familia y demás personas, enseñamos el amor y la preocupación por sus necesidades. Al dar gracias a nuestro Padre Celestial por nuestras bendiciones, los niños pueden aprender a apreciar sus propias bendiciones; al comunicarnos con nuestro Padre Celestial, enseñamos en cuanto a la relación que tenemos con Él y el amor que sentimos por Él.

### ***Aprovechar de los momentos que sean propicios para la enseñanza***

Podemos enseñar el Evangelio en muchas situaciones. Durante las comidas, los padres pueden demostrar cómo los acontecimientos diarios se relacionan con los principios del Evangelio. Los cuentos antes de que los niños se acuesten pueden provenir del Libro de Mormón, de la Biblia o de nuestras propias experiencias espirituales. Podemos compartir relatos de nuestra lectura diaria de las Escrituras. Conforme se presenten las situaciones cotidianas, podemos enseñar a nuestros hijos a comprender los principios del Evangelio.

- ¿Cuáles otras ocasiones son propicias para enseñar los principios del Evangelio?

### ***Estudiar con regularidad las Escrituras y otros materiales del Evangelio***

- Mostrar la lámina 32-b, “Una madre lee las Escrituras a sus hijos”.

Se ha dicho a las mujeres que estudien las Escrituras: “Deseamos que todas las hermanas Santos de los Últimos Días lean todos los libros canónicos [la Biblia, el Libro de Mormón, Doctrina y Convenios y Perla de Gran Precio], que mediten en sus corazones las verdades eternas que se hallan en ellos” (Bruce R. McConkie, “Drink from the Fountain”, *Ensign*, abril de 1975, pág. 70). Si ponemos el ejemplo, será mucho más fácil enseñar a nuestros hijos a leer las Escrituras.

Hay muchas maneras de estudiar las Escrituras. Podemos estudiar de forma individual y como familia.

- Ponga a la vista un cartel de la lista siguiente de sugerencias o haga referencia a la información que figura en la pizarra. Luego, pida a los miembros de la clase que den sugerencias en cuanto a otras formas de estudiar las Escrituras en forma individual.



32-a, *Una familia orando.*



32-b, *Una madre lee las Escrituras a sus hijos.*

1. Lea las Escrituras de principio a fin; trate de leer uno o más capítulos al día o leer quince minutos al día.
2. Estudie las Escrituras por tema (como por ejemplo "oración" u "obediencia"). Busque todas las referencias sobre ese tema.
3. Escudriñe las Escrituras para hallar la respuesta a un problema.
4. Haga una lista de las Escrituras que la inspiren.
5. Prepare un plan de estudio de pasajes correlacionados de las Escrituras.

- Muestre un cartel en el que figure la lista siguiente o haga referencia a la información que aparece en la pizarra. Luego pida a los miembros de la clase que sugieran otras maneras de estudiar las Escrituras como familia.

1. Aparte quince minutos cada mañana antes de que los miembros de la familia salgan al trabajo o a la escuela.
2. Antes de que los niños se vayan a acostar, efectúe una pequeña reunión de estudio por la noche.
3. Prepare y narre relatos de las Escrituras a los niños más pequeños.
4. Escoja algunos versículos de las Escrituras y escríbalos en tarjetas; coloque dichas tarjetas en un tablero de anuncios o en la pared donde todos las puedan ver y luego anime a los miembros de la familia a que los aprendan de memoria.
5. Escoja un pasaje de las Escrituras que enseñe un principio; luego decida la forma de poner en práctica el principio, por ejemplo: lea Mateo 25:31–40 y luego ayude a una familia necesitada; o lea Santiago 1:27 o Gálatas 6:2, y después ayude a alguien que haya perdido a un ser querido.
6. Si están disponibles, lea los discursos de la última conferencia general y ponga en práctica las sugerencias que se den.
7. Si es posible, escuche los audiocasetes de las Escrituras.



Cualquiera sea el plan que sigamos, siempre debemos principiar nuestro estudio de las Escrituras con una oración. Debemos pedirle a nuestro Padre Celestial guía y entendimiento. Debemos meditar en lo que hayamos leído y aplicar los principios del Evangelio en nuestra vida.

El obispo H. Burke Peterson dijo: “No debería haber, no puede haber una familia en esta Iglesia que no disponga de tiempo para leer las Escrituras todos los días. Cada familia puede hacerlo a su manera” (Manual de la Sociedad de Socorro, Vida Espiritual, lección 8, pág. 143).

- ¿Por qué es importante estudiar las Escrituras como familia? Pida a las hermanas que expliquen cómo han podido tener éxito en el estudio de las Escrituras.
- Muestre la lámina 32-c, “Se pueden proporcionar a la familia libros en cuanto al Evangelio y otros buenos libros”.

También podemos aprender en cuanto a los principios del Evangelio por medio de otros materiales. Un librero podría ser un buen lugar para formar una biblioteca de materiales del Evangelio; en él se podrían conservar para toda la familia libros, láminas, audiocasetes con máquina para tocarlos y otros materiales. Los libros canónicos y el manual *Principios del Evangelio* deberán ser los libros básicos de nuestra biblioteca. Si fuese posible, podría comprársele un ejemplar del Libro de Mormón y de la Biblia a cada uno de los hijos; luego, debemos planear una hora específica para el estudio de dichos libros. No podemos esperar que nuestros hijos estudien a menos que lo hagamos con ellos y les demos el ejemplo.

### ***Llevar a cabo con regularidad la noche de hogar para la familia***

La noche de hogar para la familia es una de las mejores oportunidades para enseñar a nuestros hijos. (Cada lunes por la noche se reserva para este fin). Las familias deben estudiar el manual de la noche de hogar para la familia, si está disponible. Si no fuera así, debemos estudiar las Escrituras, el manual *Principios del Evangelio*, escuchar grabaciones sobre el Evangelio y compartir nuestros sentimientos en cuanto a la Iglesia. El crear un ambiente ameno y feliz ayudará a los niños a gozar de la noche; de esa forma desearán participar más. La noche de hogar para la familia no debe ser una noche llena de sermones que los niños no comprendan, sino que debe ser divertida para todos.

### ***Compartir nuestro testimonio con nuestros hijos***

Debemos dar nuestro testimonio a nuestros hijos durante la hora de comer, el estudio de las Escrituras, la noche de hogar para la familia o en conversaciones sobre el Evangelio. Al escucharnos y ver por sí mismos que vivimos el Evangelio, sus propios testimonios del Evangelio crecerán.



32-c, Se pueden proporcionar a la familia libros en cuanto al Evangelio y otros buenos libros.

- Lea Deuteronomio 11:19. Pida a los miembros de la clase que compartan experiencias que hayan tenido al enseñar el Evangelio a sus hijos.

### **Conclusión**

Nuestras familias serán bendecidas conforme estudiemos el Evangelio; nuestro testimonio y nuestros hogares se fortificarán, hallaremos la solución a los problemas, seremos personas más felices y tendremos mayor paz porque estaremos tratando de vivir más cerca de Jesucristo y de nuestro Padre Celestial.

La madre de una familia que llevaba a cabo su estudio de las Escrituras por las mañanas, relató en cuanto a las bendiciones que recibieron:

“Hay muchos beneficios que provienen de este programa que se lleva a cabo temprano por la mañana: se obtiene un mejor conocimiento de las Escrituras y su significado en nuestras vidas, se inicia el día en una forma más organizada... se disfruta de un desayuno juntos como familia.

Estoy segura de que nuestros hijos van a la escuela con un sentimiento más feliz y seguros de sí mismos, de su familia y de su mundo” (Geri Brinley, “Getting a Head Start on the Day”, *Ensign*, abril de 1977, pág. 8).

El élder Bruce R. McConkie habló de otras bendiciones que se obtienen de dicho estudio: “Deseamos tener paz, gozo y felicidad en esta vida y ser herederos de la vida eterna en el mundo venidero. Estas son las dos bendiciones más grandes que es posible que la gente pueda heredar; las podemos heredar al leer y aprender las palabras de vida eterna, aquí y ahora, y al guardar los mandamientos” (“Drink from the Fountain”, *Ensign*, abril de 1975, pág. 70).

### **Desafío**

Planee estudiar el Evangelio en el hogar, tanto en forma individual como con la familia. Busque oportunidades todos los días para explicar los principios del Evangelio a sus hijos.

### **Escrituras adicionales**

- Romanos 15:4 (Las Escrituras dan esperanza).
- 2 Timoteo 3:14–17 (Las Escrituras nos dirigen hacia la perfección).
- 2 Nefi 4:15 (Las Escrituras son para instrucción y beneficio).
- D. y C. 1:37 (Los mandamientos son verdaderos y fieles).

### **Preparación de la maestra**

Antes de presentar la lección debe hacer lo siguiente:

1. Preparar el cartel que se sugiere en la lección o anotar la información en la pizarra.
2. Asignar a los miembros de la clase que presenten cualquier relato, Escrituras o cita que usted desee.

# PREPARÉMONOS PARA ENSEÑAR

L e c c i ó n 33

---

Esta lección tiene como fin ayudarnos a prepararnos para enseñar el Evangelio de manera eficaz.

## **Enseñémonos unos a otros**

El Señor ha mandado a los miembros de Su Iglesia a enseñarse unos a otros.

- Pida a un miembro de la clase que lea D. y C. 88:77–78. ¿A quiénes debemos enseñar?

Podemos enseñar a nuestra familia, amigos, vecinos, compañeros de trabajo y compañeros de escuela. Podemos enseñar a los miembros de la Iglesia en clases organizadas; también podemos enseñar a los que no son miembros.

- Muestre la lámina 33–a, “Una madre le enseña a su hija a atarse los zapatos”.

Desde la creación de la tierra, el Señor nos ha dicho que enseñemos el Evangelio a nuestros hijos. Podemos enseñar durante la noche de hogar para la familia y en otras ocasiones. Las madres, en especial, tienen muchas oportunidades de enseñar a los hijos en el hogar.

- Pida a los miembros de la clase que cuenten sus experiencias relacionadas con la enseñanza de los hijos.

El élder Boyd K. Packer dijo:

“Gran parte de lo que hacemos es enseñar. El mostrar a un niño cómo atar sus zapatos... ayudar a una hija con una nueva receta, dar un discurso en la Iglesia, compartir nuestro testimonio, dirigir una reunión de liderazgo, y por supuesto, enseñar una clase... todo eso es enseñar, y lo hacemos constantemente...”

