

*MUJERES  
JÓVENES*



*MANUAL 2*

# *Mujeres Jóvenes Manual 2*

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

### **Comentarios y sugerencias**

Agradeceríamos que nos enviara sus comentarios y sugerencias sobre este manual.

Sírvase enviarlos a:

Office of the Seventy  
Attention: Curriculum Department  
47 East South Temple Street  
Salt Lake City, Utah 84150  
E.U.A.

Anote su nombre y dirección, su barrio o rama, y su estaca o misión, indicando también el título de este manual. A continuación, exprese su opinión sobre los aspectos buenos y sobre los puntos débiles que vea en él.

Derechos reservados © 1993 por  
La Iglesia de Jesucristo de los Santos de los Últimos Días

Aprobación del inglés: 5/94.  
Aprobación de la traducción: 5/94.  
Traducción de "Young Women, Manual 2"  
Spanish  
34824 002

# Índice

Número y título de la lección	Página
Introducción	v
<b>Vivamos como hijas de Dios</b>	<b>1</b>
1 Acerquémonos más a Jesucristo	2
2 Los dones espirituales	6
3 La edificación del Reino de Dios	10
<b>Cumplamos con la divina responsabilidad de la mujer</b>	<b>15</b>
4 El obedecer los mandamientos nos ayuda a cumplir con nuestra función sagrada	16
5 El ambiente del hogar	20
<b>Contribuyamos al bienestar del hogar</b>	<b>23</b>
6 Compartamos los quehaceres del hogar	24
7 Contribuyamos al amor y a la armonía del hogar	28
8 Mejoremos nuestras técnicas de comunicación	32
9 Las jóvenes pueden ser pacificadoras en el hogar	37
<b>Aprendamos acerca del sacerdocio</b>	<b>41</b>
10 El sacerdocio: una gran bendición	42
11 Reconozcamos y agradezcamos la labor del obispo	45
12 La bendición de padre	47
13 La bendición patriarcal	50
<b>Aprendamos acerca de las obras de historia familiar y del templo</b>	<b>53</b>
14 Las bendiciones del templo	54
15 El matrimonio en el templo	58
16 El diario de historia personal	62
17 Cómo llevar registros de historia familiar	65
18 Un legado de tradiciones rectas	70
<b>Comencemos a participar en la obra misional</b>	<b>73</b>
19 Preparémonos para enseñar	74
20 La obra misional	79
21 Escribir a los misioneros	83
<b>Aumentemos nuestra espiritualidad</b>	<b>87</b>
22 Consultemos al Señor	88
23 El ayuno nos trae bendiciones	92

24	La revelación en el diario vivir	97
25	La ley del sacrificio	101
26	La Santa Cena	105
27	Fortalezcamos nuestro testimonio por medio de la obediencia	109
28	El albedrío	114
29	La exaltación	118
30	Fortalezcamos nuestro testimonio por medio del servicio	122
31	La ley del país	126
	<b>Aprendamos a vivir una vida virtuosa</b>	131
32	La importancia de la vida	132
33	El sagrado poder de la procreación	136
34	Debemos asirnos a las normas morales del Señor	141
35	Para escoger con prudencia	145
36	La honradez	149
37	Conservar la castidad por medio de una vida recta	152
	<b>Conservemos la buena salud</b>	157
38	Para conservar el cuerpo sano	158
39	Para prevenir enfermedades.	162
	<b>El desarrollo emocional y social</b>	165
40	El autodomínio	166
41	El optimismo	170
42	La gratitud y el reconocimiento	174
	<b>La administración de los recursos personales</b>	179
43	El empleo prudente de nuestro tiempo libre	180
44	Desarrollemos nuestros talentos	183
45	Participemos en las Bellas Artes	186
46	Nuestra responsabilidad económica	189
47	Un ambiente edificante	194
	<b>Adquiramos habilidades directivas</b>	199
48	El arte de la comunicación en el liderazgo	200
49	Debemos valorar y dar ánimo a las personas discapacitadas	205
50	A la maestra: Cómo organizar una lección con un discurso de la conferencia general	209
	Láminas	211

# Introducción

---

## INFORMACIÓN GENERAL

Este curso de estudios se ha preparado para las jovencitas de la Iglesia de doce a diecisiete años. Se espera que, al estudiar las lecciones de este manual, toda joven llegue a entender mejor el plan que el Señor tiene para ella y esté mejor capacitada para basar sus decisiones y su conducta en los principios del evangelio.

El élder M. Russell Ballard aconsejó lo siguiente: “Sería una buena idea que los maestros estudiaran cuidadosamente las Escrituras y sus manuales antes de recurrir a materiales suplementarios. Demasiados maestros se apartan de los materiales de estudio aprobados sin estudiarlos cuidadosamente. Si los maestros creen que necesitan valerse de materiales complementarios, además de las Escrituras y los manuales para presentar una lección, primero deben considerar las revistas de la Iglesia” (*Liahona*, julio de 1983, pág. 104).

La enseñanza por medio de unidades

Este manual se divide en las siguientes unidades:

Vivamos como hijas de Dios.

Cumplamos con la divina responsabilidad de la mujer.

Contribuyamos al bienestar del hogar.

Aprendamos acerca del sacerdocio.

Aprendamos acerca de las obras de historia familiar y del templo.

Aprendamos sobre Historia Familiar y la obra del templo.

Comencemos a participar en la obra misional.

Aumentemos nuestra espiritualidad.

Aprendamos a vivir una vida virtuosa.

Conservemos la buena salud.

El desarrollo emocional y social.

La administración de los recursos personales.

Adquiramos habilidades directivas.

Cada una de las unidades desarrolla principios relacionados entre sí y hace hincapié en ellos, por medio de la repetición, para que las jóvenes los entiendan y los apliquen a la vida diaria. Cuando vaya a enseñar estas unidades, evalúe las necesidades de las jóvenes de su clase respondiendo a las siguientes preguntas:

¿Qué problemas enfrentan ellas?

¿Qué lecciones han tenido ya sobre este tema?

¿Qué saben realmente del tema?

De estas lecciones, ¿cuáles son más apropiadas para ellas?

Después de considerar a fondo qué les hace más falta a las jóvenes de su clase, estudie los títulos y los objetivos de las lecciones para ver cuáles se adaptan mejor a esas necesidades. Preparándose con bastante anticipación tendrá la certeza de que las jovencitas que estén a su cargo recibirán lecciones de todas las unidades y de que su clase les proveerá un curso de estudios completo y equilibrado.

Los recursos con que cuenta

Utilice lo siguiente para preparar las lecciones:

*Las Escrituras.* El fundamento principal de este curso son las Escrituras. Exhorte a las jóvenes a llevar sus propios ejemplares de los libros canónicos a la clase todas las semanas.

Enseñe la lección de tal manera que sea indispensable emplear las Escrituras. Si el tiempo es limitado o si a las jóvenes les cuesta prestar atención, elija sólo los pasajes de las Escrituras que sean más eficaces para enseñar el tema. Si está bien preparada para usarlas, pueden convertirse en un instrumento esencial de sus clases.

En casi todas las lecciones, debe tratar de que cada una de las alumnas de su clase busque pasajes de las Escrituras y los lea en silencio. Estimúlelas a hacerlo preguntándoles algo o presentándoles un problema cuya solución se encuentre en las Escrituras. A fin de que sepan dónde buscar, es conveniente que escriba en la pizarra la referencia del pasaje. Por lo general, es mejor hacer la pregunta antes de que lo lean, pues de otro modo lo más probable es que tengan que releerlo para saber cómo contestar la pregunta.

Quizás alguna de las jóvenes conteste sin buscar el pasaje de referencia; si es así, hágale otra pregunta que la lleve a leerlo, por ejemplo: "Sí, pero ¿qué fue exactamente lo que dijo Pablo?", o "¿Qué otra cosa aprendemos de ese pasaje?"

A fin de entusiasmarlas con la búsqueda y con el estudio de las Escrituras, usted misma tendrá que sentir ese entusiasmo. Prepárese haciendo un estudio profundo, orando y meditando sobre los pasajes que vayan a tratar en la clase.

*La enseñanza, el llamamiento más importante* (33043 002). Este manual es una invaluable fuente de información para todos los maestros de la Iglesia. Contiene sugerencias para planificar las lecciones y para la preparación espiritual, y también técnicas didácticas como las dramatizaciones y representaciones, sesiones de consulta, preguntas, ilustraciones en la pizarra, lecciones prácticas y otras sugerencias para lograr la participación de los miembros de la clase. Además, da ideas para mantener la disciplina en la clase, para preparar la sala para la lección y muchas otras para mejorar las habilidades de enseñar que se posean. Consúltelo cuando esté preparando las lecciones que vaya a enseñar.

*La revista de la Iglesia.* La revista *Liahona* contiene artículos y relatos que podrían servir de complemento a las lecciones.

---

## EL FORMATO DE LAS LECCIONES

Cada una de las lecciones contiene lo siguiente:

1. *El objetivo.* En éste se establece el propósito de la lección, o sea, lo que usted quiere que las jóvenes entiendan o hagan como resultado de la lección.
2. *La preparación.* En esta parte se menciona lo que se necesita conseguir para presentar la lección, cosas como láminas y volantes, e incluso las asignaciones que deba hacer con anticipación. La mayoría de las láminas que se mencionan en la lección se encuentran en la parte de atrás de este manual; el número en paréntesis que se da junto con la lámina indica que ésta se encuentra también en la biblioteca. No se debe sacar ninguna lámina del manual; tampoco se deben sacar los volantes ni las hojas de trabajo que generalmente se encuentran al final de cada lección. Todos éstos se pueden copiar en una máquina fotocopidora para darlos a las alumnas. Para la mayoría de las lecciones se requieren las Escrituras, una pizarra y una tiza.
3. *Sugerencias para el desarrollo de la lección.* Las notas al margen indican los métodos didácticos que se sugieren y la parte principal de la lección contiene los detalles del tema que se va a enseñar. Debe seleccionar los materiales y los métodos más apropiados de entre las sugerencias que se dan, de acuerdo con lo que necesiten las jóvenes de su clase y con el tiempo que tenga disponible. (Cuando lo considere conveniente, las lecciones se pueden extender a más de un período de clase.)

La parte principal de la lección contiene:

- a. *La introducción.* Ésta es una sugerencia para empezar la clase y atraer la atención y el interés de las jóvenes.
- b. *Los subtítulos.* Son las partes de la lección que contienen las ideas principales. Enseñe cada una empleando las Escrituras, los relatos, las citas y las actividades que se sugieran.
- c. *La conclusión.* En esta parte se hace un resumen de la lección; se sugiere que se expresen opiniones sobre el principio que se hayan analizado o se dé testimonio de ese principio del evangelio.

- d. *La aplicación de la lección.* Aquí se sugiere un plan de acción determinado, una asignación o una meta que ayude a cada una de las alumnas a aplicar en su vida el principio estudiado. Cuando lo considere apropiado, puede dedicar parte del tiempo al comienzo de la lección siguiente para que las jovencitas expresen las experiencias que hayan tenido al aplicar ese principio. Para estimularlas a este breve intercambio, empiece diciendo: “La semana pasaba hablamos de \_\_\_\_\_.” ¿Lo pusieron en práctica? ¿Qué piensan ahora de eso?” Si la clase no responde al principio, sería una buena idea que les dijera: “Yo lo puse en práctica y tuve esta experiencia”, y les contará algo positivo que le haya pasado con relación al principio estudiado. Su propia experiencia puede ayudar a las jóvenes a aprender cómo aplicar el principio.
- e. *Actividades que se sugieren.* Éstas son actividades relacionadas con el tema de la lección que tienen como objeto ampliarlo y reforzarlo.

---

## LA ENSEÑANZA DE LAS MUJERES JÓVENES

Tenga en cuenta que usted no va a enseñar solamente una lección, ¡va a enseñar a un grupo de jovencitas! Ore fervientemente pidiendo inspiración para ayudarles a aprender cuál es su potencial como hijas de Dios y a alcanzarlo.

Para que la enseñanza sea eficaz, usted debe conocer bien a cada una de sus alumnas, a sus padres y al resto de la familia. Piense en cada una de ellas y en sus familias. Trate de ver y valorar a cada una tal como lo hace nuestro Padre Celestial. Acepte a cada una tal como es y ayúdela a progresar en el evangelio.

Aprenda a conocer a cada una de las jovencitas buscando respuesta a estas preguntas:

- ¿Cuáles son sus inclinaciones y deseos, sus talentos, sus habilidades y sus metas?
- ¿Qué antecedentes y experiencias ha tenido en el hogar?, ¿en la Iglesia?, ¿en los estudios?, ¿en el trabajo?, ¿con sus amistades?
- ¿Qué le hace falta para progresar?
- ¿Qué puedo hacer para ayudarla?

Lo mejor que puede hacer por cada una de las jóvenes es ayudarla a conocer el evangelio y a vivir de acuerdo con sus principios. El presidente Marion G. Romney aconsejó lo siguiente: “Aprender el evangelio por medio de la palabra escrita . . . no es suficiente. Es preciso vivirlo también. En realidad, obtener el conocimiento del evangelio y vivir de acuerdo con él son cosas interdependientes. Van de la mano. No es posible aprender completamente el evangelio si no se vive de acuerdo con él. El conocimiento viene gradualmente: se aprende un poco y se obedece lo que se aprendió; se aprende otro poco y se obedece eso. Y ese ciclo continúa en un giro interminable. Ése es el modelo a seguir para obtener un conocimiento completo del evangelio” (“Records of Great Worth”, *Ensign*, sept. de 1980, pág. 4).

---

## PAUTAS ESPECIALES PARA LOS MIEMBROS

Cuando Jesús comenzó Su ministerio terrenal, un día de reposo entró en la sinagoga de Nazaret, Su pueblo, y se puso a leer. “Y se le dio el libro del profeta Isaías; y habiendo abierto el libro, halló el lugar donde estaba escrito:

“El Espíritu del Señor está sobre mí, por cuanto me ha ungido para dar buenas nuevas a los pobres; me ha enviado a sanar a los quebrantados de corazón; a pregonar libertad a los cautivos, y vista a los ciegos; a poner en libertad a los oprimidos . . .” (Lucas 4:17–18).

Durante Su ministerio, el Salvador dio un lugar de prioridad a los que necesitaban ayuda especial. Aunque un maestro de la Iglesia no cuente por lo general con la capacitación técnica ni con los medios para dar asistencia profesional a los miembros discapacitados, se espera que sienta comprensión y un afecto sincero, así como el deseo de incluir a estos miembros en todas las actividades didácticas de la clase, siempre que sea posible. Las jóvenes que tengan dificultades para caminar, oír, ver, hablar o aprender, así como las que tengan problemas sociales, emocionales o mentales, son las que necesitarán atención especial. Las siguientes pautas le ayudarán a acercarse más a esas personas y a tener influencia en ellas:



- Conozca las necesidades y las habilidades de cada una de sus alumnas. Hable con los líderes del sacerdocio, con los padres y los familiares y, si le parece apropiado, con la misma joven, para determinar cuáles son sus necesidades particulares.
- Antes de pedir a una alumna que lea en voz alta, que ore o que dé un discurso, pregúntele en privado: “¿Qué piensas acerca de leer para toda la clase, de orar en público, etc.?”
- Trate de hacer que la joven con impedimentos participe y aprenda todo lo posible.
- Haga el máximo esfuerzo por lograr que cada una de sus alumnas demuestre el debido respeto y amor por las demás.

Compórtese con naturalidad, amistad y afecto. Cada uno de nosotros es un hijo de Dios, con igual necesidad de recibir amor y comprensión, tenga los impedimentos que tenga, sin importar cuán grandes éstos sean.

Los maestros de la Iglesia deben recordar que todo miembro, sea cual sea su capacidad física, mental, emocional o social, tiene un potencial maravilloso de progresar hasta lograr la condición de un dios. Y tienen la obligación de hacer un esfuerzo extra, si es necesario, por enseñarles todo lo que sean capaces de aprender. Recuerde las palabras del Salvador cuando dijo: “. . . De cierto os digo que en cuanto lo hicisteis a uno de estos mis hermanos más pequeños, a mí lo hicisteis” (Mateo 25:40).

*Vivamos como hijas de Dios*

**OBJETIVO** Que cada jovencita desee acercarse más a Jesucristo.

**PREPARACIÓN**

1. Lámina 1, Jesús el Cristo (62572); 2, Jesús lavando los pies de Sus discípulos (62550); 3, Jesús bendiciendo a los nefitas (62541); 4, Jesús orando en Getsemaní (62175). Todas las láminas se encuentran al final del manual.
2. Optativo: Consiga un cuadro o una lámina de una persona famosa (véase "Introducción").
3. Dé a una de las alumnas que lea clara y audiblemente la asignación de prepararse para leer a la clase 3 Nefi 17:1-3, 5-7, 9-13, 15-25.
4. Dé a varias de las jovencitas la asignación de presentar los pasajes de las Escrituras, los relatos y las citas que usted escoja.

## SUGERENCIAS PARA EL DESARROLLO DE LA LECCIÓN

### Análisis

#### **Introducción**

Escriba en la pizarra el nombre de un funcionario de gobierno o de un líder de la Iglesia bien conocido, o de otra persona famosa a la cual las niñas no conozcan personalmente. (Podría colocar una fotografía de esa persona delante de la clase.)

- ¿Qué saben de esta persona?

Indique a las alumnas que expongan en forma breve todos los datos que sepan referentes a esa persona, como por ejemplo, lugar de nacimiento, profesión u ocupación, la causa de su fama o importancia, el nombre de su cónyuge.

- ¿Cuántas de ustedes conocen personalmente a esta persona?

Recalque el hecho de que el saber de una persona no quiere decir que se le conozca personalmente. (Quite la lámina o fotografía de la vista de la clase.)

#### **Es preciso que toda jovencita conozca a Jesucristo**

### Lámina y análisis

Coloque las láminas de Jesucristo a la vista de la clase.

Pregunte a las jóvenes qué saben de Jesús, de Su vida, Sus hechos, Sus cualidades y Sus rasgos de carácter.

### Preguntas para reflexionar

- Pese a todo lo que sabemos de Jesús, ¿lo conocemos realmente?
- ¿Por qué es importante que conozcamos a Jesucristo?

### Pasaje de las Escrituras y explicación de la maestra

Para contestar a esa pregunta, indique a los miembros que busquen Juan 17:3 y pida a una de las jóvenes que lea dicho versículo en voz alta.

Especifique que todos podemos llegar a conocer a Jesucristo. A fin de dar a las jovencitas una idea de lo que sería estar con el Salvador y conocerle, lea (o pida que lo haga una de las alumnas que lea con claridad y expresión, o haga escuchar una grabación de la lectura) los extractos de la visita del Salvador a los nefitas, los cuales se mencionan a continuación: 3 Nefi 17:1-3, 5-7, 9-13, 15-25.

### Testimonio de la maestra

Expresé su testimonio personal de que Jesucristo nos ama a todos y a cada uno individualmente, y exponga que Él dio Su vida por nosotros, expió nuestros pecados y anhela que nos acerquemos a Él.

---

## El ejemplo de Jesucristo inspirará a toda jovencita a acercarse más a Él

### Análisis en la pizarra

Pregúnteles qué características les gustaría que tuviera una persona que fuera amiga de ellas y anote tales características en la pizarra. Entre las respuestas, podrían mencionar: comprensión, bondad, lealtad, paciencia ante las debilidades humanas y buena disposición de ánimo para escuchar.

Pida a las jóvenes que recuerden algunos sucesos de la vida de Jesús que demuestren que Él es la clase de persona que les gustaría tener de amigo. Si lo desea, podría relacionar las respuestas de las alumnas con las cualidades indicadas en la pizarra cuando ello sea adecuado.

Si las jovencitas tuvieran dificultades para responder, muéstreles las láminas de Jesús y describa los diferentes hechos que éstas representan o dé a cada una de ellas un papelito con una de las diversas referencias de las Escrituras que se mencionan a continuación e indíqueles que la busquen y la lean en silencio. Pida a cada una que exponga ante la clase las características personales que Jesús puso de manifiesto y que ella apreciaría en una persona. Familiarícese con todos los hechos de la vida del Señor de modo que pueda ayudar a cualquiera que tenga dificultades para hablar de ello.

1. Marcos 10:13–16. (Tuvo gran amor por los niños.)
2. Juan 13:3–5. (Era humilde y siempre estaba dispuesto a servir, como lo evidenció al lavar los pies a Sus Apóstoles.)
3. 3 Nefi 17:5–7. (Permaneció un poco más con los nefitas para sanar a los enfermos, a los cojos y a los ciegos.)
4. Juan 4:5–14. (Fue amistoso con los samaritanos, a quienes se menospreciaba.)
5. Lucas 15:11–32. (Enseñó a perdonar en la parábola del hijo pródigo.)
6. Mateo 18:11–14. (Todos son importantes y dignos de Su cuidado, como se ve en la parábola de la oveja perdida.)
7. Lucas 7:36–50. (Amó aun al pecador.)

Explique que en los ejemplos mencionados podemos ver claramente que Jesús es una persona bondadosa y llena de amor cuya amistad nos gustaría tener.

### Análisis

De no haberlo mencionado en la conversación anterior, usted podría poner de relieve que un aspecto importante de la amistad estriba en confiar nuestras experiencias y nuestros problemas al amigo o amiga que nos comprende y que en verdad se interesa en nuestro bienestar.

Pida a las jovencitas que nombren algunas de las cosas que las hacen sentirse tristes o deprimidas. (El sentirnos rechazadas, solas o no queridas, el que otras personas hablen de nosotras, las tentaciones que debemos enfrentar.)

Pídales que nombren experiencias que tuvo Jesús y que pudieron haberle desalentado. Posibles respuestas:

1. Jesús fue rechazado en Nazaret, su aldea natal. (Marcos 6:1–6.)
2. Se murmuraba de Él porque se hacía amigo de personas que no eran muy estimadas en la sociedad. (El relato de Zaqueo, Lucas 19:1–10.)
3. Fue tentado. (Mateo 4:1–11.)
4. Mientras oraba en el jardín de Getsemaní, Sus Apóstoles se quedaron dormidos. (Mateo 26:36–46.)
5. Pedro negó tres veces que lo conocía. (Mateo 26:69–75.)

(No hace falta leer a la clase las referencias de las Escrituras.)

- ¿Por qué los ejemplos mencionados nos indican que Jesús puede comprendernos y ayudarnos?

---

### Toda jovencita puede acercarse más al Salvador si se esfuerza en ello

Pasaje de las Escrituras y análisis

Explique que en Doctrina y Convenios 88:63 se nos dan algunas pautas generales sobre la forma en que podemos establecer una amistad más estrecha con el Salvador. Pida a una de las jóvenes que lea el versículo referido en voz alta.

- ¿Cuáles son las tres palabras de ese versículo que nos indican cómo podemos acercarnos más al Salvador? (Pedir, buscar, llamar.)
- ¿De qué maneras podemos pedir, buscar y llamar al procurar acercarnos a Cristo? (Podemos orar y estudiar las Escrituras para enterarnos de lo que hizo y de lo que enseñó, y podemos esforzarnos por llevar una vida cristiana.)
- Según lo que dice en ese versículo, ¿qué se nos promete si nos acercamos a Jesús? (Que le hallaremos; que Él se allegará a nosotros.)

Cita

El élder Bernard P. Brockbank ha denominado a la acción de pedir, buscar y llamar “una fórmula dada por Dios sobre cómo llegar a conocer a nuestro Padre Celestial y a nuestro Salvador Jesucristo” (“Be Worthy of Celestial Exaltation”, en *Speeches of the Year, 1974*, Provo: Brigham Young University Press, 1975, páginas 378–379).

Presentación por la maestra

Señale que el llegar a ser como el Salvador no es un proceso que se verifica de la noche a la mañana, sino que requiere tiempo, esfuerzo y un deseo sincero de lograrlo. Una de las razones por las que tenemos la Iglesia es que ésta nos ayuda a acercarnos más a Jesús.

Explique a las alumnas que las lecciones que estudiarán durante este año las encaminarán a acercarse más a Jesús, ya que les servirán de ayuda para adquirir y desarrollar las cualidades que Él posee, como la paciencia, el amor, el perdón y la caridad. El acercarse más al Salvador constituirá una gran fuente de fortaleza y de consuelo para todos los miembros de la clase, tal como lo fue para la jovencita del relato que se menciona a continuación:

Relato

“Aquél había sido uno de los peores días que yo había pasado desde que nos habíamos mudado a nuestra nueva casa. En realidad, las cosas habían andado bastante bien en esos últimos meses. Los miembros del nuevo barrio eran amigables y las chicas de mi edad habían hecho un esfuerzo especial por integrarme al grupo.

“Poco después de nuestra llegada, me fueron a visitar y me llevaron flores, y aun hicieron un desayuno especial en mi honor. No obstante, el recordar aquella amable acogida no me sirvió de ningún consuelo esa noche en particular.

“Había tenido un malentendido con uno de los muchachos del barrio, el que me agradaba mucho y tuvimos un cambio de palabras que me dejó confusa y resentida. Llegué a casa sintiéndome deprimida; el alegre saludo de mi madre junto con el recordatorio de que me tocaba lavar la vajilla sólo sirvió para alterarme aún más. Me fui a mi habitación y me tiré en la cama.

“Pensé en mi hermano Roberto, que se había ido a la misión pocas semanas antes, y en que si por lo menos él estuviera en casa, comprendería mi problema y me ayudaría. En seguida, mis pensamientos giraron hacia nuestro cambio de residencia y al ahondar más en ellos, comencé a dudar de la sinceridad de mis nuevos amigos; unas palabras por aquí, unas miradas por allá, que no me habían molestado antes, de pronto me parecieron una prueba convincente de que en realidad yo no les agradaba mucho. Incluso pequeños problemas que había tenido en la escuela comenzaron a adquirir dimensiones gigantescas.

“De pronto, vi en mi mente la imagen de mi padre, que había muerto hacía varios años y comencé a pensar en cuán difícil había sido la vida para nosotros desde entonces. Eso sólo vino a profundizar mi soledad y mi desesperación, y me pareció que toda la seguridad y el afecto de los demás que hasta entonces había disfrutado, se iba perdiendo vertiginosamente. Todas esas tristezas inundaron de tal forma mi ser que por fin rompí a llorar y derramé copiosísimas lágrimas que brotaron abundantemente del pozo profundo de mi frustración y soledad. Lloré y lloré durante más de una hora.

“Entonces, casi sin darme cuenta de ello, otros pensamientos comenzaron a agolparse en mi mente hasta que poco a poco comencé a recapacitar. Había estado llorando porque quería que alguien me comprendiera y me ayudara; había derramado amargas lágrimas porque pensaba que no tenía a nadie a quien acudir. Sin embargo, mi Padre Celestial y Jesús sólo aguardaban que yo reconociera Su gran amor hacia mí y Su disposición de escucharme. Al quedar a un lado mis pesares y comenzar a experimentar, agradecida, un sentimiento de serenidad, sentí que también cambiaba el ambiente que me rodeaba y casi me pareció que mi Padre Celestial y Jesús estaban allí conmigo.

“Me di cuenta de que Ellos podían comprender cabalmente mis problemas. Jesús había pasado por la experiencia de la vida terrenal y ciertamente había sufrido infinitamente más que yo. Él y mi Padre Celestial me conocían mejor que lo que yo me conocía a mí misma, dado que habían estado conmigo en la preexistencia y también conocían mi vida en esta tierra, por lo que podrían indudablemente escucharme con el interés que sólo podía emanar de la inmensidad de Su amor. Aquella noche, mi carga de soledad y frustración fue reemplazada por la serena certeza del amor de mi Padre Celestial y de Jesús, y el conocimiento de que Ellos están más cerca de nosotros de lo que yo me había imaginado”.

### Conclusión

Pasaje de  
las Escrituras

Pida a otra de las alumnas que lea de nuevo Doctrina y Convenios 88–63.

Testimonio

Si siente el deseo de expresar su testimonio del Salvador, hágalo. Tal vez algunas de las jovencitas de su clase también deseen expresar el suyo. Invítelas a acercarse más a Cristo y a ver el cumplimiento de la promesa de que le hallarán.

---

OBJETIVO	Que cada jovencita comprenda que al desarrollar sus dones espirituales será más feliz y más bella tanto su propia vida como la de los demás.
----------	--

---

PREPARACIÓN	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Consiga papel y lápiz para todos los miembros de la clase.</li> <li>2. Prepare hojitas de papel para cada uno de los miembros de la clase con el pasaje de las Escrituras: “No descuides el don que hay en ti” (1 Timoteo 4:14). Enrolle el papel a modo de pergamino y amárrelo con una cinta. Coloque los rollos en una caja y envuélvala como si fuera un regalo.</li> <li>3. Dé a tres de las jóvenes la asignación de presentar la información sobre los tres dones espirituales que se encuentran en la primera sección de la lección.</li> <li>4. Dé a otras de las jovencitas de su clase asignaciones de presentar los relatos, los pasajes de las Escrituras y las citas que usted estime convenientes.</li> </ol>
-------------	--

Nota a la maestra	Al prepararse para presentar esta lección, estudie Doctrina y Convenios 46:7–29. Quizás necesite dos períodos de clase para presentar esta lección.
-------------------	---

---

SUGERENCIAS PARA  
EL DESARROLLO  
DE LA LECCIÓN

Lección práctica  
y análisis

**Nuestro Padre Celestial ha dotado a Sus hijos con dones espirituales**

Ponga la caja envuelta con papel de regalo en una mesa o en una silla enfrente de la clase.

- Si cada una de ustedes recibiera una caja de regalo como ésta, ¿qué les gustaría que fuera ese regalo?

Dé a las jóvenes un par de minutos para que respondan a la pregunta. Explique que hay diferentes clases de regalos o dádivas y que si bien algunos vienen envueltos en cajas, hay otros que son intangibles, los cuales son dádivas que no se pueden palpar materialmente.

A continuación, indique que el profeta José Smith habló de algunos de los regalos intangibles o dones más importantes:

“Creemos que en la actualidad se disfruta del don del Espíritu Santo tan ampliamente como en los días de los apóstoles . . . también creemos en profecías, en lenguas, en visiones, revelaciones, dones y sanidades, y que no se pueden recibir estas cosas sin el don del Espíritu Santo” (*Enseñanzas del Profeta José Smith*, pág. 295).

Sobre esa declaración del Profeta, el presidente Marion G. Romney ha dicho:

“Por eso, aquel que nunca ha recibido el don del Espíritu Santo no puede en modo alguno obrar milagros por medio de su poder.

“Ahora bien, sabemos que hay sólo una manera de obtener el don del Espíritu Santo: por medio de las ordenanzas prescritas del bautismo por inmersión para la remisión de pecados y de la imposición de manos para comunicar el don del Espíritu Santo” (en *Conference Report* de abril de 1956, pág. 72; *Improvement Era* de jun. de 1956, pág. 424).

Especifique que, habiendo recibido el don del Espíritu Santo, todo miembro de la Iglesia tiene derecho a recibir ciertos dones espirituales.

Análisis en la pizarra

Señale que las Escrituras nos enseñan cuáles son esos dones espirituales. Pida a las jóvenes que lean Doctrina y Convenios 46:8–26. Al nombrar cada uno de los dones espirituales, anótelos en la pizarra.

*Dones espirituales*

Testimonio de Jesucristo	Milagros
Fe en el testimonio de otras personas	Profecía
Prudencia	Discernimiento de espíritus
Conocimiento	Hablar en lenguas
Fe para sanar	Interpretación de lenguas
Fe para ser sanado	

Presentación por las alumnas

No tendrá tiempo para tratar a fondo cada uno de estos dones, pero dedique unos minutos a hablar de algunos de ellos. Tres alumnas deben estar preparadas para exponer la información sobre los dones espirituales que aparecen a continuación. En caso de que un miembro de la clase hubiera tenido una experiencia personal con un don espiritual, como el de sanidad, podría hablar de ello ante la clase, si así lo desea, en lugar de los ejemplos que se dan o además de ellos.

*El don de profecía*

Reed Smoot, senador de los Estados Unidos en representación del estado de Utah de 1903 a 1933, era un niño cuando oyó a Brigham Young hacer una profecía que se cumplió al pie de la letra años después:

“Brigham Young fue a Provo y en una reunión de una conferencia dijo que llegaría el día en que la voz humana se podría escuchar de Nueva York a San Francisco . . .

“La madre de Reed lo había llevado a esa reunión y en el trayecto de vuelta a su casa, él le dijo (refiriéndose a lo que había dicho el presidente Brigham Young):

“—Eso nunca se realizará; es algo absolutamente imposible. No puede pasar.

“Su madre, que era una mujer de mucha fe, le dijo:

“—Tú vivirás hasta ver el cumplimiento de lo que el Presidente ha dicho hoy — pero el niño no lo creyó.

“Y así transcurrieron los años y cuando era miembro del Senado de los Estados Unidos, se inventó y se puso en funcionamiento un sistema de radiodifusión que hizo posible hacer escuchar la voz humana de Nueva York a San Francisco. Cuando éste estuvo terminado e iban a celebrar el acontecimiento, uno de sus colegas del Senado, que estaba encargado de la empresa, le invitó a la ciudad de Nueva York para que fuera el primero que hablara por la red de radiodifusión, lo cual hizo, y su voz se oyó clara e inconfundible de una costa a la otra.

“De ese modo, vivió para cumplir literalmente la promesa que había hecho el presidente Brigham Young en Provo muchos años antes” (Bryant S. Hinckley, *The Faith of Our Pioneer Fathers*, Salt Lake City: Bookcraft, 1956, pág. 207).

*El don de fe para ser sanado*

El relato que aparece a continuación se publicó en el *Dutch Star* poco después de la visita del presidente Joseph F. Smith a Holanda en 1906:

“Tras desembarcar en Amberes dos días antes, el 7 de agosto de 1906, el presidente Smith y su comitiva llegaron a Rotterdam. Allí vivía un muchacho de once años de edad, llamado John Roothoff, el cual había padecido mucho de los ojos a lo largo de varios años. Su madre era miembro fiel de la Iglesia, como también lo era el niño, que iba perdiendo la vista poco a poco, por lo cual no podía ir a la escuela. El jovencito dijo a su madre: ‘El Profeta tiene más poder que cualquier misionero de la tierra. Si me llevas a la reunión, y él me mira los ojos, creo que sanaré’. De acuerdo con sus deseos, se le permitió ir con su madre a la reunión. Al finalizar ésta, como era la costumbre, el presidente Smith se quedó de pie junto a la puerta estrechando la mano y saludando a las personas que salían de la sala. Al llegar junto a él John Roothoff, con los ojos vendados y guiado por su madre, el presidente Smith lo tomó de la mano y le habló bondadosamente. En seguida, le levantó la venda y lleno de compasión le miró los ojos inflamados, diciendo al mismo



tiempo algo en inglés que el niño no entendió. Sin embargo, el muchacho quedó satisfecho. El presidente Smith actuó de acuerdo con la fe del joven; y lo que sucedió se llevó a cabo de acuerdo con su fe. Al llegar a su casa, exclamó lleno de alegría: '¡Mamá, ya tengo bien los ojos; ya no siento ningún dolor! Puedo ver muy bien y también puedo ver lejos'. Después de aquel suceso, el niño pudo volver a la escuela" (Joseph Fielding Smith, comp., *Life of Joseph F. Smith*, Salt Lake City: Deseret Book Co., 1969, pág. 397).

#### *El don de revelación*

Poco después de una conversación que tuvo Eliza R. Snow con unos amigos, entre los que estaba el profeta José Smith, la cual giró sobre el tema de la resurrección y la relación de las personas de la tierra con su Padre Celestial, ella escribió la letra del himno "Oh mi Padre". Wilford Woodruff, el cuarto Presidente de la Iglesia, dijo lo siguiente acerca del himno:

"Con respecto a nuestra situación antes de venir a este mundo, diré que moramos con el Padre y con el Hijo, como se expresa en el himno 'Oh mi Padre', que aquí se ha cantado. Ese himno es una revelación . . . Hay un gran número de hermanas que tienen el espíritu de revelación. No hay ninguna razón que impida que sean inspiradas" (*Millennial Star*, 9 de abril de 1894, pág. 229).

Cita

Lea la siguiente cita:

"Nuestros dones y oportunidades varían; algunos son más evidentes e impactantes . . . Todos tenemos por lo menos un don y la invitación de 'buscar diligentemente los mejores dones' (D. y C. 46:8)" (Neal A. Maxwell, "A pesar de nuestras flaquezas", *Liahona*, feb. de 1977, pág. 5).

Nota a la maestra

Si ha decidido dedicar dos períodos de clase para presentar esta lección, termine aquí la primera semana.

---

### **Podemos reconocer los dones espirituales que tengamos y desarrollarlos**

Pasaje de las Escrituras y análisis

Escriba en la pizarra Doctrina y Convenios 46:11.

- Según ese versículo, ¿qué se ha dado a cada jovencita?

Explique que el conocer los dones espirituales que tenemos puede infundirnos confianza y servirnos para ayudar al prójimo.

- ¿Cómo podemos reconocer los dones espirituales que se nos han dado?

Las siguientes son respuestas posibles:

1. Orar y pedir ayuda.
2. Recibir y leer a menudo nuestra bendición patriarcal, en la cual los dones espirituales podrían estar indicados.
3. Observar qué rasgos y talentos son naturales en nosotras.
4. Aceptar los llamamientos que nos hagan los líderes del sacerdocio.
5. Fijarnos en los cumplidos que recibamos de los demás.

- ¿Cómo podemos adquirir otros dones del Espíritu?

Las siguientes son respuestas posibles:

1. Estudiar en las Escrituras y en los mensajes de los líderes de la Iglesia acerca del don deseado.
2. Observar a las personas que poseen ese don.
3. Poner en práctica el buen uso del don.

Ejemplo de las Escrituras

Supongamos que una joven acaba de ser llamada a enseñar una clase de la Escuela Dominical y que desea adquirir y desarrollar el don de enseñar.

- De acuerdo con lo que dice en Alma 17:2-3, ¿qué podría hacer esta joven para adquirir el don de enseñar con poder y autoridad?
- ¿Qué más podría hacer? (Estudiar métodos pedagógicos y observar a los buenos maestros.)

Relato y análisis	<p>Resuma en la pizarra las respuestas de las alumnas.</p> <p>Indique a las alumnas que tengan en cuenta la forma en que el élder Matthew Cowley desarrolló uno de sus dones espirituales mientras era misionero en Nueva Zelanda.</p> <p>“Me dediqué a estudiar once horas diarias durante varias semanas. Leí el Libro de Mormón en maorí y auné a mis estudios la oración y el ayuno. Por fin, en el duodécimo domingo de mi llegada allí, di mi primer discurso en la lengua maorí. Efectivamente, aquellos que aceptan el llamamiento al ministerio de nuestro Señor y Salvador Jesucristo hablan nuevas lenguas (véase Marcos 16:17).</p> <p>“He visto a jóvenes misioneros tanto en Samoa y en Tonga como en Nueva Zelanda y en Hawai que en el espacio de seis meses podían predicar sermones en las lenguas de las personas entre las cuales laboraban; jóvenes, tanto hombres como mujeres, que no habían recibido mucha instrucción académica antes de ser llamados al campo misional y que, no obstante, una vez puestos en las manos de Dios y modelados como arcilla en las manos del alfarero, recibían los dones que les habían sido prometidos” (en Conference Report, oct. de 1948, pág. 156; <i>Improvement Era</i>, nov. de 1948, pág. 699).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Cuál era uno de los dones del élder Matthew Cowley?</li> <li>• ¿Qué hizo para desarrollar ese don?</li> </ul>
-------------------	--

Estudio de un pasaje de las Escrituras y análisis	<p><b>Los dones espirituales nos traen responsabilidades y bendiciones</b></p> <p>Escriba en la pizarra lo siguiente:</p> <p>Buscar (D. y C. 46:8). Beneficio (D. y C. 46:9, 26). Jactarse (D. y C. 84:73).</p> <p>Distribuya entre los miembros de la clase las hojas de papel y los lápices, e indíqueles que busquen los pasajes mencionados y que escriban lo que éstos dicen con respecto a las palabras escritas en la pizarra.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Cómo debemos emplear los dones espirituales que hemos recibido?</li> </ul> <p>Asegúrese de que las jóvenes comprendan que los dones espirituales se dan para el beneficio de todos. Si procuran adquirir y desarrollar un don, deben comprender la finalidad y la función del don así como la responsabilidad que lo acompaña. Por ejemplo, si una joven ha recibido el don de conocimiento o de testimonio, no debe guardarlo sólo para sí, del mismo modo que un poseedor del sacerdocio que tiene el don de sanar no debe negarse a usarlo.</p>
Presentación por la maestra y pasaje de las Escrituras	<p>Pida a las alumnas que busquen en sus respectivas Biblias 1 Timoteo 4:14.</p> <p>Explique que Timoteo era un joven fiel al cual el apóstol Pablo le había enseñado el evangelio. Tras unirse a la Iglesia, recibió el don del Espíritu Santo por la imposición de manos, y, por medio del Espíritu Santo, fue bendecido con dones espirituales. Pablo prosiguió su obra misional en otras ciudades y dejó a Timoteo encargado de la Iglesia en la ciudad de Efeso. Después, Pablo escribió a Timoteo para animarlo y darle instrucciones.</p> <p>Lea en voz alta 1 Timoteo 4:14. Inste a las jóvenes a meditar con oración en sus dones espirituales. Reitere el hecho de que cada una de ellas ha recibido al menos un don y que, al igual que Timoteo, no debe descuidar ese don sino descubrirlo y usarlo.</p>
Pergaminos	<p>Pida a una de las alumnas que abra la caja de regalo y que dé un rollo a cada una de las jóvenes de la clase.</p>

### Aplicación de la lección

Inste a las jovencitas a tratar sinceramente y con ahínco de adquirir dones espirituales y de esforzarse por desarrollarlos. Asimismo, ínsteles a escribir en sus diarios la forma en que vayan progresando al buscar, desarrollar y compartir con los demás esos dones espirituales.

**OBJETIVO** Que cada jovencita comprenda que por medio del sacrificio personal que realice puede ayudar a edificar el Reino de Dios.

**PREPARACIÓN**

1. Consiga papel y lápiz para todos los miembros de la clase.
2. Optativo: Haga copias de Mateo 6:33 o de una de las citas que aparecen en la lección para que cada una de las jóvenes la lleve a su casa.
3. Dé a varias de las alumnas la asignación de presentar los pasajes de las Escrituras, los relatos o las citas que usted estime convenientes.

## SUGERENCIAS PARA EL DESARROLLO DE LA LECCIÓN

### Introducción

#### Relato

Con respecto al servicio y al sacrificio personal, el élder Thomas S. Monson, del Consejo de los Doce, dijo lo siguiente:

“José García [era] de México. Nacido en la pobreza, pero nutrido en la fe, José se había preparado para su misión. Yo estuve presente el día en que se recibió su recomendación. En ella aparecía una explicación: ‘El hermano García servirá a costa de un gran sacrificio para su familia, puesto que él contribuye mucho al sostenimiento de la misma. Sólo cuenta con una posesión: una preciada colección de sellos de correos, que él está dispuesto a vender, si es necesario, para ayudar a pagarse la misión’.

“El presidente Kimball escuchó atentamente mientras le leían estas palabras, y luego respondió: ‘Déjenlo que venda su colección de sellos. Ese sacrificio se convertirá en una bendición para él’ “ (“Ejemplos de fe”, *Liahona*, feb. de 1979, pág. 85).

Explique que la edificación del Reino de Dios aquí en la tierra a veces requiere que las personas se sacrifiquen.

- ¿Qué queremos decir cuando hablamos de sacrificio?

Anote en la pizarra las opiniones que expresen las alumnas. Algunos ejemplos podrían ser:

1. Hacer una ofrenda dedicada a Dios.
2. Renunciar a algo que estimemos de valor para nosotras.
3. Dar de nuestro tiempo, talentos y bienes sin desear nada a cambio de ello.

Explique que el sacrificio es la máxima prueba del evangelio, ya que significa dar al Señor lo que Él requiere de nuestro tiempo, bienes terrenales y energía para llevar adelante la obra de Dios (véase *Principios del Evangelio*, capítulo 26).

#### Pasaje de las Escrituras y análisis

Pida a las jovencitas que lean Mateo 6:33.

- ¿Qué relación tiene ese pasaje con el principio del sacrificio?

Deje que las jóvenes analicen el pasaje por unos minutos. En el análisis, mencione los siguientes puntos:

1. La gente siempre ha sido probada para ver si está dispuesta a renunciar a sus deseos y placeres personales y a poner las cosas de Dios en primer lugar en sus vidas.
2. Jesús dio el ejemplo perfecto de sacrificio al dar voluntariamente Su vida con el fin de que pudiéramos salvarnos de la muerte por medio de la resurrección y librarnos de nuestros pecados por medio del arrepentimiento. También otras personas han sacrificado sus vidas para que pudiéramos tener el evangelio.

Presentación por la maestra	<p>Explique que es probable que no se nos requiera dar la vida por el evangelio, pero que sí se nos requiere hacer sacrificios en otras formas.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿De qué maneras se nos pide que nos sacrifiquemos? (Se nos pide que demos de nuestro tiempo y energías dedicando éstos al cumplimiento de nuestros llamamientos en la Iglesia, que superemos el temor para poder dar a conocer el evangelio, que paguemos nuestro diezmo al Señor, que dediquemos tiempo a la lectura de las Escrituras y al servicio de nuestros semejantes, que renunciemos a los elogios de nuestras amistades si nos negamos a seguir las modas y costumbres del mundo.)</li> </ul> <p>Indique que sólo al edificar el Reino de Dios con nuestra dedicación y sacrificios personales podremos llegar a ser como nuestro Padre Celestial y Jesucristo.</p>
Cita	<p>Lea la declaración del profeta José Smith sobre el sacrificio, la cual se menciona a continuación:</p> <p>“Una religión que no requiera el sacrificio de sus adeptos nunca tendrá el poder suficiente para producir la fe necesaria que les ayude a alcanzar la vida eterna y la salvación, porque desde los comienzos de la existencia humana, la fe necesaria para gozar de la vida y de la salvación nunca se ha podido obtener sin renunciar a las cosas mundanas. Dios ha ordenado que por medio de ese sacrificio, y de ningún otro, los hombres puedan obtener la vida eterna . . .</p> <p>“Algunas personas se imaginan en vano que son herederas, o que pueden serlo, conjuntamente con aquellas que lo han sacrificado todo y que de ese modo pueden adquirir fe en Dios y gracia ante Él para lograr la vida eterna. Éste no es el caso, a menos que ellas, de la misma manera, le ofrezcan el mismo sacrificio, y gracias a ese sacrificio obtengan el conocimiento de que Dios los acepta” (<i>Lectures on Faith</i>, comp. por N. B. Lundwall, Salt Lake City: N. B. Lundwall, n. d., pág. 58).</p>
Presentación por la maestra	<p>Explique que los del pueblo del Señor siempre han hecho muchos sacrificios y en diversas formas por motivo de su fe y de sus obras. Algunos han padecido aflicciones y han sido ridiculizados por sus creencias; otros, conversos nuevos a la Iglesia, han sido rechazados por sus familiares por haberse unido a ella; muchos han perdido su trabajo y algunos han perdido la vida.</p> <p>Inste a las jóvenes a exponer ante la clase experiencias de sacrificios ya sea de ellas mismas o de otras personas.</p> <p>Haga notar que el Señor ha dicho que nuestros sacrificios no pasarán inadvertidos. Pida a las jóvenes que lean Mateo 19:29 y analice con ellas la promesa que allí se da a aquellos que se sacrifiquen.</p> <p>Recalque que a medida que nuestro testimonio se vaya intensificando, también irá aumentando nuestra capacidad de hacer mayores sacrificios por el Señor y por nuestro prójimo.</p>

### **Podemos usar nuestro tiempo, talentos y bienes para edificar el Reino**

Relato	<p>Narre lo siguiente:</p> <p>Aun cuando la hermana Villafranca, que vivía en San Fernando, México, se encontraba a gran distancia de cualquier barrio o rama, halló la manera de ayudar a edificar el Reino de Dios en el lugar en que residía. Invitó a cincuenta personas, treinta de ellas investigadoras, a su pequeña casa a oír a los misioneros enseñar el evangelio. El misionero que les enseñó relata lo que sucedió:</p> <p>“Cuando comencé la charla, pude observar que todos los que se encontraban en la habitación me escuchaban atentamente y con sincero interés. Al hacer preguntas a la clase, pareció como que todos hubieran aprendido de memoria las respuestas de antemano, y mi entusiasmo y mi emoción fueron aumentando gradualmente ante el hecho potente de que no había logrado hacer sólo un contacto ‘de oro’, sino que tenía la habitación llena de ellos. Cuando les pregunté si después que hubieran estudiado, orado y escuchado el resto de las charlas, se bautizarían, oí una respuesta en coro que me decía: ‘Sí’ . . .</p>
--------	---

“Ahora, seis años después, hay en San Fernando una rama de casi doscientos miembros. Esa rama existe gracias a los esfuerzos misionales de una hermana resuelta y fiel que no tuvo temor de hablar a otras personas del evangelio, y que lo hizo con la fe que precede al milagro” (Glenn V. Bird, “Miracle at San Fernando”, *New Era*, ene. de 1977, págs. 28–29).

Actividad	<ul style="list-style-type: none"><li>• ¿Qué les ha dado el Señor a ustedes, de lo cual se pueden valer para edificar Su Reino?</li></ul> Dé a todas las alumnas una hoja de papel y un lápiz. Indíqueles que anoten los talentos y los bienes que poseen y la forma en que podrían usarlos para ayudar en la edificación del Reino de Dios sobre la tierra. Adviértales que no escriban su nombre en el papel. En seguida, reúna las hojas y lea lo escrito en cada una de ellas en voz alta ante la clase. Analicen otras formas en que se podrían utilizar esos talentos y bienes para edificar el Reino de Dios.
Presentación por la maestra	Explique que todos tenemos talentos y bienes que podemos emplear para edificar el Reino de Dios, o sea, La Iglesia de Jesucristo de los Santos de los Últimos Días. Tal vez podamos dar alimentos o ropa a alguien que los necesite o dar albergue a una persona que no tenga dónde vivir. Al pagar nuestros diezmos y ofrendas, ayudamos a edificar el Reino. También puede haber ocasiones en que se nos pida dar más, hacer un sacrificio más grande. Aun cuando a la mayoría de nosotras no se nos pedirá dar todo lo que tenemos para la obra de Señor, debemos estar dispuestas a hacerlo si se nos presentara la ocasión.
Relato	La hermana JoAnn Ottley, esposa del hermano Jerold D. Ottley, director del Coro del Tabernáculo Mormón, nos relata lo siguiente: <p>“El Señor nos bendijo tanto a mi marido como a mí con talentos especiales para la música. Hemos dedicado toda nuestra vida a estudiar e incrementar estos talentos, y nos hemos visto en la necesidad de tener que tomar muchas decisiones con respecto a la manera de emplearlos. Cuando cursábamos estudios en Europa, nos dimos cuenta de que teníamos que tomar una determinación importante y difícil. Los dos sabíamos que si nos quedábamos en tierra europea tendríamos muchas oportunidades de alcanzar el éxito. No obstante, queríamos más que nada hacer lo que el Señor deseaba que hiciésemos. Sentíamos el deseo de obedecer y más que eso, anhelábamos ser instrumentos en las manos del Señor para colaborar en la edificación de Su reino aquí en la tierra.</p> <p>“Reiteradamente ayunamos y oramos pidiendo la orientación del Espíritu para llegar a conocer la voluntad del Señor. La respuesta la recibimos durante una reunión sacramental al terminar un período de ayuno. Los dos recibimos la misma guía por medio del Espíritu Santo: que nuestra obra había de continuar en nuestra propia tierra, que teníamos que regresar a los Estados Unidos.</p> <p>“Después de eso transcurrieron unos meses más de estudio, preparación y pruebas. Entonces el Señor nos hizo posible el regresar a Salt Lake City. Yo fui aceptada como miembro del Coro del Tabernáculo y mi esposo se incorporó al Departamento de Música de la Universidad de Utah.</p> <p>“Poco tiempo después, mi marido fue llamado por la Primera Presidencia de la Iglesia como director del Coro del Tabernáculo. Efectivamente, el Señor nos había estado preparando para prestar un servicio especial” (véase <i>La mujer Santo de los Últimos Días, Parte B</i>, págs. 91–92).</p>
Análisis	Dé oportunidad a los jóvenes de analizar por qué es importante usar nuestro tiempo, talentos y bienes para ayudar a edificar el Reino de Dios sobre la tierra.
Cita	Para resumir, lea esta cita: <p>“Hemos hecho convenio en las aguas del bautismo de amar y servir [al Señor], de guardar Sus mandamientos y de poner en primer lugar en nuestras vidas las cosas de Su Reino . . .</p> <p>“La ley de sacrificio consiste en que estemos dispuestos a sacrificar todo lo que tenemos por la causa de la verdad: nuestro carácter y nuestra reputación; nuestro honor y el aplauso de los demás; nuestro buen nombre entre los hombres; nuestras casas, tierras y familias: todas las cosas y sacrificar aun nuestras vidas si ello fuera necesario . . .</p>

“No siempre se nos pide vivir cabalmente la ley de consagración y dar todo nuestro tiempo, talentos y medios para la edificación del Reino de Dios sobre la tierra. A pocos de nosotros se nos pide sacrificar mucho de lo que poseemos y hasta el momento sólo de vez en cuando hay un mártir en la causa de la religión revelada.

“Sin embargo . . . debemos estar dispuestos a vivir esas leyes en su totalidad por si se nos requiere hacerlo” (Bruce R. McConkie, Conference Report, abril de 1975, págs. 74-75; *Ensign*, mayo de 1975, pág. 50).

### Conclusión

Testimonio

Testifique a las jóvenes que el tiempo, los talentos y bienes que poseemos en realidad no son nuestros, sino del Señor. La alegría más grande que podemos experimentar en esta tierra estriba en usarlos para la edificación del Reino de Dios. Si hacemos esos sacrificios con un corazón dispuesto, el Señor nos ha prometido que recibiremos mayores bendiciones en esta vida y la vida eterna en la existencia venidera.

### Aplicación de la lección

1. Inste a las jóvenes a analizar con sus familiares respectivos las formas en que podrían trabajar en estrecha colaboración juntos e individualmente para servir mejor al Señor haciendo los sacrificios que Él pide.
2. Sugierales que el próximo domingo de ayuno, todas ayunen y oren para saber de qué manera emplear su tiempo, sus talentos y sus bienes para ayudar a edificar el Reino de Dios.
3. Dé a cada uno de los miembros de la clase una tarjeta o una hoja de papel con el versículo escrito de Mateo 6:33 o un pasaje de una de las citas empleadas en la lección para recordarle que debe dar de su tiempo, sus talentos y sus bienes para fines justos.



*Cumplamos con la divina  
responsabilidad de la mujer*



# El obedecer los mandamientos nos ayuda a cumplir con nuestra función sagrada

---

**OBJETIVO** Que las jóvenes comprendan por qué el obedecer o el quebrantar los mandamientos de Dios influirá en su manera de cumplir con su función sagrada.

---

**PREPARACIÓN**

1. Saque copias para todas las alumnas del volante que se encuentra al final de la lección y que lleva el mismo título que ésta.
2. Lleve lápices a la clase para todas las alumnas.
3. Dé a varias de las jóvenes la asignación de presentar los pasajes de las Escrituras, los relatos y las citas que usted desee.

**Nota a la maestra** Esta lección es principalmente un curso práctico. Planee dejar un espacio de tiempo apropiado para las actividades y los análisis que aquí se mencionan.

---

**SUGERENCIAS PARA EL DESARROLLO DE LA LECCIÓN**

**Introducción**

Presentación por la maestra

Explique que vivimos en un mundo de causas y efectos. Pida a las jóvenes que expresen su opinión con respecto a cuáles serían las consecuencias (1) si se quedaran levantadas hasta altas horas de la noche, (2) si llegaran tarde a las clases, (3) si violaran los reglamentos del tránsito, (4) si comieran en exceso, (5) si su actitud con sus semejantes fuera hostil, (6) si sonrieran, (7) si se prepararan bien para un examen, (8) si estudiaran las lecciones de piano, (9) si hicieran ejercicios, (10) si anduvieran en una bicicleta con los neumáticos desinflados.

Explique que el principio de causa y efecto se aplica en todos los aspectos de nuestra vida.

Indique que dicho principio rige no sólo en el reino material, sino también en el espiritual. El Señor nos ha dado mandamientos para nuestra protección y guía. Si observamos esos mandamientos, seremos bendecidas y recibiremos todo lo que el Señor nos ha prometido para nuestro bien, seremos más felices en la vida y experimentaremos la paz y el gozo que se han prometido a aquellos que lo cumplan. Si escogemos quebrantar los mandamientos, escogemos de ese modo recibir las consecuencias de nuestra decisión, que son la desdicha y el sufrimiento tanto en esta vida como en la venidera.

Cita

Lea la siguiente cita:

“El estilo dominante de nuestros tiempos es el libertinaje. La página de mayor atracción del suplemento de uno de los principales periódicos dominicales describe a los ídolos del cine y a los héroes atléticos —aquellos a los que mucha gente joven anhela imitar— burlándose de las leyes de Dios y justificando prácticas inicuas, aparentemente sin sufrir ningún efecto nocivo. ¡No lo crean! Llegará el momento en que se ajustarán las cuentas y . . . se le llama el día del juicio, el gran examen de la vida. ¿Estamos preparados? ¿Estamos contentos con la forma en que actuamos?” (Thomas S. Monson, “The Lighthouse of the Lord”, *New Era*, jul. de 1980, pág. 18.)

---

**El quebrantar los mandamientos nos impide cumplir nuestra función sagrada**

Presentación por la maestra

Explique que Satanás procura impedirnos cumplir con nuestra función sagrada de llegar a ser esposa y ayuda idónea para nuestro marido, así como madre y maestra. Una de las formas en que logra ese propósito es la de conducirnos a quebrantar los mandamientos, pues sabe que debemos vivir con rectitud para poder cumplir con la función que el Señor desea que cumplamos.

Actividad	<p>Entregue a las alumnas las copias que hizo del volante.</p> <p>Pida a las jovencitas que lean la lista de mandamientos de la columna 1. Reparta entre ellas los lápices e indíqueles que, trazando líneas, hagan coincidir los mandamientos escritos en la columna 1 con las formas en que ellos se pueden quebrantar y que están escritos en la columna 2.</p>
Análisis	<p>Indique a las alumnas que por turnos lean la forma en que hayan hecho coincidir los puntos de las dos columnas: 1 (de la columna 1) con 5 (de la columna 2), 2-12, 3-10, 4-6, 5-11, 6-4, 7-3, 8-1, 9-13, 11-2, 12-9, 13-8, 14-7.</p> <p>Pídales que expliquen en qué forma las transgresiones anotadas en la columna 2 podrían afectar su capacidad, ya sea por medio de sus acciones o su actitud, para llevar a cabo su función sagrada.</p>
Cita	<p>Lea la siguiente declaración del presidente N. Eldon Tanner:</p> <p>“Quiero recalcar a las madres e hijas, a las mujeres de todas partes, que debido a la gran influencia y al poder benéfico que ustedes tienen sobre todos nosotros, Satanás ha decidido destruirlas. No cedan ante él. Tengan el valor, la fuerza, el deseo y la determinación de vivir como el Señor quiere que vivan: pura y sanamente. Jovencitas, consérvense virtuosas y háganse merecedoras de un hombre recto, que como ustedes se conserve limpio, para que juntos asistan a la Casa del Señor y se sellen en los lazos eternos del matrimonio por esta vida y la eternidad, y preparen un hogar donde Dios pueda mandar gustoso a Sus hijos espirituales” (véase “Ser mujer es el más alto honor”, <i>Liahona</i>, jun. de 1974, pág. 40).</p>
Análisis	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Por qué intenta Satanás alejar a la mujer de su función sagrada?</li> </ul> <p>Explique que Satanás desea destruir la unidad familiar, lo cual constituye el eje central del plan de salvación. Si logra destruir a la familia, conduciéndonos a quebrantar el convenio que hicimos con el Señor en la preexistencia, saldrá victorioso en su tentativa de frustrar el plan de Dios, el cual se enseñó a Adán y a Eva y el que se aplica a todos los hijos y las hijas de éstos. El Señor desea que Sus hijos e hijas cumplan con su función sagrada a fin de que Sus hijos espirituales puedan nacer y crecer en familias que vivan con rectitud.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿A cuántas personas podría perjudicar el que alguien desobedeciera los mandamientos?</li> </ul>

**El obedecer los mandamientos nos ayuda a cumplir con nuestra sagrada misión**

Presentación por la maestra	Explique que si entendemos cuál es nuestra función, podremos resistir la tentación de quebrantar los mandamientos; podremos ser más precavidas para no ser engañadas por las influencias malignas que nos rodean.
Actividad y análisis	<p>Haga girar la conversación en torno a lo que podría servirles de ayuda para resistir la tentación de quebrantar los mandamientos. Pida a las jóvenes que escriban lo que ellas mismas vayan sugiriendo al pie del volante. En el análisis se podría tratar lo siguiente:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Aprender cuáles son los mandamientos del Señor y obedecerlos.</li> <li>2. Escoger con prudencia lo que vamos a hacer en nuestro diario vivir.</li> <li>3. Escoger amigos dignos.</li> <li>4. Seguir al Profeta y a los demás líderes de la Iglesia.</li> <li>5. Estudiar las Escrituras.</li> <li>6. Seleccionar modelos de conducta dignos y seguirlos.</li> <li>7. Vestir recatadamente.</li> <li>8. Fijar metas a corto plazo y a largo plazo que sean posibles de alcanzar y esforzarse por alcanzarlas.</li> <li>9. Escoger un ambiente digno en el cual trabajar.</li> </ol>

10. Seleccionar cuidadosamente las diversiones.
  11. Servir al prójimo.
  12. Fortalecer el testimonio propio.
- 

### **Conclusión**

Presentación por la maestra

Explique que nuestros profetas nos recuerdan constantemente que las leyes del Señor son eternas y no es posible hacer caso omiso de ellas sin que suframos consecuencias eternas. Una de las consecuencias del quebrantar los mandamientos del Señor es que no podremos cumplir con nuestra función de una manera agradable al Señor.

Cita

Lea la siguiente cita del presidente Spencer W. Kimball:

“Espero de todo corazón que nuestras hermanas y hermanos Santos de los Últimos Días, tanto jóvenes como mayores, beban abundantemente del agua de vida y adapten su vida al hermoso e importantísimo papel que el Señor les ha asignado.

“ . . . ¡Qué inmensas satisfacciones podríamos llegar a experimentar en la vida! ¡Qué hermosos hijos podríamos tener y criar! ¡Qué futuro celestial podríamos llegar a disfrutar!” (Véase “El plan del Señor para el hombre y la mujer”, *Liahona*, abril de 1976, pág. 3.)

---

### **Aplicación de la lección**

Sugiera a las jovencitas que lleven los volantes a sus respectivas casas y los estudien; que seleccionen uno o más aspectos de su vida en que les haga falta fortalecerse. Pídales que se fijen, individualmente, algunas metas a corto plazo para eliminar cualquier cosa que les impida prepararse para cumplir con su misión.

## *El obedecer los mandamientos nos ayuda a cumplir con nuestra función sagrada*

### *Columna 1: Mandamientos*

1. Multiplicar y llenar la tierra.
2. No tendrás dioses ajenos delante de mí.
3. Amarás a tu prójimo; [ayudarse] unos a otros.
4. No matarás.
5. No cometerás adulterio ni harás ninguna cosa semejante.
6. No codiciarás.
7. Honra a tu padre y a tu madre.
8. No tomarás el nombre de Dios en vano.
9. Santificarás el día de reposo.
10. No hablarás contra tu prójimo falso testimonio.
11. Obedece la Palabra de Sabiduría.
12. Deja que la virtud engalane tus pensamientos incesantemente.
13. Sé honrado.
14. Amarás al Señor tu Dios con todo tu corazón, alma, mente y fuerza.

### *Columna 2: Formas en que se quebrantan los mandamientos*

1. Proferir improperios e imprecaciones, irreverencia.
2. Fumar, ingerir té, café, bebidas alcohólicas, drogas.
3. Rebelión, desobediencia, falta de respeto.
4. Celos, envidia, codicia.
5. Decidir no casarse, decidir no tener hijos, homosexualidad.
6. Asesinato, aborto provocado.
7. Espíritu mundano.
8. Robar, hurtar en las tiendas.
9. Pornografía, bromas y conversaciones vulgares, falta de modestia o de recato.
10. Egoísmo, buscar sólo la satisfacción de los deseos personales.
11. Besos y abrazos sensuales, caricias impúdicas, adulterio, inmoralidad y perversiones de toda clase.
12. El considerar que la fama, el reconocimiento del mundo y el tener como modelo una persona de comportamiento indigno es lo más importante en la vida.
13. La recreación en lugar de la adoración a Dios.
14. Decir chismes, difamar, mentir.

---

**OBJETIVO** Que todas las jóvenes se esfuercen por crear en su hogar un ambiente en el cual pueda morar el Espíritu del Señor.

---

**PREPARACIÓN**

1. Lámina 5, El Templo de Salt Lake (62433), la cual se encuentra al final del manual, o una ilustración o fotografía del templo más cercano o su localidad.
2. Hojas de papel o pequeñas tarjetas en blanco para los miembros de la clase.
3. Para impartir esta lección, arregle el salón de clase de la forma más atractiva que pueda. Cubra la mesa con un mantel y ponga en ella un arreglo floral o de otro tipo.
4. Dé a varias de las jóvenes la asignación de presentar los pasajes de las Escrituras, los relatos y las citas que usted desee.

---

**SUGERENCIAS PARA EL DESARROLLO DE LA LECCIÓN**

**Introducción**

Cita

Lea la siguiente cita del presidente Spencer W. Kimball:

“No importa lo que lean u oigan, cuáles sean las diferencias en las circunstancias que observen en la vida de las mujeres que las rodean, es totalmente indispensable que ustedes, las mujeres miembros de la Iglesia, comprendan que el Señor considera a la mujer y la maternidad como algo realmente sagrado y de grandioso valor; Él les ha confiado a sus hijas la gran responsabilidad de traer hijos al mundo y darles amor y cuidado a lo largo de la vida.

“Ésta es la obra grande e irremplazable de la mujer. La vida no tendría continuidad si la mujer cesara de traer hijos al mundo. La vida mortal es un privilegio y un paso necesario en el progreso eterno. Nuestra primera madre, Eva, lo comprendió de esa forma y ustedes también deben comprenderlo . . .

“Mucho se ha dicho ya acerca de lo pesado y confinado del trabajo de la mujer en el hogar; pero mirando desde el punto de vista del evangelio, no es así. En cada nueva vida se manifiesta un aspecto divino. La creación del medio ambiente adecuado en el que pueda crecer y desarrollarse cada niño es un desafío y una labor de proporciones magistrales. El hombre y la mujer trabajan juntos para formar una familia que pueda seguir unida por toda la eternidad” (véase “Privilegios y responsabilidades de la mujer de la Iglesia”, *Liahona*, febrero de 1979, pág. 146).

Análisis

- ¿Qué pensaba el presidente Kimball sobre el papel de la mujer en el hogar?
  - ¿Cómo puede prepararse una jovencita para crear un ambiente en el hogar que sea propicio para que el Señor more en él?
- 

**Una casa limpia y ordenada invita al Espíritu del Señor**

Cita y análisis

Lea la siguiente cita:

“Durante nuestra permanencia en Holanda, nos llamó poderosamente la atención el hecho de que las casas de ese pequeño país tienen características notables. El antepecho de las ventanas de esas casas de ladrillos y techos rojos está siempre lleno de macetas de flores, por lo general, geranios. Las ventanas son grandes y nunca las cubren con cortinas ni persianas; los destellos con que relucen añaden encanto al brillo de la personalidad de la vivienda. Muchas casas tienen nombre. Encima de la puerta se ven nombres como: Rincón Soleado, Rayo de Sol, Cabaña del Sol, Refugio de Paz, Tranquilidad, Rincón

Pacífico . . . La calidez, el esplendor del sol y un ambiente agradable, unidos a la paz, la tranquilidad y la satisfacción son las cosas que hacen que una casa sea realmente un hogar” (Daryl V. Hoole, *The Art of Homemaking*, Salt Lake City: Deseret Book Co., 1967, págs. 117–118).

Pida a las alumnas que expresen qué sienten al ver una casa limpia y ordenada. Algunas de las jóvenes podrían recordar alguna casa en particular que les haya hecho experimentar sentimientos parecidos a los que se refirió la hermana Hoole en la descripción anterior; invítelas a hablar de ello ante la clase.

Lámina y análisis

Enseñe la lámina de un templo y pida a las jóvenes que le digan lo que más les impresiona de la apariencia del templo. Es probable que algunas de ellas hayan visitado un templo o los jardines de uno de ellos. Si fuera así, pregúntelas qué las impresionó más. Pregunte a la clase por qué la Iglesia conserva nuestros templos limpios y hermosos.

Pasaje de las Escrituras y análisis

Indique a las jovencitas que busquen y lean Doctrina y Convenios 132:8. Luego someta a análisis las preguntas que siguen:

- ¿Por qué requiere el Señor que Su casa sea una casa de orden?
- ¿Por qué la belleza y la limpieza hacen destacar el orden en la casa del Señor?
- ¿Cómo creen ustedes que podríamos aplicar a nuestra casa las instrucciones del Señor con respecto al orden del mismo modo que se aplica a los templos?

Pida a las alumnas que lean Moisés 3:15, Doctrina y Convenios 90:18 y Doctrina y Convenios 42:41.

Analicen lo que nos enseñan esos pasajes de las Escrituras en relación al orden y la limpieza tanto en el interior como en el exterior de la casa.

Explique que en los cielos el orden es fundamental, ya que de no ser así, reinaría el caos. En nuestra casa, el orden también es fundamental.

Actividad

Reparta entre las alumnas las hojas de papel o las tarjetas en blanco y los lápices. Señale que a la mayoría de las personas nos cuesta trabajo conservar las cosas limpias, en buen estado y ordenadas. Indique a las jóvenes que escriban al dorso del papel o tarjeta alguna cosa que esté bajo su cargo y que deba limpiarse y ordenarse mejor. Pídale que también anoten varias ideas que las ayuden a mejorar en este sentido.