“Enseñamos cuando predicamos, hablamos o participamos en las reuniones” (*Teach Ye Diligently*, págs. 2–3).



*33-a, Una madre le enseña a su hija a atarse los zapatos.*

En la Iglesia hay muchas oportunidades de enseñar en clases organizadas. El élder Boyd K. Packer nos recordó:

“Todo miembro de la Iglesia enseña casi durante toda la vida.

“Tenemos maestros que enseñan en todas las organizaciones de la Iglesia...

“La Iglesia progresa con el apoyo del poder de la enseñanza que allí se imparte. La obra del reino se dificultará si la enseñanza no se efectúa en la debida forma” (*Teach Ye Diligently*, págs. 2-3).

Algunas veces nuestra enseñanza no se lleva a cabo en el salón de clases; en vez de ello, se lleva a cabo cuando nos comunicamos los unos con los otros. El siguiente relato es un ejemplo de esto:

“Conocí al obispo Fred Carroll cuando nuestra familia se mudó al barrio donde él presidía, y yo era uno de los diáconos mayores en el Sacerdocio Aarónico. Este gran hombre probablemente no me dirigió más de cincuenta palabras directamente, no obstante, la mitad de ellas quedaron permanentemente grabadas en mi mente. Estoy seguro de que ese buen obispo nunca se dio cuenta del tremendo impacto que él tuvo en mí con aquellas palabras tan valiosas, las cuales me había ofrecido un día de manera callada y privada: ‘Me he dado cuenta de que eres muy reverente en las reuniones de nuestra Iglesia; das un gran ejemplo para los demás muchachos.

“Tan sólo unas palabras, ¡pero que poderosas! Para mí, fueron más eficaces que cientos de asignaciones que he tenido desde entonces. Hasta ese momento nunca me había considerado particularmente reverente; estoy seguro de que el obispo Carroll confundió mi modo de ser tímido y reservado con la reverencia, pero eso no importaba. Desde ese momento empecé a preguntarme acerca del significado de la reverencia en mi vida. Al poco tiempo empecé a sentirme reverente; al fin y al cabo, si el obispo Carroll pensaba que yo era reverente, tal vez sí lo fuera. La actitud que se desarrolló en mí debido a la semilla que el obispo Carroll plantó ha crecido desde entonces hasta llegar a ser una influencia guiadora en mi vida” (Lynn F. Stoddard, “The Magic Touch”, *Instructor*, septiembre de 1970, págs. 326–327).

Los maestros de clases organizadas tienen muchas oportunidades de influir y guiar a los miembros de la clase. Cuando trabajan arduamente, encuentran buenas maneras para enseñar los principios del Evangelio tanto dentro como fuera del salón de clase. El élder Thomas S. Monson habló de haber estado bajo la influencia de un maestro de esa clase.

“En nuestra clase de la Escuela Dominical, ella nos enseñó en cuanto a la creación del mundo, la caída de Adán, el sacrificio expiatorio de Jesús; llevaba a su salón de clase como invitados de honor a Moisés,

Josué, Pedro, Tomás, Pablo y Jesucristo. Aunque no los veíamos, aprendimos a amarlos, honrarlos y emularlos.

“Su enseñanza nunca fue más dinámica ni su impacto más perdurable que un domingo por la mañana cuando nos anunció con tristeza el fallecimiento de la madre de un compañero de clase. Aquella mañana habíamos echado de menos a Billy, pero no sabíamos la razón de su ausencia. El tema de la lección era: ‘Más bendecido es dar que recibir’.

“A mediados de la lección, nuestra maestra cerró el manual y abrió nuestros ojos, nuestros oídos y nuestro corazón a la gloria de Dios. Hizo la pregunta: ‘¿Cuánto dinero tenemos en el fondo para fiestas de nuestra clase?’

“...‘cuatro dólares y setenta y cinco centavos’.

“Entonces, con gran ternura, hizo la sugerencia: ‘La familia de Billy está en apuros y acongojada. ¿Qué les parece la idea de visitar esta mañana a los miembros de la familia y darles el dinero de nuestro fondo?’

“Siempre recordaré al pequeño grupo caminar aquellas tres cuadras de la ciudad, entrar en el hogar de Billy, saludarlo a él, a sus hermanos, hermanas y a su padre. La ausencia de la madre era obvia. Siempre atesoraré el recuerdo de las lágrimas que brillaron en los ojos de todos cuando el sobre blanco que contenía nuestro precioso fondo para fiestas pasó de la delicada mano de nuestra maestra a la necesitada mano de un padre afligido. Volvimos a la capilla casi brincando; nuestros corazones se sentían más ligeros que nunca; nuestro gozo era más completo, nuestro entendimiento más profundo. Una maestra inspirada por Dios había enseñado a los niños de su clase una lección eterna de verdad divina: ‘Más bendecido es dar que recibir’ ” (véase “Sólo un maestro”, *Liahona*, octubre de 1973, pág. 6).

Todo miembro de la Iglesia es un maestro; todos enseñamos a los demás el Evangelio por medio de nuestras palabras y hechos. Cuando nos bautizamos, prometemos “ser testigos de Dios a todo tiempo, y en todas las cosas y todo lugar en que estuviésemos, aun hasta la muerte” (Mosíah 18:9). Después de bautizarnos debemos compartir el Evangelio con nuestros vecinos y todos los habitantes de la tierra. También debemos enseñar a nuestros hijos y demás miembros de la Iglesia.

### Estudio y preparación

- Muestre la lámina 33-b, “Una hermana enseña de las Escrituras”.

Para llegar a ser maestros eficaces debemos prepararnos bien. Todos tenemos habilidad para enseñar, pero cada uno puede mejorar. El presidente David O. McKay dijo: “Ningún maestro puede enseñar lo que no sabe. Ningún maestro puede enseñar lo que no ve ni siente” (*Treasures of Life*, pág. 476).





33-b, *Una hermana enseña de las Escrituras.*

- Pida a las hermanas que escuchen las ideas en cuanto a preparar una lección, mientras usted lee la siguiente cita:

“Aparte un tiempo y lugar específicos para planificar su lección. Tenga a la mano los materiales: Escrituras, manual de lecciones, referencias, papel y lápiz...

“Al planear... comience con una oración. Éste es el Evangelio [del Señor]; usted es Su maestro que enseña a Sus hijos. Pregunte al Señor cómo desea que se enseñe el mensaje... Cuando se perciba una necesidad especial, el ayuno debe acompañar a la oración como el medio para sentirse en armonía con el Espíritu del Señor” (*Teacher Development Program, Basic Course*, pág. 133).

- Enumere en la pizarra los materiales que necesita para preparar una lección. ¿Qué debe hacer mientras se prepara?

Para preparar una lección, se sugieren los siguientes pasos:

1. Establecer la meta (objetivo) de la lección.

En la mayoría de los manuales, esta meta se encuentra escrita al principio de la lección. La meta consiste en la idea principal que usted desea que los alumnos de la clase aprendan, recuerden o hagan. Anote la meta y piense en ella mientras prepara la lección.

2. Conozca el material de la lección.

Estudie el material de la lección, tanto el manual como las Escrituras, con bastante anticipación, y determine los puntos más importantes. Ore siempre al preparar la lección.

3. Obtenga ayudas visuales por medio de la investigación y el estudio.

A fin de crear interés en la lección, utilice cosas que la clase pueda ver. Objetos, gráficas, láminas y otros artículos pueden considerarse como ayudas visuales. El crear interés en la lección es importante al enseñar a personas de todas las edades.

4. Organice las ayudas y materiales de la lección.

Ordene los materiales en el mismo orden en que se utilizarán en la lección; el tenerlos en orden de antemano evitará la confusión.

### **Amemos a aquellos que enseñemos**

El élder Boyd K. Packer dijo: “El buen maestro ya ha estudiado la lección; el maestro admirable también estudia a los alumnos, los estudia seria y atentamente... Al estudiar cuidadosamente los rasgos y expresiones de sus alumnos, quizás emane del corazón de él... un sentimiento parecido a la inspiración; es el amor que lo inducirá a encontrar la manera de hacer la obra del Señor: de apacentar Sus ovejas” (“Study Your Students”, *Instructor*, enero de 1963, pág. 17).

Los alumnos a los que se les demuestre amor actuarán con más confianza; desearán mejorarse y también aprenderán a amar a los demás. Los maestros que aman a sus alumnos reciben la inspiración del Señor, y entenderán mejor las necesidades de sus alumnos.

“Aun el maestro que carece de capacitación en el arte tradicional de la enseñanza puede tener un gran efecto en el alumno individual si ama y respeta a ese alumno y demuestra interés personal en él.

“Recuerdo que un maestro a quien yo consideraba seco y desinteresado se encontró conmigo y me entregó un libro en el que pensó que estaría interesado. Yo no tenía ningún interés especial en el libro... pero ese día obtuve un nuevo aprecio por el maestro que mostró tal interés en mí, y de allí en adelante él contó con mi atención” (William E. Berrett, “Teaching: An Extension of Your Personality”, *Ensign*, abril de 1973, pág. 61).

- ¿En qué forma podemos mostrar a los miembros de la clase que los amamos en el salón de clase? ¿Fuera del salón de clase?

### **Orar para recibir el Espíritu**

- Muestre la lámina 33-c, “Una maestra suplica ayuda al estudiar las Escrituras”.

El presidente Brigham Young dijo: “Después de todos nuestros esfuerzos por obtener sabiduría de los mejores libros, etc., aún queda una fuente abierta para todos; ‘si alguno de vosotros tiene falta de sabiduría, pídale a Dios’ [Santiago 1:5]” (*Discourses of Brigham Young*, sel. de John A. Widtsoe, pág. 261).

Si queremos tener el don para enseñar, debemos orar a nuestro Padre Celestial. Él nos ayudará a preparar la lección; nos ayudará a conocer y a amar a los alumnos. Si pedimos Su ayuda, Él estará con nosotros al enseñar.

### **Conclusión**

Tenemos la responsabilidad de enseñar el Evangelio a nuestros hijos, a los demás miembros de la Iglesia y a los miembros de nuestra familia y semejantes de todo el mundo que no sean miembros de la Iglesia.

El élder Vaugh J. Featherstone, al citar al presidente David O. McKay, dijo: “No hay mayor responsabilidad en el mundo que la capacitación del alma humana”. El élder Featherstone prosiguió: “Gran parte de la mayordomía personal de todo padre y maestro en la Iglesia es enseñar y capacitar” (en *Conference Report*, 1976, pág. 153; o *Ensign*, noviembre de 1976, pág. 103).



33-c, *Una maestra suplica ayuda al estudiar las Escrituras.*

El Señor espera que nos preparemos para enseñar eficazmente. Preparación significa estudiar, orar y enseñar mediante la influencia del Espíritu Santo.

**Desafío**

Elija un principio del Evangelio que desee enseñar esta semana. Ore para encontrar oportunidades para enseñar. Evalúe sus esfuerzos al final de la semana, y determine la forma en que puede seguir mejorando.

**Escrituras adicionales**

- Deuteronomio 6:5–7 (enseñar a los niños diligente y constantemente).
- Mosíah 4:14–15 (enseñar el amor a los hijos).
- D. y C. 42:14 (enseñar mediante el Espíritu).
- D. y C. 68:25–28 (enseñar el Evangelio a los hijos).
- Moisés 6:57 (enseñar el arrepentimiento a los hijos).

---

**Preparación de la maestra**

Antes de presentar la lección debe hacer lo siguiente:

Asignar a los miembros de la clase que presenten cualquier relato, Escrituras o cita que usted desee.

# LA ENSEÑANZA DE LAS ESCRITURAS

## L e c c i ó n 3 4

---

Esta lección tiene como fin ayudarnos a prepararnos para enseñar de las Escrituras.

### **Las Escrituras son nuestra más maravillosa fuente para la enseñanza**

- Muestre las láminas 34–a, “Esta maestra sabe que no sólo debe estudiar las Escrituras sino que debe meditar en lo que ha aprendido”, y 34–b, “Esta hermana enseña de las Escrituras, y los niños tienen sus propios ejemplares de las Escrituras durante la clase”.

El presidente J. Reuben Clark, hijo, dijo una vez a un grupo de maestros de la Iglesia: “Su deber esencial es enseñar el Evangelio del Señor Jesucristo... Han de enseñar este Evangelio utilizando como fuentes de consulta y autoridades los libros canónicos de la Iglesia, y las palabras de aquellos a quienes Dios ha llamado para dirigir a su pueblo en estos últimos días” (“The Charted Course of the Church in Education”, págs. 10–11).

El conocer las Escrituras y utilizarlas al enseñar es la ayuda didáctica más maravillosa de que disponemos.

El Señor ha enseñado la importancia de conocer y enseñar las Escrituras. Durante Su visita a los nefitas después de Su resurrección, Él dijo: “Sí, un mandamiento os doy de que escudriñéis estas cosas (las Escrituras) diligentemente” (3 Nefi 23:1). También les enseñó que enseñaran el Evangelio a los demás (véase 3 Nefi 23:14). En Doctrina y Convenios, nos mandó que nos esforzáramos por escudriñar las Escrituras (véase D. y C. 1:37). Debemos enseñarlas fielmente porque testifican y enseñan en cuanto a Él. Las Escrituras nos enseñan todas las cosas que debemos hacer para disfrutar la bendición de la vida eterna.

Además de los libros canónicos, hoy día contamos con la palabra del Señor mediante Su profeta viviente. Las palabras de los profetas vivientes, “cuando sean inspirados por el Espíritu Santo”, también se consideran Escritura (véase D. y C. 68:1–4). Los manuales y las revistas de la Iglesia nos ayudan a aprender las palabras de los profetas y las otras Escrituras.



*34-a, Esta maestra sabe que no sólo debe estudiar las Escrituras sino que debe meditar en lo que ha aprendido.*

- ¿Dónde podemos obtener las palabras del profeta viviente?

### **Cómo aplicar las Escrituras a nuestra vida**

Cuando Lehi y su familia llegaron a la tierra prometida, Nefi enseñó las Escrituras a sus hermanos; enseñó de un modo que la gente pudiera comprender; él dijo: “Porque apliqué todas las Escrituras a nosotros mismos para nuestro provecho e instrucción” (1 Nefi 19:23).

Las Escrituras nos enseñan “los hechos del Señor en otras tierras, entre los pueblos de la antigüedad” (1 Nefi 19:22). Aunque se escribieron en el pasado, las Escrituras aún tienen gran significado para nosotros hoy día. Los buenos maestros son capaces de aplicar las Escrituras a la vida moderna y mostrarnos cómo los acontecimientos del pasado nos ayudan a entender el presente.

- Muestre la lámina 34–c, “Nefi y Lehi con la Liahona”. Pida a un miembro de la clase que lea 1 Nefi 16:9–12, 15–30.

Al hacer referencia al relato de la familia de Lehi y la Liahona, en el Libro de Mormón, el presidente Kimball dijo:

“Imaginen que ustedes son Nefi, quien oyó a su padre emocionado decirles sobre algo que acababa de encontrar en la entrada de la tienda. Se trataba de... ‘una esfera...esmeradamente labrada’, hecha ‘de bronce fino’, y ninguno de ustedes jamás había visto algo semejante. (1 Nefi 16:10).

“Si ustedes... observaran con detenimiento el funcionamiento de esa esfera poco común, notarían que trabajaba ‘de acuerdo con la fe, diligencia y atención’ que se le diese en cuanto al camino que debieran seguir (1 Nefi 16:28–29)... ¿Qué pensarían si al examinarla más detenidamente notaran que en la esfera había escritos que ‘[eran fáciles] de leer’ y... que explicaban las vías del Señor. ¿Y qué ocurriría si las instrucciones se cambiaran ‘de cuando en cuando’ de acuerdo con las demandas adicionales del Señor, y esto ‘según la fe y diligencia’ que la familia le prestaran? (1 Nefi 16:21)...

“La esfera o Liahona —cuya interpretación significa brújula— fue preparada especialmente por el Señor para mostrarle a Lehi el curso que habría de seguir en el desierto. ¿No les gustaría tener esa clase de esfera —cada uno de ustedes— a fin de que siempre que estuvieran en error les señalara el camino correcto y les escribiera mensajes... a fin de que siempre pudiesen saber cuando estuviesen en error o en el camino equivocado?

“Eso... lo poseen todos ustedes. El Señor le dio a... toda persona, una conciencia que le hace saber cada vez que se encamina por el sendero equivocado. Siempre se le dice si está escuchando; pero, naturalmente, las personas pueden llegar a acostumbrarse de tal forma a escuchar





*34-b, Esta hermana enseña de las Escrituras, y los niños tienen sus propios ejemplares de las Escrituras durante la clase.*

los mensajes que dejan de hacerles caso, hasta que al final ya no los retienen.

“Ustedes deben comprender que en su interior tienen algo semejante a la brújula, semejante a la Liahona. Se da a toda criatura... Si hace caso omiso de esa Liahona que lleva en su ser, es posible que al final deje de darle indicaciones; pero si recordamos que cada uno de nosotros dispone de aquello que lo dirigirá debidamente, nuestra embarcación no se pondrá en el camino equivocado... si escuchamos los dictados de nuestra propia Liahona, a la que llamamos conciencia” (en *Conference Report*, octubre de 1976, págs. 115–117; véase, además, *Ensign*, noviembre de 1976, págs. 77–79.)

- ¿En qué forma relacionó el presidente Kimball las Escrituras a nosotros en la actualidad?

Si conocemos las Escrituras, podemos aplicar principios verdaderos en nuestra vida. Los siguientes ejemplos muestran cómo una madre enseñó a sus hijos basándose en las Escrituras.

A la hora de decir la oración una noche, Ana, de cuatro años de edad, anunció que no quería decir sus oraciones. La madre trató de persuadirla, pero Ana rehusó orar. Entonces la madre le relató a Ann la historia de Daniel.

- Pida a la hermana asignada que lea Daniel 6:1–23 o que relate la historia en sus propias palabras.

La madre luego explicó que la oración era muy importante para Daniel, quien oró aun cuando pensó que iba a morir por orar. Entonces le preguntó a Ana: “Ahora que sabes lo importante que es la oración, ¿quieres que te ayuden a decir la oración?”

En otra ocasión, Ana y su hermana Juanita se encontraban discutiendo acaloradamente. Las dos querían jugar con la misma muñeca; entonces la madre fue a ellas y preguntó: “¿Por qué no cortamos la muñeca a la mitad y damos una parte a cada una?”

“No”, dijo Ana, “no la cortes a la mitad”.

“Sí, hazlo”, gritó Juanita.

La madre contestó: “Debe ser la muñeca de Ana. ¿Sabes como lo supe?” Luego leyó y analizó con las niñas el relato que se encuentra en 1 Reyes 3:16–27.

- Pida a la hermana asignada que lea o narre con sus propias palabras el relato de 1 Reyes 3:16–27. ¿En qué forma ayudaron las Escrituras a esta madre a enseñar a sus hijas? Lea Mateo 25:1–13 y Enós 1:2–5.

### Preparémonos para enseñar las Escrituras

El presidente Harold B. Lee declaró: “Digo que debemos enseñar a nuestra gente a encontrar las respuestas en las Escrituras... Mas lo desafortunado del caso es que muchos de nosotros no estamos leyendo las Escrituras; ignoramos lo que hay en ellas y por consiguiente especulamos en cuanto a las cosas que debíamos haber encontrado en las Escrituras mismas. Creo que en esto radica uno de nuestros mayores peligros de hoy en día” (véase “Busquen las respuestas en las Escrituras”, *Liahona*, diciembre de 1973, pág. 3).

Nadie nos obligará a estudiar las Escrituras; podemos buscar muchas excusas para no estudiarlas. Debemos planificar el estudio de las Escrituras. (Véase la lección 32, “Aprendamos el Evangelio en nuestro hogar”, de este manual).

- ¿Cómo podremos vencer los obstáculos para efectuar el estudio de las Escrituras?

Si deseamos enseñar de las Escrituras, debemos hacer más que tan sólo leerlas sin pensar.

- Pida a los miembros de la clase que lean Moroni 10:3. ¿Qué es lo que nos dice Moroni en cuanto al aprender de las Escrituras?

El presidente Marion G. Romney dijo:

“Cuando he leído las Escrituras, la palabra *meditar* ha constituido un desafío para mí... El diccionario dice que *meditar* significa ‘considerar mentalmente, pensar profundamente, deliberar...’

La *meditación* es, a mi manera de pensar, una forma de oración. Ha sido, por lo menos, una manera de acercarnos al Espíritu del Señor” (véase *Magnificando nuestro llamamiento en el Sacerdocio*, *Liahona*, diciembre de 1973, págs. 42–43).