Cita

Para destacar la importancia de poner en práctica lo que hayan resuelto hacer, lea la referencia del élder Delbert L. Stapley sobre la formación de buenos hábitos, la cual aparece a continuación:

“Los buenos hábitos no se adquieren simplemente por tomar buenas resoluciones, si bien el pensamiento debe preceder a la acción. Los buenos hábitos se adquieren en el taller del diario vivir. El carácter no se forma en los momentos de las grandes pruebas y de las aflicciones, ya que en esas ocasiones sólo se pone de manifiesto. Los hábitos que rigen nuestra vida y que moldean nuestro carácter se van formando gradualmente en las plácidas acciones rutinarias de la vida; se adquieren con la práctica” (en Conference Report, oct. de 1974, pág. 25; *Ensign*, nov. de 1974, pág. 20).

Presentación por la maestra

Especifique que si conservamos nuestra vivienda limpia y ordenada, el Espíritu del Señor y los miembros de nuestra familia desearán estar allí. Toda joven podrá experimentar un sentimiento de profunda satisfacción si pone en práctica buenos hábitos del quehacer doméstico ahora. Ella debería adquirir hábitos y destrezas que le permitan conservar una casa ordenada durante toda su vida.

---

### **Las jóvenes son una bendición en la vida de los demás cuando con alegría ponen en práctica el papel de amas de casa**

Presentación por la maestra

Explique que para que nuestra casa sea agradable, es preciso que nos interesen no sólo los muebles o los artículos que la compongan sino también el ambiente espiritual que reine en ella. Como lo dijo el presidente Kimball, muchas mujeres piensan que su papel de amas de casa es aburrido y pesado. Sin embargo, cuando las jovencitas hacen el quehacer doméstico y atienden a su familia de buena voluntad y con alegría, serán una bendición para sus respectivos familiares y será un gusto estar en esos hogares.

Casos para analizar y análisis

Elija de los casos para analizar siguientes los que sean más apropiados para las jóvenes de su clase o utilice otros que le parezcan mejores.

*Caso para analizar 1*

Julia tiene tres hermanitos pequeños, todos menores de cuatro años. La comida nunca está lista a tiempo y la casa siempre está desordenada. A Julia le da vergüenza cuando vienen sus amigas a visitarla y trata a su madre de mal modo.

- ¿Cómo afecta a la familia la conducta de Julia?
- ¿Qué puede hacer Julia para mejorar la situación?

*Caso para analizar 2*

A Susana le gustaría tener mucha más ropa de la que tiene, pero la familia no tiene dinero para comprársela. Esto le disgusta y la pone de mal humor.

- ¿Cómo podría Susana mejorar su guardarropa y a la vez ser más amable en su casa?

*Caso para analizar 3*

Ana a menudo deja el cuarto de baño desordenado y sucio. Su hermana se queja constantemente de que antes de bañarse tiene que enjuagar la bañera (tina), recoger la ropa sucia de Ana y de no encontrar lo que necesita.

- ¿De qué manera perjudica el desorden de Ana el bienestar del hogar?

*Caso para analizar 4*

Sara estudia música y toca el piano. Todas las semanas estudia canciones que vayan con la lección de la noche de hogar y acompaña a la familia con buena disposición de ánimo.

- ¿De qué forma contribuye Sara a la espiritualidad de su hogar por medio de su talento y de su buena voluntad?

*Caso para analizar 5*

Carolina es muy hábil para el dibujo y la pintura y a eso dedica todo su tiempo. Lo único que le interesa es desarrollar su talento creativo y descuida todas las tareas que le corresponden en el hogar. Sus padres están disgustados porque no ayuda en los quehaceres domésticos.

- ¿Cómo puede utilizar su talento para mejorar el ambiente del hogar?
- ¿De qué manera mejoraría el espíritu hogareño si Carolina fuera más responsable en los quehaceres domésticos?

---

**Conclusión**

Presentación por la maestra

Haga notar a las jóvenes que para que un hogar sea feliz es preciso que reine allí un ambiente espiritual. Todas las jóvenes pueden ser una influencia positiva para aumentar la espiritualidad de su hogar. A medida que saca provecho de la oportunidad de aprender a realizar los quehaceres domésticos y los hace de buena gana, invita al Espíritu del Señor a morar en su hogar.

---

**Actividades que se sugieren**

Durante la semana enseñe a las jovencitas a:

1. Coser y a zurcir a mano.
2. Cocinar o hacer pan.
3. Tejer, bordar o hacer crochet.
4. Planear las comidas y hacer las compras.
5. Hacer cuadros o adornos para la casa.
6. Quitar manchas y a lavar la ropa.
7. Lustrar o a pintar muebles.
8. Cortar y confeccionar ropa.
9. Facilitar los quehaceres domésticos.
10. Reparar artefactos del hogar.
11. Cuidar las plantas.
12. Almacenar y a preservar los alimentos.

*Contribuyamos al bienestar del hogar*



# Compartamos los quehaceres del hogar

---

OBJETIVO	Que cada una de las jóvenes procure realizar su parte de los quehaceres del hogar.
----------	--

---

PREPARACIÓN	<ol style="list-style-type: none"> <li>Después de obtener aprobación de su líder del sacerdocio, pida a una joven mayor o a una joven casada, que hable cinco minutos sobre el tema: "Las satisfacciones y las ventajas del saber realizar los quehaceres de la casa".</li> <li>Dé a varias de las jóvenes la asignación de presentar los pasajes de las Escrituras, los relatos y las citas que usted desee.</li> </ol>
Nota a la maestra	Las jovencitas de su clase aprenderán más acerca del compartir los quehaceres del hogar si cada una de ellas toma parte activa en la presentación de la lección.

---

## SUGERENCIAS PARA EL DESARROLLO DE LA LECCIÓN

### Cada joven tiene la responsabilidad de ayudar en los quehaceres del hogar

Relato	<p>Narre la experiencia que aparece a continuación, la cual contaron unos padres acerca de su hija:</p> <p>"A Carolina le tocaba el turno de lavar la vajilla, y contando con que cumpliría con su responsabilidad, salimos juntos a pasar la velada fuera de casa. Cuando regresamos, la vajilla todavía estaba sin lavar y Carolina, profundamente dormida".</p>
Análisis	<ul style="list-style-type: none"> <li>¿Qué creen ustedes que sintieron y pensaron los padres de Carolina al ver que la vajilla estaba sin lavar?</li> </ul>
Relato	<p>Continúe el relato:</p> <p>"Eran las once de la noche. Tras hablar del asunto, decidimos despertar a Carolina y pedirle que fuera a lavar la vajilla . . .</p> <p>"La chica <i>no podía creer</i> que su padre la hiciera levantarse a medianoche para lavar la vajilla. Pero haciendo caso omiso de la resistencia que ponía la somnolienta joven y hablándole suave y tiernamente, el padre le indicó que <i>debía</i> lavar la vajilla antes de volver a acostarse . . ."</p>
Análisis	<ul style="list-style-type: none"> <li>¿Qué sentirían ustedes si se les despertara a medianoche para llevar a cabo un deber que no hubieran cumplido?</li> </ul>
Relato	<p>Continúe el relato:</p> <p>"A Carolina se le llenaron los ojos de lágrimas y comenzó a llorar. Al comenzar la tarea, murmuró enojosas palabras entredientes, que adquirían un tono más airado con cada plato que lavaba. Su padre estuvo en pie durante todo el rato junto con ella, tarareando una melodía, leyendo el periódico, barriendo un poco y ayudándola con un par de platos hacia el final.</p> <p>"Ya muy entrada la noche, una vez que la cocina estuvo limpia, la abrazó y la condujo hasta la mesa. La miró tiernamente y le dio las gracias por el buen trabajo realizado. En seguida, le dijo: 'Carolina, sé cuánto te has enfadado por esto. Hija, cuando tu mamá y yo salimos, nos diste tu palabra de que lavarías la vajilla. Ese quehacer era responsabilidad <i>tuya</i>, y aun así, no se te ocurrió pensar en lo que sentiría tu madre mañana temprano al preparar el desayuno cuando se viera ante la vajilla que <i>tú</i> habías dejado sin lavar. Hubiera tenido que encargarse no sólo de sus quehaceres, sino también del tuyo' ".</p>
Análisis	<ul style="list-style-type: none"> <li>¿Podrían decirme cómo hubieran cambiado las cosas si Carolina hubiera tomado la determinación de hacer un esfuerzo mayor por cumplir con sus responsabilidades en vez de desatenderlas?</li> </ul>

Relato	Continúe el relato:  El padre continuó diciendo a la hija: “Carolina, eres una persona demasiado valiosa para que yo te permita actuar de ese modo. Deseo que conozcas el sentimiento de satisfacción que se experimenta cuando se cumple con el deber encomendado y que comprendas lo que las demás personas van a sentir con respecto a ti cuando no hagas tu parte”.  “Carolina se echó en brazos de su padre. Un tiempo después, la joven dijo de ello: ‘¡Nunca sentí un cariño tan intenso por mi padre como en aquella ocasión!’” (Ron and Sherri Zirker, “Teaching Teens Self-Discipline”, <i>Ensign</i> , abril de 1982, pág. 18.)
Análisis	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Por qué razón el trabajo que posponemos nos resulta después más difícil de hacer?</li> </ul>
Presentación por la maestra	Ponga en claro que en toda casa hay quehaceres que realizar. Los mismos miembros de la familia crean la necesidad de llevar a cabo esos quehaceres por el solo hecho de vivir en casa. La vajilla no se puede usar para la comida siguiente si no se ha lavado. No puede haber una huerta si no se cultiva ni se cuida. Las prendas de ropa no pueden lavarse solas; el polvo y la suciedad aparecen como por arte de magia, pero se requiere trabajo para hacerlos desaparecer.
Análisis	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Qué responsabilidad tienen ustedes con respecto a los quehaceres del hogar?</li> <li>• ¿Por qué deben ayudar con los quehaceres domésticos todos los días?</li> </ul>
Cita	Uno de los líderes de nuestra Iglesia nos ha exhortado diciendo: “El deber de los hijos es obedecer a sus padres, aprender lo que se les enseña y ayudar con las tareas de la casa” (Joseph B. Wirthlin, “Aprenda todo varón su deber”, <i>Liahona</i> , feb. de 1981, pág. 140).

### **El ayudar con los quehaceres de la casa contribuye a nuestro progreso personal**

Cita	El presidente Spencer W. Kimball ha contado de muchas de las responsabilidades que tenía en su casa durante su juventud. Del mismo modo, ha expresado su gratitud por las oportunidades que se le dieron de trabajar diciendo: “Me siento agradecido por las experiencias que tuve bajo la tutela de mi propio padre de lavar los arneses (arreo) con jabón de Castilla y lubricarlos para conservarlos. Aprendí a pintar la cerca de estacas, el estanque del agua, la cochera, el granero, el coche de caballos y el carretón y, por último, la casa. Y desde aquellos días en que me solían salir ampollas en las manos, nunca he lamentado haber tenido esas experiencias” (Conference Report, abril de 1976, pág. 172; <i>Ensign</i> , mayo de 1976, pág. 126; para más referencias sobre el tema, véase “Preparación familiar”, <i>Liahona</i> de agosto de 1976, págs. 109–111).
Análisis	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Por qué creen ustedes que el presidente Kimball se ha sentido agradecido por esas responsabilidades que se le dieron en su juventud?</li> <li>• ¿En qué medida creen ustedes que el haber aprendido a trabajar a una temprana edad le ha servido para administrar sus deberes de la Iglesia?</li> <li>• ¿En qué medida piensan que el desempeñar los quehaceres domésticos ahora les servirá de ventaja en su hogar futuro?</li> </ul>
Relato	Tras oír el consejo del presidente Kimball de limpiar y reparar la casa y las propiedades, los miembros de una familia se dividieron el trabajo para llevar a cabo una tarea difícil.  “Hacia el norte de la ciudad de Detroit, Michigan [Estados Unidos], vive la familia Gearing en un terreno bastante grande, que tiene árboles, una gran extensión de césped y un cobertizo al fondo de la propiedad; éste tiene importancia especial para ellos y le llaman ‘El cobertizo del presidente Kimball’ “. . . . Cuando el presidente Kimball nos dijo que debíamos arreglar nuestras casas y reparar o demoler nuestros cobertizos viejos’, nos dice el hermano Gearing, ‘vacilábamos ante la idea de demoler el nuestro’. Resolvieron decidirlo después y se dieron a la tarea de pintar toda la casa, arreglar el porche y pintar el garaje . . .  “Entonces decidieron que dejarían el cobertizo en pie, pero reparado. ‘Nos hacíamos bromas diciéndonos que una vez que termináramos de repararlo, podría ir el presidente Kimball a verlo para que supiera que habíamos hecho lo que había pedido; pero no podíamos permitir que viniera antes de terminar nuestra tarea’. Estaba realmente en muy malas condiciones, pero lo arreglaron en un tiempo récord. Todos los miembros de la

familia trabajaron en la reparación y pintura de la propiedad. 'Pintar el garaje fue algo difícil dado que es de bloques de hormigón, cuya superficie porosa absorbe rápidamente la pintura. Recuerdo que los niños pequeños querían ayudar, así que les permitimos que pintaran la parte inferior de las paredes que estaba a su alcance. En realidad fue una sorpresa para mí ver cómo trabajaron, pues no dejaron de pintar en todo el día, ¡y era un día caluroso!'

"Ahora, la familia recuerda con satisfacción el trabajo que realizaron para dejar como nueva su bonita casa antigua" (Orson Scott Card, "The Elbow Grease Factor. How to Teach Your Children to Love Work", *Ensign*, agosto de 1978, pág. 61).

Análisis

- ¿Qué ganó la familia aparte de una casa más bonita?

Pida a las alumnas que recuerden tareas que hayan realizado como familia y que les hayan brindado gratos momentos y satisfacción.

- ¿En qué formas progresaremos personalmente si aprendemos a trabajar en equipo con los miembros de nuestra familia?

- ¿Qué sentirían si un miembro de su familia nunca realizara sus quehaceres en casa?

Pasaje de las Escrituras

- Lea Doctrina y Convenios 42:42 a la clase.

Explique que probablemente pasará mucho tiempo antes de que ellas comprendan que han ganado algo gracias a la responsabilidad que han tenido de realizar ciertos quehaceres.

Relato

Reláteles la siguiente experiencia que tuvo una joven.

"Una joven regresó a su casa después de finalizar su primer año de estudios en la universidad y, dirigiéndose a su mamá, le dijo: 'Mamá, quiero que sepas que me siento muy feliz de que me hayas querido tanto como para enseñarme a trabajar. Aunque me diste responsabilidades para realizar en la casa desde que yo era niña, nunca aprecié verdaderamente esa oportunidad hasta este año. Como sabes, vivíamos seis jovencitas en el apartamento. Todas habíamos aprendido a limpiar la casa y a cocinar, de manera que fue fácil ocuparnos de nuestras tareas, con excepción de Marta. Yo realmente sentía tristeza por ella. Le tomaba mucho tiempo realizar las tareas más sencillas, y no tenía idea de cómo cocinar.

" 'Una noche hablamos largo rato, pues ella se sentía muy molesta por una comida que había preparado y que le había salido mal. Había fracasado a pesar de haber tomado dos horas para prepararla. Ella me contó que había pasado mucho tiempo este año tratando de aprender a hacer las cosas que debió haber aprendido a hacer en su hogar, por lo cual estaba resentida con su madre. Sus calificaciones escolares no fueron como debieron haber sido, y estimaba que esta situación era el resultado de haber utilizado demasiado tiempo haciendo tareas sencillas que para ella resultaban realmente difíciles.

" 'Estoy segura de que su madre pensó que le estaba haciendo un favor al atenderla y efectuar por sí sola las tareas de la casa, pero me doy cuenta de que ése fue un grave error de su parte. Por esta razón te quiero y por el tiempo que me has dedicado y la paciencia que has tenido para enseñarme' " (véase *Noche de Hogar: El cielo es nuestro hogar* [1981], pág. 60).

- ¿En qué medida un cambio de actitud con respecto a los quehaceres que actualmente tienen en su casa les haría sentir más contentas de hacerlos?

Persona invitada

Presente a la joven que hablará a la clase.

---

### Conclusión

Presentación por la maestra

En caso de haber pedido a las jovencitas de la clase que la ayudaran en la presentación de la lección, haga notar que gracias a su participación en la clase, todas han tenido oportunidades de aprender y de progresar. Añada que, en toda familia, las que cumplen con su responsabilidad de realizar ciertos quehaceres en la casa también aprenden y progresan.

Cita

Pida a una de las alumnas que lea lo siguiente:

“No creo que las personas puedan ser felices si no tienen algo que hacer. En realidad se puede ser más esclavo del ocio que del trabajo. Además, el trabajo nos hace conservar la humildad de corazón y recordar que todas las bendiciones que recibimos provienen de nuestro Padre Celestial.

“El principio del trabajo es una enseñanza muy importante de la Iglesia. Si aprendemos a trabajar cuando niños, seremos mejores personas, mejores miembros de nuestra familia, mejores vecinos y mejores discípulos de Jesucristo, quien aprendió a trabajar de carpintero” (Neal A. Maxwell, “Gospel of Work”, *Friend*, jun. de 1975, pág. 7).

---

### **Aplicación de la lección**

Inste a las jóvenes a buscar una tarea que sea preciso realizar en su casa y a llevarla a cabo, aparte de sus quehaceres regulares. Indíqueles que informen posteriormente qué sintieron tanto ellas mismas como los demás al llevar a cabo un quehacer sin que se les hubiera pedido hacerlo.

# Contribuyamos al amor y a la armonía del hogar

---

**OBJETIVO** Que todas las alumnas traten a los miembros de su familia de un modo más cristiano.

---

**PREPARACIÓN**

1. Consiga hojas de papel y lápices para todos los miembros de la clase.
2. Dé a una de las jóvenes la asignación de prepararse para tocar en el piano, la guitarra, el violín u otro instrumento musical un acorde y en seguida otro acorde disonante.
3. Dé a varias de las jóvenes la asignación de presentar los pasajes de las Escrituras, los relatos y las citas que usted desee.

---

**SUGERENCIAS PARA  
EL DESARROLLO  
DE LA LECCIÓN**

**Introducción**

**Lección práctica** Pida a la joven designada que toque el acorde en el instrumento musical; haga notar al resto de la clase la belleza de las notas combinadas con armonía. En seguida, indíquele que toque el otro acorde con una o más notas disonantes.

**Análisis**

- ¿Podemos ver alguna semejanza entre la vida familiar y los acordes que acabamos de escuchar?
- ¿Qué hace que un sonido musical sea armonioso?
- ¿Qué hace que la vida familiar sea armoniosa?
- ¿Por qué no es posible que alguien o algo tenga armonía aisladamente?

Explique que si todos los miembros de nuestra familia trabajan juntos con amor y unidad, nuestra vida familiar será tan armoniosa y agradable como el primer acorde. Todos deben hacer su parte a fin de lograr combinar bien las notas o, dicho en otra forma, lograr la armonía familiar. Si una de las notas, o de las personas, se desafina, todo el acorde, o toda la familia, sufre las consecuencias.

---

**La familia es sumamente importante**

**Cita** Lea la cita del presidente David O. McKay que aparece a continuación y analicen el significado que tiene para las jóvenes:

“Ningún éxito en la vida puede compensar el fracaso en el hogar” (en Conference Report, abril de 1964, pág. 4).

**Nota a la maestra** Al presentar la sección que sigue de esta lección, sírvase tener en cuenta las circunstancias y las experiencias de las alumnas de su clase. Sea sensible ante aquellas que quizá no formen parte de un hogar feliz. Ínstelas a poner en práctica incesantemente las técnicas y los modos de proceder que harán que su hogar actual sea más feliz y que traerán bendiciones a su hogar en el futuro.

**Análisis** Analice por qué es tan importante la vida familiar. Haga notar que dado que pasamos más tiempo en el hogar que en cualquier otro sitio, allí tenemos más oportunidades de aprender las destrezas básicas y las cualidades espirituales. El hogar constituye la influencia más poderosa en la vida de una joven Santo de los Últimos Días. El hogar es la unidad básica de la Iglesia.

**Análisis en la pizarra** Trace una línea vertical que divida la pizarra en dos. En la parte superior izquierda escriba *Hogar* y a la derecha, *Iglesia, escuela y otros lugares*. Nombre una de las destrezas o virtudes personales que se aprenden y pregunte a las alumnas qué sitio ha ejercido sobre ellas la mayor influencia en su aprendizaje de la destreza o cualidad nombrada. (Ejemplo:

¿Dónde aprendieron a caminar? Respuesta: En el hogar.) Escriba las respuestas de las jóvenes debajo del encabezamiento correspondiente.

Ejemplos de destreza y de cualidades personales: Caminar, comer, hablar, cocinar, coser, amar, honradez, bondad, valentía, consideración, limpieza, lealtad, cortesía, espíritu servicial, benevolencia, amabilidad, reverencia, respeto, fe, oración. Ayude a las jovencitas a comprender que la mayoría de las destrezas y de las cualidades importantes se aprenden en el hogar.

<i>Hogar</i>	<i>Iglesia, escuela y otros lugares</i>
Caminar	
Hablar	
Amar	
Oración	

---

### **El mostrar afecto a nuestras familias hace crecer el amor y la armonía en el hogar**

Pasaje de las Escrituras y análisis

Indique a las alumnas que lean Mateo 22:36–39.

Pídales que expliquen quién es nuestro prójimo según lo dicho por el Salvador. Analice con ellas la razón por la cual debemos considerar a nuestros familiares como a nuestro prójimo. Examine con las alumnas las formas en que pueden manifestar su afecto por sus familiares. Mencione los siguientes puntos:

1. Podemos expresar nuestro afecto con palabras y con hechos de buena voluntad, bondad, amabilidad y consideración.
2. Podemos respetar a los miembros de nuestra familia y a su necesidad de tener sus cosas privadas.
3. Podemos ser corteses.
4. Podemos entendernos unos con otros y prestar atención a lo que cada persona diga.
5. Cuando un miembro de nuestra familia alcance una meta especial o sobresalga en algo, podemos elogiarle y sentirnos sinceramente felices por su logro.
6. Podemos estar dispuestas a compartir con abnegación.
7. Podemos ser leales a nuestra familia.
8. Podemos ser conscientes de las necesidades de los miembros de nuestra familia y ser comprensivas.

Casos para analizar

Exponga a las alumnas los casos que aparecen más adelante y pídale que expresen cómo mostrarían afecto en cada una de las situaciones:

1. Desde hace largo tiempo has deseado tener tus propios ejemplares de los libros canónicos y tu hermana, que no ha mostrado mucho interés en ellos, los recibe de regalo de Navidad. ¿Qué sientes al respecto? ¿Qué puedes hacer para mostrar afecto a tu hermana y a tus padres?
2. Después del trabajo, tu padre vuelve a casa cansado, desanimado y malhumorado. ¿Qué puedes hacer para mostrarle afecto?
3. Tu hermano saca buenas calificaciones y dice a todos que tú no sacaste tan buenas notas como él. ¿De qué modo puedes mostrarle afecto?
4. Encuentras el diario personal de tu hermana mayor abierto sobre su cama y a tu hermano muy interesado leyéndolo. ¿En qué forma puedes mostrar afecto a tu hermano curioso y a tu hermana?

5. Tu mejor amiga te dice: “Tu hermanito es el chico más fastidioso que conozco”. ¿Cómo puedes mostrar afecto y lealtad a tu hermanito y a tu amiga?
7. Tu hermana está con sus amigas y te pide que te vayas. ¿Qué sientes por eso? ¿Cómo puedes mostrarle que la quieres aun después que te ha ofendido?
8. Has pasado dos horas haciendo un delicioso postre para tu familia como una sorpresa especial para la noche de hogar. Tu madre llega a casa y te dice. “¡Qué desorden tienes en la cocina, vamos, límpiala!” ¿Qué te hacen sentir sus palabras? ¿Qué puedes hacer para mostrar tu afecto a tu madre?

### Una sola persona puede cambiar las cosas

Relato

Lea a la clase el relato que aparece a continuación. Pida a las jovencitas que a medida que usted lo lea, reparen en cómo al principio Julia constituyó un obstáculo para obtener la armonía familiar y en cómo después ayudó a unir y a fortalecer a su familia.

“Julia siempre había sido una chica magnífica con la cual convivir. Cuando se fue a residir a otro sitio para seguir sus estudios universitarios, la echamos muchísimo de menos; después, cuando encontró una ocupación primero como instructora y luego como directora de un campamento de verano para jovencitas, casi lo lamentamos. A lo largo de unos cuatro años, había venido a casa sólo en algunos fines de semana y en uno que otro día festivo. Tras todo ese tiempo, nos anunció que vendría a vivir a casa y a enseñar en una escuela secundaria de la localidad, por lo cual nos sentimos verdaderamente dichosos.

“Sin embargo, una vez que comenzaron a transcurrir los días, las cosas no anduvieron tan bien como lo habíamos supuesto. Julia vivía bajo una constante tensión nerviosa y con grandes apremios por sus nuevas responsabilidades. Su deber de enseñar y disciplinar a alumnos sólo unos cuatro o cinco años menores que ella le resultaba una tarea demasiado difícil de cumplir; andaba desanimada y enfadada, y la confusión y el vocerío incesante en la casa llena de niños intensificaban su frustración y su mal genio. Apenas llegaba a casa, se iba de inmediato a su habitación, de la cual salía sólo para las comidas y para regañar a los niños que le perturbaban el ánimo y no la dejaban estudiar. Fue así que me vi mandando a los amigos de los niños, los cuales siempre habían sido bien acogidos en nuestra casa, a jugar a otra parte. También me di cuenta de que yo misma hacía callar constantemente a mis hijos, aun en medio de sus actividades normales, para que no molestaran a Julia”.

Análisis

- ¿Cómo creen ustedes que las acciones de Julia hicieron sentir a sus familiares?

Relato

Continúe el relato:

“Los miembros de la familia, que sólo unas semanas antes habían estado ansiosos de que Julia regresara, deseaban sinceramente que ésta se marchara otra vez. El resentimiento de ellos iba creando un espíritu desagradable en nuestro hogar y yo sencillamente no sabía qué hacer. Me sentía afligida por la infelicidad y la angustia de Julia, y no obstante, me sentía igualmente afligida ante las necesidades y los sentimientos de mis otros hijos”.

Análisis

- ¿Qué creen ustedes que debió hacer la madre de Julia?

Continúe el relato

“Cuando por fin me decidí hablarle directamente del problema con el mayor tacto y la mayor ternura, Julia lloró de remordimiento e impotencia; sencillamente no sabía encarar los problemas de su vida; eso era todo. Entonces, resolvimos ayunar y orar con respecto a los problemas que teníamos.

“De un modo milagroso y casi de inmediato, Julia cambió. En lugar de encerrarse siempre en su habitación, se integró nuevamente a las actividades de la familia y hasta se convirtió en pacificadora; cada vez que se suscitaba un problema en casa, ella, con su actitud de calma y sosiego, restauraba la paz en nuestro hogar. Si por las mañanas, tras levantarme, yo no tenía tiempo de hacer mi cama, al volver, la encontraba hecha. Julia comenzó a ayudar a sus hermanos varones en sus problemas de matemáticas y a capacitar a sus hermanas en ortografía mientras les ayudaba a lavar la vajilla. Cada vez que alguien pasaba un mal rato o sufría una desilusión, allí estaba ella animándole con sus palabras de aliento hasta que les alegraba nuevamente el corazón. En varias oportunidades encontré notas de ella dirigidas a diversos miembros de la familia que

pasaban por momentos difíciles, en las cuales los alentaba, les expresaba su afecto y les decía que eran personas magníficas.

“A menudo agradecía a Julia la influencia que ella ejercía en la familia y así fue que un día le pregunté si desearía contarme cuál había sido la causa de su repentina transformación y de la bella actitud que ponía de manifiesto para con todos nosotros. Nunca olvidaré la respuesta que me dio:

“ ‘Mamá, ¿recuerdas aquel día en que ayunamos y oramos por mis problemas y por la desdicha que yo estaba causando a la familia? Pues bien, aquella noche, al tomar mi Biblia, ésta se abrió en 1 Juan, y me pareció que dos de los versículos de la página adquirieron un relieve extraordinario ante mis ojos’.

“Entonces, abrió su Biblia y me leyó: ‘El que ama a su hermano, permanece en la luz, y en él no hay tropiezo. Pero el que aborrece a su hermano está en tinieblas, y anda en tinieblas, y no sabe a dónde va, porque las tinieblas le han cegado los ojos’ (1 Juan 2:1–11).

“En seguida, añadió:

“ ‘Comprendí entonces que había estado procurando resolver mis problemas de un modo totalmente equivocado, que en realidad yo andaba a tientas en las tinieblas con los ojos cegados. He estado leyendo las Escrituras todos los días desde entonces y he podido ver que es difícil encontrar una página en que no se hable del amor, de ser todos uno y de vivir en paz. Mamá, las Escrituras han cambiado por completo mi vida’.

“Efectivamente, así había sido: las Escrituras habían cambiado su vida, y al cambiar ella, había cambiado también la vida y el espíritu de toda nuestra familia”.

Análisis

Después de haber oído ese relato, ¿estarían de acuerdo con el hecho de que cada una de ustedes puede efectuar un cambio positivo en su propia familia? ¿En qué forma?

### **Aplicación de la lección**

Reparta entre las alumnas las hojas de papel y los lápices. Pídale que se imaginen que sólo les queda una semana para estar con sus familias respectivas y que determinen una acción que no hayan realizado antes para mostrar afecto a sus familiares y mejorar la armonía en el hogar. Indíqueles que lo escriban y que durante la próxima semana lo pongan en práctica como si de veras fuera la última semana que han de pasar con su familia. Dígales que si lo desean, la semana entrante podrán contar las experiencias que hayan tenido al respecto.



# Mejoremos nuestras técnicas de comunicación

**OBJETIVO** Que todas las jóvenes procuren mejorar la comunicación en sus respectivas familias.

- PREPARACIÓN**
1. Lleve a la clase un reloj o un cronómetro para la actividad de comienzo de la lección.
  2. Escriba separadamente en hojas de papel las seis situaciones para representar.
  3. Optativo: Prepare volantes de las "Formas de mejorar la comunicación interpersonal en la familia" (véase el final de la lección).
  4. Dé a varias de las jóvenes la asignación de presentar los pasajes de las Escrituras, los relatos y las citas que usted desee.

**SUGERENCIAS PARA EL DESARROLLO DE LA LECCIÓN**

**La buena comunicación es muy importante**

**Actividad**

Divida a las alumnas en parejas; si quedara una de ellas sin compañera, será preciso que usted participe y forme pareja con ella. Una de las integrantes de cada pareja hablará a su compañera de deportes o pasatiempos predilectos o de sus aptitudes personales. La compañera no podrá hacer ninguna pregunta ni ningún comentario. Al cabo de unos treinta segundos, indíqueles que cambien su función de modo que la que escuchaba antes sea ahora la que hable.

Pregunte a las alumnas qué sentimientos experimentaron durante las "conversaciones" que acababan de tener. Hágales analizar lo que ese sistema de comunicación interpersonal tiene de malo. Recalque que es difícil comunicarse con una persona que no responda a lo que se le está diciendo. Puede que no tengamos ese problema con los miembros de nuestra familia, pero siempre podemos mejorar nuestras relaciones con ellos si mejoramos las técnicas que aplicamos para la buena comunicación con las demás personas.

**Análisis en la pizarra**

Trace en la pizarra una línea vertical y otra horizontal, de modo que la pizarra quede dividida en cuatro recuadros. En el recuadro de la izquierda, escriba *Mala comunicación* y en el recuadro de la derecha, *Buena comunicación*. En seguida, escriba en los recuadros apropiados las descripciones que aparecen a continuación:

<p><i>Mala comunicación</i>                  No procurar comprender las necesidades y los problemas de los demás.                  No buscar el momento propicio.                  Tratar de hablar donde hay ruido y confusión.                  No demostrar afecto.</p>	<p><i>Buena comunicación</i>                  Esforzarse por comprender las necesidades mutuas.                  Esperar a que llegue el momento adecuado.                  Consultar con todos los presentes.                  Expresar afecto y pedir lo que se necesita.</p>

- ¿Qué sentimos cuando tenemos algo que decir y nadie parece estar dispuesto a escucharnos?
- ¿Qué sentimos cuando una persona a la que queremos parece estar preocupada por algo, pero no desea hablar de lo que le aflige?
- ¿Cuáles son algunos de los beneficios que resultan de la buena comunicación entre dos personas?

En uno de los recuadros inferiores, escriba “Beneficios de la buena comunicación” a modo de encabezamiento, y anote debajo las opiniones de las alumnas, entre las que podrían mencionarse las siguientes:

1. Nos sirve para comprender los sentimientos, las alegrías y los pesares de los demás.
2. Sirve para que los demás nos perdonen a nosotras.
3. Evita los conflictos causados por los malos entendidos.
4. Sentimos interés en las demás personas y nos sentimos unidos a ellas.

### Podemos reconocer las barreras de la buena comunicación y vencerlas

Experiencias

Indique a las alumnas que piensen en una experiencia que hayan tenido en la cual el comunicarse y entenderse con otra persona haya estrechado sus lazos de amistad. Pida a unas cuantas de las jóvenes que cuenten sus experiencias a la clase. Ponga en claro que esas buenas experiencias no siempre acontecen en todas las familias.

Presentación por la maestra

Indique a las alumnas que si hablaran con cada uno de los miembros de sus respectivas familias, es probable que todos ellos opinaran que les gustaría que siempre hubiera en la familia una buena comunicación.

- Dando por sentado que a todos los miembros de nuestra familia les gustaría que hubiera entre ellos una buena comunicación interpersonal, ¿qué es lo que produce las confusiones, los malos entendimientos y las frustraciones que se suscitan a diario en todas las familias?

Al someter esa pregunta a análisis, explique que la ausencia de buenas técnicas de comunicación al igual que malos hábitos, pueden crear en el hogar costumbres desagradables. No obstante, si las jovencitas aprenden a reconocer las barreras comunes que impiden la buena comunicación, y las evitan, podrían efectivamente cambiar las cosas en el ambiente familiar. El adquirir esas técnicas ahora les servirá de preparación para todos los aspectos de su vida en el futuro.

En uno de los recuadros inferiores escriba el encabezamiento *Barreras que impiden la comunicación*. Designe a diversas parejas de alumnas una de las situaciones que aparecen en seguida para que la representen. Después de cada representación, analice con la clase qué barrera se ha puesto de manifiesto. (Vaya anotando en la pizarra las barreras que se mencionen.) En seguida, someta a discusión si el causante del conflicto ha sido el que ha enviado el mensaje o el que lo ha recibido, y pida a las alumnas que den sugerencias sobre las formas en que podrían eliminarse las barreras que en cada caso han impedido la buena comunicación.

Muestra en la pizarra

<p><i>Mala comunicación</i>            No procurar comprender las necesidades y los problemas de los demás.            No buscar el momento propicio.            Tratar de hablar donde hay ruido y confusión.            No demostrar afecto.</p>	<p><i>Buena comunicación</i>            Esforzarse por comprender las necesidades mutuas.            Esperar a que llegue el momento adecuado.            Consultar con todos los presentes.            Expresar afecto y pedir lo que se necesita.</p>
<p><i>Barreras de comunicación</i>            Expresar el mensaje de un modo confuso.            No escuchar.            No hacer caso de la persona que habla.            No ser digno de confianza.            Avergonzar a alguien delante de otras personas.            No entenderse.</p>	<p><i>Beneficios de la buena comunicación</i>            Comprender los sentimientos, las alegrías y las penas de los demás.            Sirve para que los demás nos comprendan a nosotros.            Evitar los conflictos causados por los malos entendimientos.            Nos hace interesarnos en las demás personas y sentirnos unidos a ellas.</p>

Situaciones para representar

*Situación 1*

María: Está bien, ponte mi vestido. Pero no me gusta que me usen la ropa.