Una vez que hayamos leído y meditado las Escrituras, podemos pedirle a nuestro Padre Celestial que nos ayude a saber si son verdaderas mediante el poder del Espíritu Santo, tal como Moroni prometió. Por medio de la guía del Espíritu, también podemos encontrar consuelo y respuesta a las dificultades si estudiamos las Escrituras. El experimentar esas cosas nos servirá para enseñar a los demás.

Invite a los alumnos a compartir de qué forma el estudiar las Escrituras ha bendecido su vida y los ha ayudado a prepararse para enseñar.

### Conclusión

A fin de enseñar las Escrituras, debemos *prepararnos* leyéndolas a menudo; debemos *meditar* el material al pensar en él; debemos *orar* con verdadera y sincera intención; luego debemos *practicar* lo que hayamos



34-c, Nefi y Lehi con la Liahona.

llegado a saber y comprender mediante el Espíritu. Cuando lo hayamos hecho, podremos enseñar las Escrituras con poder.

### **Desafío**

Marque pasajes de las Escrituras que encierren significado especial para usted. Compare las Escrituras a su propia vida. En la noche de hogar para la familia, a la hora de comer o en otras situaciones familiares, hablen en cuanto a relatos de las Escrituras. Aplique las Escrituras a su propia vida.

### **Escrituras adicionales**

- 2 Nefi 4:15–16 (el amor de Nefi por las Escrituras).
- 2 Nefi 32:3 (deleitarse en las palabras de Cristo).
- Alma 37:38–47 (las cosas sagradas que Alma enseñó a su hijo Helamán en cuanto a la Liahona).
- D. y C. 11:21–22 (obtener la palabra de Dios).

---

### **Preparación de la maestra**

Antes de presentar la lección debe hacer lo siguiente:

1. Estudiar en el manual *Principios del Evangelio* el capítulo 10: “Escrituras”.
2. Repasar la lección 32 de este manual: “Aprendamos el Evangelio en nuestro hogar”.
3. Asignar a dos miembros de la clase que lean los siguientes pasajes de las Escrituras o que en sus propias palabras narren los relatos de esos pasajes: Daniel 6:1–23 y 1 Reyes 3:16–27.
4. Asignar a los miembros de la clase que presenten cualquier relato, Escrituras o cita que usted desee.

# LA ENSEÑANZA POR EL PODER Y LA INFLUENCIA DEL ESPÍRITU SANTO

Lección 35

---

Esta lección tiene como fin ayudarnos a enseñar el Evangelio mediante el poder del Espíritu Santo.

## **Los maestros necesitan la guía del Espíritu Santo**

El Señor nos ha mandado que nos enseñemos los unos a los otros en cuanto a Su reino (véase D. y C. 88:77). Para enseñar, debemos tener un testimonio de la verdad del Evangelio restaurado de Jesucristo. Debemos enseñar con el poder y la influencia del Espíritu Santo.

El presidente David O. McKay dijo: “Maestros, comiencen la preparación de sus lecciones con una oración. Enseñen sus lecciones con una plegaria en el corazón; luego oren para que Dios enriquezca su mensaje... por medio de la influencia de su Santo Espíritu” (*Gospel Ideals*, pág. 223).

El élder Hartman Rector, hijo, relató la siguiente historia acerca del presidente Harold B. Lee:

“Poco después de haber sido ordenado al oficio de Presidente... un reportero preguntó:

“ ‘¿Qué es lo que espera cumplir durante su administración como Presidente de la Iglesia?’

“ ‘Bueno’, dijo, ‘únicamente puedo contestar esa pregunta con las palabras de un gran profeta cuando se le dio la asignación del Señor de obtener un antiguo registro. Él dijo:

“ ‘E iba guiado por el Espíritu, sin saber anticipadamente lo que tendría que hacer’ (1 Nefi 4:6)” (en *Conference Report*, octubre de 1973, pág. 134; o *Ensign*, enero de 1974, pág. 106).

Como maestros, nosotros también debemos ser guiados por el Espíritu. Para enseñar el Evangelio de Jesucristo, debemos tener la guía del Espíritu Santo.

- Pida a los miembros de la clase que lean D. y C. 42:12–14. ¿Qué se nos dice que enseñemos? ¿Dónde hallamos esos principios? ¿Cómo obtenemos el Espíritu para enseñar? Si no tenemos la influencia del Espíritu Santo, ¿por qué no debemos enseñar?

La influencia del Espíritu Santo puede hacer que las palabras del maestro se arraiguen en el corazón de los que escuchan: "...porque cuando un hombre habla por el poder del Santo Espíritu, el poder del Espíritu Santo lo lleva al corazón de los hijos de los hombres" (2 Nefi 33:1).

- Muestre la lámina 35–a, "El rey Benjamín enseña a su pueblo desde una torre alta".

El rey Benjamín reunió a toda la gente para darles instrucciones especiales; él deseaba fortalecerlos espiritualmente.

- Pida a la clase que lea Mosíah 5:1–2. ¿Qué fue lo que hizo que la gente creyera las palabras que el rey Benjamín había hablado? Pida a los miembros de la clase que lean Mosíah 5:3–4. ¿En qué forma afectó esa experiencia su fe?

### **Cómo obtener la guía del Espíritu Santo**

Los hijos de Mosíah enseñaron el Evangelio por medio de la influencia del Espíritu Santo. Recibieron esa guía después de mucho esfuerzo.

- Pida a un miembro de la clase que lea Alma 17:2–3. ¿Cuáles tres pasos siguieron los hijos de Mosíah para enseñar con poder? Escríbalos en la pizarra.

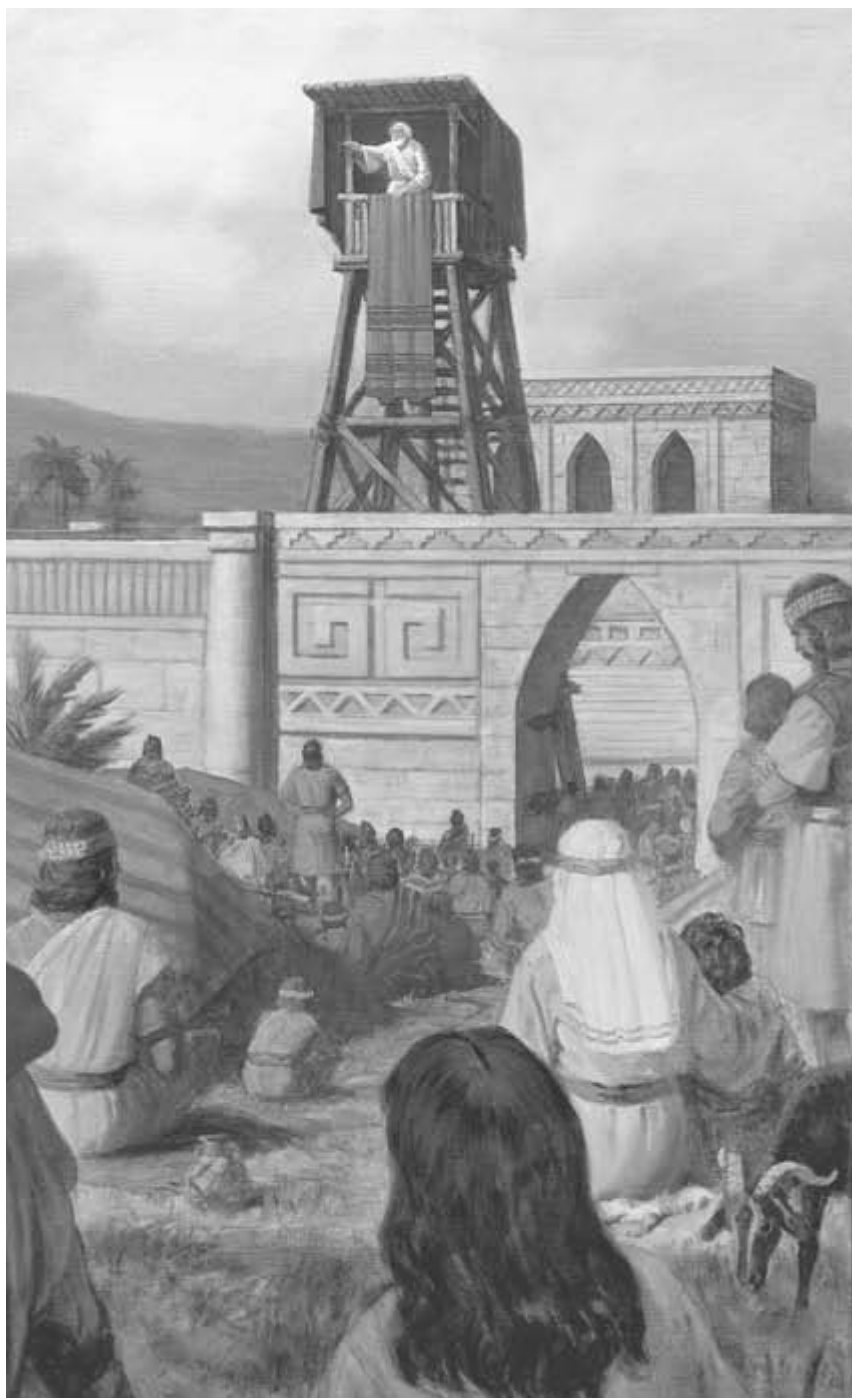
Después de prepararse mediante el estudio, el maestro debe orar para recibir la guía del Espíritu Santo.

El presidente Marion G. Romney relató la experiencia que tuvo su esposa al enseñar mediante el Espíritu. Ella tenía que enseñar una lección sobre la visión que el profeta José Smith tuvo del Padre y del Hijo. En la clase había una mujer graduada en la universidad, que no era miembro de la Iglesia. La hermana Romney temía que esa mujer de gran conocimiento no fuese a aceptar la lección, y ella misma no estaba segura de si sabía que era verdadera.

Al hablar con su madre sobre el problema, la hermana Romney dijo: " 'No puedo dar esa lección; no sé si José Smith tuvo esa visión' .

"Su madre no era una mujer de mucha educación, pero sí tenía un testimonio. Ella le dijo a su hija: 'Sabes cómo recibió el Profeta la visión, ¿verdad?'

" 'Sí... la obtuvo cuando le pidió a Dios sabiduría' ...



*35-a, El rey Benjamín enseña a su pueblo desde una torre alta.*



“[La hermana Romney] se dirigió a su habitación y lo puso a prueba... El resultado fue que ella... dio la lección de manera convincente, con un poder que sobrepasaba sus habilidades naturales. ¿Cómo pudo hacerlo? El Espíritu Santo vino a ella en respuesta a su petición; sintió un ardor en el pecho. Supo que José Smith había visto la visión, en la misma forma que él lo sabía. Ella no había visto exactamente con sus propios ojos las cosas que el Profeta vio, pero obtuvo el mismo conocimiento. Por medio de la descripción de José Smith ella supo lo que él había visto, y tuvo un testimonio del Espíritu Santo de que su relato era verdadero” (“How to Gain a Testimony, *New Era*, mayo de 1976, págs. 10–11).

- ¿Qué pasos siguió la hermana Romney? Compárelos con los tres pasos que figuran en la pizarra. ¿Por qué el añadir la oración a su estudio le dio la confianza suficiente? ¿Cómo le llamamos a lo que la hermana Romney recibió?
- ¿Qué diferencia hay entre simplemente leer en cuanto a una verdad y el que alguien en quien confías diga que sabe que es verdad? Pida a los miembros de la clase que lean Moroni 10:4–5. ¿En qué forma el Espíritu Santo nos hace saber la verdad? ¿Qué tenemos que hacer para recibir ese testimonio?

### **Compartamos nuestro testimonio**

El enseñar con un testimonio significa enseñar con el conocimiento de que el Evangelio es verdadero. Con el espíritu de testimonio podemos ayudar a los demás a entender el Evangelio restaurado. El Espíritu Santo confirmará la veracidad de los principios del Evangelio a los que escuchen. (Véase 1 Corintios 2:12–13.)

- Muestre la lámina 35–b, “Dos misioneros ante la puerta de una investigadora”.

El élder Alvin R. Dyer relató lo siguiente:

“Dos misioneros llegaron a una casa al caer la tarde... La familia... se estaba preparando para cenar... Los misioneros tuvieron poco éxito con el mensaje que intentaron dejar a la puerta y la señora empezó a cerrarla... Mientras lo hacía, los misioneros... testificaron de la veracidad del Evangelio... Uno de los élderes levantó la voz a propósito, con el fin de que las personas que estaban adentro pudieran oírlo... Luego los misioneros se fueron rápidamente...”

“Habían caminado media calle cuando oyeron que alguien los llamaba... Un muchacho de unos catorce años los alcanzó y les dijo: ‘Mi papá quiere que regresen’. De modo que se apresuraron a volver a la casa... El padre dijo que no le había impresionado lo que habían dicho cuando



*35-b, Dos misioneros ante la puerta de una investigadora.*

estaban en la puerta hasta que oyó a uno de ellos testificar. Luego dijo: ‘Me embargó un extraño sentimiento y me di cuenta de que había hecho mal al decirles que se fueran’. Ese renovado interés, nacido del testimonio y del espíritu de convicción, llevó al bautismo de esa familia” (“When Thou Art Converted”, *Instructor*, julio de 1961, pág. 225).

- ¿Por qué pidió el padre que los misioneros regresaran?
- Pida a las dos hermanas asignadas que digan cómo se sintieron cuando se les enseñó el Evangelio.

### **Conclusión**

Al enseñar con el Espíritu Santo, aumentaremos el conocimiento, la comprensión, el testimonio y la fe, tanto en nosotros mismos como en aquellos a quienes enseñamos. Debemos ser dignos y estar preparados para enseñar mediante el poder del Espíritu Santo. La guía del Espíritu Santo viene cuando estudiamos, oramos y vivimos los mandamientos de Dios.

“Y se os dará el Espíritu por la oración de fe; y si no recibís el Espíritu, no enseñaréis...”

“Y al elevar vuestras voces por medio del Consolador, hablaréis y profetizaréis conforme a lo que me parezca bien;

“pues he aquí, el Consolador sabe todas las cosas” (D. y C. 42:14, 16–17).

### **Desafío**

Busquemos la guía del Espíritu Santo mediante el estudio, la oración y el ayuno. Estos son pasos que nos ayudan a prepararnos para enseñar. Busquemos y utilicemos las oportunidades para enseñar a niños, a otros familiares, amigos y vecinos.

### **Escrituras adicionales**

- Lucas 24:32 (el corazón de los discípulos ardía en su interior).
- Juan 14:26 (El Espíritu Santo enseña todas las cosas).
- 2 Nefi 32:7–8 (escuchar al Espíritu).
- Alma 5:43–52 (Alma testifica del Espíritu Santo).
- Moroni 10:7–8 (los dones de Dios se dan mediante el Espíritu de Dios).

### **Preparación de la maestra**

Antes de presentar la lección debe hacer lo siguiente:

1. Seguir los pasos bosquejados en la lección para recibir la ayuda del Espíritu Santo.
2. Asignar a dos miembros de la clase para que cuenten cómo se sintieron cuando se les enseñó el Evangelio.
3. Asignar a los miembros de la clase que presenten cualquier relato, Escrituras o cita que usted desee.



---

# PRESIDENTES DE LA IGLESIA

## 1. José Smith

Nació el 23 de diciembre de 1805 en Sharon, Condado de Windsor, Vermont, Estados Unidos. Fueron sus padres Joseph Smith y Lucy Mack Smith. Recibió el Sacerdoció de Melquisedec (fue ordenado Apóstol) en la primavera de 1829, por los apóstoles Pedro, Santiago y Juan (véase D. y C. 20:2, 27:12); llamado por Dios para ser el primer élder de la Iglesia el 6 de abril de 1830; ordenado sumo sacerdote el 3 de junio de 1831 por Lyman Wight; sostenido como Presidente del sumo sacerdocio el 25 de enero de 1832 en una conferencia que se efectuó en Amherst, Condado de Loraine, Ohio; martirizado el 27 de junio de 1844 en la cárcel de Carthage, Carthage, Condado de Hancock, Illinois, Estados Unidos, a los 38 años de edad.

## 2. Brigham Young

Nació el 1° de junio de 1801 en Whittingham, Condado de Windham, Vermont, Estados Unidos. Fueron sus padres John Young y Abigail Howe Young. Ordenado Apóstol el 14 de febrero de 1835 por los Tres Testigos del Libro de Mormón: Oliver Cowdery, David Whitmer y Martin Harris; sostenido como Presidente del Quórum de los Doce Apóstoles el 14 de abril de 1840; la Primera Presidencia organizada con Brigham Young como Presidente de la Iglesia el 27 de diciembre de 1847; murió el 29 de agosto de 1877 en Salt Lake City, Condado de Salt Lake, Utah, Estados Unidos, a los 76 años de edad.

## 3. John Taylor

Nació el 1° de noviembre de 1808 en Milnthorpe, Condado de Westmoreland, Inglaterra. Fueron sus padres James Taylor y Agnes Taylor Taylor. Ordenado Apóstol el 19 de diciembre de 1838 por Brigham Young y Heber C. Kimball; sostenido como Presidente del Quórum de los Doce Apóstoles el 6 de octubre de 1877; sostenido como Presidente de la Iglesia el 10 de octubre de 1880; murió el 25 de julio de 1887 en Kaysville, Condado de Davis, Utah, Estados Unidos, a los 78 años de edad.

## 4. Wilford Woodruff

Nació el 1° de marzo de 1807 en Avon (Farmington), Condado de Hartford, Connecticut, Estados Unidos. Fueron sus padres Aphek Woodruff y Beulah Thompson Woodruff. Ordenado Apóstol el 26 de abril de 1839 por Brigham Young; sostenido como Presidente del

Quórum de los Doce Apóstoles el 10 de octubre de 1880; sostenido como Presidente de la Iglesia el 7 de abril de 1889; murió el 2 de septiembre de 1898 en San Francisco, Condado de San Francisco, California, Estados Unidos, a los 91 años de edad.

### **5. Lorenzo Snow**

Nació el 3 de abril de 1814, en Mantua, Condado de Portage, Ohio, Estados Unidos. Fueron sus padres Oliver Snow y Rosetta Leonora Pettibone Snow. Ordenado Apóstol el 12 de febrero de 1849 por Heber C. Kimball; sostenido como consejero del presidente Brigham Young el 8 de abril de 1873; sostenido como Consejero Ayudante del presidente Brigham Young el 9 de mayo de 1874; sostenido como Presidente del Quórum de los Doce Apóstoles el 7 de abril de 1889; se organizó la Primera Presidencia con Lorenzo Snow como Presidente de la Iglesia el 13 de septiembre de 1898; murió el 10 de octubre de 1901 en Salt Lake City, Condado de Salt Lake, Utah, Estados Unidos, a los 87 años de edad.

### **6. Joseph F. Smith**

Nació el 13 de noviembre de 1838 en Far West, Condado de Caldwell, Misuri, Estados Unidos. Fueron sus padres Hyrum Smith y Mary Fielding Smith. Ordenado Apóstol y nombrado Consejero de la Primera Presidencia el 1° de julio de 1866 por Brigham Young; llegó a ser miembro del Quórum de los Doce Apóstoles el 8 de octubre de 1867; relevado como Consejero de la Primera Presidencia tras la muerte del presidente Young el 29 de agosto de 1877; sostenido como Segundo Consejero del presidente John Taylor el 10 de octubre de 1880; relevado de este cargo tras la muerte del presidente Taylor el 25 de julio de 1887; sostenido como Segundo Consejero del presidente Wilford Woodruff el 7 de abril de 1889; sostenido como Segundo Consejero del presidente Lorenzo Snow el 13 de septiembre de 1898; sostenido como Primer Consejero del presidente Lorenzo Snow el 6 de octubre de 1901 (no fue apartado para este llamamiento); relevado al morir el presidente Snow el 10 de octubre de 1901; se organizó la Primera Presidencia con Joseph F. Smith como Presidente de la Iglesia el 17 de octubre de 1901; murió el 19 de noviembre de 1918 en Salt Lake City, Condado de Salt Lake, Utah, Estados Unidos, a los 80 años de edad.

### **7. Heber Jeddy Grant**

Nació el 22 de noviembre de 1856 en Salt Lake City, Condado de Salt Lake, Utah, Estados Unidos. Fueron sus padres Jedediah Morgan Grant y Rachel Ridgeway Ivins Grant. Ordenado Apóstol el 16 de octubre de 1882 por George Q. Cannon; apartado como Presidente del Quórum de los Doce Apóstoles el 23 de noviembre de 1916; bendecido y apartado como Presidente de la Iglesia el 23 de noviembre de 1918; murió el

14 de mayo de 1945 en Salt Lake City, Condado de Salt Lake, Utah, Estados Unidos, a los 88 años de edad.