Teresa: Quiero que me lo prestes pero quizás no debiera. (María dijo algo confuso o contradictorio.)

*Situación 2*

Lucía: ¡Nunca más haré una prueba para desempeñar un papel en una obra teatral de la escuela! ¿Por qué todos me dicen que soy demasiado delgada?

Hermana: No lo sé. Ahora estoy tratando de oír las noticias de la televisión. (La hermana no estaba escuchando.)

*Situación 3*

Hermana menor: (con entusiasmo) ¡Hoy gané el concurso de ortografía!

Hermana mayor: (mirándose en el espejo mientras se peina) ¿Te gusta mi nuevo corte de pelo? (La que comunica el mensaje no hizo ningún caso a su interlocutora.)

*Situación 4*

Cecilia: Cada vez que te hablo de un muchacho que me gusta, vas y se lo cuentas a todas tus amigas.

Cristina: ¿Y qué importa eso? Nos divertimos conversando; es todo. (La que recibe no es digna de confianza.)

*Situación 5*

Madre: ¿No juegas ya en el equipo de básquetbol?

Ricardo: No me dejan jugar.

Madre: Eres tan buen jugador; deberían tenerte en el equipo.

Marianela: La verdad es que tiene malas notas. (Marianela ha avergonzado a Ricardo delante de los demás.)

*Situación 6*

Nota a la maestra: Sírvase adaptar esta situación a las circunstancias de las alumnas.

Madre: Cuando dije que no necesitaba el coche (automóvil), no quise decir que tú lo podrías usar todo el día.

Sara: Ah, pero no dijiste que yo no lo podría usar todo el día. (La que comunica el mensaje y la que lo recibe no se entienden la una a la otra.)

Ponga fin al análisis explicando que sí podemos ayudar a vencer las barreras que comúnmente impiden la buena comunicación en nuestra familia.

---

**Podemos ayudar a mejorar la comunicación interpersonal en nuestra familia**

Cita

Lea la siguiente referencia:

“Todos los miembros de la familia debemos estar dispuestos a hacer nuestra parte para mejorar, dado que la familia es la organización básica de la Iglesia. La comunicación eficaz será siempre el ingrediente fundamental para construir una solidaridad permanente en la familia” (Marvin J. Ashton, “La comunicación familiar”, *Liahona*, agosto de 1976, pág. 47).

Volante

A continuación aparece una lista de las diversas formas en que se puede mejorar la comunicación en la familia. Distribuya entre las alumnas los volantes que habrá copiado. Cuando se lea cada uno de los encabezamientos, pida a las jóvenes que mencionen formas determinadas de mejorar la técnica de comunicación allí indicada y que las escriban en sus volantes. Pídales que relacionen sus respuestas a las situaciones que se presentan en sus propias familias. Usted podría darles ideas basadas en la lista que se da a continuación.

*Formas de mejorar la comunicación interpersonal en la familia*

*Ser buen oyente.* Mirar a la persona que habla. No hacer cosa alguna que requiera nuestra atención, como por ejemplo leer, escribir, etc. Hacer los comentarios apropiados para que la persona que habla sepa que le estamos prestando atención. No escuchar sólo con el fin de dar nuestra propia opinión en cuanto la otra persona termine de hablar.

*Aceptar a los demás miembros de la familia tal como son.* No juzgar, no condenar ni criticar el uno al otro. No hablar con crueldad ni ofender.

*Hacer confidencias a nuestros padres y a otros de la familia.* Si en los momentos adecuados hacemos confidencias a nuestros familiares, será más fácil para ellos hacernos confidencias a nosotras. El hablar a otra persona de nuestros propios sentimientos estrecha nuestro vínculo de amistad con ella al mismo tiempo que contribuye a la buena comunicación.

*Poner de manifiesto nuestro interés en las actividades y los pasatiempos de los demás miembros de la familia.* Hagamos saber a nuestros hermanos que nos interesamos en sus actividades, como los deportes y los pasatiempos que les gustan, poniendo de manifiesto nuestro interés en lo que hacen, asistiendo a sus actividades y haciendo todo lo que podemos por apoyarlos.

*Ser personas afectuosas.* Demos un abrazo o un beso cariñoso a nuestro padre y a nuestra madre, demos un abrazo fuerte o unas palmaditas afectuosas en la espalda a nuestros hermanos. Digamos a nuestros familiares que los queremos.

*Felicitarles sinceramente.* Expresemos nuestra aprobación cada vez que alguien cumpla bien con una asignación y decirles cuánto agradecemos lo que hayan hecho por nosotros. Informemos a los demás familiares cada vez que un miembro de la familia haga algo loable. Escribamos a otras personas notas expresando nuestra aprobación y aliento.

*No expresar las confidencias que se nos hagan.* Cuando un miembro de nuestra familia nos cuente algo personal, respetemos esa confianza y nunca hablemos de ella con nadie.

*Ayudar a crear un ambiente favorable a la buena comunicación.* Ayudemos a derribar las barreras del ruido y la confusión. Tomemos tiempo para tener conversaciones con los miembros de nuestra familia. Procuremos resolver los conflictos en las noches de hogar, así como en los consejos familiares o en las entrevistas privadas con nuestros padres.

**Conclusión**

Presentación  
por la maestra

Recalque que la buena comunicación interpersonal es una gran bendición para la familia, y que una sola persona puede hacer mucho por mejorar las formas de comunicación entre los miembros de la familia; éstos pueden aprender a distinguir las barreras que obstaculizan la buena comunicación y adoptar y poner en práctica las técnicas de que pueden valerse las personas para comprenderse las unas a las otras.

**Aplicación de la lección**

Encomiende a las alumnas que durante la semana que sigue presten atención y descubran los problemas de comunicación que puedan existir en sus respectivas familias. Sugierales que a medida que vayan descubriendo los problemas o, mejor dicho, las barreras que impidan el buen entendimiento mutuo, vayan aplicando las técnicas de la buena comunicación que hayan aprendido. Sugierales que, si lo desean, enseñen algunas de dichas técnicas en una lección de la noche de hogar.

## *Formas de mejorar la comunicación interpersonal en la familia.*

Ser buen oyente.

Aceptar a los demás miembros de la familia tal como son.

Hacer confidencias a nuestros padres y a otros de la familia.

Poner de manifiesto nuestro interés en las actividades y los pasatiempos de los demás miembros de la familia.

Ser personas afectuosas.

Felicitarles sinceramente.

No expresar las confidencias que se nos hagan.

Ayudar a crear un ambiente favorable a la buena comunicación.

# Las jóvenes pueden ser pacificadoras en su hogar

---

**OBJETIVO** Que cada una de las jovencitas procure ser pacificadora en su hogar.

---

**PREPARACIÓN**

1. Para la lección práctica, lleve dos objetos que produzcan calor al frotarse uno con otro, como pedernal y eslabón, dos palos o papel de lija y madera.
2. Dé a cinco alumnas la asignación de expresar ideas precisas o ejemplos personales sobre los cinco puntos que se mencionan más adelante en esta lección y que empiezan: “Puedo ser pacificadora si . . .” Limite el tiempo a uno o dos minutos cada una.
3. Dé a varias de las jóvenes la asignación de presentar los pasajes de las Escrituras, los relatos y las citas que usted desee.

---

**SUGERENCIAS PARA EL DESARROLLO DE LA LECCIÓN**

**Introducción**

**Lección práctica** Frote los dos objetos hasta que se sientan calientes al tacto. Explique que el calor es el resultado natural producido por la frotación de un objeto con el otro y que el fenómeno se llama fricción. En el diario convivir de los integrantes de una familia, a menudo surge una variedad de pequeños conflictos, los cuales producen a veces una especie de “fricción”, que si bien no es calor es enojo, riñas y falta de armonía entre los miembros de la familia.

**Cita y análisis** Pida a las jóvenes que expresen brevemente los sentimientos que experimentan cuando empiezan a enojarse.

El élder Theodore M. Burton ha descrito lo que sucede cuando nos llenamos de ira: “Cada vez que os irritáis y se os enrojece el rostro, cada vez que elevéis el tono de vuestra voz, cada vez que os ‘hierve la sangre’, en suma, cada vez que os llenáis de ira, de rebeldía o de un espíritu negativo, sabed entonces que el Espíritu de Dios os está abandonando y que el espíritu de Satanás está comenzando a hacer presa de vosotros” (en Conference Report, octubre de 1974, pág. 77; *Ensign*, noviembre de 1974, pág. 56).

- ¿Cuál es el resultado espiritual de la ira? (La pérdida del Espíritu Santo, el caer en poder de Satanás.)

Ponga en claro que la persona llena de enojo acarrea a la familia un espíritu de desacuerdo, en tanto que la persona pacificadora atrae un espíritu de paz al hogar.

---

**El evangelio nos enseña a ser pacificadoras**

**Análisis en la pizarra de pasajes de las Escrituras** Indique a las alumnas que lean y marquen Romanos 12:14–21. Pídale que vuelvan a leer el versículo 18 para averiguar quién tiene la responsabilidad de llevar la paz a la familia, así como de conservarla.

Escriba en la pizarra: “Bienaventurados son \_\_\_\_\_ porque ellos serán llamados”. Indique a las jóvenes que traten de encontrar este pasaje. A la primera que encuentre Mateo 5:9, pídale que llene los espacios en blanco de la pizarra.

Explíqueles que la persona que trae paz a la vida de los demás tiene atributos divinos y por lo tanto podemos decir que es realmente un hijo de Dios.

- ¿Por qué serán llamados hijos de Dios los pacificadores?

Indique a las alumnas que lean a continuación Mateo 5:44.

- ¿Han considerado alguna vez que algún miembro de su familia es enemigo de ustedes?

Explique que un enemigo es alguien que se opone a nosotros o que desea hacernos daño. En los conflictos que a veces se suscitan en el hogar, aun los miembros de la familia que de veras se aman los unos a los otros pueden llegar a tratarse como enemigos.

Escriba en la pizarra las formas de restablecer la paz que se describen en Mateo 5:44.

Recalque que el evangelio nos indica que restablecer la paz o ser pacificador quiere decir aprender a amar incondicionalmente, devolver bien por mal, orar por nuestros enemigos. Cuando perdonamos, comprendemos y mostramos respeto, mejoramos nuestras relaciones con los demás.

---

### Una joven puede ser pacificadora en su hogar

Relato

- ¿Se han preguntado alguna vez cómo podrían ser pacificadoras en su hogar?

Permita a las alumnas responder y en seguida narre el relato que sigue:

“Un obispo muy sabio llamó a su despacho a varios jóvenes y les dijo: ‘Quisiera que me prestaran su ayuda en un experimento. Me gustaría probar el impacto y la influencia que puede producir una persona en el ambiente familiar. Quisiera que durante el período de un mes, cada uno de ustedes fuera el pacificador de su casa. Les ruego no decir nada de esto a su familia; sean *atentos, bondadosos y considerados*. Sean *ejemplo* para los demás. Cuando surjan riñas y altercados entre los miembros de su familia, hagan todo lo que puedan por hacer desaparecer esas imperfecciones y *crear un ambiente de amor, armonía y felicidad*’.

“El obispo continuó diciendo:

“ ‘Cuando ustedes sientan enojo, y quiero recordarles que el enojo surge en prácticamente todas las familias, *domínense* y ayuden a los demás a ejercer también el autodominio. Me gustaría que todos los hogares de nuestro barrio fueran como lo describió el presidente McKay: “Un nido de amor y un pedazo de cielo en la tierra”. Me gustaría reunirme nuevamente con ustedes al final del mes para que den sus informes al respecto’.

“Aquél fue un gran cometido para esos jóvenes, y ellos lo cumplieron magníficamente bien. Cuando dieron su informe al obispo, se oyeron comentarios como el siguiente:

“Un muchacho dijo:

“ ‘No tenía ni la menor idea de que yo tuviera tanta influencia en mi familia. Ha habido un verdadero cambio en este último mes. Me he preguntado si gran parte de la confusión y los conflictos que había antes no habrán sido causados por mí y por mi actitud’.

“Una joven dijo:

“ ‘Supongo que éramos una familia normal y que por nuestro egoísmo causábamos diariamente pequeños conflictos entre nosotros, pero desde que comencé a dedicarme a cumplir con este cometido aplicándolo a mis hermanos, gran parte de los problemas se ha eliminado y últimamente ha habido en mi casa un espíritu mucho más placentero. Creo que hay que esforzarse con ahínco por llegar a tener un espíritu de paz en el hogar’.

“Otra muchacha informó:

“ ‘Sí, efectivamente ha habido un espíritu más agradable, de mayor colaboración y abnegación en nuestro hogar desde que comencé este experimento, pero el cambio más grande se ha operado en mí. Me he esforzado mucho por ser un buen ejemplo y ser pacificadora y ahora me siento contenta conmigo misma, como nunca lo había estado antes. He llegado a sentir un maravilloso espíritu de paz’.” (Franklin D. Richards, en Conference Report, octubre de 1974, pág. 153; *Ensign*, noviembre de 1974, pág. 106, cursiva agregada).

Lista en la pizarra

Pregunte a las alumnas qué encomendó el obispo a los jóvenes. Añada las palabras del relato que se encuentran en letra cursiva a los pasajes de las Escrituras escritos en la pizarra.

Presentación por la maestra

Ponga de relieve que la influencia de la jovencita que se esfuerza por ser pacificadora puede hacer disminuir y desaparecer cualquier tirantez de relaciones entre los miembros de su familia, ya sea entre padres e hijos, entre hermanos y aun entre sus padres.

Preparación por las jovencitas

Dé la palabra a las alumnas designadas para que expongan sus opiniones sobre cómo pueden ser pacificadoras en uno de los aspectos que se mencionan a continuación. Para sacar a colación algunos de los puntos, usted podría emplear las referencias de las Escrituras y las citas.

1. *Puedo ser pacificadora si manifiesto amor y comprensión.*  
 “En esto conocerán todos que sois mis discípulos, si tuviereis amor los unos con los otros” (Juan 13:35).
2. *Puedo ser pacificadora si evito hacer críticas innecesarias y si pongo de manifiesto mi autodomínio.*  
 “La blanda respuesta quita la ira; mas la palabra áspera hace subir el furor” (Proverbios 15:1).
3. *Puedo ser pacificadora si devuelvo bien por mal y si pongo en práctica el perdonar a otras personas.*  
 “. . . a cualquiera que te hiera en la mejilla derecha, vuélvele también la otra” (Mateo 5:39).  
 “. . . ¿cuántas veces perdonaré a mi hermano que peque contra mí? ¿Hasta siete?  
 “Jesús le dijo: No te digo hasta siete, sino aun hasta setenta veces siete” (Mateo 18:21–22).
4. *Puedo ser pacificadora si soy considerada y me desprendo de todo egoísmo.*  
 “Amaos los unos a los otros con amor fraternal; en cuanto a honra, prefiriéndoos los unos a los otros” (Romanos 12:10).
5. *Puedo ser pacificadora si oro y soy receptiva a la inspiración del Espíritu Santo.*  
 “Podéis reconocer el Espíritu de Cristo en vuestro ser cuando os habláis los unos a los otros, o habláis de otra persona, con una sonrisa cordial en lugar de hacerlo con expresión de mal humor en el rostro” (Theodore M. Burton, en Conference Report, octubre de 1974, pág. 77; *Ensign*, noviembre de 1974, pág. 56).

### Conclusión

Cita

Lea la descripción que se menciona a continuación de algunas de las bendiciones de las cuales disfrutaban los pacificadores:

“La bendición del hecho de ser pacificador radica en que aquellos que lo son y que viven los principios del evangelio reciben el testimonio que les comunica el Espíritu Santo. Llegan a tener la paz que sobrepasa todo entendimiento, se les aliviana la carga de sus inquietudes interiores y llegan a conocer el gozo y la felicidad, el contentamiento, el progreso y el desarrollo” (Franklin D. Richards, en Conference Report, octubre de 1974, pág. 154; *Ensign*, noviembre de 1974, pág. 107).

### Aplicación de la lección

Dé a las alumnas el mismo cometido que el obispo del relato encomendó a los jóvenes de su barrio. Pídale que procuren ser pacificadoras en sus respectivos hogares durante una semana. Dígales que la semana que viene les dará la oportunidad de exponer algunas de sus experiencias si desean hacerlo.





*Aprendamos acerca del sacerdocio*

# El sacerdocio: una gran bendición

## OBJETIVO

Que cada jovencita entienda mejor lo que es el sacerdocio y que sepa cuáles son las bendiciones que puede recibir por medio de ese poder.

## PREPARACIÓN

1. Láminas 6, Juan el Bautista confirmando el Sacerdocio Aarónico (62013); 7, La bendición de la Santa Cena (62343); y 8, Una bendición de padre. Si lo desea, también puede utilizar láminas que muestren a hermanos ejerciendo el sacerdocio.
2. Consiga lápices y papel para las jovencitas.
3. Repase los siguientes pasajes de la Escrituras: Doctrina y Convenios 76:22–24; 88:45–47; Moisés 1:33–35; Marcos 5:22–43.
4. Pida a algunas de las jovencitas que presenten los pasajes de las Escrituras, los relatos o las citas que usted desee.

## SUGERENCIAS PARA EL DESARROLLO DE LA LECCIÓN

### El sacerdocio es la autoridad y el poder de Dios

#### Láminas

Muestre las láminas que ilustran la restauración del sacerdocio y las ordenanzas que se llevan a cabo como la bendición de la Santa Cena, la bendición de los enfermos o el bautismo.

Comience la lección contando la siguiente experiencia de Wilson P. Lauritzen:

“Estábamos peleando una batalla cerca del pueblo de Ammonius, Bélgica. Para ese entonces los alemanes estaban a la defensiva. Acabábamos de cortar o de rodear un sector de las fuerzas alemanas. Los soldados se entregaban en grandes cantidades. Mientras desarmábamos a los soldados, uno de ellos me dijo en inglés mal hablado: ‘¿No sabe si hay algún soldado mormón en su grupo?’ Yo le contesté que sí, que yo era mormón. ‘¿Tiene el sacerdocio?’, me preguntó y le contesté que sí, que me había casado en el templo. ‘¿No podría venir conmigo y bendecir a mi compañero que está muy asustado y mal herido?’ Por supuesto, accedí a acompañarlo. Encontramos a su compañero bastante grave y con mucho dolor. Entonces los dos, a pesar de haber estado en bandos opuestos pocas horas antes, nos arrodillamos y bendijimos al muchacho herido. Sentí el Espíritu del Señor con mucha intensidad y sé que ellos también lo sintieron. Cuando terminamos, habían llegado los hombres con la camilla. Colocamos allí al joven malherido y nos separamos: se llevaron al herido al hospital; mandaron al soldado alemán con los demás prisioneros y yo seguí con mi tarea” (citado por Spencer W. Kimball en *Storyteller’s Scrapbook* de Albert L. Zobell, Jr., Salt Lake City; Bookcraft, 1948, págs. 112–113).

#### Análisis

- ¿Qué unió a estos dos hombres de distintos países?
- ¿Qué es el sacerdocio? (El poder y la autoridad dados por nuestro Padre Celestial a todos Sus hijos que aceptan el evangelio y cumplen con él.)

#### Láminas y análisis de un pasaje de las Escrituras

Pregunte lo siguiente refiriéndose a las láminas:

- Cuando un digno poseedor del sacerdocio realiza una ordenanza, ¿tiene la misma importancia que si el Señor la hubiera llevado a cabo?

Una vez que las jovencitas contesten, pida a una de ellas que lea Doctrina y Convenios 1:38. Explique que los poseedores del sacerdocio actúan por medio del poder de Dios. Para aclarar mejor este principio, lea 3 Nefi 12:1–2 donde se describe cómo Jesucristo llamó a Sus doce discípulos nefitas y les dio poder para actuar en Su nombre.

Diga a las jovencitas que se imaginen que están afuera una noche clara y hermosa mirando las estrellas. Indique que algunas de las estrellas son como nuestro sol y que muchas de ellas también tienen un sistema planetario. (Véase D. y C. 76:22–24; 88:45–47; y Moisés 1:33–35 para más información.)

Pida a las jóvenes que expliquen por medio de qué poder se crearon los otros planetas como también la tierra en que vivimos.

Para aclarar esta idea, lea Doctrina y Convenios 88:45–47 y explique que nuestro Padre Celestial y Jesucristo crearon todos esos planetas por medio del poder del sacerdocio. Éste es un poder con el que no sólo se controlan los astros sino que también es tierno y delicado como para bendecir a un niño recién nacido.

---

### **Las jóvenes reciben grandes bendiciones por medio del sacerdocio**

Análisis	Explique que muchas de nuestras bendiciones se obtienen por medio del sacerdocio. El sacerdocio puede tener gran valor en nuestra vida.
Relato de las Escrituras	Explique que por medio del poder del sacerdocio nuestro Salvador revivió a una jovencita de la misma edad que las alumnas. Pregunte si alguna sabe a qué historia se refiere. Lean juntas Marcos 5:22–43 como repaso del relato de la hija de Jairo.
Experiencias personales	Muchas de las jóvenes y sus familias quizás hayan recibido bendiciones por medio del poder del sacerdocio. Pida que las jovencitas cuenten experiencias que hayan tenido relacionadas con el sacerdocio.
Análisis en la pizarra	Explique que el poder del sacerdocio trae bendiciones a nuestra vida de muchas maneras. Diga a las jóvenes que recuerden todas las formas en que el sacerdocio les ha acarreado bendiciones o que las bendecirá en el futuro. Anote las respuestas en la pizarra. Tal vez tenga que sugerirles algunas de las ideas que se dan a continuación para que a ellas se les ocurran otras.

#### *Bendiciones que recibo por medio del sacerdocio*

1. La bendición cuando era bebé.
2. El bautismo.
3. El ser miembro de la Iglesia del Señor.
4. El don del Espíritu Santo.
5. La Santa Cena.
6. La guía del sacerdocio en mi familia y en mi futuro hogar.
7. La guía de los profetas y de los Apóstoles actuales.
8. Las bendiciones del sacerdocio cuando estoy enferma o necesito ayuda.
9. La bendición de padre en ocasiones especiales.
10. Los maestros orientadores.
11. Un obispo que se preocupa por mí.
12. La bendición patriarcal.
13. La investidura del templo.
14. El matrimonio en el templo.

Si lo desea, relate a las jóvenes una experiencia que haya tenido o que otra persona haya tenido que se base en la influencia del sacerdocio. Si usted es miembro reciente de la Iglesia, podría contarles su conversión. Y si hermanos que poseen el sacerdocio tuvieron algo que ver en dicha conversión, exprese su agradecimiento por ellos. Si es casada, podría hablarles de la influencia del sacerdocio en su hogar. Exprese su agradecimiento por el sacerdocio en general.

Podría contar lo siguiente:

## Relato

El obispo H. Burke Peterson, del Obispado Presidente, contó lo siguiente sobre su propia vida:

Hace algunos años, cuando era obispo en uno de los barrios de Arizona, teníamos un grupo interesante de adolescentes puesto que la mayoría de ellos tenía el valor de hacer lo que sabía que era correcto. Se mantenían cerca el uno del otro y se ayudaban unos a otros cuando las cosas se ponían difíciles. La mayoría de ellos iba a la escuela secundaria que quedaba en la vecindad de la capilla. Eran muy pocos comparados con la cantidad de estudiantes de la escuela. Allí conocieron a una muchacha sorda que no era miembro de la Iglesia y que también tenía un defecto al corazón. La joven sabía lo que se le decía observando los labios de las personas y con ese fin se sentaba en la fila del frente para “ver” lo que decían los profesores. Era buena alumna, pero al no oír y no poder ser muy activa, le era difícil sentirse parte del estudiantado. Se sentía más como espectadora que como participante...

“Los jóvenes del barrio se mostraron amigables con ella y la incluyeron en su círculo. Ella reaccionó bien ante la amabilidad de ellos y, como una cosa lleva a la otra, con el permiso de los padres, empezaron a darle las charlas misionales en la casa de uno de ellos. Le enseñaron dos jóvenes de diecinueve años, no mucho mayores que ella. A ella le gustó lo que le enseñaban y creyó sus palabras, las que la hicieron sentirse bien. Fijaron la fecha de su bautismo y nos invitaron a todos los del barrio. Vestida de blanco, ella y uno de los misioneros entraron en el agua; él la bautizó llamándola por su nombre y diciéndole: ‘Habiendo sido comisionado por Jesucristo, te bautizo en el nombre del Padre, y del Hijo, y del Espíritu Santo’ (D. y C. 20:73).

“El próximo paso era que la confirmaran. Algunos de nosotros formamos el círculo y por medio del sacerdocio pusimos las manos sobre la cabeza de ella. Yo me di cuenta de que ella no oiría lo que se le diría y que tampoco podría ver los labios del que la confirmara, de manera que escuché con mucho cuidado para que después, en mi oficina, pudiera decirle lo que se había dicho.

“Uno de los élderes de diecinueve años la confirmó miembro de la Iglesia y pronunció una bendición. A medida que hablaba, le hacía promesas que pensé que eran muy poco comunes. La verdad es que me sentí un poco incómodo con sus palabras. Al continuar con la bendición, empecé a sentir que me inundaba la paz. Después, sentado enfrente de ella le dije: ‘Quiero decirte lo que dijo el élder en la bendición que te dio. Fue maravillosa’.

“Ella titubeó un momento y con lágrimas en los ojos dijo: ‘Obispo, yo oí la bendición’.

“Se había curado completamente. Oía bien y tenía el corazón completamente sano. Ahora podría participar de lleno ejerciendo el evangelio y recibiendo las bendiciones de esta vida” (en Conference Report, octubre de 1981, pág. 51; o Ensign, noviembre de 1981, págs. 35–36).

## Análisis

Pida a las jovencitas que digan lo que sienten acerca de este episodio de la vida real.

- ¿Cómo se preparó esta joven para recibir las bendiciones del sacerdocio?

---

## Conclusión

Distribuya el papel y los lápices a las jóvenes y pídale que escriban cómo pueden prepararse para recibir las bendiciones del sacerdocio. Anime a cada una a prepararse de la forma que se ha propuesto hacerlo.

# Reconozcamos y agradezcamos la labor del obispo

---

**OBJETIVO** Que todas las jóvenes comprendan y reconozcan las responsabilidades de su obispo y sientan agradecimiento por el trabajo que él desempeña.

---

**PREPARACIÓN**

1. Consiga hojas de papel y lápices para todos los miembros de la clase.
2. Lleve papel de carta, bolígrafos y sobres de carta.
3. Opcativo: Lleve una fotografía del obispo de su barrio.
4. Opcativo: Invite al obispo a la clase para hablar con las alumnas de las entrevistas personales y otras de sus responsabilidades.
5. Dé a varias de las jóvenes la asignación de presentar los pasajes de las Escrituras, los relatos y las citas que usted desee.

---

**SUGERENCIAS PARA EL DESARROLLO DE LA LECCIÓN**

**Un obispo tiene muchas responsabilidades**

Fotografía

Muestre una fotografía de su obispo. Someta a análisis con las jóvenes lo que comprende el llamamiento de un obispo. Explique que él ha sido llamado y apartado para ser su obispo, el sumo sacerdote presidente del barrio. Él ha sido designado como su juez en Israel.

Actividad

Dé a todas las alumnas papel y lápiz. Pídale que escuchen con atención la referencia que les leerá a continuación y que escriban las responsabilidades de un obispo.

Cita

“El obispo preside ante todas las personas del barrio y dirige las actividades locales de la Iglesia... Durante los años de la adolescencia, ustedes estarán bajo la dirección de él. Para llevar a cabo su trabajo, el obispo nombrará maestros, maestras y supervisores, pero siempre tendrá mucho interés en el progreso que hagan. El obispo se mantendrá al tanto de la vida de ustedes, dado que él es el que debe juzgar si son dignos.... de recibir las ordenanzas más altas y ser dignos de ir al templo.

“Si desean adaptarse bien al funcionamiento de la Iglesia, tienen que aprender a obedecer al obispo. Si tienen dificultades, sería acertado que busquen su consejo. Él ha sido escogido por el Señor y designado por el Presidente de la Iglesia para ser responsable de ustedes y asegurarse de que progresen en dignidad y capacidad...

“...Él se reunirá con ustedes todos los años para el ajuste de diezmos... Si van a una misión, él será el primero en entrevistarlos para saber si son rectos, aptos y capaces para servir en el campo misional” (S. Dilworth Young, *More Precious than Rubies*, Salt Lake City: Bookcraft, 1959, págs. 40–41).

Análisis en la pizarra

- ¿Podrían mencionar algunas de las responsabilidades del obispo que hayan anotado? Escríbalas en la pizarra.

- ¿Qué otros deberes y responsabilidades tiene el obispo? Añada a la lista las que se mencionen. Entre dichos deberes podrían mencionarse el de presidir; dirigir la orientación familiar; dirigir las reuniones; aprobar las ordenaciones y los avances en el Sacerdocio Aarónico; entrevistar; dirigir el ajuste de diezmos; juzgar la dignidad personal de los miembros; dar consejo, consuelo y bendiciones; hacer recomendaciones para llamamientos misionales; aprobar los llamamientos que se hacen a los miembros; dar recomendaciones para el templo; ser responsable de los registros, de las actas, de los diezmos y de las ofrendas; ser el presidente o encargado de los comités responsables de las actividades, del bienestar, de edificios y terrenos adyacentes; velar por el bienestar temporal y espiritual de los miembros; ayudar a las personas en el proceso del arrepentimiento; discernir las necesidades del barrio.

- ¿Podrían mencionar a algunas de las personas a las cuales llama el obispo para que le ayuden?

Aparte de los consejeros del barrio, asegúrese de que se mencionen los líderes de quórum, la presidencia y las asesoras de las Mujeres Jóvenes, las maestras visitantes y los maestros orientadores. Ponga de relieve el hecho de que si bien las personas que ayudan al obispo le representan en muchas de sus responsabilidades, él sigue siendo el que preside todos los asuntos del barrio.

Presentación por el obispo

Si hubiera usted invitado al obispo a participar en su clase, déle cinco minutos para hablar a las jóvenes sobre el propósito de las entrevistas que él debe tener con ellas y sobre algunas de sus demás responsabilidades en calidad de obispo.

---

### Podemos expresar agradecimiento al obispo

Presentación por la maestra

De no haberse mencionado, explique que habitualmente el obispo es un hombre casado y con hijos, por lo que también tiene responsabilidades familiares. Debe ganarse la vida y atender a las necesidades espirituales y temporales de su familia. Haga notar que las constantes e incansables labores del obispo muchas veces pasan inadvertidas, razón por la cual tampoco son estimadas.

- ¿De qué manera podemos expresar al obispo nuestro agradecimiento y reconocimiento por el trabajo que hace por nosotros?

Lea las cartas de reconocimiento que dos jovencitas escribieron a sus respectivos obispos, las cuales se citan a continuación:

Cartas

“Estimado obispo:

“Por medio de la presente, deseo expresarle mi agradecimiento por toda la ayuda que ha dado a nuestra clase y por su colaboración con nuestras actividades. He podido darme cuenta de la forma en que usted ayuda a las personas en las entrevistas y también de cómo éstas me han servido de ayuda. Aunque me sentía entusiasmada y emocionada de llegar a formar parte del programa de las Mujeres Jóvenes, también me sentía un tanto temerosa. Usted me ha dado ánimo y ahora me siento a gusto. Gracias por haber llamado a una hermana que es tan buena maestra para nuestra clase. He aprendido mucho de ella, así como de las chicas mayores; la una y las otras me hacen conservar el entusiasmo.

“Le saluda atentamente,

“Una joven de trece años”.

“Estimado obispo:

“El consejo y la guía que usted me ha dado vinieron de Dios. He puesto sus consejos a prueba, y todo ha demostrado que era correcto. Mis familiares también se sienten agradecidos a usted por la ayuda que nos prestó para mandar misioneros de nuestra familia al campo misional y también por la ayuda que nos ha dado en momentos difíciles. Valoro la forma en que usted se relaciona con la juventud del barrio y en que logra que su mensaje surta efecto tanto en los jóvenes como en los mayores. Sé que el Señor está bendiciendo al barrio por medio de usted y del trabajo que lleva a cabo.

“Gracias, obispo.

“Muy atentamente,

“Una joven de diecisiete años”.

---

### Conclusión

Cartas

Dé a las jóvenes el papel, los bolígrafos y los sobres y pídale que escriban cartas al obispo en las que expresen su agradecimiento por él. Asegúrese de que las cartas lleguen a manos del obispo.

Las jóvenes podrían escoger una de las maneras de expresar agradecimiento al obispo que se mencionan en seguida:

1. Expresar ante sus familiares sus sentimientos de gratitud hacia el obispo en la próxima noche de hogar.
2. Expresar al obispo mismo sus sentimientos de gratitud hacia él.
3. Hacer una atención al obispo esta semana.
4. En sus oraciones personales, den gracias a nuestro Padre Celestial por el obispo y rueguen por él.

---

**OBJETIVO** Que cada jovencita entienda que puede recibir bendiciones del sacerdocio de su propio padre y que desee obtener una.

---

**PREPARACIÓN**

1. La lámina 8, Una bendición de padre, que se encuentra al final del manual.
2. Optativo. Prepare las siguientes tiras de palabras: Dar nombre y bendecir a los bebés; Bautizar y confirmar; Bendecir a los enfermos; Ordenar a oficios del sacerdocio; Apartar para un cargo (y en papel de otro color); Una bendición de padre.
3. Escriba en una tarjeta o en un papel para cada joven las referencias de las Escrituras y las preguntas que se sugieren en la sección titulada: “Un padre puede bendecir a sus hijos por medio del sacerdocio”.
4. Asigne a las jovencitas que presenten los pasajes de las Escrituras, los relatos o las citas que usted guste.

---

**SUGERENCIAS PARA EL DESARROLLO DE LA LECCIÓN**

Tiras de palabras o uso de la pizarra

**Introducción**

Pida a las jovencitas que le digan cuáles son algunas de las ordenanzas y bendiciones que se reciben por medio de los que poseen el Sacerdocio de Melquisedec.

A la vez que las jóvenes respondan, coloque a la vista las tiras de palabras o escriba las respuestas en la pizarra. Escriba “UNA BENDICIÓN DE PADRE” con letras mayúsculas. Muestre la lámina del padre dando una bendición.

---

**Un padre puede bendecir a sus hijos por medio del sacerdocio**

Presentación por la maestra

El derecho de dar bendiciones es uno de los dones más preciados que se da a los poseedores del Sacerdocio de Melquisedec que son dignos. Por medio de ese derecho y autoridad, ellos pueden bendecir a los miembros de la familia como el Señor lo haría si estuviera presente. El padre tiene el derecho de recibir revelaciones del Señor que atañen a la persona que bendicen.

Pasajes de las Escrituras y preguntas

Explique que las bendiciones de padre se han dado desde los tiempos de Adán.

Distribuya las tarjetas con los pasajes de las Escrituras que preparó y pida a las jóvenes que lean los pasajes de las Escrituras y hablen de las bendiciones que se mencionan en cada una.