#### **8. George Albert Smith**

Nació el 4 de abril de 1870 en Salt Lake City, Condado de Salt Lake, Utah, Estados Unidos. Fueron sus padres John Henry Smith y Sarah Farr Smith. Ordenado Apóstol el 8 de octubre de 1903 por Joseph F. Smith; apartado como Presidente del Quórum de los Doce Apóstoles el 8 de julio de 1943; ordenado y apartado como Presidente de la Iglesia el 21 de mayo de 1945; murió el 4 de abril de 1951 en Salt Lake City, Condado de Salt Lake, Utah, Estados Unidos, a los 81 años de edad.

#### **9. David Oman McKay**

Nació el 8 de septiembre de 1873 en Huntsville, Condado de Weber, Utah, Estados Unidos. Fueron sus padres David McKay y Jeannette Eveline Evans McKay. Ordenado Apóstol el 9 de abril de 1906 por Joseph F. Smith; sostenido como Segundo Consejero del presidente Heber J. Grant el 6 de octubre de 1934; sostenido como Segundo Consejero del presidente George Albert Smith el 21 de mayo de 1945; sostenido como Presidente del Quórum de los Doce Apóstoles el 30 de septiembre de 1950; sostenido como Presidente de la Iglesia el 9 de abril de 1951; murió el 18 de enero de 1970 en Salt Lake City, Condado de Salt Lake, Utah, Estados Unidos, a los 96 años de edad.

#### **10. Joseph Fielding Smith**

Nació el 19 de julio de 1876 en Salt Lake City, Condado de Salt Lake, Utah, Estados Unidos. Fueron sus padres Joseph F. Smith y Julina Lambson Smith. Ordenado Apóstol el 7 de abril de 1910 por Joseph F. Smith; sostenido como Presidente en Funciones del Quórum de los Doce Apóstoles el 30 de septiembre de 1950; sostenido como Presidente del Quórum de los Doce Apóstoles el 9 de abril de 1951; sostenido como consejero de la Primera Presidencia el 29 de octubre de 1965; ordenado y apartado como Presidente de la Iglesia el 23 de enero de 1970; murió el 2 de julio de 1972 en Salt Lake City, Condado de Salt Lake, Utah, Estados Unidos, a los 95 años de edad.

#### **11. Harold Bingham Lee**

Nació el 28 de marzo de 1899 en Clifton, Condado de Oneida, Idaho, Estados Unidos. Fueron sus padres Samuel M. Lee y Louisa Bingham Lee. Ordenado Apóstol el 10 de abril de 1941 por Heber J. Grant; apartado como Presidente del Quórum de los Doce Apóstoles el 23 de enero de 1970; sostenido como Primer Consejero del presidente Joseph Fielding Smith el 23 de enero de 1970; ordenado y apartado como Presidente de la Iglesia el 7 de julio de 1972; murió el 26 de diciembre de 1973 en Salt Lake City, Condado de Salt Lake, Utah, Estados Unidos, a los 74 años de edad.



### **12. Spencer Woolley Kimball**

Nació el 28 de marzo de 1895 en Salt Lake City, Condado de Salt Lake, Utah, Estados Unidos. Fueron sus padres Andrew Kimball y Olive Woolley Kimball. Ordenado Apóstol el 7 de octubre de 1943 por Heber J. Grant; apartado como Presidente en Funciones del Quórum de los Doce Apóstoles el 23 de enero de 1970; llegó a ser Presidente del Quórum de los Doce Apóstoles el 7 de julio de 1972; ordenado y apartado como Presidente de la Iglesia el 30 de diciembre de 1973; murió el 5 de noviembre de 1985 en Salt Lake City, Condado de Salt Lake, Utah, Estados Unidos, a los 90 años de edad.

### **13. Ezra Taft Benson**

Nació el 4 de agosto de 1899 en Whitney, Condado de Franklin, Idaho, Estados Unidos. Fueron sus padres George T. Benson y Sarah Dunkley Benson. Ordenado Apóstol el 7 de octubre de 1943 por Heber J. Grant; apartado como Presidente del Quórum de los Doce Apóstoles el 30 de diciembre de 1973; ordenado y apartado como Presidente de la Iglesia el 10 de noviembre de 1985; murió el 30 de mayo de 1994 en Salt Lake City, Utah, Estados Unidos, a los 94 años de edad.

### **14. Howard William Hunter**

Nació el 14 de noviembre de 1907 en Boise, Condado de Ada, Idaho, Estados Unidos. Fueron sus padres John William Hunter y Nellie Marie Rasmussen Hunter. Ordenado Apóstol el 15 de octubre de 1959 por David O. McKay; apartado como Presidente en Funciones del Quórum de los Doce Apóstoles el 10 de noviembre de 1985; apartado como Presidente del Quórum de los Doce Apóstoles el 2 de junio de 1988; ordenado y apartado como Presidente de la Iglesia el 5 de junio de 1994; murió el 3 de marzo de 1995, en Salt Lake City, Utah, Estados Unidos, a los 87 años de edad.

### **15. Gordon B. Hinckley**

Nació el 23 de junio de 1910 en Salt Lake City, Condado de Salt Lake, Utah, Estados Unidos. Fueron sus padres Bryant S. Hinckley y Ada Bitner Hinckley. Sostenido como Ayudante de los Doce el 6 de abril de 1958; ordenado Apóstol el 5 de octubre de 1961 por David O. McKay; apartado como consejero del presidente Spencer Kimball el 23 de julio de 1981; apartado como Segundo Consejero del presidente Kimball el 2 de diciembre de 1982; sirvió como Primer Consejero del presidente Ezra Taft Benson el 10 de noviembre de 1985; apartado como Presidente del Quórum de los Doce Apóstoles el 5 de junio de 1994; llamado como primer consejero del presidente Howard W. Hunter el 5 de junio de 1994; ordenado y apartado como Presidente de la Iglesia el 12 de marzo de 1995.

# ÍNDICE DE TEMAS

---

## A

- Abinadí ante el rey Noé, sección de láminas 11
- Administración  
buena, de nuestros hogares, lección sobre, 156–161  
finanzas familiares, lección sobre, 162–169
- Agua, usar agua limpia para mezclar la leche del bebé, 178
- Alma bautiza en las Aguas de Mormón, sección de láminas 12
- Ambiente, hogar  
arte, 257  
bellezas de la naturaleza pueden mejorar, 257–260  
cómo mejorar, 252–261  
crear un edificante, lección sobre, 250–261  
cuadros para mejorar, 257  
entretenimiento, 259–260  
Escrituras y libros, 259–260  
influencia del hogar, 250–261  
limpieza en, 260  
música en el hogar, 252–257  
orden, 260  
talentos y trabajos con las manos, 257  
televisión, 260
- Amigos  
invitar a los hogares o a las reuniones de la Iglesia, 143–145
- obra misional y hermanamiento, lección sobre, 138–145
- Amistar  
miembros nuevos, 144–145  
obra misional y el, lección sobre, 138–145  
Árboles frutales, plantar, 201–202
- Arrepentimiento  
cosas de las que debemos arrepentirnos, 15  
Escrituras sobre, 21  
lección sobre, 12–21  
lo que significa arrepentirse, 12–15  
todos necesitamos, 15–16  
trae el perdón, 16–21
- Arte  
cultivar talentos en el, 257  
fomentar el, en el hogar, 257
- Autodominio  
adquirir el, 243–244  
concernos a nosotras mismos, 243  
cultivar y enseñar el, lección sobre, 240–249  
enseñar a los niños, 244–249  
establecer metas, 243–244  
necesario para progresar, 240–243  
orar y leer las Escrituras para recibir ayuda para adquirir, 244
- Autosuficiencia y producción en el hogar, 199–202

Ayuno

- bendiciones del, 45
- Escrituras sobre, 50
- Ester y el, 47-49
- familias y el, 45-46
- fuerza de poder, 47-49
- lección sobre el, 45-50
- niños y el, 46
- obediencia y el, 49
- obligación después del bautismo, 26
- oración y, 46-47
- razones por las que se efectúa el, 45-46 y oración aumentan la espiritualidad, 45

**B**

Bautismo

- convenio del, 24
- Escrituras acerca del, 29
- lección sobre el, 22-29
- obligaciones después del, 26-29
- por qué debemos ser bautizados, 23
- requisitos para el, 24
- y la vida eterna, 22-24

Bebés

- alimentos para, 178-181
- cuándo dar otros alimentos, 179-181
- leche de la madre y alimentar con biberón, 177-179
- nutrición para, 176-181

Benson, Ezra Taft

- breve biografía, 300

Bienestar de los demás, nuestra preocupación por el, 26

Buen ejemplo, para familias, amigos y no miembros, 143-144

**C**

Caridad

- amor perfecto, 59
- el amor puro de Cristo, 59

- lección sobre la, 59-63
- servicio y, 61-63

Carnes y legumbres

- para buena nutrición, 170, 174

Castidad

- ejemplo de los padres y la, 69-70
- enseñar a los hijos la, 65-70
- Escrituras sobre la, 70
- importancia de la, 64-65
- lección sobre la, 64-70
- ley de, 64
- modestia en el vestir y la, 68-69
- noviazgo y, 66-68
- quebrantar la ley de castidad es pecado, 64-65
- santidad del cuerpo, 64-65

Cereales

- para bebés, 180
- para una buena nutrición, 172

Cristo

Crucifixión, lámina de (2-c), 18

- cultivar fe en, 2-11
- orando en Getsemaní, lámina de (2-b), 17

- tomar sobre nosotros el nombre de, 24
- y niños de todo el mundo, sección de láminas 10

Compañía de carros de manos de

- Martin en Bitter Creek, Wyoming, 1856; sección de láminas 15

Consejo familiar, efectuar un, 117

Contención

- aleja el Espíritu Santo, 32
- proviene del diablo, 32

Convenios

- del bautismo, 24
- definición de, 24
- sacramento, 24

Cultivar

- aptitudes de empleo, lección sobre, 221-229

- talentos, lección sobre, 212–220  
y enseñar el autodomínio, lección sobre, 240–249
- Cuerpo, santidad del, 64–66
- D**
- Debilidades, el Señor nos mostrará nuestras, 16  
“Declaración de la Sociedad de Socorro”, XI
- Deliberar en consejo con nuestra familia  
consejo familiar, 115–117  
lección sobre, 114–121  
valor del, 117
- Desarrollo personal, lecciones sobre, 212–220
- Deuda  
administrar los recursos familiares, lección sobre, 162–169  
evitar, 168–169
- Discapacidades  
alentar la participación de miembros con, VI–VII
- Dos mil jóvenes guerreros, sección de láminas 13
- E**
- El anuncio del nacimiento de Cristo a los pastores, sección de láminas 5  
“El Cristo Viviente”, VIII
- El niño Samuel es llamado por el Señor, sección de láminas 3
- Empleo, aptitudes de, el cultivo de las, lección sobre las, 221–229
- Empleo, aptitudes  
adquirir, lección sobre, 221–229  
aprender las habilidades que no tenemos, 208–209  
ganar dinero en casa, 224–228
- las mujeres deben prepararse para ser amas de casa y ganarse la vida, 221–224  
madres y las, 221–224  
preparación para conseguir empleo, 224–225  
razones por las que la mujer necesita trabajar, 221
- Enfermedades, prevención  
buenas prácticas de salud, 184  
control de gérmenes, 182–183  
gráfica de vacunas (24-a), 185  
Gráfica Resistencia e Inmunidad a las enfermedades (24-a), 185  
la manera debida de deshacerse de desperdicios animales y humanos, 183  
lección sobre, 182–185  
limpieza, 183  
mantener insectos fuera de casa, 183  
proteger alimentos, 183  
señales de enfermedad, 184  
tratar a los enfermos, 184  
vacunas, 183–184
- Enseñanza  
amar a los que enseñamos, 277–278  
aplicar las Escrituras a nuestra vida, 283  
autodomínio, lección sobre, 240–249  
dar testimonio, 292  
de las Escrituras, lección sobre, 281–288  
enseñar a las familias el valor del trabajo y la responsabilidad, lección sobre, 230–239  
enseñarse el uno al otro, 272–275
- Escrituras sobre, 280  
estudio y preparación, 275–277  
obtener la guía del Espíritu Santo, 278, 290–292  
orar por el Espíritu, 278  
por el poder y la influencia del Espíritu Santo, lección sobre, 289–294

- preparación para enseñar las Escrituras, 286
  - preparación para enseñar, lección sobre, 272–280
  - Escuela Dominical, 134
  - Escrituras
    - aplicar las Escrituras a nuestra vida, 283–285
    - enseñar de las, lección sobre, 281–288
    - estudio de las, nos ayuda a recibir nuestro testimonio, 41
    - preparación para enseñar las, 286
  - Espíritu, seguir susurros del, 142–143
  - Espíritu del Señor, crea un buen sentimiento en el hogar, 252
  - Espíritu Santo
    - buscar la compañía del, 37
    - cómo tenerlo con nosotros, 32–34
    - da consuelo, 34–35
    - dar testimonio, 292
    - decisiones y el, 34
    - enseñar mediante el poder y la influencia del, 289–290, 292
  - Escrituras sobre, 37, 294
    - guía del, 26, 289–292
    - inspira buenas cualidades, 33
    - la forma en que nos ayuda, 33–37
    - lección sobre el don del, 31–37
    - no morará con los desobedientes, 33
    - nos advierte, 33–34
    - nos ayuda a progresar en la Iglesia, 34
    - por qué necesitamos el, 31–32
    - quién recibe el, 36
    - seguir inspiración del, 142–143
    - testifica de la verdad, 35–36
  - Esposos
    - deliberar en consejo con, 115
    - demostrar amor y consideración por el, 114–115
  - Ester
    - ante el rey, lámina de (6-a), 48
  - sección de láminas 4
  - Ejemplo, dar el, para familias, amigos y no miembros, 143–144
  - Evangelio
    - ambiente para aprender en el hogar, 263
    - aprender el Evangelio en nuestros hogares, lección sobre, 262–271
    - bendiciones del estudiar el, 268–270
    - dar testimonio a los hijos, 268
    - enseñarse unos a otros, 272–275
  - Escrituras sobre, 270, 280
  - Escrituras, estudio de, 264–270, 275–278
    - momentos propicios para la enseñanza, 264
    - noche de hogar y el, 268
    - orar con la familia, 264
    - padres deben enseñar, 262
    - planificar para el estudio familiar del, 264–270
    - preparación para enseñar, lección sobre, 272–280
- F**
- Fabricar artículos de primera necesidad, 208
  - Familias
    - deliberar en consejo con, lección sobre, 114–121
    - enseñar el valor del trabajo y la responsabilidad, lección sobre, 230–239
    - manejo de las finanzas de las, lección sobre, 162–169
    - nutrición para las, lección sobre, 170–175
  - Fe
    - cómo cultivar, 2–5
    - definición de, 2
    - ejercer la, 5–8
    - Escrituras sobre, 11
    - lección sobre, 2–11

- se guarda mediante la obediencia, 8–10
- Finanzas  
 administración de la familia, lección sobre, 162–169  
 ahorros, 166  
 diezmos y aportaciones a la Iglesia, 164  
 evitar las deudas, 168  
 muestra de un presupuesto (21-b), 165  
 necesidades, 166  
 planificar cómo utilizar las, 162–165  
 presupuestar, 164
- Fruta  
 para bebés, 180  
 para una buena nutrición, 170, 172
- G**
- Ganado, la cría de, 201
- Grant, Heber J., breve biografía, 298–299
- H**
- Hermanamiento y obra misional, lección sobre, 138–145
- Hijos  
 autodomínio, enseñar a los, 244  
 hijos mayores cuidan a los menores, enseñanza de los, 234  
 negocio familiar, enseñanza sobre el cuidado de los, 236  
 principios del Evangelio, enseñar a los niños a ponerlos en práctica, 247  
 proyectos de trabajo familiares y los, 236  
 responsabilidad, dar a los, 248  
 trabajo arduo, enseñar a los hijos el, 230  
 trabajo, enseñar a los hijos a disfrutar el, 237
- Hinckley, Gordon B., breve biografía, 300
- Hogar  
 aprender el Evangelio en el, lección sobre, 262–271  
 arte en el, 257  
 autosuficiencia y producción en el, 199–202  
 buena administración del, lección sobre, 156–161  
 centro de aprendizaje, 262  
 crear buenos sentimientos en el, 252  
 crear un ambiente edificante en el, lección sobre, 250–261  
 hacer de una casa un, 252  
 horticultura, lección sobre, 188–198  
 influencia del, 250  
 lugar para todo, 158  
 mantener un hogar ordenado, 156  
 música en el, 252  
 planificar el trabajo en el, 159  
 principios de orden, 158  
 producción en el, lección sobre, 199–209  
 simplificar el quehacer del, 159
- Horticultura  
 consejo de los profetas sobre, 188  
 cuidado del huerto, 195  
 hogar, lección sobre, 188–198  
 para una buena nutrición, 188  
 planificar para la, en el hogar, 189–196  
 plantar el huerto, 195  
 preparar el lugar del huerto, 192
- Humildad, requisito para el bautismo, 24
- Hunter, Howard W., breve biografía, 300
- I**
- Iglesia, reuniones  
 bendiciones de asistir a las, 135

de ayuno y testimonio, 132  
efectuar reuniones satisfactorias, 134  
Escrituras sobre las, 136  
Escuela Dominical, 134  
lección sobre, 130–136  
Mujeres Jóvenes, 134  
Primaria, 134  
propósitos de las, 130–134  
reunión sacramental, 130–132  
reuniones de las niñas, 134  
reuniones de los niños, 134  
reuniones de mujeres, 134  
reuniones del sacerdocio, 132  
Sociedad de Socorro, 134

### J

Jesús a la puerta, sección de láminas 9

### K

Kimball, Spencer W., breve biografía, 300

### L

La construcción del arca, sección de láminas 1  
“La Familia: Una proclamación para el mundo”, X  
La mujer junto al pozo, por Carl Bloch, sección de láminas 6  
La Última Cena, por Carl Bloch (17-a), 131  
sección de láminas 8  
Lecciones, de este manual, V–VI  
Lee, Harold B., breve biografía, 299  
Libros, fomentar el goce de buenos, 259  
Limpieza y orden, en el hogar, 260  
Literatura, de la Iglesia, obsequiar  
Libro de Mormón, folletos, libros, 142

### M

Madres  
bendiciones y responsabilidades de la madre Santo de los Últimos Días, 105  
nutrición para la madre y el bebé, lección sobre, 176–181  
Manual, este  
para mujeres y jovencitas en la reunión del domingo, V  
sugerencias para la maestra de, V–VI  
toda hermana debe estudiar durante la semana, VI  
María y Marta, sección de láminas, 7  
Matrimonio  
bendiciones del, eterno, 73  
lección sobre, eterno, 71–79  
por qué el, eterno, 71–73  
preparación para el, eterno, 75–78  
sacrificar por el, eterno, 78–79  
Matrimonio eterno  
bendiciones del, 73–75  
lección sobre el, 71–79  
preparación para el, 75–78  
razones del, 71  
requisitos del, 75  
sacrificarse por el, 78–79  
selección de un cónyuge eterno, 66, 75–78  
McKay, David O., breve biografía, 299  
Misioneros  
capacitación necesaria, 148  
cómo ser, 139–145  
correo para, 151  
fomentar la preparación física de los, 148  
función de las mujeres jóvenes en ayudar a los, 150–153  
obra misional y hermanamiento, lección sobre, 138–145