1. *2 Nefi 2:1–3*. ¿Qué le prometió Lehi a su hijo Jacob? (Que sería bendecido por sus sufrimientos, que viviría seguro con su hermano Nefi, que serviría a Dios y que sería redimido.)
2. *2 Nefi 3:1–3*. ¿Qué le prometió Lehi a José si guardaba los mandamientos? (Que él y sus descendientes heredarían esa tierra para siempre y que sus descendientes no serían destruidos completamente.)
3. *Génesis 49:8, 10*. ¿Qué bendiciones prometió Jacob a su hijo Judá? (Que sus hermanos lo honrarían, que vencería a sus enemigos y que gobernaría hasta que viniera el Salvador.)



---

## Una bendición de padre puede guiar y animar a las jóvenes

Análisis en la pizarra	<p>Pida a las jovencitas que hablen de cuándo sería apropiado pedir una bendición de padre. Escriba lo que digan en la pizarra.</p> <p>Las siguientes ideas podrían mencionarse:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Al principiar las clases.</li><li>2. Antes de tomar una decisión importante.</li><li>3. Cuando se tienen problemas.</li><li>4. Cuando se deja el hogar para estudiar, para ir a una misión, para casarse, etc.</li><li>5. Durante momentos de tristeza, como cuando haya fallecido alguien.</li><li>6. Cuando se tengan preocupaciones o dudas, o se sienta la necesidad de recibir una bendición.</li></ol>
Presentación por la maestra	<p>La bendición de padre puede consolarnos, fortalecernos, inspirarnos y darnos consejos y la sabiduría para tomar decisiones. Estas bendiciones también promueven la unión familiar.</p> <p>La bendición de padre no se guarda como parte de los archivos de la Iglesia, como se hace con la bendición patriarcal, pero puede guardarse en la familia o en diarios personales.</p>
Relato	<p>El presidente Ezra Taft Benson dijo una vez:</p> <p>“Hace algunos años, un joven vino a mi oficina a pedirme una bendición. Tenía unos dieciocho años y algunos problemas. No había cometido ningún pecado grave pero estaba confundido y preocupado.</p> <p>“Como me pidió una bendición, le pregunté:</p> <p>“—¿Alguna vez le has pedido a tu padre que te diera una bendición? Supongo que es miembro de la Iglesia.</p> <p>“—Sí, es élder, pero no muy activo.</p> <p>Cuando le pregunté si quería a su padre, me contestó:</p> <p>“—Sí, hermano Benson, él es un buen padre y lo quiero. Y en seguida agregó:</p> <p>“—No cumple como debe con sus deberes del sacerdocio, no va a la Iglesia todos los domingos y no sé si paga diezmos, pero es un buen hombre, es amable y mantiene bien a la familia.</p> <p>“—¿Qué te parece si buscas un momento oportuno y le preguntas si quisiera darte una bendición de padre? —le dije.</p> <p>“—Creo que lo asustaría —me contestó.</p> <p>“—¿Por qué no pruebas? Yo oraré por ti —le dije.</p> <p>“—Bueno, si es así, lo haré.</p> <p>“Unos días después volvió y me dijo:</p> <p>“—Hermano Benson, es lo mejor que le ha pasado a mi familia —apenas podía contener la emoción mientras me contaba lo que había sucedido.</p> <p>“—Cuando se presentó la oportunidad, le pedí a papá que me diera una bendición y él me preguntó si realmente quería que lo hiciera. Cuando le contesté que estaba seguro, me dio la bendición más hermosa que me hubiera imaginado. Mamá lloraba de emoción. Cuando terminó, había entre nosotros lazos de amor y gratitud que nunca habían existido en nuestro hogar” (en Conference Report, oct. 1977, págs. 45–46; o Ensign, nov. de 1977, págs. 31–32).</p>
Análisis	<p>Pregunte por qué el presidente Benson le recomendó al joven que pidiera a su padre que le diera una bendición aunque el padre no fuera muy activo en la Iglesia. (El padre estaba</p>

dispuesto a ejercer el sacerdocio al darle una bendición a su hijo, la que resultó ser una experiencia muy espiritual para la familia. Tanto el padre como el hijo incrementaron su espiritualidad por medio de la experiencia.)

En caso de que el padre no pueda dar una bendición, las jovencitas podrían pedir que el abuelo se las diera o que se las diera un hermano, maestro orientador, el obispo o cualquier otro poseedor del Sacerdocio de Melquisedec.

Cita

“Si ninguno de la familia puede dar una bendición, se debe pedir al maestro orientador que realice esta ordenanza sagrada. Este orden en la Iglesia beneficia a todos los miembros... Los maestros orientadores dignos y fieles por medio de la fe y de las oraciones pueden recibir la misma inspiración que podrían recibir los líderes del sacerdocio” (Vaughn J. Featherstone, “I Have a Question”, Ensign, feb. de 1979, pág. 41).

### **Conclusión**

Si gusta, cuente a las jóvenes de alguna bendición de padre que usted o alguno de su familia hubiera recibido y que los hubiera guiado y dado ánimo.

### **Aplicación de la lección**

1. Pida a cada jovencita que hable de las bendiciones de padre con sus propios padres y respectivas familias, quizás durante una noche de hogar.
2. Pida a las jóvenes que piensen en cómo las beneficiaría una bendición de padre, que oren al respecto y, cuando se presente la ocasión, que pidan una.
3. Sugiera que las jovencitas hablen con su padre y le digan que les gustaría recibir una bendición de padre durante una entrevista personal con él o cuando puedan hablar a solas. (Tengan cuidado de no herir a las jovencitas cuyos padres no sean miembros o que no tengan un padre en la casa. Quizás deba sugerirles que hablen con el obispo.)

OBJETIVO	Que todas las jóvenes comprendan la forma en que la bendición patriarcal puede servirles de guía en la vida.
PREPARACIÓN	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Lámina 9, Una joven recibiendo su bendición patriarcal; lámina 10, Un jardín en forma de laberinto. Ambas láminas se encuentran al final del manual.</li> <li>2. Lleve lápices o bolígrafos para todas las alumnas.</li> <li>3. Optativo: Prepare volantes para que las jóvenes los lleven a su casa. En el volante debe escribir los requisitos para prepararse para recibir una bendición patriarcal. Véase la sección "Podemos prepararnos para recibir nuestra bendición patriarcal".</li> <li>4. Dé a varias de las jóvenes la asignación de presentar los pasajes de las Escrituras, los relatos y las citas que usted desee.</li> </ol>
SUGERENCIAS PARA EL DESARROLLO DE LA LECCIÓN	<p><b>La bendición patriarcal puede dar finalidad, sentido y orientación a nuestra vida</b></p>
Lámina y presentación por la maestra	<p>Muestre la lámina del laberinto. Recalque el hecho de que ese laberinto presenta un grupo confuso de pasajes. En el siglo dieciocho, había en Europa y en algunas colonias de las Américas muchos jardines con laberintos formados por altos arbustos esmeradamente podados a modo de muros; el caminar por esos laberintos era un apetecido pasatiempo. El objeto era hallar el sendero que condujera a la salida. A veces, las personas se desorientaban y se encontraban perdidas y confundidas, pero aquellos que ya habían pasado por allí, al igual que los que tenían un guía que conocía el camino, podían pasar por el laberinto y salir de él sin dificultad.</p>
Análisis	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Qué diferencia habría entre la visión del laberinto que tuviera una persona situada en un árbol de mayor altura que la del laberinto y la visión de una persona que estuviera en pie en el suelo?</li> <li>• ¿De qué modo podría la persona que estuviera en el árbol ayudar a quienes se perdieran en el laberinto?</li> <li>• ¿En qué sentido es la vida como un laberinto?</li> </ul> <p>Haga comprender a las jóvenes que en el trayecto de nuestro viaje por esta vida mortal, vemos las cosas con una visión limitada, como la de la persona que no puede ver más allá de los muros del laberinto. Muchas veces basamos nuestras esperanzas y nuestros sueños en las cosas que podemos ver en este mundo. De la misma forma en que la persona que ve el laberinto desde la altura del árbol puede dirigir a la que está a nivel del suelo, la persona que puede ver nuestra vida desde antes de nuestro nacimiento hasta después que muramos puede guiarnos en este tiempo presente. La bendición patriarcal podría compararse a la guía que puede dar la persona que se encuentra en la altura del árbol; dicha bendición proviene de nuestro Padre Celestial, que ve el fin desde el principio. Nuestro Padre Celestial nos conoce como éramos en la vida premortal, como somos ahora y como seremos en la vida venidera. Él nos da una bendición para advertirnos los peligros y nos promete bendiciones que no imaginamos.</p>
Citas y análisis en la pizarra	<p>Lea usted, o pida a una de las alumnas que lo haga, las citas que aparecen a continuación. En seguida, analicen lo que puede contener una bendición patriarcal, anotando en la pizarra los diversos puntos.</p> <p>"Éste es realmente el objeto de una bendición patriarcal: el interpretar y revelarnos, por medio de la inspiración del Todopoderoso, por qué estamos aquí y qué se espera de nosotros, a fin de que podamos cumplir con el propósito de nuestra creación sobre la tierra" (LeGrand Richards, "Las bendiciones patriarcales", Liahona, sept. de 1981, pág. 39).</p>

“[Las bendiciones patriarcales se dan] para satisfacer las necesidades especiales que tenemos en la vida, así como para darnos consuelo, guiarnos hacia el éxito e infundirnos fortaleza. En ella, se nos puede indicar cuáles son nuestras necesidades; se nos pueden prometer dones singulares; se nos puede bendecir para vencer nuestras debilidades, resistir las tentaciones o adquirir y desarrollar ciertas facultades a fin de que podamos alcanzar con mayor seguridad las bendiciones prometidas. Dado que todas las personas son diferentes, también pueden ser diferentes sus bendiciones; pero una bendición patriarcal siempre nos hace promesas, nos amonesta para que no fracasemos en la vida y constituye una guía para alcanzar las bendiciones del Señor” (John A. Widtsoe, *Evidences and Reconciliations*, Salt Lake City: Bookcraft, 1960, págs. 322–323).

- ¿Se nos dice en la bendición patriarcal todo lo que debemos hacer o todo lo que nos tiene que suceder?

Explique que las promesas que se dan en una bendición patriarcal son (1) a menudo de carácter general y (2) siempre dependen de nuestra obediencia. No podemos esperar que en una bendición patriarcal se nos indiquen todos los pasos que debemos dar; no obstante, puede ser una guía de valor incalculable.

Relato

Narre el relato que se menciona en seguida, en el cual se pone de manifiesto la forma en que la guía de una bendición patriarcal puede protegernos del peligro:

La bendición patriarcal de Susana contenía varias amonestaciones de obedecer estrictamente la Palabra de Sabiduría. De un modo explícito, la amonestaba a no permitir que nadie la tentara a quebrantar ninguna parte de ese mandamiento a fin de que pudiera conservarse pura. Esa amonestación sorprendió a la joven puesto que hacía ya mucho tiempo que había tomado la resolución de obedecerlo. La mayoría de sus amistades eran miembros de la Iglesia, y ella nunca se había sentido tentada a quebrantar dicha ley.

Muchos años después de haber recibido la bendición patriarcal, encontró una ocupación en un hospital de una ciudad grande. Una vez allí, se dio cuenta de que era la única persona miembro de la Iglesia que trabajaba en la institución. La mayoría de sus amigos en ese lugar respetaban sus creencias y no le pedían que fumara ni bebiera con ellos. Pero llegó un día en que se realizó una fiesta en la cual uno de los médicos supervisores llenó un vaso de vino para todos, incluso para Susana. Al ver que la joven no brindaba con los demás, le preguntó: “¿Qué daño le va a hacer un pequeño vaso de vino?”

Al rehusar la joven nuevamente la invitación a beber, él comenzó a reírse de ella y los demás comenzaron a instarla a brindar con los del grupo. Susana comenzó a sentirse incómoda, por lo que estuvo tentada de beber el vino; pero en ese mismo momento acudieron a su mente las palabras de la bendición patriarcal: No permitas que nadie te tente a quebrantar ninguna parte de la Palabra de Sabiduría. El recuerdo de tales palabras le infundió la fortaleza que necesitaba para resistir la tentación.

Análisis

Explique que uno de los propósitos principales de la bendición patriarcal es el de declararnos nuestro linaje.

- ¿Qué quiere decir linaje?

Explique que linaje quiere decir la línea de nuestros antepasados o la familia de la cual descendemos. Por medio de ese conducto, heredamos ciertas bendiciones.

Análisis de un pasaje de las Escrituras

Indique a las alumnas que lean Abraham 2:9–11. Haga notar que nuestro Padre Celestial hizo ciertas promesas a Abraham:

1. Que sus descendientes recibirían el evangelio.
2. Que por medio del poder del sacerdocio, sus descendientes llevarían el evangelio a todas las naciones.
3. Que todos los que aceptaran el evangelio serían adoptados en la familia de Abraham y heredarían sus bendiciones.

Presentación por la maestra

Explique que nuestro Padre Celestial hizo las mismas promesas a Isaac, el hijo de Abraham, y a Jacob (cuyo nombre Dios cambió a Israel), hijo de Isaac. Todos los que se unen a La Iglesia de Jesucristo de los Santos de los Últimos Días llegan a ser herederos de las bendiciones de Abraham y de Isaac por medio de una de las tribus de Israel. Eso significa que podemos recibir todas las bendiciones que el Señor prometió a esos grandes profetas, siempre que vivamos rectamente. Muchos de nosotros pertenecemos a la tribu de José, ya sea por conducto de su hijo Efraín o de su hijo Manasés. Eso lo llegamos a saber por medio de nuestra bendición patriarcal.

---

### Podemos prepararnos para recibir nuestra bendición patriarcal

Análisis de una lámina

Muestre a la clase la lámina de un patriarca bendiciendo a una joven. Ponga en claro que una joven se puede preparar en ciertos aspectos para recibir su bendición patriarcal.

- ¿Ha recibido alguna de ustedes su bendición patriarcal? ¿Han recibido la suya algunos de sus hermanos o amigos?

Análisis en la pizarra

- ¿En qué formas se han preparado para recibir la bendición patriarcal ustedes mismas u otras personas que conocen?

Escriba en la pizarra las ideas que expongan las jóvenes. Asegúrese de añadir las ideas que aparecen a continuación dado el caso de que nadie las mencionara:

1. Ser un miembro de la Iglesia bautizado y digno.
2. Tener el deseo de recibir la bendición patriarcal.
3. Entender las promesas que contiene la bendición que se dio a Abraham.
4. Tener la madurez suficiente para apreciar la bendición que se recibirá.
5. Pedir al obispo que le dé una entrevista y le extienda una recomendación para recibir la bendición patriarcal.
6. Poco después de la entrevista con el obispo, concertar una hora con el patriarca de la estaca.
7. Prepararse estudiando las Escrituras, ayunando y orando.
8. Orar pidiendo que el patriarca sea inspirado.

Volantes

Optativo: Dé a cada una de las alumnas un volante con las ocho sugerencias que acaba de mencionar. Indique a las alumnas que añadan a la lista de sugerencias escritas en el volante las demás ideas que se mencionen en la clase.

Presentación por la maestra

Explique que las bendiciones patriarcales se graban y se transcriben. La persona recibe una copia y otra copia se archiva con los registros oficiales de la Iglesia. Debemos leer nuestra bendición patriarcal con frecuencia y orar al respecto, y vivir para ser dignas de obtener las bendiciones que se nos han prometido. De cierto veremos que efectivamente será un consuelo para nosotras en los momentos de aflicción y de pruebas, y nos infundirá valor para enmendar el rumbo de nuestra vida, de ser ello necesario. Todas las bendiciones que nos da nuestro Padre Celestial se basan en nuestra dignidad para recibir las, lo cual significa que si deseamos tenerlas, debemos continuar viviendo dignas de las bendiciones que se nos hayan prometido.

Explique a las jóvenes que, en términos generales, no debemos permitir que otras personas lean nuestra bendición patriarcal. Sin embargo, podemos permitir a los miembros de nuestra familia que la lean y a alguna persona con la que tengamos una estrecha amistad cuando nos sintamos inspiradas a hacerlo. No debemos comparar nuestra bendición con las de nuestros amigos. Si llegáramos a perderla, podemos conseguir una copia si escribimos al Departamento Histórico de la Iglesia, cuya dirección es la siguiente: Historical Department, 50 East North Temple Street, Salt Lake City, Utah 84150, U.S.A.

---

### Conclusión

Ponga en claro que al examinar nuestra bendición patriarcal y orar en cuanto a ella, comprenderemos cada vez más claramente su significado.

Cita

Pida a una de las jóvenes que lea la siguiente cita del presidente Spencer W. Kimball: "Tengo una gran confianza en las bendiciones patriarcales. Cuando el patriarca es un fiel Santo de los Últimos Días y vive cerca del Señor, siendo un estudioso de las Escrituras, lo que prometa por medio de su autoridad y llamamiento especial se cumplirá, mediante la fidelidad del que recibe las bendiciones" (Liahona, feb. de 1978, pág. 1).

---

### Aplicación de la lección

1. Inste a las jóvenes a prepararse para recibir su bendición patriarcal siguiendo las sugerencias que se han dado en esta lección.
2. Exhórtelas a leer su bendición patriarcal con espíritu de oración y a esforzarse por vivir dignas de recibir las bendiciones prometidas.

*Aprendamos acerca de las obras de historia  
familiar y del templo*

---

**OBJETIVO** Que cada joven entienda que asistir al templo acarrea grandes bendiciones.

---

**PREPARACIÓN**

1. Prepare cuatro tiras de palabras:
  - El templo es un refugio de paz.
  - El templo es un santuario donde se rinde servicio.
  - El templo es un lugar donde se hacen convenios.
  - El templo es un lugar donde se reciben revelaciones.
2. Coloque láminas de varios templos en lugares visibles.
3. Prepárese para hablar de lo que siente cuando se encuentra en el templo o pida a un miembro del barrio que hable a las jovencitas de ese tema.
4. Asigne a las jóvenes que presenten los pasajes de las Escrituras, los relatos o las citas que usted desee.

---

**SUGERENCIAS PARA  
EL DESARROLLO  
DE LA LECCIÓN**

**Introducción**

Análisis

Escriba lo siguiente en la pizarra siete u ocho veces:

El templo es \_\_\_\_\_.

Pida a las jovencitas que describan el templo y sus propósitos terminando la frase de tantas maneras como se les ocurra, por ejemplo: "... un hermoso edificio", "... un lugar de adoración", "... la casa del Señor", "... un lugar que me gusta visitar", "... un lugar para aprender", "... donde realizamos ordenanzas por los muertos", "... un lugar donde hacemos convenios".

Tiras de palabras

El presidente Gordon B. Hinckley, Primer Consejero de la Primera Presidencia, dijo que el templo es "Un símbolo de fortaleza. Un refugio de paz. Un santuario para prestar servicio. Una escuela de enseñanza. Un lugar de revelación . . . Una casa para hacer convenios" (*Liahona*, noviembre de 1993, págs. 4–5). Coloque las cuatro tiras de palabras en la pizarra a medida que lee esta cita. Explique que en la lección se tratarán estos cuatro puntos.

---

**El templo es un refugio de paz**

Cita

Lea la siguiente experiencia del élder Dean L. Larsen, de los Setenta:

"No hace mucho fui asignado a una conferencia de estaca en un área fuera de los Estados Unidos donde se encuentra uno de los templos. De acuerdo con el itinerario de viaje, iba a llegar a destino una o dos horas antes de que comenzaran las reuniones de la conferencia. Había pasado muchas horas en aviones y aeropuertos y me había dejado vencer por la tensión nerviosa y el malhumor que caracterizan los viajes internacionales.

"Puesto que tenía suficiente tiempo a mi llegada antes de que empezaran las reuniones de la conferencia, les pedí a los líderes locales del sacerdocio que me llevaran unos momentos a visitar el templo.

"El tiempo estaba empeorando y antes de llegar al templo empezó a caer un llovizna helada, lo que contribuyó a que siguiera del mismo humor que me había provocado la atmósfera mundana y bulliciosa del aeropuerto y el paso por la aduana e inmigración.

“Nos apresuramos una vez que estacionamos el coche para no empaparnos. Inmediatamente que entré en el templo, todo pareció cambiar y me sentí rodeado de calidez y paz. La faz de las personas allí presentes reflejaban algo muy distinto que las de los viajeros apresurados que había visto hacía tan poco tiempo en el aeropuerto. Era como si en realidad hubiéramos entrado, por las puertas del templo, en un mundo diferente. Pronto me encontré sonriendo a los hermanos en el recibidor (vestíbulo). Me sentí más alegre y olvidé las preocupaciones del mundo” (*Ensign*, abril de 1993, pág. 10).

Presentación por la maestra

Explique que en el templo existe una atmósfera de paz y amor. Los que entran en el templo hablan en voz baja y se visten de blanco. Se les pide que dejen afuera las preocupaciones terrenales para poder concentrarse y comprender las cosas de la eternidad.

Si usted ha estado en el templo, cuente a las jóvenes lo que haya sentido allí. Si no ha entrado al templo todavía, podría pedir a algún miembro que haya entrado allí que les cuente lo que haya sentido.

---

### **El templo es un santuario donde se rinde servicio**

Presentación por la maestra

• ¿Qué clase de servicio pueden realizar los miembros de la Iglesia en el templo por otras personas?

Explique que mucha gente no ha tenido la oportunidad de aceptar el evangelio y hacerse miembros de la Iglesia verdadera mientras vivieron en la tierra y que el Señor les ha dado la oportunidad de recibir las mismas bendiciones que nosotros tenemos. En el mundo de los espíritus, estas personas pueden escuchar el evangelio verdadero y decidir si quieren aceptarlo. Si lo aceptan, las ordenanzas salvadoras del evangelio deben llevarse a cabo por ellos aquí en la tierra. Por ese motivo los miembros de la Iglesia van a los templos y reciben las ordenanzas en nombre de personas que hayan fallecido.

• ¿Ha tenido alguna de ustedes la oportunidad de hacer bautismos por los muertos en el templo? ¿Cómo se sintieron ante esta oportunidad de servir?

Explique que después que las jovencitas reciban sus propias investiduras en el templo, podrán recibir investiduras a favor de personas que hayan muerto. También podrán recibir las ordenanzas de sellamientos por los muertos.

Pida a las jovencitas que se imaginen que han vivido en la tierra antes de la restauración del evangelio. Que después de muertas recibieron las enseñanzas del evangelio en el mundo de los espíritus. Que les enseñaron que pueden ser perdonadas por los pecados que cometieron por medio de la expiación de Jesucristo, que pueden ser bautizadas y pertenecer a la Iglesia verdadera, que pueden sellarse por las eternidades a sus respectivas familias y que algún día podrán vivir para siempre con nuestro Padre Celestial. Pero, que tendrán que esperar que alguien en la tierra lleve a cabo las ordenanzas necesarias por ellos.

• ¿Cómo piensan que se sentirían si alguien en la tierra fuera al templo y realizara por ustedes las ordenanzas para que pudieran recibir todas esas bendiciones?

Explique que podemos hacer un favor muy grande a los que murieron al facilitarles las bendiciones del evangelio por medio de la obra del templo.

---

### **El templo es una casa donde se hacen convenios**

Análisis

Explique que en el templo hacemos convenios con el Señor que son necesarios para nuestro progreso eterno.

• ¿Qué convenios han hecho con el Señor?

• ¿Cómo afectan esos convenios el comportamiento de ustedes?

• ¿Qué están haciendo ahora para prepararse para realizar otros convenios en el templo?

Citas

Explique que cumplir con los convenios que ya hemos hecho nos prepara para hacer los convenios del templo. La hermana Janette C. Hales, Presidenta General de las Mujeres Jóvenes, dijo:



“Si cumplimos con los convenios del bautismo, estaremos preparadas en cualquier momento que fuera propicio para ir al templo. Yo considero que si tenemos una recomendación para el templo debemos esforzarnos por ser dignos de merecerla todos los días no importa qué edad tengamos ni lo que estemos haciendo . . .

“Debido a la naturaleza de los convenios del templo y de la importancia de las promesas de que obtendremos bendiciones eternas y que la unidad familiar continuará para siempre, es importante que la gente entienda mientras es joven que prepararse muchas veces lleva un período largo de tiempo. Si las buenas costumbres, la autodisciplina y las características que nos ayudan a ser dignas de esas bendiciones forman parte integral de nuestra vida, estaremos en mejores condiciones de comportarnos habitualmente a manera de honrar estos convenios tan importantes” (“Keeping Covenants Brings Blessings”, *Church News*, 13 de febrero de 1993, pág. 10).

El presidente Joseph Fielding Smith escribió lo siguiente acerca de las bendiciones que los convenios del templo nos deparan durante toda nuestra vida:

“Si vamos al templo, levantamos nuestras manos y hacemos convenios de que serviremos al Señor y guardaremos Sus mandamientos y nos conservaremos sin mancha del mundo. Si comprendemos verdaderamente lo que estamos haciendo, entonces la investidura será una protección para nosotros durante toda nuestra vida, una protección de la cual no goza el hombre [ni la mujer] que no va al templo.

“Yo he oído decir a mi padre que cuando se enfrentaba con pruebas o con tentaciones, pensaba en las promesas, o sea, en los convenios que había hecho en la Casa del Señor, y que éstos le servían de protección . . . Estas ceremonias en parte tienen el objeto de brindar esa protección. Yo sé que recibimos esa protección porque yo también la he recibido, como les ha sucedido a otros tantos miles que han recordado sus obligaciones” (véase *Cómo lograr un matrimonio celestial*, pág. 203).

---

### El templo es un lugar donde se reciben revelaciones

Presentación por la maestra

Explique que la mayoría de la gente se hace las siguientes preguntas:

- ¿De dónde he venido?
- ¿Por qué estoy aquí?
- ¿A dónde iré cuando muera?
- ¿Volveré a ver a mi familia?

Citas

Lea la siguiente cita del presidente Gordon B. Hinckley: “La respuesta a estas preguntas no se encuentra en la sabiduría humana. Se encuentra únicamente en las revelaciones de Dios. En los sagrados templos de La Iglesia de Jesucristo de los Santos de los Últimos Días se encuentra la respuesta a estas preguntas eternas” (“Why These Temples?”, *Ensign*, 1988, pág. 2).

Explique que la investidura nos enseña las verdades eternas que nos permiten comprender nuestro objetivo y nuestras responsabilidades en la vida. También en el templo podemos recibir inspiración para guiarnos en nuestra vida.

El presidente Ezra Taft Benson dijo: “En la paz de estos bellos templos encontramos a veces la solución de los problemas serios de la vida. Bajo la influencia del Espíritu, sentimos a veces que emanan a nuestra alma oleadas de conocimiento puro. Los templos son lugares de revelación personal. Cuando me he sentido abrumado por algún problema o dificultad, he ido a la Casa del Señor con una oración en mi corazón en busca de una respuesta y he recibido la respuesta de un modo claro e inconfundible” (“Lo que espero enseñéis a vuestros hijos acerca del templo”, *Liahona*, abril/mayo de 1986, pág. 4).

---

### Conclusión

Presentación por la maestra

Explique a las jovencitas que en un futuro no muy lejano, tendrán la oportunidad de que el obispo y el presidente de estaca las entrevisten y, si son dignas, ellas y dichos líderes firmarán un papel que se llama la recomendación para el templo. Esta recomendación es un símbolo que representa que son dignas de entrar en la Casa del Señor para recibir la investidura y participar en las sagradas ordenanzas.

Explique a las jóvenes que es importante que ellas, una vez que tengan su recomendación, vayan al templo con regularidad a fin de efectuar allí las ordenanzas pertinentes. Al así hacerlo, recibirán bendiciones y discernimiento que les guiará durante los momentos difíciles de la vida.

El presidente Harold B. Lee dijo: “Cuando entráis a un sagrado templo, estáis por ese medio ganando la confraternidad con los santos en el reino de Dios, donde el tiempo no existe. En los templos de Dios no sois investidos con un rico legado de riquezas terrenales, sino con las riquezas eternas que son inestimables”.

---

### **Aplicación de la lección**

Exhorte a las jóvenes para que escojan realizar una de las siguientes actividades:

1. De ser posible, ir, junto con otras jóvenes de su barrio o rama, al templo más cercano a ustedes a fin de bautizarse por los muertos.
2. Si hay un templo cercano a donde viven las jóvenes, ellas podrían ofrecerse para cuidar a los chicos pequeños de los padres que tengan necesidad de este acto de servicio, a fin de que éstos puedan asistir al templo.
3. Como clase o con sus respectivas familias, procurar aprender todo lo que puedan tocante al templo de su región, por ejemplo: ¿cuándo se dedicó? ¿sería posible hablar con alguien que haya asistido a dicha dedicación? ¿dónde se podría leer en cuanto a lo que ocurrió durante el servicio dedicatorio? ¿cuáles fueron las bendiciones que se pronunciaron durante la oración dedicatoria?

**OBJETIVO** Que todas las jóvenes comprendan el propósito del matrimonio.

**PREPARACIÓN**

1. Lámina 11, Un cuarto de ordenanzas en el templo; lámina 5, El Templo de Salt Lake (62433); ambas láminas se encuentran al final del manual, o lleve una lámina o fotografía del templo que pertenezca a su región.
2. Dibuje en una hoja de papel las siluetas de una mujer joven, de un hombre joven y de niños pequeños, y recórtelas.
3. Dé a varias de las jóvenes la asignación de presentar los pasajes de las Escrituras, los relatos y las citas que usted desee.

**SUGERENCIAS PARA EL DESARROLLO DE LA LECCIÓN**

**El matrimonio es ordenado por Dios con un propósito**

**Testimonio de la maestra (optativo)** Muestre la lámina de un salón del templo y exprese sus sentimientos sobre lo bello que es el interior del templo y de lo maravilloso que es el espíritu que reina allí. Exprese sus esperanzas de que todas las jovencitas de su clase vivan de manera de poder entrar en el templo y casarse allí por el tiempo de esta vida y por la eternidad.

**Análisis de un pasaje de las Escrituras** Pida a una de las alumnas que lea Doctrina y Convenios 49:15.

- ¿Qué quiere decir que el matrimonio es ordenado por Dios? (Quiere decir que Dios ha instituido el matrimonio.)

Explique que el señor reunió a Adán y a Eva y efectuó una ceremonia matrimonial para convertirlos en marido y mujer. Ése es el modelo que todos deben seguir; toda persona debe pensar en casarse.

**Cita** Lea la cita que aparece a continuación:

“El matrimonio es quizás la más importante de todas las resoluciones que podamos tomar y la que tiene las consecuencias más trascendentales, dado que no sólo tiene que ver con la felicidad inmediata, sino también con el gozo eterno. Atañe no sólo a ambos cónyuges, sino también a la familia de cada uno y especialmente a los hijos que tengan y a los hijos de sus hijos a través de innumerables generaciones” (Spencer W. Kimball, *Marriage and Divorce*, Salt Lake City: Deseret Book Co., 1976, pág.10).

- ¿Podrían mencionar uno de los propósitos del matrimonio? (Tener hijos y enseñarles y capacitarlos para que puedan volver a vivir con nuestro Padre Celestial y con Jesús.)

**Análisis de un pasaje de las Escrituras** Lea el mandamiento dado a Adán y a Eva en Génesis 1:28.

- ¿Cuán importante es tener hijos? (Es un mandamiento.)

Explique que aquellos que vivan rectamente y no hayan tenido el privilegio y la bendición de tener hijos en esta vida recibirán esa bendición y todas las demás bendiciones de la vida eterna en la vida venidera.

**Un matrimonio celestial es el comienzo de un reino eterno**

**Cita** Explique que el matrimonio es bueno a la vista de Dios, pero que sólo el matrimonio celestial nos da derecho a recibir ciertas bendiciones.

El presidente Spencer W. Kimball ha dicho:

“Éste es el tema del mormonismo en la actualidad, y lo estamos dando a conocer en todo el mundo: el matrimonio, la familia, el hogar, los hijos, los nietos y todo lo que es bello y glorioso . . .

“Es natural que las jóvenes se fijen en los muchachos, y que éstos se fijen en las jóvenes, así como que deseen casarse en el momento oportuno: casarse por esta vida y ser sellados por la eternidad.

“Eso es natural: así lo ha dispuesto el Señor” (discurso pronunciado ante el Comité General de las Mujeres Jóvenes, el 28 de abril de 1977, *Church News*, 7 de mayo de 1977, pág. 6).

Análisis de un pasaje de las Escrituras

Pida a las alumnas que escuchen con atención mientras se lee en voz alta Doctrina y Convenios 131:1–4, para saber cuál es una de las bendiciones eternas del matrimonio celestial.

- ¿Qué debemos hacer para que podamos seguir teniendo hijos para siempre? (Casarnos en el templo.)

Análisis de una lámina

Muestre la lámina del templo. Explique que el matrimonio en el templo brinda a marido y mujer la posibilidad de alcanzar el más alto grado del reino celestial.

- Además del matrimonio en el templo, ¿qué más debemos hacer para asegurarnos de que estaremos juntos en el reino celestial? (Vivir dignamente, guardar los mandamientos de nuestro Padre Celestial y perseverar hasta el fin.)

Pasaje de las Escrituras

Lea las partes seleccionadas de Doctrinas y Convenios 132:15–17, 19 que usted estime que las jóvenes puedan comprender.

Lea Juan 14:2. Recalque que toda familia forma una unidad y puede heredar un lugar o una morada en el Reino de nuestro Padre Celestial.

Análisis en la pizarra

Ponga en la pizarra la silueta de la joven debajo del encabezamiento: “En la casa de mi Padre muchas moradas hay”. Al lado de esa silueta, ponga la del hombre. Indique que algún día cada una de las jóvenes escogerá a un joven por compañero; a fin de que tenga a ese compañero por la eternidad, debe casarse con él en el templo. Coloque junto a las siluetas de la pareja las de los niños pequeños. Subraye que ése es el símbolo de un reino eterno. Por su dignidad personal, cada señorita y su compañero eterno pueden heredar un lugar (una morada) en el Reino (la casa) de nuestro Padre Celestial.

---

### La preparación para el matrimonio celestial requiere dedicación y esfuerzo

Análisis

- ¿Cuándo debemos empezar a prepararnos para el matrimonio celestial? (Ahora.) ¿Por qué?

- ¿De qué manera afectará nuestro futuro la decisión que tomemos hoy? ¿De qué manera afectará nuestra vida eterna?

Relato

El presidente Spencer W. Kimball contó la siguiente historia de la vida real:

“Hace unos años, una joven pareja que vivía en el norte de Utah viajó a Salt Lake City para casarse allí. No deseaban molestarse con un matrimonio en el templo, o quizá no se consideraban dignos de ello. Sea como fuere, se casaron por la ley civil. Después del casamiento, subieron a su automóvil y emprendieron viaje rumbo al norte, donde vivían, para celebrar la recepción de la boda. Sucedió que en el trayecto tuvieron un accidente en el cual ambos murieron. Habían estado casados sólo una hora o dos y, con su muerte, terminó también su matrimonio. Creían amarse el uno al otro y deseaban vivir juntos para siempre, pero no vivieron los mandamientos que les daban esa posibilidad. Por tanto, la muerte vino a poner fin a esa unión. Es probable que hayan sido buenas personas; no lo sé. Pero si lo fueron, serán ángeles en los cielos y no dios ni diosa, ni sacerdote ni sacerdotisa, porque no cumplieron los mandamientos ni hicieron lo que les era requerido.

“A veces hay quienes dicen: ‘Ah, algún día iré al templo. No estoy preparado del todo aún; y si muero, alguien podrá hacer la obra por mí en el templo’. Todos debemos entender muy claramente esto: Los templos son para los vivos y para los muertos únicamente cuando la obra no se pudo llevar a cabo. ¿Creéis que el Señor será burlado

y que dará las bendiciones a esa joven pareja que no le obedeció? El Señor ha dicho: 'Porque todo contrato que no se hace con este fin termina cuando mueren los hombres' (D. y C. 132:7)" (en Conference Report, Conferencia de Área en Japón, 1975, págs. 61–62).

Preguntas para reflexionar

Pida a las jóvenes que reflexionen en silencio sobre las siguientes preguntas:

- ¿Es el matrimonio en el templo importante para mí? ¿Por qué?
- ¿Cuán firme es mi meta de casarme en el templo?
- La joven que se ha hecho el propósito de casarse en el templo, ¿tendrá más cuidado de seleccionar bien a los muchachos que la inviten antes de aceptar salir con ellos?

Relato y análisis

El élder LeGrand Richards contó lo siguiente:

"La joven pertenecía a una de las familias de mi estaca cuando yo era presidente de estaca en California . . .

"La joven comenzó a frecuentar la compañía de un joven que había sido bautizado en la Iglesia pero que no era activo en ella. Al cabo de un tiempo, él le propuso matrimonio. ¿Queréis saber qué le respondió ella? Le dijo: 'Jamás me casaré con un hombre que no honre su sacerdocio ni el ser miembro de la Iglesia. Yo quiero poder decir a mis hijos "Sigán a su padre" '.

"Y allí terminó el noviazgo, pues él no quiso hacer lo que ella requería" (*How You Can Best Honor Your Parents*, Brigham Young University Speeches of the Year, Provo, 29 de oct. de 1963, págs. 4–5).

- ¿Cuándo creen ustedes que esa joven habrá tomado esa resolución de casarse en el templo?
- ¿En qué forma la resolución de la muchacha de casarse en el templo influyó en su decisión con respecto al joven?

Ponga de relieve el hecho de que una vez que una joven ha tomado la firme resolución de casarse en el templo, puede efectivamente hacer el esfuerzo necesario por alcanzar su meta.

Análisis en la pizarra

- ¿Qué pueden hacer ustedes ahora para prepararse para el matrimonio en el templo?

A medida que las alumnas vayan exponiendo sus opiniones, anote éstas en la pizarra debajo del encabezamiento: "Lo que haré ahora para prepararme para mi matrimonio en el templo". (Entre las respuestas podrían mencionar: ser moralmente limpia, respetar y apoyar al sacerdocio, pagar el diezmo, obedecer la ley del ayuno, ser honrada, observar la Palabra de Sabiduría, dar un buen ejemplo, no decir nunca malas palabras, orar regularmente, honrar a los padres.) Vuelva a asegurar a las jóvenes que el Señor ayudará a cada una de ellas a alcanzar su meta de casarse en el templo si guardan los mandamientos.

Citas

Lea las referencias que aparecen a continuación:

"Los jóvenes deben comenzar ahora a organizar su vida de tal manera que en el momento apropiado sean hallados dignos de ir a la Casa del Señor, y elevarse y santificarse con la ceremonia del templo" (Harold B. Lee, "Enter a Holy Temple", *Improvement Era*, jun. de 1967, pág. 144).

"Creo que ningún joven ni señorita que sea digno Santo de los Últimos Días debe dejar de hacer cualquier esfuerzo razonable por ir a una casa del Señor para empezar su vida matrimonial . . .

"Las bendiciones y las promesas que se obtienen al comenzar la vida juntos, por el tiempo de esta vida y por la eternidad, en un templo del Señor, no se pueden obtener de ninguna otra manera; los dignos jóvenes Santos de los Últimos Días que empiecen su vida matrimonial en el templo hallarán que su unión eterna efectuada con el vínculo del convenio sempiterno se tornará en el fundamento sobre el cual se edifican la paz, la felicidad, la virtud, el amor y todas las demás verdades eternas de la vida, tanto en esta vida como en la venidera" (Heber J. Grant, "Beginning Life Together", *Improvement Era*, abril de 1936, págs. 198–199).

Testimonio de la maestra

Diga a las jóvenes que desea ver a cada una de ellas arrodillarse ante el altar del templo para ser sellada por esta vida y por la eternidad a un joven digno a fin de que puedan establecer de ese modo su reino eterno. Exprese su testimonio del carácter divino del matrimonio y de que el casamiento en el templo es el procedimiento del Señor y la única manera de lograr la felicidad eterna.

---

#### **Actividades que se sugieren**

En una actividad de entre semana, pida a una hermana que se haya casado en el templo que hable a las alumnas de su clase sobre el tema: "El comienzo de un reino". A continuación se mencionan algunas sugerencias para la presentación:

1. Mostrar fotografías de su familia.
2. Sus sentimientos referentes a la experiencia de haberse casado en el templo.
3. La influencia que el haberse casado en el templo ha ejercido en su matrimonio.
4. Las bendiciones de un matrimonio en el templo.
5. Algunos de los problemas que se presentan en el matrimonio.
6. Algunas experiencias espirituales.

---

**OBJETIVO** Que las alumnas aprendan a hacer de su diario personal un registro interesante y valioso de su vida.

---

**PREPARACIÓN**

1. Consiga hojas de papel y lápices para todos los miembros de la clase.
2. Lleve varios diarios de historia personal para mostrar.
3. Lleve diversos cuadernos que se podrían emplear para escribir un diario de la vida propia. Lleve también diversos tipos de lápices, bolígrafos, plumas fuentes y lapiceros.
4. Optativo: Prepare volantes de la forma en que se sugiere en la lección.
5. Dé a varias de las jóvenes la asignación de presentar los pasajes de las Escrituras, los relatos y las citas que usted desee.

---

**SUGERENCIAS PARA  
EL DESARROLLO  
DE LA LECCIÓN**

**Introducción**

Exhibición de diarios  
y actividad

Muestre los diarios de historia personal que haya llevado y distribuya entre las alumnas las hojas de papel y los lápices para que escriban algo sobre sus respectivos bautismos: la fecha en que se bautizaron, el lugar, quién las bautizó, qué sintieron con respecto a esa ordenanza, etc. (Limite esta actividad a unos pocos minutos.) Aun cuando es probable que muchas de las jóvenes no recuerden los pormenores del día de su bautismo, permita a aquellas que sí se acuerden que los expongan ante la clase.

- ¿Quisieran poder recordar más detalles de aquel importante día?

Explique que, a lo largo de nuestra vida, tenemos sentimientos y experiencias que pueden conservar firme nuestro testimonio e infundirnos valor en los momentos difíciles, pero que para recordarlos bien, es preciso ponerlos por escrito, ya que de no ser así, esas imágenes se vuelven borrosas en nuestra memoria con el paso del tiempo y pueden desvanecerse por completo. Un diario de nuestra historia personal es un cuaderno de apuntes en el cual escribimos las experiencias, los pensamientos, los sentimientos y los acontecimientos que tienen lugar en nuestra vida.

---

**Se nos ha aconsejado llevar un registro de nuestra vida**

Presentación  
sobre pasajes de  
las Escrituras

Explique que tanto los profetas de la antigüedad como los de la actualidad nos han aconsejado llevar un diario de la historia de nuestra vida.

En los tiempos de Moisés, el Señor enseñó a Su pueblo la importancia de escribir en un registro los acontecimientos importantes.

“Y la muerte ha venido sobre nuestros padres; no obstante, los conocemos . . .

“Porque hemos escrito un libro de memorias entre nosotros, de acuerdo con el modelo dado por el dedo de Dios; y se ha dado en nuestro propio idioma” (Moisés 6:45–46).

Alma explicó a su hijo Helamán que los anales, o sea, la historia escrita que tenían les ayudaba a recordar a Dios (véase Alma 37:8).

Indique a las jóvenes que busquen 3 Nefi 23:6–13. Explique que el hecho de que los nefitas no hubieran escrito algunas de las profecías que habían recibido preocupó al Salvador, pues contaba con que llevaran registros exactos y completos.

---

Citas y análisis	<p>El presidente Spencer W. Kimball nos ha exhortado diciendo: “Toda persona debe y <i>puede</i> llevar un registro de su vida para que la conozcan sus descendientes y brinde bendiciones y felicidad a la familia. Si alguno de vosotros no ha empezado a hacerlo todavía, ¿trataréis de hacerlo de ahora en adelante?” (“Continuemos avanzando y elevándonos”, <i>Liahona</i>, ago. de 1979, pág. 123).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Por qué nos ha dicho el presidente Kimball que si no estamos escribiendo un diario con la historia de nuestra vida “tratemos de hacerlo de ahora en adelante”?</li> </ul> <p>Una vez que las alumnas hayan expuesto sus opiniones, lea y analice la siguiente cita: “Aquellos que llevan un diario de su vida tienen mayores probabilidades de recordar al Señor en su diario vivir” (“Presidente Kimball Speaks Out on Personal Journals”, <i>New Era</i>, dic. de 1980, pág. 27).</p>
Volante o análisis en la pizarra	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Qué aspectos de su vida podrían incluir en su diario?</li> </ul> <p>Someta a análisis las sugerencias de cada una de las alumnas. Escríbalas en la pizarra o dé a las jóvenes volantes con sugerencias como las que se mencionan a continuación:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Acontecimientos importantes, impresiones y sentimientos personales.</li> <li>2. Consejos, promesas y bendiciones que hayamos recibido y las circunstancias que los hayan acompañado.</li> <li>3. Fechas de fallecimiento, de nacimiento, de casamiento, de bautismos y de investiduras.</li> <li>4. Triunfos y fracasos personales, así como nuestros problemas y el modo en que los hayamos enfrentado.</li> <li>5. Sucesos actuales tanto de la localidad, como del país y del mundo, que nos impresionen o que ejerzan alguna influencia en nuestra vida.</li> <li>6. Sucesos sencillos de la vida diaria.</li> </ol>

### **Podemos escoger la manera de escribir nuestro diario**

Presentación por la maestra	<p>Especifique que un diario es tan personal que cada cual puede determinar la forma en que lo va a escribir. Las sugerencias que hayan dado personas que han llevado un diario de la historia de su vida podrían resultarnos útiles para que el escribir nuestro diario sea una experiencia satisfactoria y fructífera.</p>
Análisis en la pizarra	<p>Haga un repaso de las sugerencias que se presentan a continuación; para ello, escríbalas en la pizarra o indique a las alumnas que las escriban en los volantes que ya les haya dado. Después dé ejemplos en la pizarra de algunas de las ideas y analice la razón por la cual nos pueden ser útiles.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Escribir la fecha de cada anotación; también es importante anotar el día de la semana y aun la hora.</li> <li>2. Numerar las páginas.</li> <li>3. Determinar un espacio de tiempo ya sea diaria o semanalmente para escribir el diario (quizá un domingo por la tarde).</li> <li>4. Conservar el diario al alcance de la mano o llevar unas hojas de papel en los viajes y a algunas reuniones especiales de la Iglesia.</li> <li>5. Al escribir sobre otras personas, anotar sus nombres de pila y su apellido.</li> </ol>
Presentación por la maestra	<p>Explique que es preciso emplear el talento inventivo para escribir el diario de nuestra vida a fin de que en él se reflejen nuestra personalidad y nuestros intereses. Una joven expuso el método de que se valía para hacer su diario interesante, lo cual se menciona a continuación:</p> <p>“Puse a mi diario el nombre de Lucy. Es como si fuera mi mejor amiga. Al principio, me costaba algún trabajo hablarle a una hoja de papel, pero ahora le hablo a Lucy, mi mejor amiga, y le cuento todo lo que me pasa” (Jeree Worthen, citado en Kathleen Lubeck, “A Journal Called Lucy”, <i>New Era</i>, nov. de 1981, pág. 40).</p>



### Nuestros diarios pueden ser interesantes y durables

Relato	Clarissa Young, una de las hijas de Brigham Young, escribió un diario muy detallado durante los años en que vivió en la casa de su padre en Salt Lake City (llamada “Beehive House” o <i>Casa de la Colmena</i> ). Clarissa asentó por escrito una detallada descripción de cada habitación de la casa, incluso el color de las paredes, los tipos de muebles que usaban y los objetos que se colocaban en las repisas todos los años. Aun incluyó un pedazo de la tela de las cortinas del salón grande, donde se realizaban todas las reuniones formales. En 1954, cuando la Iglesia comenzó la restauración de esa casa de Brigham Young, edificada cien años atrás, los datos del diario de Clarissa resultaron ser de un valor incalculable. Aun la muestra de la tela de las cortinas que ella guardó se mandó a una fábrica y sirvió para que las reprodujeran con exactitud.
Presentación por la maestra	Ponga de relieve el hecho de que nosotras también podemos hacer más interesantes nuestros diarios si guardamos en ellos dibujos, citas o poesías que complementen nuestro relato. Además del diario personal, muchas personas llevan también un álbum de recortes en los que conservan recortes de periódicos, boletines de la Iglesia, caricaturas, programas de baile, muestras de ropa y otras cosas que tienen valor para ellas.
Relato y análisis	Ponga en claro que para que un diario sea valioso también debe ser durable. Un maestro de órgano dio a una niña sabios consejos el día en que ésta llevó a la clase su nuevo libro de música. Tras hablar del precio, él dijo a la niña:  “Fuera de que los libros de música son costosos, su valor irá en aumento para ti a medida que los vayas estudiando y se vayan convirtiendo en parte de ti. Si los proteges con un buen forro, te durarán toda una vida; pero si no lo haces, al traerlos todas las semanas para recibir la lección, no tardarán en estropearse y deteriorarse por completo hasta no servir para nada.”  • ¿Cómo podemos aplicar ese consejo en lo que respecta al cuidado y conservación de un diario?
Exhibición y análisis	Muestre a las alumnas los diversos cuadernos que haya llevado; muéstreles también los lápices y los diversos bolígrafos y lapiceros. Someta a discusión de la clase los méritos y las limitaciones de los diferentes cuadernos, así como de los lápices, bolígrafos y lapiceros. Especifique que para que un cuaderno sirva de diario no tiene que ser costoso, sólo debe ser durable. Recalque que los bolígrafos y las plumas fuentes de tinta permanente son de mayor utilidad que un lápiz común para escribir un diario. Pida a las jóvenes que piensen en las formas de hacer sus diarios más durables.

### Conclusión

Presentación por la maestra	Ponga en claro que el diario que se prepare con esmero puede constituir un verdadero tesoro para muchas generaciones futuras. Escribir en él regularmente lo hará un libro de valor incalculable. Por lo demás, el llevar un diario de nuestra vida nos brindará el sentimiento de paz que se experimenta cuando se obedecen los mandamientos del Señor.
-----------------------------	--

### Aplicación de la lección

Inste a las jóvenes a escoger un cuaderno o carpeta y a comenzar a poner en práctica su método personal de llevar el diario de su vida. Encomiéndeles que se esmeren en hacer sus diarios interesantes y duraderos.

### Actividades que se sugieren

1. Realice una noche de actividades con la clase en la que pueda demostrar con mayores detalles los métodos tratados en esta lección para llevar un diario.
2. Sugiera a las alumnas que hablen a los miembros de sus respectivas familias de las sugerencias escritas en los volantes.

# Cómo llevar registros de historia familiar

---

OBJETIVO	Que todas las alumnas aprendan la manera de llevar los registros importantes de su familia.
----------	---

---

PREPARACIÓN	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Lleve a la clase un cuadro genealógico completo de usted, de ser posible, un cuadro genealógico con fotografías y un registro de grupo familiar completo. Prepárese para hablar brevemente de varios de sus antepasados. Lleve también un lápiz, un cuadro genealógico en blanco y un registro de grupo familiar en blanco para cada una de las alumnas. Si no le fuera posible conseguir dichos formularios, saque copias de los que se encuentran al final de la lección.</li><li>2. Confeccione una cadena de papel; para ello, corte por lo menos unas siete tiras de papel de aproximadamente quince centímetros de largo por unos dos y medio de ancho. Empléelos a modo de eslabones, pegando cada uno en forma de anillo con grapas, cinta adhesiva o pegamento, formando así una cadena. Haga de un color determinado los eslabones que representen a generaciones pasadas, de otro color los que representen a las generaciones futuras, y un eslabón en el medio de un tercer color que represente a cada una de las alumnas. De ser posible, ponga la fotografía de una de las jóvenes en el eslabón del medio.</li><li>3. Escriba en un cartel o en la pizarra: “. . . la tierra será herida con una maldición, a menos que entre los padres y los hijos exista un eslabón conexivo de alguna clase” (D. y C. 128:18).</li><li>4. Dé a uno de los miembros de la clase la asignación de narrar una historia muy breve de alguno de sus antepasados.</li><li>5. Dé a las jóvenes la asignación de presentar los pasajes de las Escrituras, los relatos y las citas que usted desee.</li></ol>
-------------	--

---

Nota a la maestra	<p>Averigüe qué medios tienen a su alcance las jóvenes de su clase para recopilar una historia familiar, como por ejemplo, información de datos genealógicos y de organizaciones familiares. En esta lección, las alumnas deben tener muchas oportunidades de mostrar lo que tengan y de hacer diversas cosas. Asegúrese de dejar un margen de tiempo para que la clase complete la sección de actividad.</p> <p>Prepárese para impartir esta lección asegurándose de entender bien cómo llenar un cuadro genealógico y un registro de grupo familiar. Sería prudente que pidiera al consultor de historia familiar del barrio o a otra persona que tenga experiencia en el trabajo de genealogía que le ayudaran a enseñar esta lección.</p>
-------------------	---

---

## SUGERENCIAS PARA EL DESARROLLO DE LA LECCIÓN

### Introducción

Muestre la cadena de papel y explique que cada eslabón representa una generación de la línea familiar. Cuando hablamos de nuestros antepasados, nos referimos a aquellos que vivieron en épocas pasadas y, a los de las generaciones futuras, los llamamos nuestra posteridad.

- ¿A quién representa el eslabón que está en el medio?

Explique que el eslabón de en medio representa a alguien que vive actualmente en la tierra y que ayuda a unir las generaciones del pasado con las del futuro por medio de las obras de historia familiar y del templo.

---

### Tú puedes ser el eslabón que una a tu familia pasada y futura

Lección práctica

Despegue un eslabón de modo que la cadena quede separada.

- ¿Qué sucede si no se llevan a cabo las ordenanzas del templo por aquellos a quienes estos eslabones representan? Diga a las jóvenes que hoy aprenderán cómo pueden ayudar a unir las generaciones.

Cuadro genealógico

Muestre el cuadro genealógico lleno para ilustrar el hecho de que las jóvenes efectivamente tienen muchos eslabones que las unen a las generaciones pasadas.

- ¿Cuántos abuelos tenemos? ¿Cuántos bisabuelos? Explique que el número aumenta el doble con cada generación de antepasados.

Análisis

Haga notar que del mismo modo que buscamos el ejemplo y la sabiduría de nuestros padres, abuelos, etc., nuestros descendientes se interesarán en nosotras y en los registros que llevemos.

- ¿Qué registros o documentos tienen ustedes que contengan información de interés vital para sus descendientes o posteridad?

Recalque la importancia de llevar registros exactos y de conservar los documentos importantes ahora, en el presente.

Explique que llevamos registros y hacemos investigación genealógica sobre nuestros antepasados con el objeto de enviar sus nombres al templo para que allí se lleve a cabo la obra del templo por ellos. Recalque que nuestros antepasados podrán escoger entre aceptar el evangelio o no hacerlo, pero que a nosotros nos corresponde brindarles la oportunidad de hacer esa elección.

Cita

Lea la referencia que se menciona a continuación con respecto a la importancia y el propósito de esta obra:

“El profeta José Smith enseñó que seremos salvadores en el monte de Sión. Debemos unirnos, construir templos, averiguar los datos de nuestros antepasados muertos y llevar a cabo toda ordenanza esencial para ellos. Esta obra nos une eternamente unos a otros y a nuestros antepasados y nos exalta en unidades familiares. El profeta José Smith dijo:

“ ‘ . . . es menester que una unión entera, completa y perfecta, así como un encadenamiento de dispensaciones . . . se realicen . . . desde los días de Adán hasta el tiempo presente’ ” (D. y C. 128:18) (véase A. Theodore Tuttle, “Los lazos eternos que nos unen”, *Liahona*, jul. de 1980, pág. 63).

---

### Los registros de la familia comienzan con el cuadro genealógico y el registro de grupo familiar

Análisis del cuadro genealógico

Dé a cada una de las alumnas una copia del cuadro genealógico, pero no les dé los lápices todavía; resérvelos para más tarde. Explique que el cuadro es una gráfica de antepasados, que empieza con una persona. Pida a las jóvenes que busquen en el cuadro genealógico el espacio en el cual escribiría cada cual su nombre.

Haga notar que a partir del nombre que correspondería a cada una de ellas, se indica cada generación en un plano diferente, y que cada especie de recuadro representa a un matrimonio. Pida a las alumnas que busquen en el cuadro los lugares donde deben escribir los nombres de sus padres. Si ha llevado un cuadro genealógico suyo, muéstrelo a las alumnas.

- ¿De qué datos de sus familiares se pueden enterar gracias a la información que se registra en un cuadro genealógico?

En forma breve, hable de varios de sus propios antepasados usando los datos anotados en el cuadro genealógico que haya llevado.

Señale nuevamente el cuadro genealógico.

- ¿En qué lugar del cuadro genealógico se anotan los nombres de nuestros hermanos, tías y tíos?

Especifique que en el cuadro genealógico se registran *únicamente* nuestros antepasados directos, o sea, nuestros padres, abuelos, bisabuelos, tatarabuelos y así sucesivamente. En él no aparecen los demás hijos de los padres.

- ¿Dónde registramos los nombres de los otros hijos: nuestros hermanos, nuestros tíos y tías?

Exhibición	<p>Muestre a la clase el registro de grupo familiar lleno, ya sea uno de usted u otro que haya pedido prestado a otra persona. Explique que después que cada una escriba su propio nombre en la línea 1 del cuadro genealógico, también debe escribir su nombre como hija en la columna correspondiente a hijos en el registro de grupo familiar. Los nombres de los padres de cada una, que están en las líneas 2 y 3 del cuadro genealógico, se anotan en el registro de grupo familiar como esposo y esposa: los padres de la familia. Al retroceder una generación, los padres de cada una se anotan como hijos en dos registros de grupo familiar separados. Cada par de padres del cuadro genealógico se anota como esposo y esposa en un registro de grupo familiar.</p> <p>La información de estos dos registros se utiliza para hacer la obra del templo por los que hayan fallecido. Los consultores de historia familiar de barrio tienen más información sobre los procedimientos que se deben seguir para realizar dicha obra.</p>
Presentación por la maestra	<p>Mencione nuevamente la cadena de papel con el eslabón que representa a cada una de las alumnas. Haga hincapié en que cada jovencita tiene la responsabilidad de llenar los espacios en blanco que tenga tanto en su cuadro genealógico como en sus registros de grupo familiar. El Señor expuso claramente al profeta José Smith la importancia de que cada persona realice investigación genealógica, prepare registros y se encargue de que se lleve a cabo la obra del templo por sus propios antepasados. Dijo que el bautismo por los muertos era una ordenanza indispensable para todos los hijos de nuestro Padre: “Pues sin ellos nosotros no podemos perfeccionarnos, ni ellos pueden perfeccionarse sin nosotros” (D. y C. 128:18).</p>
Cartel y análisis	<p>Muestre el cartel con el pasaje de Doctrina y Convenios 128:18 y analicen el significado de dicho pasaje. Demuestre que el eslabón roto se puede unir a los demás y, para ello, proceda a pegarlo con grapas, cinta adhesiva, pegamento o “clips” para papel. En seguida, explique que el sellamiento en el templo une inseparablemente a padres e hijos para siempre por medio del poder del sacerdocio. Esa ordenanza del sellamiento se efectúa solamente en los templos, dado que es una ordenanza sumamente sagrada.</p>
Actividad de la clase	<p>Distribuya entre las alumnas los lápices y las copias de los registros de grupo familiar; pídale que llenen los espacios en blanco de sus respectivos cuadros genealógicos anotando en ellos todos los nombres que recuerden. En seguida, pídale que hagan lo mismo con los registros de grupo familiar, anotando allí los nombres de sus respectivos padres como esposo y esposa, y sus propios nombres y los de sus hermanos debajo del encabezamiento que dice hijos.</p>

### Conclusión

Presentación por un miembro de la clase	<p>Pida a la alumna designada que hable a la clase brevemente de uno de sus antepasados y, de ser posible, que indique en el cuadro genealógico el lugar que allí ocupa ese antepasado.</p>
---	---

### Aplicación de la lección

Indique a las alumnas que lleven a su casa ambas hojas y que verifiquen los datos que hayan anotado en ellas a fin de que queden registrados con exactitud. Pídale que llenen todos los espacios en blanco que puedan buscando nombres y fechas en los registros familiares que tengan a su alcance y que los lleven a la clase la semana que sigue. Esta lección debe lograr el objetivo de que cada una de las alumnas sienta el deseo de hacer una investigación más amplia de los datos que necesite para completar tanto su cuadro genealógico como su registro de grupo familiar. Sugiera que todas aprendan más sobre los principios básicos de la investigación genealógica y que averigüen cuántas de las ordenanzas del templo se han realizado por sus antepasados directos.

# Cuadro genealógico

Cuadro número \_\_\_\_\_

El número 1 de este cuadro es idéntico al número \_\_\_\_\_ del cuadro número \_\_\_\_\_.

Marque el recuadro de cada ordenanza que ya se haya efectuado por la persona.

- B Bautizado
- I Investido
- SP Sellado a padres
- SC Sellado al cónyuge
- R Existe el registro de grupo familiar de este matrimonio
- H Ordenanzas de los hijos

2

(Padre) <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> I <input type="checkbox"/> SP <input type="checkbox"/> SC <input type="checkbox"/> R <input type="checkbox"/> H
Cuándo nació
Dónde
Cuándo se casó
Dónde
Cuándo murió
Dónde

1

Nombre <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> I <input type="checkbox"/> SP <input type="checkbox"/> SC <input type="checkbox"/> R <input type="checkbox"/> H
Cuándo nació
Dónde
Cuándo se casó
Dónde
Cuándo murió
Dónde
<hr style="border: none; border-top: 1px solid black;"/>
(Cónyuge) <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> I <input type="checkbox"/> SP <input type="checkbox"/> SC

3

(Madre) <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> I <input type="checkbox"/> SP <input type="checkbox"/> SC
Cuándo nació
Dónde
Cuándo murió
Dónde

Su nombre y dirección	
Numero de teléfono	Fecha en que se preparó

4

(Padre del N° 2) <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> I <input type="checkbox"/> SP <input type="checkbox"/> SC <input type="checkbox"/> R <input type="checkbox"/> H
Cuándo nació
Dónde
Cuándo se casó
Dónde
Cuándo murió
Dónde

5

(Madre del N° 2) <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> I <input type="checkbox"/> SP <input type="checkbox"/> SC
Cuándo nació
Dónde
Cuándo murió
Dónde

6

(Padre del N° 3) <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> I <input type="checkbox"/> SP <input type="checkbox"/> SC <input type="checkbox"/> R <input type="checkbox"/> H
Cuándo nació
Dónde
Cuándo se casó
Dónde
Cuándo murió
Dónde

7

(Madre del N° 3) <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> I <input type="checkbox"/> SP <input type="checkbox"/> SC
Cuándo nació
Dónde
Cuándo murió
Dónde

8

(Padre del N° 4) <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> I <input type="checkbox"/> SP <input type="checkbox"/> SC <input type="checkbox"/> R <input type="checkbox"/> H	Cont. en el cuadro
Cuándo nació	N° _____
Dónde	
Cuándo se casó	
Cuándo murió	
Dónde	

9

(Madre del N° 4) <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> I <input type="checkbox"/> SP <input type="checkbox"/> SC	Cont. en el cuadro
Cuándo nació	N° _____
Dónde	
Cuándo murió	
Dónde	

10

(Padre del N° 5) <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> I <input type="checkbox"/> SP <input type="checkbox"/> SC <input type="checkbox"/> R <input type="checkbox"/> H	Cont. en el cuadro
Cuándo nació	N° _____
Dónde	
Cuándo se casó	
Cuándo murió	
Dónde	

11

(Madre del N° 5) <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> I <input type="checkbox"/> SP <input type="checkbox"/> SC	Cont. en el cuadro
Cuándo nació	N° _____
Dónde	
Cuándo murió	
Dónde	

12

(Padre del N° 6) <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> I <input type="checkbox"/> SP <input type="checkbox"/> SC <input type="checkbox"/> R <input type="checkbox"/> H	Cont. en el cuadro
Cuándo nació	N° _____
Dónde	
Cuándo se casó	
Cuándo murió	
Dónde	

13

(Madre del N° 6) <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> I <input type="checkbox"/> SP <input type="checkbox"/> SC	Cont. en el cuadro
Cuándo nació	N° _____
Dónde	
Cuándo murió	
Dónde	

14

(Padre del N° 7) <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> I <input type="checkbox"/> SP <input type="checkbox"/> SC <input type="checkbox"/> R <input type="checkbox"/> H	Cont. en el cuadro
Cuándo nació	N° _____
Dónde	
Cuándo se casó	
Cuándo murió	
Dónde	

15

(Madre del N° 7) <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> I <input type="checkbox"/> SP <input type="checkbox"/> SC	Cont. en el cuadro
Cuándo nació	N° _____
Dónde	
Cuándo murió	
Dónde	

# Registro de grupo familiar

<b>Esposo</b> Nombre de pila		Apellidos		<input type="checkbox"/> Vea "Otros matrimonios"	
Fecha de nac. (día, mes, año)	Lugar			Fechas de las ordenanzas SUD	Templo
F. de baut. (en otra iglesia)	Lugar			Bautismo	
Fecha de defunción	Lugar			Investidura	
Fecha de entierro	Lugar			Sellado a los padres	
F. de matrimonio	Lugar			Sellado a la esposa	
Padre del esposo Nombre de pila		Apellidos		<input type="checkbox"/> Fallecido	
Madre del esposo Nombre de pila		Apellidos de soltera		<input type="checkbox"/> Fallecida	
<b>Esposa</b> Nombre de pila		Apellidos de soltera		<input type="checkbox"/> Vea "Otros matrimonios"	
Fecha de nac. (día, mes, año)	Lugar			Fechas de las ordenanzas SUD	Templo
F. de baut. (en otra iglesia)	Lugar			Bautismo	
Fecha de defunción	Lugar			Investidura	
Fecha de entierro	Lugar			Sellada a los padres	
Padre de la esposa Nombre de pila		Apellidos		<input type="checkbox"/> Fallecido	
Madre de la esposa Nombre de pila		Apellidos de soltera		<input type="checkbox"/> Fallecida	
<b>Hijos</b> Anótese cada hijo (vivo o muerto) por orden de nacimiento.				Fechas de las ordenanzas SUD	Templo
<b>1</b>	Sexo	Nombre de pila	Apellidos		<input type="checkbox"/> Vea "Otros matrimonios"
		Fecha de nac. (día, mes, año)	Lugar	Bautismo	
		F. de baut. (en otra iglesia)	Lugar	Investidura	
		Fecha de defunción	Lugar	Sellado(a) a los padres	
		Cónyuge Nombre de pila		Apellidos	
		F. de matrimonio	Lugar	Sellado(a) al cónyuge	
<b>2</b>	Sexo	Nombre de pila	Apellidos		<input type="checkbox"/> Vea "Otros matrimonios"
		Fecha de nac. (día, mes, año)	Lugar	Bautismo	
		F. de baut. (en otra iglesia)	Lugar	Investidura	
		Fecha de defunción	Lugar	Sellado(a) a los padres	
		Cónyuge Nombre de pila		Apellidos	
		F. de matrimonio	Lugar	Sellado(a) al cónyuge	
<b>3</b>	Sexo	Nombre de pila	Apellidos		<input type="checkbox"/> Vea "Otros matrimonios"
		Fecha de nac. (día, mes, año)	Lugar	Bautismo	
		F. de baut. (en otra iglesia)	Lugar	Investidura	
		Fecha de defunción	Lugar	Sellado(a) a los padres	
		Cónyuge Nombre de pila		Apellidos	
		F. de matrimonio	Lugar	Sellado(a) al cónyuge	
Marque el recuadro de una de las siguientes opciones (se aplica a todos los nombres que se envíen en este formulario): <input type="checkbox"/> <b>Opción 1—Archivo Familiar</b> Envíen todos los nombres a mi archivo familiar al Templo de _____ <input type="checkbox"/> <b>Opción 2—Archivo del Templo</b> Envíen todos los nombres a cualquier templo y asignen a los representantes vicarios para efectuar todas las ordenanzas aprobadas. <input type="checkbox"/> <b>Opción 3—Ancestral File<sup>MR</sup></b> Envíen todos los nombres al Ancestral File (Archivo de Antepasados) computarizado. (Se debe adjuntar un cuadro genealógico o el formulario requerido.) No se hará ninguna ordenanza.			Su nombre Dirección Teléfono Fecha en que se preparó este formulario		

---

**OBJETIVO** Que todas las jóvenes procuren establecer un legado de tradiciones o costumbres rectas.

---

**PREPARACIÓN** Dé a diversas alumnas la asignación de presentar los pasajes de las Escrituras, los relatos y las citas que usted desee.

---

**SUGERENCIAS PARA EL DESARROLLO DE LA LECCIÓN**

**Hagamos una distinción entre las buenas tradiciones y las del mundo**

Presentación por la maestra

Pida a las alumnas que piensen en alguna actividad que hayan realizado repetidamente con su familia en los años de la infancia y que quizá todavía realicen. Entre las actividades que se mencionen, se podrían contar los paseos familiares, libros que se leyeron en voz alta, las celebraciones de cumpleaños y de festividades, regalos hechos a mano que se hubieran recibido y conservado con aprecio, atenciones especiales recibidas de mamá o de papá. Recalque que a esas actividades que se realizan reiteradamente se les llama tradiciones familiares. A aquellas cosas que hacemos repetidamente y que nos acercan más a Dios al mismo tiempo que estrechan aún más los vínculos familiares se les llama tradiciones justas.

Ponga en claro que existen tradiciones mundanas que pueden desviarnos del camino recto, en tanto que las tradiciones que concuerdan con el Evangelio de Cristo pueden ejercer una enorme influencia para guiar a los miembros de la familia a la verdad y a la rectitud. Explique que casi todas las personas tienen buenas y malas tradiciones, que uno de los aspectos importantes del madurar es el aprender a distinguir la diferencia entre ellas y establecer cuáles tradiciones o costumbres deseamos continuar practicando y qué otras nuevas queremos comenzar a practicar.

---

**Para establecer tradiciones rectas, es preciso adquirir buenos hábitos y alcanzar metas que valgan la pena**

Presentación por la maestra

Aclare que los buenos hábitos o las tradiciones familiares pueden llegar a constituir la base de las tradiciones rectas en la familia que formaremos en lo futuro. Tenemos que establecer metas que valgan la pena, adquirir buenos hábitos y estar alerta a las situaciones de las cuales podemos valernos para establecer tradiciones rectas.

Análisis en la pizarra

• ¿Qué hábitos personales practican ustedes, o podrían empezar a practicar, que puedan convertirse en tradiciones o costumbres rectas tanto para ustedes individualmente, como para la familia que cada una formará en lo futuro?