- preparación de la juventud, 146–151  
 preparación y aliento, lección sobre, 146–153  
 preparaciones para, 146–151  
 responsabilidad de preparar, 146
- Modestia  
 ejemplo de los padres, 69  
 enseñar a los niños la, 65  
 Escrituras sobre, 70  
 lección sobre, 64–70  
 santidad del cuerpo, 64–65  
 vestir modestamente, 68
- Moisés entre los juncos, sección de láminas 2
- Mujer Santo de los Últimos Días  
 lección sobre, 103–113  
 mujeres jóvenes, 108  
 mujeres solteras, 108–113  
 responsabilidades y bendiciones del ser esposa Santo de los Últimos Días, 103–107  
 responsabilidades y bendiciones del ser madre Santo de los Últimos Días, 105–108
- Mujeres  
 adquirir habilidades de empleo, lección sobre, 221–229  
 apoyar a los poseedores del sacerdocio en el hogar, 99–100  
 bendiciones de esposa Santo de los Últimos Días, 103–107  
 bendiciones de madre Santo de los Últimos Días, 105–108  
 bendiciones del sacerdocio, 97–98  
 bendiciones para las, solteras, 108–112  
 Escrituras sobre, 102, 113  
 ganar dinero en el hogar, 225  
 honrar y sostener al sacerdocio, 98  
 madres y el empleo, 221–222  
 papel de la mujer soltera, 108–113  
 preparación para el empleo, 219–224  
 relación con el liderazgo del sacerdocio en el hogar, 99  
 relación con el liderazgo del sacerdocio en la Iglesia, 101  
 responsabilidades de la esposa Santo de los Últimos Días, 103  
 responsabilidades de la madre Santo de los Últimos Días, 105  
 responsabilidades de la mujer Santo de los Últimos Días, lección sobre, 103–113  
 Santo de los Últimos Días, lección sobre, 103–113  
 y el sacerdocio, lección sobre, 97–102
- N
- Naturaleza, fomentar el goce de la, 257–259
- Necesidades, proveer de lo necesario para nuestras, 201
- Nefi reprende a sus hermanos, lámina de (1–d), 9
- Noche de hogar para la familia ayuda a crear un buen sentimiento en el hogar, 252  
 bendiciones de, 127–128  
 lección sobre, 122–129  
 Lunes por la noche se dedica a la, 122  
 toda familia debe efectuar la, 122
- Normas del cortejo  
 fomentar las, 66–68  
 y la castidad, 66–68
- Nutrición  
 alimentos que proporcionan una buena nutrición, 170–175  
 misioneros deben aprender a preparar comidas nutritivas, 148  
 Palabra de Sabiduría y la, 170–174  
 para la familia, lección sobre, 170–175



para la madre y el bebé, lección sobre, 176–181  
para mujeres embarazadas, 176  
Pirámide de los alimentos (22-b), 173  
preparación de comidas nutritivas, 172–174

### O

Obra misional y hermanamiento cómo llevar a cabo, 139–145  
importancia de, 138  
lección sobre, 138–145  
trae gozo, 139  
Orden y limpieza en el hogar, 260

### P

Paciencia con familiares y amigos que no son miembros, 143  
Padres  
deliberar en consejo con la esposa, 115  
deliberar juntos como familia, lección sobre, 114–121  
función de los, en el hogar, 99, 114  
ordenanzas del sacerdocio, 88–91  
Perdón, el arrepentimiento trae el, 16–21  
Perfección, el camino a la, 27  
Perseverar hasta el fin, 27  
Pedro, Santiago y Juan confieren el Sacerdocio de Melquisedec a José Smith y a Oliver Cowdery, lámina (11-a), 83  
Presidentes de la Iglesia, biografías breves de, 297  
Prevención, enfermedad, lección sobre, 182–187  
Presupuestar

Aportaciones a la Iglesia, ahorros, comida, ropa, vivienda, gastos médicos, transporte, servicios públicos, 162–169  
ejemplo de presupuesto (21-b), 165  
lección en cuanto a, 162–169  
planificar cómo utilizar los recursos económicos familiares, 162

Producción, en el hogar  
autosuficiencia y, 199–202  
coser y remendar, 207  
hacer o confeccionar artículos necesarios, 207  
horticultura, 202  
lección sobre, 199–209  
mantenimiento de posesiones, 208  
preservar alimentos, 202  
proveer de lo necesario para nuestras necesidades, 201  
reparación de posesiones, 208  
técnicas del aprendizaje, 207–208

### R

Responsabilidad, enseñar a las familias, lección sobre, 230–239  
Reunión de ayuno y testimonio cuándo se lleva a cabo, 132  
ordenanzas que se efectúan en la, 132  
propósito de la, 132  
Reunión Sacramental, propósito de la, 130  
Reuniones, de la Iglesia  
invitar a amigos a las, 144  
lección sobre, 130–137  
obligación después del bautismo, 26  
Reverencia  
ejemplo y, 57  
el hogar y la, 54  
en la iglesia, 55  
enseñar la, 56–57  
felicidad y, 54

- hacia Dios, 53  
 importancia de la, 53  
 lección sobre, 51–58  
 mejorar la, 56  
 padres y la, 57  
 por el nombre de la Deidad, 53  
 por la casa del Señor, 54  
 significado de, 53  
 “una de las cualidades más grandes del alma”, 51
- S**
- Sacerdocio  
 definición de, 82, 97  
 Escrituras sobre, 87  
 honrar y sostener, 98  
 lección sobre la importancia del, 82–87  
 lección sobre las ordenanzas del, 88–96  
 mujeres y el, lección sobre, 97–102  
 necesario para la exaltación de la familia, 86  
 oficios y responsabilidades en el, 82  
 poder del, mediante la rectitud, 84  
 restauración del, a José Smith, 82
- Sacerdocio, ordenanzas  
 bendiciones del, 91  
 definición y lista de, 88  
 Escrituras sobre, 96  
 lección sobre, 88–96  
 paciencia al esperar las bendiciones del 91–96
- Sacerdocio, reunión del  
 cuándo se lleva a cabo, 134  
 quién asiste, 134
- Santa Cena, participar de la, con regularidad, 26
- Salvación  
*Véase* bautismo y vida eterna
- Samuel el Lamanita en el muro, sección de láminas 14
- Salvador, aprender acerca del, 2
- Sección de láminas, 311
- Sellamiento, cuarto de, Templo de Vernal, Utah, sección de láminas 16
- Servicio  
 convenio de brindar, 62  
 edifica amor, 62  
 lección sobre, 59–63
- Smith, George Albert, breve biografía, 299
- Smith, José, breve biografía, 297
- Smith, Joseph F., breve biografía, 298
- Smith, Joseph Fielding, breve biografía, 299
- Snow, Lorenzo, breve biografía, 298
- Solteras, mujeres  
 función de las, 108–113  
 responsabilidades, 108–113
- T**
- Talentos  
 cultivar, lección sobre, 212–220  
 encontrar y cultivar, 213  
 Escrituras sobre, 220  
 todos tienen talentos y habilidades, 212  
 usar o perder los, 217  
 uso debido de, trae felicidad, 217
- Taylor, John, breve biografía, 297
- Templo de Manila, Filipinas, sección de láminas 16
- Testimonio  
 ayunar y orar a menudo para tener, 42–43  
 cómo conservar el, 43  
 cómo podemos recibir, 39  
 dar, 43  
 David O. McKay, cómo recibió, 40  
 definición de, 37  
 deseo de creer es el primer paso, 41

- edificar nuestro, y el de los demás, 42–43
  - el, de Joseph F. Smith, 38
  - hacer la voluntad de Dios para recibir, 41
  - inspiración para expresar, 141
  - lección sobre, 38–44
  - Marion G. Romney, cómo recibió, 40
  - meditar y orar con fe por el, 41
  - reunión de ayuno y, 132
  - verdades que deben ser partes del, 38
  - Trabajo
    - contribuye al éxito familiar, 232
    - enseñar a atender nuestras propias necesidades físicas, 234
    - enseñar a las familias el valor del, lección sobre, 230–239
    - enseñar a los hijos mayores a cuidar a los menores, 236
    - enseñar a los hijos, 230–237
    - maneras de enseñar a los hijos, 232–237
    - negocio familiar, enseñar a los hijos a ayudar con el, 236
    - niños aprenden a disfrutar, 237
    - privilegio de, 230
    - proyectos familiares de trabajo, 237
    - Trabajo voluntario, como preparación para el empleo, 224
- V**
- Vegetales
    - huerto en el hogar, lección sobre, 188–198
    - para bebés, 179–180
    - para buena nutrición, 170–174
    - plantar y mantener, 202–207
  - Vestir, normas
    - fomentar la modestia, 68
    - y modestia, 68–69
  - Vida eterna, algunos requisitos para la, 26–27
- W**
- Woodruff, Wilford, breve biografía, 297–298
- Y**
- Young, Brigham, breve biografía, 297

# SECCIÓN DE LÁMINAS

---

En esta sección figuran láminas seleccionadas del juego Las bellas artes del Evangelio (34730 002). Se pueden utilizar como un material de consulta adicional para el estudio del Evangelio y para la enseñanza en la Iglesia y en el hogar.

## Antiguo Testamento

1. La construcción del arca  
*Génesis 6–7; Moisés 8*
2. Moisés entre los juncos  
*Éxodo 1:1–2:10*
3. El niño Samuel es llamado por el Señor  
*1 Samuel 3:1–10, 19–20*
4. Ester  
*Ester 1–10*

## Nuevo Testamento

5. El anuncio del nacimiento de Cristo a los pastores  
*Lucas 2:8–20*
6. La mujer en el pozo (por Carl Bloch. Utilizada con permiso del Museo Histórico Nacional de Frederiksborg, en Hillerød.)  
*Juan 4:3–30, 39–42*
7. María y Marta  
*Lucas 10:38–42; Juan 11:5*
8. La Última Cena (por Carl Bloch. Utilizada con permiso del Museo Histórico Nacional de Frederiksborg, en Hillerød.)  
*Mateo 26:17–30; Marcos 14:12–26; Lucas 22:7–23, 39; Juan 13:1, 23–35; 14–17; 18:1; José Smith–Traducción, Mateo 26:22–24*
9. Jesús a la puerta  
*Apocalipsis 3:20*
10. Cristo y niños de todo el mundo  
*Mateo 11:28–30; 2 Nefi 26:33; 3 Nefi 9:14–18; Moroni 10:32*

### **Libro de Mormón**

11. Abinadí ante el rey Noé  
*Mosiah 11–17*
12. Alma bautiza en las Aguas de Mormón  
*Mosiah 17:2–4; 18:1–17*
13. Dos mil jóvenes guerreros  
*Alma 53:10–21; 56:44–56; 58:39*
14. Samuel el Lamanita en el muro  
*Helamán 13:1–16:8*

### **Historia de la Iglesia**

15. Compañía de carros de manos de Martin, en Bitter Creek, Wyoming, 1856  
*Nuestro legado: Una breve historia de La Iglesia de Jesucristo de los Santos de los Últimos Días, págs. 77–80.*

### **Láminas de templos**

16. Templo de Manila, Filipinas
17. Cuarto de sellamientos, Templo de Vernal, Utah







Henry Anderson 1978







Parson

