Escriba en la pizarra las respuestas de las alumnas y analicen las formas en que cada uno de los hábitos que hayan mencionado puede convertirse en una tradición recta en el presente y en su futura familia. Por ejemplo:

1. La joven que todos los días ofrece sus *oraciones personales* hará naturalmente que la oración familiar sea parte de las actividades diarias de su familia.
2. La joven que fielmente *concorre a las reuniones de la Iglesia* querrá en lo futuro llevar con ella a la Iglesia a todos los miembros de su familia.
3. La joven que fielmente *lleva un diario de la historia de su vida* tendrá en él un recordatorio de las experiencias y de los acontecimientos felices que podrían llegar a convertirse en tradiciones familiares.
4. La joven que *lee las Escrituras* todos los días probablemente continuará con la misma práctica después que se case e instará a los miembros de su familia a hacer lo mismo.

Presentación por la maestra	<p>5. La joven que de buena voluntad <i>toma parte en el estudio del evangelio</i> tanto los domingos como en las noches de hogar querrá establecer esa misma tradición en su propio hogar.</p> <p>Ponga de relieve el hecho de que aun ahora, en el presente, las jóvenes pueden fijarse metas en su vida cotidiana encaminadas a la formación de hábitos que practicarán a través de los años, los cuales se convertirán en tradiciones familiares.</p>
Relato y análisis	<p>Narre el relato que aparece a continuación de la forma en que el presidente Spencer W. Kimball estableció una tradición recta cuando era joven:</p> <p>Cuando el presidente Spencer W. Kimball tenía quince años de edad, oyó hablar en una conferencia de estaca a una hermana que preguntó a los concurrentes cuántos de ellos habían leído la Biblia desde el principio hasta el final. Sólo cinco o seis personas levantaron la mano, por lo que la oradora instó a los de la congregación a comenzar a leerla. “Terminada la reunión, Spencer caminó hasta su casa, tomó la Biblia de la familia, subió la escalera hasta su cuarto en el ático, encendió la lámpara de petróleo y comenzó por Génesis. Noche tras noche, Spencer se abría paso por entre las páginas, a la luz incierta de la lámpara de petróleo en el ático todavía sin terminar donde dormía . . . En algunas partes Spencer sólo entendía a medias lo que leía, pero había decidido seguir leyendo. Poco importaba si algunas partes eran largas y aburridas, él seguía adelante. Estaba seguro de que éste era un proyecto que valía la pena. Por lo menos, tendría una idea de lo que contenía la Biblia. Así siguió leyendo por casi un año hasta que pudo cerrar el libro con gran orgullo. La experiencia robusteció su confianza en sí mismo. Había aprendido que podía contar con sus propias resoluciones” (Edward L. Kimball y Andrew E. Kimball, hijo, <i>Spencer W. Kimball</i>, APAK Publishing Co., 1979, pág. 62).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Cómo estableció el presidente Kimball una tradición justa en su vida? ¿Qué influencia habrá ejercido eso en sus hijos y nietos?</li> </ul> <p>Que las alumnas mencionen más hábitos y metas con los cuales se puedan establecer tradiciones justas o pida a los miembros de la clase que narren los relatos que aparecen a continuación y expliquen por qué consideran que los ejemplos que en ellos se dan podrían dar principio a tradiciones justas.</p>
Relatos	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Marta es una madre joven que en los años de su adolescencia resolvió que deseaba que los hijos que tuviera algún día conocieran la bendición de dar. Todos los años, para Navidad, ella y su familia buscan una familia necesitada y determinan qué les regalarán, lo cual hacen con gran interés y amor.</li> <li>2. El padre de Josefina estableció la tradición de llevar un canasto de frutas, una caja de pan casero y bizcochos o una comida a cada una de las viudas de su barrio por lo menos una vez al año. Ahora, que ya es adulta, Josefina recuerda con ternura esa tradición y dice: “Mi padre ya ha muerto, y las viudas del barrio todavía ocupan un lugar especial en mi corazón. Con mi propia familia, he continuado esa tradición establecida por mi padre, lo cual ponemos en práctica no sólo para Navidad, sino periódicamente a lo largo del año”.</li> <li>3. La familia Martínez escoge todos los años un pasaje de las Escrituras como lema. Este año han escogido Doctrina y Convenios 90:24. Cuando alguno de los miembros de la familia necesita animarse espiritualmente, el mensaje de ese versículo le brinda aliento.</li> <li>4. Todas las personas, no importa qué edad tengan, pueden hacer una lista de metas para el Año Nuevo. Una familia lo hace todos los años el día primero de enero; el padre anota las metas que nombra cada miembro de la familia y lee las que cada uno ha hecho el año anterior. Entonces hacen una evaluación para ver si han alcanzado las metas fijadas.</li> <li>5. La hermana Camilla Kimball ha contado lo siguiente: “En la víspera de la Navidad realizamos una reunión familiar especial. Yo tengo el gusto de leer el relato del nacimiento de Cristo que se encuentra en Lucas, y luego los miembros de nuestra familia, incluyendo a los nietos, hacen una dramatización del relato. A los niños les encanta representar los diversos papeles. En la Navidad pasada, mi esposo se puso un atuendo que trajimos de Palestina y representó a José, y yo me vestí con el traje típico de la mujer judía, que también trajimos de Jerusalén, y representé a María. No me cabe duda de que nuestros nietos y bisnietos recordarán por mucho tiempo la historia que representaron esa vez del nacimiento del Señor” (en <i>Conference Report de la Conferencia de Área de Dinamarca, Finlandia, Noruega y Suecia, 1974, pág. 58</i>).</li> </ol>



Presentación por la maestra Ponga en claro que las tradiciones se pueden empezar tanto porque se desee establecerlas como por casualidad, pero que la mayoría de las veces les dan principio nuestros hábitos y nuestras metas.

---

### **Las tradiciones rectas son tesoros que influyen tanto en nosotras como en nuestra posteridad**

Presentación por la maestra Indique que las tradiciones o costumbres familiares nos dan una seguridad especial, un sentimiento de que formamos parte de una unidad perdurable en la cual se nos acepta; son cosas que esperamos con ansias y con las cuales podemos contar. Dichas tradiciones o costumbres nos dan recuerdos felices que influyen no sólo en nosotras sino también en nuestros descendientes puesto que podemos dar a nuestros hijos experiencias que ellos recordarán con la misma alegría con que nosotras recordamos las nuestras. A lo largo de la historia del Libro de Mormón, los profetas exhortaron a los del pueblo a creer en las tradiciones rectas que habían enseñado sus padres. Las enseñanzas del rey Benjamín llegaron a formar parte de las tradiciones rectas de su pueblo.

Análisis de un pasaje de las Escrituras Indique a los jóvenes que lean Mosíah 26:1–4. Analice con la clase lo que sucedió a la generación joven que no comprendía las tradiciones de sus padres ni creía en ellas. Vuelva a leer el versículo 4 y analice de qué modo la forma en que procedieron los incrédulos afectó a las generaciones que siguieron.

Cita Explique que seguir las tradiciones familiares requiere voluntad y esfuerzo. Lea la advertencia que hizo una hermana, la cual fue Presidenta General de la Sociedad de Socorro: “Las tradiciones familiares son sagradas. Sin embargo, no importa cuán arraigadas estén, ni cuán atesoradas y apreciadas sean, no son indestructibles. Muchas veces el egoísmo, una palabra grosera o una circunstancia adversa pueden causar el derrumbe total de ellas aun al punto de que nunca más vuelvan a practicarse ni a recuperarse. Por consiguiente, nuestra mira no se limita sólo a edificar sino también a conservar” (Belle S. Spafford, *Women in Today's World*, Salt Lake City: Deseret Book Co., 1971, pág. 232).

- ¿Cuáles son algunas de las tradiciones de sus respectivas familias que quieran seguir en los años venideros?
  - ¿Por qué son importantes para ustedes estas tradiciones?
- 

### **Conclusión**

Cita Lea lo siguiente:

“La prueba que enfrentamos todos, la prueba que hemos venido a pasar en esta tierra es la de escoger entre el bien y el mal. En el medio social en que vivimos, existen muchas tradiciones que nos conducen al pecado, pero también hay otras que nos guían a proceder con rectitud. Si optamos por seguir las tradiciones justas y si permitimos que éstas ejerzan influencia en nuestras vidas, podremos ser fortalecidos en nuestra fe y en nuestra capacidad de percibir la inspiración del Espíritu; pero si nos sometemos a la mala influencia de tradiciones inicuas, será más difícil que el Espíritu encuentre cabida en nuestro corazón” (James T. Duke, “The Traditions of Their Fathers”, *Ensign*, nov. de 1972, pág. 41).

---

### **Aplicación de la lección**

Sugiera a las alumnas que se fijen una meta o se formen un hábito que pueda llegar a ser una tradición o costumbre en la familia que formen en el futuro.

*Comencemos a participar  
en la obra misiona*

---

**OBJETIVO** Que cada una de las jóvenes se prepare para enseñar el evangelio a otras personas.

---

**PREPARACIÓN**

1. Optativo: Dé a parejas de alumnas la asignación de representar los papeles que aparecen al principio de la lección.
2. Dé a diversas alumnas la asignación de presentar los pasajes de las Escrituras, los relatos y las citas que usted desee.

---

**SUGERENCIAS PARA  
EL DESARROLLO  
DE LA LECCIÓN**

**Introducción**

**Representación**

Escoja dos o tres de las situaciones que se mencionan a continuación (u otras si lo prefiere) para ilustrar las conversaciones sobre el evangelio que se podrían suscitar. En todos los casos, una de las jóvenes debe actuar como la persona que no es miembro de la Iglesia, la cual hace la pregunta, y la otra debe desempeñar el papel del miembro de la Iglesia que contesta la pregunta. No deben tomar más de uno o dos minutos para cada conversación. Pida al resto de las alumnas que hagan comentarios sobre cada situación.

1. "Me resulta difícil creer en la historia de José Smith. ¿Cómo puede usted creer en ella?"
2. "¿Qué diferencia hay entre el casamiento en el templo y un casamiento en cualquier otro lugar?"
3. "¿Qué es lo que ustedes quieren decir al afirmar que su Iglesia es la única Iglesia verdadera?"
4. "¿Qué tiene de malo una taza de café o un cigarrillo?"
5. "¿Qué importa si se hacen compras el domingo?"

Al terminar la representación, explique que esas situaciones características demuestran la necesidad de que todos nos preparemos con *conocimiento, técnicas de enseñanza y testimonio*.

---

**Para enseñar el evangelio a otras personas, debemos esforzarnos por aumentar nuestro conocimiento**

**Cita**

Indique que un ex presidente del Centro de Capacitación Misional [de Provo, Utah, EE.UU.] ha hecho hincapié en la necesidad que tenemos de prepararnos con *conocimiento* del evangelio de la manera que se refiere a continuación:

"Es indispensable que seamos estudiantes en todo el sentido de la palabra y los estudiantes más aplicados. En lugar de limitarnos solamente a concurrir a las clases de religión, ya sea que éstas se enseñen en universidades, en institutos o seminarios, en quórumes del sacerdocio, en noches de hogar o en la Escuela Dominical, debemos estudiar lo que allí aprendamos con mayor ahínco que cualquier otra cosa. El tema merece que le dediquemos los mayores esfuerzos intelectuales y espirituales que podamos desplegar, pues si nosotros, que pertenecemos a esta Iglesia, no llegamos a ser diestros en el aprendizaje del Evangelio de Jesucristo, ¿quién lo hará? Si los élderes de Israel no se convierten en teólogos estudiosos, ¿quién lo hará? Si ustedes, las que son madres, y si ustedes, las futuras madres, no aprenden el evangelio de un modo satisfactorio para enseñarlo a sus hijos, ¿quién lo hará? Y ustedes, los misioneros, si no aprenden el mensaje que el Señor desea que enseñen, ¿quién lo hará?"

“Muchos llegan a descubrir dolorosamente la visible y manifiesta verdad de que ¡es imposible enseñar eficazmente lo que no se sabe!” (Véase de Joe J. Christensen, “El aprender incumbe a todos”, *Liahona*, ene. de 1982, pág. 18.)

Mencione nuevamente las situaciones representadas al comienzo de la lección.

- ¿Cuántas de ustedes consideran tener conocimiento suficiente para contestar esas preguntas dado el caso de que alguien se las hiciera?

Especifique que podremos ayudar a otras personas de un modo más eficaz si podemos contestar sus preguntas inteligentemente y con precisión.

Análisis en la pizarra

- ¿Cómo podemos aumentar nuestro conocimiento del evangelio?

Anote en la pizarra las sugerencias de las alumnas. Entre esas sugerencias, se podrían mencionar el estudiar las Escrituras; tomar clases de seminario; leer la revista *Liahona*; escuchar con atención y aprender en las reuniones sacramentales, así como en las clases de la Escuela Dominical y de las Mujeres Jóvenes, lo mismo que en las noches de hogar.

Análisis de un pasaje de las Escrituras

Explique que las Escrituras constituyen una de las fuentes principales del conocimiento del evangelio y que debemos asegurarnos de estudiarlas todos los días; son la fuente más correcta de un conocimiento sólido de principios verdaderos.

Indique a las alumnas que busquen en sus respectivas Biblias 2 Timoteo 3:15–17.

- Según ese pasaje, ¿qué pueden hacer las Escrituras por nosotros? (Si las estudiamos, podemos aprender la doctrina y a ser personas dignas y prudentes.)

Análisis

Pida a las jóvenes que expresen sus opiniones con respecto a las maneras de estudiar las Escrituras en forma regular. Entre ellas, podrían mencionar el apartar una cierta hora todos los días para leerlas, el tener sus propios ejemplares de los libros canónicos y el marcar los pasajes que estimen importantes para ellas. Dígalas que pueden encontrar más información en la *Guía para el estudio de las Escrituras* que se encuentra al final de la nueva edición del Libro de Mormón y de la combinación triple de los libros canónicos. Inste una vez más a las alumnas a estudiar las Escrituras todos los días.

Pasaje de las Escrituras

Indique a las jóvenes que busquen Doctrina y Convenios 11:21 y que marquen ese pasaje en sus libros. Pida a una de ellas que lo lea en voz alta para recalcar el concepto de que para poder enseñar, primero tenemos que aprender.

---

### Podemos adquirir destrezas que nos sirvan para enseñar el evangelio

Presentación por la maestra

Explique que además de obtener conocimiento, nos hace falta adquirir destrezas o, dicho en otras palabras, aprender técnicas de enseñanza para dar a conocer el evangelio de un modo más eficaz.

Las destrezas y técnicas de que podemos valernos son muchas, pero en esta lección trataremos sólo cuatro: adquirir confianza, aprender otros idiomas, desarrollar talentos y cultivar buenos modales.

Anote las destrezas en la pizarra una a la vez. Para tratarlas, emplee las definiciones que se dan en seguida. Pida a las alumnas que analicen (1) de qué manera cada destreza puede servirles para enseñar el evangelio y (2) cómo podrían adquirir cada una de dichas destrezas.

1. *El adquirir confianza.* Explique que podría resultarnos difícil hablar con otras personas sobre el evangelio si sentimos temor. Podríamos tener temor de no saber enseñar el evangelio, temor de ofender o temor de que las personas piensen que somos arrogantes.

Relatos

Especifique que podemos aprovechar las maneras naturales de comenzar una conversación sobre el evangelio. Los miembros de una familia descubrieron que era entretenido buscar todos los días diversas maneras de hablar del evangelio con sus amigos, de hecho, todo lo que hacen es ponerse alerta a las oportunidades que se les presenten de un modo natural. Al estar constantemente a la espera de dichas oportunidades, teniendo para ello siempre abiertos los ojos, los oídos y el corazón, pueden enseñar el evangelio a sus amigos sin obligar a nadie (véase George D. Durrant, “Háblenos de su religión”, *Liahona*, nov. de 1977, pág. 34).

Algunos estudiantes se valen de sus asignaciones escolares para dar a conocer la Iglesia y los principios del evangelio a otras personas. Una joven estudiante, al tener que hacer una composición escrita y dar una disertación sobre la historia de los Estados Unidos, decidió hacerla sobre la migración de los Santos de los Últimos Días hacia el oeste. Muy pocos de sus compañeros sabían algo de los mormones y la disertación oral le dio la oportunidad de hablar detenidamente acerca de la Iglesia. Otra jovencita que tenía una asignación para una clase de ciencia resolvió preparar un informe sobre los efectos nocivos del tabaco, para la cual llevó un corazón de ternero para disecar en la clase. Un amigo suyo que era estudiante de medicina le había enseñado cómo hacer la disección. Con esa demostración gráfica sobre la Palabra de Sabiduría se sacó una buena calificación (véase Dee V. Jacobs, “¿Es fácil ser misionero!”, *Liahona*, jun. de 1981, págs. 29–31).

2. *El aprender otro idioma.* El mandamiento de llevar el evangelio a todo el mundo (véase D. y C. 90:11) supone la necesidad de aprender las lenguas de los pueblos que no han oído el evangelio. No importa qué idioma aprendamos, como se explica en la referencia que aparece a continuación.

Cita

“Es valioso aprender *cualquier* otra lengua aparte de la materna . . . Después, el aprender un tercer idioma nos resultará mucho más fácil, dado que ya habremos aprendido conceptos y estructuras de pensamiento con los que la persona que habla solamente su lengua materna tiene que lidiar.” (Steven L. Taylor, “To Every Man in His Own Tongue”, *New Era*, sept. de 1978, pág. 49).

Los líderes de la Iglesia siempre han exhortado a los miembros a estudiar otros idiomas. El hacerlo no sólo nos proporciona cierta facultad de dominio de esa lengua a la vez que mejora el uso de nuestro idioma materno, sino que también nos hace adquirir mayor conciencia de otros pueblos y otras costumbres e idiosincrasias. El aprender de otros pueblos, así como el aprender otros idiomas nos ayuda a comprender y a amar a todos los seres humanos.

3. *El desarrollar talentos.* Cada una de nosotras tiene talentos especiales. Se nos han dado esos talentos para embellecer y hacer más feliz tanto nuestra propia vida como la de otras personas. El compartir nuestros talentos puede ser una manera de dar a conocer el mensaje del evangelio.

Citas

A Merrell Jenson, miembro de la Iglesia y músico, le preguntaron: “¿Cómo emplea la música cuando tiene oportunidades de hacer obra misional?”

El contestó: “Cuando recibí mi bendición patriarcal, tenía quince años; en ella se me dijo que la música me permitiría abrir puertas que no podrían abrirse de ninguna otra manera y que yo tendría una gran influencia en el mundo por medio del ejercicio del arte musical. Los sucesos que comenzaron a verificarse en mi vida pocos años después hicieron más claro el significado de esas palabras. Fui llamado a una misión a Noruega y mientras me encontraba en ese país, participé en un grupo musical durante ocho meses. Hace ya 11 años que volví de Noruega, y los miembros de allí todavía me cuentan tanto de jóvenes que van a la misión por la influencia que produjo en ellos nuestro grupo musical como de otros miembros de la Iglesia que se embarcaron en la obra misional después de presenciar nuestras presentaciones . . .

“Después de la misión . . . y por medio de mi profesión musical, he podido presentar el evangelio a productores, a músicos y a otras personas del campo de la música. Suelo regalar un Libro de Mormón con una fotografía de mi familia y con mi testimonio escrito en la primera página al director de orquesta con el cual esté trabajando y también a las personas que conozco en los aviones cuando viajo” (“Music Man”, *New Era*, ago. de 1980, pág. 43).

Hay quienes cantan bien o saben tocar un instrumento musical; otros son buenos para los deportes o pueden trabajar bien con las manos. Sean cuales fueren nuestros talentos, debemos usarlos para que sean una bendición tanto en nuestra vida como en la de otras personas.

“Posiblemente ustedes tengan algo para dar que sea tan sencillo como el amor, la dedicación o el deseo de trabajar con ahínco, o cualquier otra cosa que falte en la vida de otro individuo. Hagan la prueba; compártanlo; se sorprenderán de saber cuánto pueden servir a los demás” (véase H. Burke Peterson, “El propósito de vuestra vida”, *Liahona*, jun. de 1980, pág. 33).

4. *El cultivar los buenos modales*. Explique que todos los días representamos no sólo a nuestra familia, sino también a nuestra Iglesia y al Señor.

Cita

“Indudablemente, el modo de caminar de una persona, sus modales, su actitud, su modo de vestir, en suma, todo su ser, constituyen una evidencia concreta de cómo es su alma. No podrá ocultarla. Por lo tanto, enséñele que esas cosas revelan su espíritu y ponen de manifiesto lo que en realidad es” (S. Dilworth Young, en Conference Report, abril de 1972, pág. 83; *Ensign*, jul. de 1972, pág. 77).

Ponga de relieve el hecho de que los buenos modales producen una buena impresión del mismo modo que los malos modales producen una impresión desagradable. Ciertamente, los buenos modales se pueden aprender, y debemos esforzarnos por adquirirlos mientras somos jóvenes. Para que podamos prepararnos del modo más eficaz para enseñar el evangelio, debemos saber cómo vestirnos, comer con modales, hablar correctamente y actuar en la debida forma con las personas de todas las edades. La buena impresión que podamos causar en las personas puede ser un paso importante que nos encamine para hablarles del evangelio.

### Para enseñar el evangelio con eficacia, debemos adquirir un testimonio firme

Análisis de pasajes de las Escrituras

Recalque que un firme *testimonio* personal puede constituir un método fácil y poderoso de llegar al corazón de las personas. Explique que en la época de Alma, la gente de la Iglesia se había vuelto muy inicua. Alma se preocupó en tal forma por ellos que dimitió su cargo de juez superior y entregó el asiento judicial a otro para dedicarse por entero a dar su testimonio al pueblo, pues estimó que ésa era la única manera de poder persuadirlos a arrepentirse y comenzar a servir nuevamente al Señor.

Indique a las alumnas que busquen en sus respectivos libros Alma 4:19–20. Explique que muchas personas se arrepintieron y comenzaron a vivir con rectitud por motivo del testimonio de Alma (véase Alma 4–6).

- ¿Qué preparación personal tuvo que llevar a cabo Alma para poder dar al pueblo un testimonio tan poderoso?
- ¿Qué tenemos que hacer para llegar a tener un testimonio firme? (Estudiar el evangelio, vivir con rectitud, arrepentirnos, orar y escuchar con atención el testimonio de otras personas.)
- ¿Qué efecto puede producir nuestro testimonio en otras personas?

Pida a las alumnas que expongan cualquier experiencia que hayan tenido de expresar su testimonio o de haber recibido la influencia del testimonio de alguna otra persona.

Citas

Lea las referencias que se exponen a continuación acerca de conversos a la Iglesia en los cuales influyó el testimonio de un miembro:

Un señor conoció en un aeropuerto a una dama miembro de la Iglesia y entabló conversación con ella. “La conversación nos llevó al tema de la religión y ella me dio testimonio de las bendiciones que recibió su familia al unirse a La Iglesia de Jesucristo de los Santos de los Últimos Días. En la oportunidad en que conversamos, yo no estaba verdaderamente interesado en su Iglesia, pero ella plantó la semilla y, cuando un tiempo después conocí a los misioneros, yo estaba preparado”.

Otro converso escribió de una conversación que tuvo con un miembro de la Iglesia que era vecino de su tío: “Me habló de cosas maravillosas que yo nunca antes había oído acerca de Dios y de lo que el Señor había hecho por él, así como de la magnífica influencia que producía la Iglesia en todos los aspectos de su vida. Me dijo que José Smith fue Profeta [de Dios] y que nuestro Padre Celestial vive y desempeña una función muy importante en su vida. De un modo que no podría describir, me llenó el alma de un sentimiento muy agradable y cálido que me hizo saber sin lugar a dudas que lo que me había dicho era cierto” (Santiago Ofianda y Karen Lowe, según lo citó Jay A. Parry en “Converts Tell . . . What Brought Me In”, *Ensign*, feb. de 1978, pág. 41).

Recalque que es preciso que todos expresemos frecuentemente nuestro testimonio a otras personas, especialmente a nuestros familiares y a nuestros vecinos, para ser fortalecidos.

---

### **Aplicación de la lección**

Indique a las alumnas que escojan una o más de las ideas que se sugieren en seguida para que las lleven a cabo individualmente o a nivel de clase:

1. Proyecte un plan de estudio regular de las Escrituras y comience a ponerlo en práctica. Describa su plan de estudio ante la clase en la próxima reunión.
2. Hable con sus padres con respecto a la posibilidad de estudiar otro idioma. Averigüe en el plantel educativo donde esté cursando sus estudios si podría tomar un curso de otro idioma.
3. A nivel de grupo, impartan una clase sobre buenos modales.
4. Exprese su testimonio en la próxima reunión de testimonio o en otra ocasión adecuada.

**OBJETIVO** Que todas las alumnas tomen la firme resolución de cumplir con el mandamiento de dar a conocer el evangelio a otras personas.

- PREPARACIÓN**
1. Lámina 12, Alma bautizando en las Aguas de Mormón (62332); lámina 13, una mujer prestando el juramento de rigor en calidad de testigo en la sala de un tribunal. Ambas láminas se encuentran al final del manual.
  2. Si opta por emplear la situación imaginaria para representar, prepare dos rótulos que digan *Miembro de la Iglesia* y otros dos que digan *Amiga*. Escriba además las instrucciones en cuatro hojas de papel separadas para quienes participen en las representaciones.
  3. Si gusta, pida a un converso a la Iglesia que hable de que dar a conocer el evangelio es una demostración de amor al prójimo. (Si ningún miembro la pudiera ayudar, pídale al líder misional de su barrio.) La persona que hable podría tratar los siguientes puntos:
    - a. Cómo le demostró amor el miembro de la Iglesia o el misionero que le enseñó el evangelio.
    - b. El efecto que el evangelio ha producido en su vida.
    - c. Por qué es importante que todo miembro de la Iglesia sea testigo de Cristo por medio de la obra misional.
  4. Dé a diversas alumnas la asignación de presentar los pasajes de las Escrituras, los relatos y las citas que usted desee.

**SUGERENCIAS PARA EL DESARROLLO DE LA LECCIÓN**

Análisis de una lámina

**Cada miembro de la Iglesia está bajo convenio de ser testigo de Cristo**

Enseñe la lámina de una mujer prestando el juramento de rigor en calidad de testigo en la sala de un tribunal.

- ¿Qué está a punto de hacer la persona que está prestando juramento?
- ¿Qué clase de información dan los testigos en un juicio?
- ¿Por qué el testimonio que da un testigo sirve para establecer la verdad?

Pizarra

Escriba en la pizarra: “Ser testigos”

Ilustración y análisis

Explique que el profeta Alma enseñó el evangelio a los de su época; dado que muchos de los que le escucharon aceptaron sus palabras, Alma les enseñó el convenio del bautismo.

Enseñe la lámina de los del pueblo de Alma en las Aguas de Mormón y pida a una de las alumnas que lea Mosíah 18:8–9.

- ¿Qué quiere decir “ser testigos de Dios en todo tiempo, y en todas las cosas y en todo lugar”?

Pida a otra de las jóvenes que lea Mosíah 18:10.

- Según las palabras de Alma, ¿qué prometieron ustedes hacer cuando se bautizaron?

Presentación por la maestra

Explique que todas las personas que son bautizadas entran en el convenio de servir a nuestro Padre Celestial y de guardar Sus mandamientos, lo cual incluye, como lo fue para los del pueblo de Alma, el ser testigos de Dios en todo tiempo y en todo lugar.

Análisis

- ¿De qué manera podemos ser testigos de Dios? (Dando un buen ejemplo, hablando a las personas acerca de la Iglesia.)



---

## El ejemplo y la preparación de una jovencita aumenta sus oportunidades de llevar a cabo la obra misional

Análisis de un pasaje de las Escrituras

Ponga de relieve que una de las mejores formas en que una jovencita puede testificar de Dios y dar a conocer el evangelio es por medio de su ejemplo. En la epístola o carta que el apóstol Pablo escribió a un joven llamado Timoteo, le decía que fuese un ejemplo para los demás.

Lea 1 Timoteo 4:12.

- Según lo que dice en ese versículo, ¿de qué manera podemos ser un ejemplo de los que creen en Jesucristo? ¿De qué otras maneras que no se mencionan en este versículo podemos también ser ejemplos?
- ¿Por qué consideran que el buen ejemplo de ustedes podrá brindarles oportunidades de dar a conocer el evangelio?

Tras un breve análisis de esa pregunta, narre el relato que aparece a continuación:

Relato

Una jovencita miembro de la Iglesia, estudiante de la escuela secundaria, fue escogida directora de una obra de teatro escolar. Por motivo de esa responsabilidad, ella y una amiga, que también era miembro de la Iglesia, pasaron muchas horas con el profesor de teatro. Un día, éste le preguntó: “Susana, ¿por qué son usted y Laura tan diferentes de los demás?” La joven le explicó un poco acerca de la Iglesia y le preguntó si les gustaría que los misioneros los visitaran a él y a su familia. El profesor consintió y sucedió que él y su familia escucharon a los misioneros, obtuvieron un testimonio de la veracidad del evangelio y fueron bautizados. Cuatro años después, ese hombre fue llamado por el Señor a servir como obispo de su barrio.

Análisis

- ¿En qué sentido fueron Susana y Laura testigos de la veracidad del evangelio?
- ¿Han tenido ustedes alguna vez la oportunidad de compartir el evangelio con otros gracias a su ejemplo?

Permita a las alumnas exponer sus propias experiencias.

Cita

“Los miembros de la Iglesia en todo el mundo deben tener siempre presente que el evangelio se ha de predicar y enseñar por el ejemplo y no sólo por la palabra. La vida de todos los miembros de la Iglesia debe ser un ejemplo radiante del Evangelio de Jesucristo en acción” (William H. Bennett, Conference Report, abril de 1972, pág. 92; *Ensign*, jul. de 1972, pág. 82).

Explique que, aparte del ejemplo, hay otras maneras de dar a conocer el evangelio.

Relatos y análisis

Un verano, Marina asistió a un seminario de música con otros jóvenes de diversas partes del país. Dado que pensó que probablemente se le presentaría la oportunidad de hablar del evangelio y de ser testigo de nuestro Padre Celestial, puso tres ejemplares del Libro de Mormón en su maleta para regalarlos a las personas que conociera. Como lo esperaba, efectivamente tuvo la oportunidad de decir a otras personas que era miembro de La Iglesia de Jesucristo de los Santos de los Últimos Días y pudo regalarles ejemplares del Libro de Mormón. Entonces sucedió que las personas que conoció le hicieron preguntas. Ella sabía que el evangelio es verdadero; pudo darles su testimonio, pero no pudo contestar a muchas preguntas; no pudo darles razones de la fe que tenía.

Lean 1 Pedro 3:15.

- Según Pedro, ¿para hacer qué cosas debíamos estar preparados?
- ¿De qué manera hubiera podido prepararse mejor Marina para contestar a las preguntas que le hicieron con respecto al evangelio?

Pida a las alumnas que escuchen con atención el relato que usted les leerá a continuación de la forma en que otra jovencita se preparó para dar a conocer el evangelio.

“Yo sentía temor, pero no quería que nadie lo supiera. Cuando los demás contaban de cómo hablaban del evangelio con sus amigos, me parecía sencillo, pero cuando yo intentaba hacerlo, me parecía algo muy difícil . . .

“Todos sabían que yo soy miembro de la Iglesia porque no tomo té ni café, y ciertamente tengo un testimonio de la veracidad del evangelio; sin embargo, no podía expresarlo . . .

“Entonces tomé la resolución de pedir ayuda a alguien. Había observado que el hermano Clarke y el obispo Baker siempre estaban deseosos de predicar el evangelio, por lo que decidí preguntarles cómo lo hacían.

“El hermano Clarke, que es conocido como buen maestro de Doctrina del Evangelio, me dijo enfáticamente: ‘¡Estudia!, pues ésa es la clave para ser buen misionero’. Me di cuenta de que si no podía explicarme el evangelio a mí misma, naturalmente, tampoco podría explicarlo a los demás. Para resolver el problema, me dediqué de lleno a estudiar las Escrituras y otros libros de la Iglesia. También examiné las creencias de otras religiones y procuré comprender las necesidades de las personas que me rodeaban . . .

“Por último, consulté al obispo Baker, quien me dijo:

“ ‘Sí, hubo un tiempo en que yo también sentía temor. Dejaba a un lado mis responsabilidades misionales porque temía escoger un momento que no fuera oportuno y no saber expresarme bien. La única respuesta que encontré a mi problema fue la oración. Comprendí entonces que tenía que estar constantemente en armonía con el Espíritu para darme cuenta de si el momento para presentar el evangelio era propicio y de si las palabras con que me expresaba eran las apropiadas. Desde entonces, muy pocas han sido las ocasiones en que me he sentido inspirado a no hablar de religión’.

“Después de haber hablado con algunos miembros de firme espíritu misional, el resto quedaba en mis manos.

“ . . . comencé a estudiar las Escrituras todos los días y me volví más consciente de las necesidades de las personas que me rodeaban. En mis momentos de meditación, me repetía incesantemente: *Sí, puedo hacerlo . . . puedo hacerlo . . .* Y oraba” (Linda Archibald, “Are You Afraid to Ask?”, *Ensign*, oct. de 1975, pág. 54).

- ¿De qué manera se preparó esa joven para dar a conocer el evangelio?
- ¿De qué otras maneras pueden prepararse ustedes para hablar del evangelio a otras personas?

Inste a las alumnas a contar las experiencias que hayan tenido de hablar a otras personas del evangelio. A continuación, haga participar a las alumnas en la representación de las situaciones imaginarias.

Representación  
(optativa)

Llame a dos de las alumnas a participar en la representación. Dé a cada una un rótulo que identifique el papel que va a representar y una hoja de papel con las instrucciones de lo que debe hacer.

*Miembro de la Iglesia 1:* Mientras tú y tu amiga que no es miembro de la Iglesia están estudiando juntas, tu amiga dice que cree que las iglesias y la religión no tienen ningún valor. Dile que tú sabes que algunas personas piensan como ella, pero que tienes un sentimiento muy especial con respecto al evangelio y a la Iglesia, de lo cual te gustaría hablarle. Podrías hablarle de las respuestas que hayas recibido a tus oraciones, de José Smith y la organización de la Iglesia o de programas de la Iglesia, como el de la noche de hogar, que te hayan servido de ayuda a ti y a tu familia. Acepte tu amiga o no lo que le digas, sigue tratándola con afecto y comprensión.

*Amiga 1:* No perteneces a ninguna iglesia. Mientras estás estudiando con tu amiga, que es miembro de La Iglesia de Jesucristo de los Santos de los Últimos Días, dile que crees que las iglesias y la religión no tienen ningún valor. Escucha lo que te diga con atención, hazle preguntas, pero no cambies de opinión.

Deje a las alumnas representar la situación durante uno o dos minutos. Deténgalas cuando la conversación comience a decaer. Analice con los miembros de la clase la situación representada.

Pida a las jóvenes que expongan sus ideas en cuanto a lo que debemos estar preparadas para explicar sobre la Iglesia y a cómo podríamos interesar en la Iglesia a las personas que no son miembros de ella.

Análisis	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Qué debemos hacer si la persona no parece interesarse en nuestras creencias? (Seguir tratándola con afecto y con respeto. No sentir temor de hablarle otra vez del evangelio.)</li> </ul>
Representación (optativa)	<p>Llame a otras dos alumnas a representar una situación imaginaria diferente de la anterior. Dé a cada una un rótulo y hoja con las instrucciones correspondientes.</p> <p><i>Miembro de la Iglesia 2:</i> Estás conversando con una amiga que no es miembro de la Iglesia. Lleva la conversación al tema de la religión y pregúntale si le interesaría saber más de la Iglesia.</p> <p><i>Amiga 2:</i> Estás conversando con tu amiga Santo de los Últimos Días. Contesta a las preguntas que te haga. Tienes curiosidad por saber de la Iglesia Mormona, pero sientes temor de mencionar el tema. Dile que te ha impresionado su manera de vivir y que tienes curiosidad de saber en qué se basan sus creencias.</p> <p>Después de un minuto o dos, detenga la representación y someta la situación representada a discusión de la clase.</p>
Análisis	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Por qué fue importante que la joven miembro de la Iglesia hiciera algo más que dar un ejemplo?</li> </ul>
Orador invitado (optativo)	<p>Presente el orador invitado a las alumnas. Dele unos cinco minutos para hablar de que el dar a conocer el evangelio es una demostración de amor al prójimo.</p>

### **Aplicación de la lección**

Sugiera a las alumnas que escojan para la semana entrante una de las sugerencias que aparecen a continuación:

1. Orar pidiendo que se les presente la oportunidad de hablar del evangelio.
2. Planear una actividad, a nivel de clase, a la cual puedan invitar a una persona amiga que no sea miembro de la Iglesia.
3. Expresar su testimonio a una persona amiga o a un familiar.
4. Regalar un ejemplar del Libro de Mormón a una persona amiga que no sea miembro de la Iglesia.

---

**OBJETIVO** Lograr que cada señorita sepa lo que puede hacer para animar y apoyar a los jóvenes que se encuentren cumpliendo una misión.

---

**PREPARACIÓN**

1. Optativo: Escriba cada una de las siete preguntas que se encuentran en la segunda sección de la lección en una hoja de papel. Colóquelas en sobres individuales. Después, ponga los sobres en una maleta de correos. Ésta puede ser un sobre grande o una bolsa de lona en la cual haya pegado un rótulo que diga “Correo”.
2. Pida a varias de las jovencitas que presenten los pasajes de las Escrituras, los relatos o las citas que usted haya seleccionado.

**Nota para la maestra** Esta lección se aplica a los amigos y miembros de la familia que sean misioneros en otras partes. Las actividades y sugerencias que se dan no son muy apropiadas para los que sirven en su propia región.

---

### Los misioneros tienen muchas oportunidades y también desafíos

**Presentación por la maestra**

Pida a las señoritas que se imaginen que están a 3.000 kilómetros de su hogar, viviendo en una ciudad que jamás han visitado. La familia y los amigos quedaron donde vivían. Las personas a su alrededor hablan otro idioma que ustedes apenas están aprendiendo para poder comunicarse con ellas. El apartamento donde viven es pequeño y muy diferente de la casa en la cual vivían. Los alimentos de ese país tienen sabor diferente de los que ustedes están acostumbradas. Están viviendo con una persona que hace un mes no conocían. Todas las personas con las cuales ahora ustedes se asocian son desconocidas. Además, son conscientes de que están solas y deben cuidar de sí mismas. Tienen que usar el dinero sabiamente ya que están viviendo bajo un presupuesto y deben hacerse cargo de todos sus gastos.

Están encargadas de preparar sus propios alimentos, cuidar su ropa, remendar y limpiar el lugar donde viven. Están muy ocupadas todos los días. Su objetivo principal es interesar a personas extrañas a saber de La Iglesia de Jesucristo de los Santos de los Últimos Días. Algunas de las personas con quienes hablan son groseras y mal educadas; no desean escuchar el mensaje y algunas veces les cierran la puerta en las narices. Hay otras que sí aceptan el mensaje y llegan a ser sus amigos a medida que les van enseñando. El conocimiento que tienen del evangelio aumenta aceleradamente, más que en ningún otro tiempo de su vida. Están estudiando por lo menos dos horas diarias y el resto del día lo pasan en la obra proselitista. Estudian y se aprenden de memoria pasajes de las Escrituras y las lecciones de los misioneros. Se están convirtiendo en peritos en asuntos espirituales, ya que es necesario que estén preparadas para contestar muchas preguntas que la gente siempre tiene. Oran para que el Espíritu del Señor esté con ustedes durante el día a fin de que puedan llevar a cabo su obra eficazmente.

**Análisis en la pizarra**

- ¿Cuáles son las responsabilidades que tiene un misionero?

Apunte en la pizarra las respuestas de las alumnas.

**Presentación por la maestra**

Explique que los ex misioneros dicen que la obra misional es difícil. Pero cuando un misionero está completamente dedicado a la obra, su tiempo en la misión es uno de los períodos más felices de su vida. Un misionero debe ser diligente, tener una gran determinación y estar dispuesto a sacrificar sus propios deseos por la obra del Señor. Debe concentrarse y estudiar diligentemente.

Una jovencita que esté al tanto de las responsabilidades de un misionero puede ser una influencia muy positiva en su vida.

**Análisis**

- ¿Cómo pueden ayudar a un misionero a enfrentarse con los problemas que tendrá?

---

## Las cartas pueden ser un apoyo y un estímulo para los misioneros

Cita

Mencione que las cartas hacen saber al misionero que su familia y sus amigos están pensando en él.

El élder Gordon B. Hinckley dijo:

“Compadezco al misionero que no las reciba [cartas] regularmente. En general, es suficiente con una carta por semana. Por otra parte, demasiada correspondencia puede ser contraproducente para la moral del misionero. Para ser eficaz en su labor, ha tenido que alejarse de su casa; por lo tanto, la clase de cartas que reciba afectará en gran manera su trabajo o sus sentimientos. Cartas que describan los problemas del hogar, que detallen las dificultades, dañan la moral del joven. Las personas comprensivas se aseguran de comunicar sus sentimientos positivos: cuán orgullosos se sienten de tenerlo en el campo de la misión, y cómo los está bendiciendo el Señor por causa de su trabajo en el ministerio. Éstas son las cartas que traen bendiciones a la vida del misionero” (véase Gordon B. Hinckley, “Una entrevista con el élder Gordon B. Hinckley sobre la obra misional”, *Liahona*, enero de 1974, pág. 11).

Muestre el sobre o la bolsa donde colocó los siete sobres pequeños que contienen las preguntas que se dan en la siguiente encuesta.

Encuesta

Explique que a un grupo de misioneros recién relevados de misiones de todas partes del mundo se les pidió que hablaran sobre la correspondencia que recibieron mientras estaban en la misión. Las respuestas más frecuentes se anotan a continuación. Pida a cada una de las jovencitas que saque uno de los sobres y lea la pregunta a la clase. Permita que el resto de las alumnas mencionen cómo creen ellas que respondieron los misioneros. Después que ellas hayan dado sus sugerencias, lea y analice con ellas las respuestas que aquí se dan y que no mencionaron las alumnas.

1. *Pregunta:* Cuando estuvieron en el campo de la misión, ¿de quiénes les gustaba recibir cartas?

*Respuesta:* De mis padres.

De amigos muy conocidos.

Parientes.

2. *Pregunta:* En las cartas que recibían de su familia, ¿qué era lo que les gustaba saber?

*Respuestas:* Noticias de la familia.

Noticias de aquellos que yo conocía que también estaban en el campo de la misión.

Información sobre la Iglesia y las actividades del barrio.

Preguntas serias o comentarios del evangelio y otros asuntos espirituales.

Preguntas sobre la obra misional, los contactos que hacía y las condiciones de vida.

Información sobre las actividades escolares y los logros de mis amigos y miembros de la familia.

3. *Pregunta:* ¿Qué clase de cartas fueron las que más les sirvieron de ayuda?

*Respuestas:* Las que elevaron mi espíritu.

Aquellas en las cuales se mencionaban las experiencias de otros y la manera en que su testimonio había crecido.

Cartas sobre el evangelio y experiencias espirituales.

Cartas alegres e informativas sobre lo que pasaba en casa.

4. *Pregunta:* ¿Cuáles fueron las cartas que encontró deprimentes y que no fueron bienvenidas?

*Respuestas:* Comentarios negativos, especialmente relacionados con el evangelio.

Chismes.

Cartas escritas cuando las personas estaban deprimidas.

Correspondencia en la que se mencionaba cuán pronto se iba a terminar mi misión.

Noticias sobre problemas en el país o en el hogar.

Las que me decían de todo lo que estaba perdiendo por no estar en casa.

5. *Pregunta:* ¿Cuán a menudo debe escribir un amigo no muy cercano?

*Respuesta:* Durante la Navidad y el cumpleaños.

Cada dos o tres meses.

6. *Pregunta:* ¿Qué clase de cartas que escribieron los novios o las novias no fueron muy bienvenidas?

*Respuestas:* Cartas donde hablaban de citas con otros jóvenes.

Aquellas en que hablaban sólo de fiestas o actividades.

Cartas donde daban por terminado el noviazgo.

Correspondencia demasiado romántica.

7. *Pregunta:* Si la novia o el novio ya no siente lo mismo que antes, ¿qué creen que deberían hacer?

*Respuestas:* Ser sinceros acerca de sus sentimientos.

Hablar acerca de las dudas que tengan tan pronto como éstas aparezcan.

Presentación por la maestra

Haga hincapié en que las cartas de la familia pueden ser una influencia muy positiva en la vida de cada misionero, pero no se espera que los misioneros contesten todas las cartas que reciban. Se les insta a que escriban a la familia y al presidente de misión una vez por semana. Los misioneros se mantienen muy ocupados; por lo tanto, escribirán cartas a otras personas sólo de vez en cuando.

Análisis

Si el tiempo lo permite, deje que las jóvenes hablen de lo que pueden hacer para animar a sus amigos que están en el campo misional.

### Conclusión

Presentación por la maestra

Recalque que las cartas son una parte importantísima de la vida de un misionero. Cartas positivas pueden ayudarle a gozar más de su trabajo. Recuerde a las presentes de ponerse en el lugar del misionero cuando estén escribiendo, y de mencionarles cosas que puedan ayudarlos. Pueden compartir nuevos conceptos que hayan aprendido a medida que estudien el evangelio y desarrollen su testimonio. Pueden decirle que ustedes están orando por él. El Señor las bendecirá cuando animen a un misionero por medio de sus cartas.

### Actividades que se sugieren

1. En el siguiente día festivo que tengan, escriban una carta, como clase, a cada uno de los misioneros de su unidad que estén en la misión. Éstas se pueden escribir como parte de una noche de actividad.
2. Sugíérales que se fijen la meta de escribir a un pariente o amigo que esté en la misión por lo menos una vez cada tres meses.



*Aumentemos nuestra espiritualidad*



OBJETIVO	Que cada una de las alumnas procure acercarse más a su Padre Celestial consultándolo en todas las cosas.
PREPARACIÓN	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Consiga hojas de papel y lápices para todas las alumnas.</li> <li>2. Dé a diversas alumnas la asignación de presentar los pasajes de las Escrituras, los relatos y las citas que usted desee.</li> </ol>
SUGERENCIAS PARA EL DESARROLLO DE LA LECCIÓN	<b>Toda joven puede consultar al Señor</b>
Relato	<p>Cuente este relato como ejemplo de una joven que consultó a Dios:</p> <p>“De niña vi muchas cosas tristes a mi alrededor por causa del alcohol. Mi familia no pertenecía a la Iglesia; en realidad, yo nunca había oído hablar siquiera de La Iglesia de Jesucristo de los Santos de los Últimos Días. Cuando tenía doce años, comencé a rogar todas las noches a mi Padre Celestial que me ayudara a encontrar a un compañero con el cual casarme que no fuera aficionado a las bebidas alcohólicas.</p> <p>“Años después, una vez que hube terminado mis estudios de enfermera, conseguí mi primera ocupación en un hospital pequeño de un pueblo lejano. Unas semanas después de mi llegada allí, llegó a trabajar al mismo hospital un médico joven. Desde el principio me pareció que había en él algo diferente. Una de las enfermeras hizo el comentario de que ese doctor no era un hombre como para interesarse en él porque era mormón. Yo le pregunté: ‘¿Quiénes son los mormones?’, a lo que ella me contestó que era un grupo religioso extraño y que sus integrantes no bebían té, ni café, ni alcohol, ni fumaban. Terminamos nuestro café y regresamos al trabajo. Ésa fue la última taza de café que bebí en mi vida. No veía la hora de averiguar más acerca de los mormones. El mensaje del evangelio fue para mí lo que había andado buscando durante toda mi vida. Al cabo de un mes, me bauticé y, tiempo después, el joven médico y yo nos casamos. Mis oraciones fueron efectivamente contestadas y mi vida adquirió un nuevo significado”.</p>
Análisis de un pasaje de las Escrituras	<p>Indique a las alumnas que lean Alma 37:37. Escriba en la parte superior de la pizarra: “Todas las jóvenes pueden consultar al Señor en todo”.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Qué quiere decir “consultar al Señor”? (Que debemos orar, estudiar, meditar y escuchar con toda nuestra mente y corazón.)</li> <li>• ¿Cómo consultó al Señor la joven del relato?</li> <li>• ¿Podrían decirme qué asuntos podríamos consultar al Señor? (Analice esto detalladamente. Ponga de relieve la necesidad de orar tanto por las pequeñas dificultades con que nos enfrentamos todos los días como por las decisiones trascendentales que debemos tomar en la vida.)</li> </ul>
Presentación por la maestra	<p>Explique que consultar al Señor es hablar con Él sobre los asuntos que nos incumben. Le hablamos de los deseos y de los sentimientos que albergamos en el alma, y esperamos Su respuesta. La mayoría de las veces andamos tan afanadas con nuestros quehaceres que oramos y nos levantamos de prisa antes de que haya habido tiempo de recibir respuesta. A veces la respuesta no llega de inmediato ni en la forma en que esperamos recibirla; otras veces, recibimos la respuesta, pero no la aceptamos porque no es la que esperábamos recibir.</p>

Análisis de un pasaje de las Escrituras	<p>Pida a las jovencitas que lean D. y C. 101:7–8.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Por qué demoró el Señor en contestar las oraciones de los santos cuando estaban angustiados?</li> <li>• ¿Por qué tiende la gente a orar más cuando tiene problemas?</li> <li>• Cuando les sucede algo agradable, ¿a quién se lo cuentan? ¿Creen que a nuestro Padre Celestial también le gustaría oír de esas cosas?</li> </ul>
Presentación por la maestra	<p>Enseñe que nuestros padres se alegran cuando les contamos lo que hacemos, cuando expresamos nuestro agradecimiento, les hablamos de nuestras satisfacciones y cuando les pedimos consejos para resolver nuestros problemas. Nuestro Padre Celestial también se deleita cuando nos dirigimos a Él y le pedimos consejos.</p>

**Es preciso que toda joven sepa cómo comunicarse con el Señor**

Actividad	<p>Reparta entre los miembros de la clase las hojas de papel y los lápices y pídale que escriban en la parte superior de la hoja: “Cómo orar y qué decir”.</p> <p>Ponga en claro que los líderes de la Iglesia nos han dado excelentes instrucciones referentes a cómo orar y por qué cosas debemos orar.</p> <p>Indique a las alumnas que anoten los conceptos importantes de las citas que les leerá en seguida. Después de leerlas, someta a análisis lo que hayan apuntado. Podría usted preparar preguntas con las cuales sacar a colación los puntos importantes de las citas.</p>
Citas y análisis	<p>El presidente Ezra Taft Benson ha sugerido algunas maneras de mejorar nuestra comunicación con nuestro Padre Celestial:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>“1. <i>Debemos orar frecuentemente.</i> Debemos hablar a solas con nuestro Padre Celestial por lo menos dos o tres veces al día: por la mañana, al mediodía y al atardecer, como lo indican las Escrituras (véase Alma 34:21). Por lo demás, se nos ha dicho que debemos orar siempre (véase 2 Nefi 32:9; D. y C. 88:126). Esto significa que debemos dejar que reboen nuestros corazones, entregados continuamente a orar a nuestro Padre Celestial (véase Alma 34:27).</li> <li>“2. <i>Debemos buscar un lugar adecuado donde podamos reflexionar y orar.</i> Se nos ha amonestado a orar en nuestros aposentos, en nuestros sitios secretos y en nuestros yermos (véase Alma 34:26). Es decir, que nada debe distraernos y que debemos orar en secreto (véase 3 Nefi 13:5–6).</li> <li>“3. <i>Debemos prepararnos para orar.</i> Si no tenemos ganas de orar, entonces debemos orar hasta que sintamos el deseo de hacerlo. Debemos ser humildes. (D. y C. 112:10.) Debemos orar pidiendo perdón y misericordia. (Alma 34:17–18.) Tenemos que perdonar a cualquier persona contra la cual sintamos algún rencor. (Marcos 11:25.) Es indispensable además que tengamos presente lo que nos dicen las Escrituras: que nuestras oraciones serán en vano si despreciamos al indigente y al desnudo, y si no visitamos al enfermo y al afligido, ni damos de nuestros bienes . . . (Alma 34:28.)</li> <li>“4. <i>Nuestras oraciones deben ser expresivas y oportunas.</i> No debemos emplear las mismas frases en todas las oraciones. Nos incomodaría si tuviéramos un amigo que todos los días nos dijera las mismas y pocas palabras, considerara la conversación como una labor rutinaria y no viera la hora de ponerle fin para encender el televisor y olvidarse de nosotros” (Ezra Taft Benson, “Improving Communications with Our Heavenly Father”, tomado de <i>Prayer</i>, Salt Lake City: Deseret Book Co., 1977, pág. 111).</li> </ol> <p>El presidente Spencer W. Kimball nos ha dado instrucciones sobre cuáles son las cosas por las que debemos orar: “Debemos expresar gozo y gratitud sincera por nuestras bendiciones pasadas. El Señor ha dicho: ‘Y habéis de dar gracias a Dios en el Espíritu por cualquier bendición con que seáis bendecidos’. (D. y C. 46:32.) Nos invade un maravilloso espíritu de certidumbre cuando expresamos gratitud sincera a nuestro Padre Celestial por nuestras bendiciones, por el evangelio, por el conocimiento que de Él tenemos y el privilegio de haberlo recibido, por todo lo que nuestros padres y demás personas hicieron por nosotros, por nuestras familias y amistades, por las oportunidades que se nos presentan, por nuestra mente y cuerpo y vida, por aquellas experiencias que</p>

nos ayudan a progresar en el curso de nuestra vida, por toda la ayuda de nuestro Padre, por Sus bondades y las oraciones contestadas.

“Podemos orar por nuestros líderes . . .

“La obra misional mundial debe ser objeto constante de nuestras oraciones. Oramos para que se abran las puertas de las naciones y puedan recibir el evangelio; oramos para que existan oportunidades y guía divina y así podremos compartir las gloriosas nuevas del evangelio con otros . . .

“Oramos por aquellos que se sienten frustrados, por los desequilibrados, por los enfermos y necesitados, por los pecadores. Oramos por aquel a quien consideramos un enemigo . . . ¿Quién puede tener enemigos si ora por los que lo rodean y hacia los cuales pueda tener malos sentimientos?

“Oramos para tener sabiduría, juicio y entendimiento. Oramos pidiendo protección cuando estamos en peligro y para tener fuerza en momentos de tentación. Recordamos a nuestros seres queridos y a nuestras amistades en oración. Pronunciamos oraciones espontáneas con palabras o con el pensamiento, en voz alta o en el más profundo silencio. Siempre tenemos una oración en nuestro corazón para lograr éxito en los quehaceres diarios que emprendemos. ¿Puede alguien hacer el mal cuando invaden su corazón y surgen de sus labios oraciones sinceras?

“Oramos por [nuestra familia y por nuestros] vecinos, por nuestras labores, nuestras decisiones, nuestras asignaciones eclesiásticas, nuestro testimonio, nuestros sentimientos, nuestras metas . . .

“Pero, ¿es la oración sólo una comunicación de nuestra parte? ¡No! . . . Al concluir nuestras oraciones, necesitamos escuchar intensamente, aun hasta el punto de tener que esperar varios minutos. Hemosorado suplicando consejo y ayuda, y ahora debemos tener calma y reconocer que Él es Dios (véase Salmos 46:10)” (véase “Orad siempre”, *Liahona*, mar. de 1982, págs. 3–5).

---

### **El Señor nos bendice de acuerdo con nuestras necesidades y no siempre de acuerdo con nuestros deseos**

Presentación por la maestra

Haga notar que aun cuando las oraciones son muchas veces contestadas exactamente como lo hemos pedido, a veces la respuesta es “no” o se manifiesta en formas que tal vez no podamos comprender.

Relato

Relate la historia verídica ocurrida a Barbara Perry, hija del élder L. Tom Perry, y narrada por ella misma:

“Un día recibí una llamada telefónica de larga distancia de mi hermano. Comprendí en seguida que algo andaba mal porque el tono de su voz era serio y mi hermano rara vez habla con tal seriedad. Me dijo que nuestra madre acababa de sufrir un ataque apoplético y que estaba en el hospital. El miedo que sentí fue enorme porque me encontraba muy lejos de casa. Lo único que pude hacer fue orar. Después de haber orado, sentí una gran tranquilidad y tuve la certeza de que todo saldría bien; pero pocos minutos después, recibí otra llamada; era mi padre que me comunicaba que mi madre había muerto. Al principio no podía creer que fuera cierto por motivo de que el sentimiento de seguridad de que todo saldría bien que yo había experimentado había sido tan patente. Después me di cuenta de que todo era como debía ser; mi madre había tolerado bastante bien el cáncer de que padecía desde hacía casi cuatro años —el tiempo suficiente para ver a mi padre llamado al Consejo de los Doce— pero en ese cuarto año, la enfermedad comenzó a causarle muchas dificultades. Murió tranquilamente treinta minutos después del ataque. Vivió una vida plena y bella. Cuando oré por ella, yo no sabía que era probable que muriera e ignoraba las dificultades que estaba pasando. De ese modo, mi oración fue contestada y, efectivamente, todo estaba bien”.

- ¿Qué bendiciones recibió esa joven gracias a su oración?
- ¿Por qué es una bendición que el Señor no siempre nos dé lo que le pedimos?

Pasaje de las Escrituras

Vuelva a leer en voz alta Alma 37:37.

---

**Conclusión**

Lea Doctrina y Convenios 88:63, 83, y reflexione en la maravillosa promesa que se hace en esos versículos.

Experiencias  
personales y  
testimonio

Pregunte a las alumnas si han recibido respuestas a oraciones de las cuales les gustaría hablar ante la clase. Ponga fin a la lección expresando su testimonio de la importancia de consultar al Señor regularmente y con sinceridad. Podría contar brevemente a la clase alguna experiencia que usted haya tenido con respecto a la oración. Asegure a las alumnas que nuestro Padre Celestial se interesa muchísimo en ellas y desea ayudarlas, pero que hay que acudir a Él.

---

**Aplicación de la lección**

Inste a las jóvenes a esforzarse con mayor ahínco por acercarse más a su Padre Celestial por medio de la oración.

**OBJETIVO**

Que todas las alumnas comprendan las bendiciones del ayuno.

**PREPARACIÓN**

1. Prepare copias suficientes para todas las alumnas de la lista de pasajes de las Escrituras que aparece en la introducción de esta lección, pero no incluya las respuestas que se encuentran entre paréntesis. Además, consiga lápices para todos los miembros de la clase.
2. Dé a diversas alumnas la asignación de presentar los pasajes de las Escrituras, los relatos y las citas que usted desee.

**SUGERENCIAS PARA EL DESARROLLO DE LA LECCIÓN****Introducción**

Ejercicios de pasajes de las Escrituras

Escriba en la pizarra lo siguiente: "El ayuno es \_\_\_\_\_."

Dé a cada una de las alumnas una copia de la lista de pasajes de las Escrituras que aparece a continuación y un lápiz. En las copias, no incluya las respuestas.

Lucas 2:37 (una forma de verdadera adoración).

Hechos 13:2–3 (para seleccionar oficiales de la Iglesia).

Omni 1:26 (para acercarnos más al Señor).

Mosíah 27:22–23 (para recibir bendiciones especiales).

Alma 5:46 (para llegar a tener un testimonio).

Alma 6:6 (para el bien de nuestros semejantes).

Alma 17:3 (para recibir revelación).

Alma 17:9 (para ayudar a los que no son miembros a aprender la verdad).

Helamán 3:35 (para recibir fortaleza y purificación espirituales).

Helamán 9:10 (para recibir ayuda en momentos difíciles).

Doctrina y Convenios 88:76 (un mandamiento de Dios).

Haga que las alumnas trabajen en parejas en la tarea de localizar las referencias de las Escrituras que se indican en la lista e indíqueles que escriban las respuestas de manera que puedan completar, con las diversas referencias, la parte correspondiente al espacio en blanco de la frase escrita en la pizarra: "El ayuno es \_\_\_\_\_". Después de unos cinco minutos, pida a las alumnas que lean en voz alta las razones por las cuales se ayuna.

**El ayunar en la debida forma nos brinda bendiciones****Análisis**

Analice con las alumnas las preguntas que aparecen a continuación a fin de hacerles comprender más claramente la debida forma de ayunar. Primeramente, permita a las jóvenes dar sus respuestas y, en seguida, hágalas leer la cita que sigue a la pregunta.

- ¿Qué es un ayuno?

El ayuno consiste en abstenerse de alimentos y bebidas durante dos comidas consecutivas, asistir a la reunión de ayuno y testimonios, y hacer un donativo generoso al obispo para el cuidado de los necesitados.

- ¿Cuál es el propósito de nuestro día de ayuno mensual?

“La mayoría de nosotros ayunamos porque somos miembros de la Iglesia y porque una de sus leyes es la del ayuno. Hablando en términos generales, hay tres propósitos para ayunar: el primero es el de aumentar la humildad y la espiritualidad de la persona que ayuna; el segundo es el de proporcionar ayuda a los necesitados con las ofrendas de ayuno, las cuales equivalen al valor de los alimentos que no se consumieron; el tercero es el del beneficio físico que recibe la persona” (Russell M. Nelson, “I Have a Question”, *Ensign*, abril de 1976, pág. 32).

- ¿Qué se considera una ofrenda de ayuno apropiada?

“Se entiende que la ofrenda generosa que se entrega al obispo representa el equivalente en dinero de por lo menos dos comidas. Esa donación liberal reservada para los pobres y dedicada a ellos ennoblece el alma y ayuda a la persona a adquirir caridad, uno de los atributos más nobles del carácter humano. (Véase 1 Corintios 13.)” (Nelson, “I Have a Question”, pág. 33).

Con respecto a la cantidad de dinero que damos por concepto de una ofrenda de ayuno, el presidente Kimball ha dicho: “Estimo que debemos ser muy generosos y dar, en vez de la cantidad que hayamos ahorrado por las dos comidas correspondientes al ayuno, quizás mucho, mucho más: diez veces más si nos encontramos en condiciones de hacerlo” (En Conference Report, abril de 1974, pág. 184).

- ¿Qué otro principio se relaciona siempre con el ayuno?

Un ayuno realizado en la debida forma siempre empieza y termina con oración. Un ayuno sin oración equivale sencillamente a pasar unas horas sin consumir alimento.

- Aparte del día regularmente designado para ayunar, ¿en qué otras ocasiones se debe ayunar?

Podemos ayunar cuando sentimos la necesidad de una ayuda especial o mayor fortaleza para llevar a cabo una tarea, resolver un problema o recibir alguna bendición especial. El ayunar y orar nos ayuda a desarrollar mayor humildad y fe.

Nota a la maestra

Si percibiera la necesidad de hacerlo, podría hacer leer, en esta parte de la lección, la referencia que sigue:

“El inconveniente del ayuno excesivo está claramente explicado en el *Boletín del Sacerdocio* de jun. de 1972, en donde dice: ‘Se nos ha informado que algunos practican ayunos algo extensos. No es conveniente hacer tal cosa. Si hay algún asunto especial por el cual se deba ayunar, el ayunar durante un día y entonces acudir al Señor con humildad para pedirle Sus bendiciones debe ser suficiente’. Y Joseph F. Smith sabiamente aconsejó: ‘Muchos padecen debilidades, hay otros cuya salud es delicada, otras tienen niños de pecho; a éstos no se les requeriría ayunar. Tampoco deben los padres obligar a los niños pequeños a que ayunen’ (*Doctrina del Evangelio*, pág. 238)” (Nelson, “I Have a Question”, págs. 32–33).

- ¿Cuáles son los beneficios del ayuno?

“El ayuno y la oración, su compañera, tienen por objeto aumentar la espiritualidad, nutrir el espíritu de devoción y amor a Dios e incrementar la fe en el corazón de los hombres, asegurándoles de ese modo el favor divino; reavivar la humildad y la contrición del alma; ayudar a adquirir rectitud; enseñar al hombre su insignificancia y su dependencia de Dios; y acelerar por el sendero de la salvación el paso de aquellos que cumplen debidamente con esta ley del ayuno” (Thorpe B. Isaacson, en Conference Report, abril de 1962, pág. 67; *Improvement Era*, jun. de 1962, pág. 438).

### El ayuno es una fuente de poder

Los relatos que aparecen a continuación ilustran el gran poder del ayuno. Dado que es probable que no cuente con tiempo suficiente para narrar los tres relatos, podría omitir el que considere se aplique menos a su clase.

Relato

Lea la historia que se menciona en seguida acerca del élder Hugh B. Brown cuando era un joven misionero en Inglaterra. El élder Brown había estado repartiendo folletos en Cambridge y, por el poco éxito logrado, volvió a su apartamento cansado y desalentado.

Momentos después, llegó un hombre al apartamento y preguntó por él. El hombre le contó lo siguiente:

“—El domingo pasado, diecisiete jefes de familia nos apartamos de la Iglesia Anglicana. Nos reunimos en mi casa donde hay una sala bastante grande. Dado que cada uno de nosotros tiene una familia numerosa, se llenó la sala de hombres, mujeres y niños. Decidimos que oraríamos durante toda la semana para que el Señor nos enviara un nuevo pastor. Cuando llegué hoy a casa, desalentado, pensé que Dios no había contestado nuestra oración. Pero cuando encontré este folleto bajo mi puerta, supe que no había sido así. ¿Quisiera usted reunirse con nosotros mañana por la noche y ser nuestro nuevo pastor?”

Análisis

• ¿Qué habrían hecho ustedes en esa situación?

Relato

Continúe el relato:

“Cabe aclarar que no hacía ni tres días que me encontraba en la misión; no sabía nada de la obra misional y aquel señor quería que yo fuese su pastor. Sin embargo, tuve la temeridad suficiente de decirle:

“—Sí, señor, iré.

“Y me arrepentí de esa respuesta que le había dado desde ese mismo momento hasta la hora en que empezó la reunión.

“Se despidió y se fue, y junto con él se me fue el apetito. Llamé a la dueña de casa y le dije que no deseaba comer. Subí a mi habitación y me preparé para acostarme. Me arrodillé junto a mi cama, y, mis jóvenes hermanos, por primera vez en mi vida, hablé con Dios. Le hablé del apuro en que me encontraba, le supliqué Su ayuda, le pedí que me guiara, le rogué que me librara de esa situación tan difícil. Me puse de pie, me metí en la cama, pero dado que me resultó imposible conciliar el sueño, me levanté a orar otra vez, y así pasé toda la noche y realmente hablé con Dios.

“A la mañana siguiente, dije a la dueña de casa que no quería desayunar y me fui a los jardines de la Universidad de Cambridge, donde anduve caminando toda la mañana. Regresé a casa al mediodía y avisé a la señora que no quería almorzar. Volví a salir y caminé toda la tarde. Mis pensamientos giraban sobre sí mismos: lo único en que pensaba era que a la noche tenía que ir a aquel lugar y oficiar de pastor.

“Hacia las seis de la tarde, volví a mi habitación y allí seguí meditando, pensando y preocupándome. Por último, llegó el momento en que el reloj marcó las 6:45. Me puse de pie, me puse el abrigo, el ceremonioso sombrero que me había comprado en Norwich, tomé mi bastón (que usábamos siempre en aquellos días), me puse los guantes de cabritilla, me acomodé la Biblia debajo del brazo y literalmente arrastré los pies hasta el lugar indicado. Mis pasos hasta ese lugar formaron una sola huella larga e ininterrumpida.

“Precisamente al llegar a la entrada del sitio indicado, salió a encontrarme el señor con el cual había hablado la noche anterior e inclinándose muy cortésmente, me dijo:

“—Pase usted, Reverendo.

“Nunca nadie me había llamado así antes. Entré y vi la sala llena de gente, y todos se pusieron de pie para tributar honores a su nuevo pastor, lo cual me asustó de un modo mortal . . .

“Llegó el momento en que empecé a pensar en lo que tenía que hacer y comprendí que debía anunciar un himno. Sugerí que cantáramos ‘Oh, mi Padre’, y todos me lanzaron una mirada interrogante. Se cantó el himno: fue un espantoso *solo* de vaquero del Oeste de los Estados Unidos. En seguida se me ocurrió que si lograba que todas esas personas se volvieran de espaldas, arrodillándose junto a sus asientos, no podrían verme mientras yo orara. Les pedí que lo hicieran y obedecieron prestamente. Todos se arrodillaron y yo también me arrodillé y, por segunda vez en mi vida, hablé con Dios. Y todo mi temor se desvaneció; de pronto, ya no me inquieté más. Estaba poniéndolo todo en Sus manos.

“Entre otras cosas, le dije: ‘Padre Celestial, estas personas se han apartado de la Iglesia Anglicana y han venido aquí esta noche a oír la verdad. Tú sabes que yo no estoy preparado para darles lo que desean, pero Tú, oh Padre, sí puedes hacerlo, y si yo puedo ser Tu portavoz, estoy dispuesto a serlo, pero te ruego que hables Tú por medio de mí’.

“Cuando nos pusimos de pie, la mayoría de ellos lloraban, lo mismo que yo. Acertadamente, omití el segundo himno y comencé a hablar. Hablé durante cuarenta y cinco minutos. No sé lo que dije. Yo no hablé: Dios habló por mi conducto, como lo probaron los sucesos que tuvieron lugar posteriormente. Y Dios habló con tal poder a los miembros de aquel grupo que, al terminar la reunión, se acercaron a mí, me rodearon con sus brazos, me tomaron las manos entre las suyas y me dijeron: ‘Esto es lo que hemos estado esperando. Gracias a Dios que haya venido’.

“Ya les he dicho que arrastré los pies al caminar en dirección a esa reunión; pero al volver a casa esa noche, no recuerdo haber tocado el suelo más que una vez, pues me sentía flotar en el aire por el regocijo inefable que sentía de que Dios se hubiera hecho cargo de una tarea imposible para un ser humano.

“A los tres meses, todo hombre, mujer y niño de esa congregación se había bautizado en la Iglesia, llegando de ese modo a ser miembros de ella. Yo no los bauticé porque me trasladaron a otro lugar, pero todos se unieron a la Iglesia y la mayoría emigraron a los Estados Unidos, a los estados de Utah y de Idaho. He visto a algunos de ellos en el transcurso de los últimos años; en su mayoría, ya son ancianos, pero afirman que aparte de aquella ocasión, nunca han asistido a una reunión en que Dios les haya hablado directamente a ellos” (Hugh B. Brown, *“Father, Are You There?”*, Provo, Utah: Brigham Young University Press, 1967, págs. 13–15).

Análisis Someta a análisis con las jóvenes los resultados del ayuno del presidente Brown. Pídales que expongan lo que hayan aprendido del relato.

Relato El élder Matthew Cowley, que fue miembro del Consejo de los Doce, narró la historia de cómo un obispo de gran humildad de corazón bendijo a un niño:

“Naturalmente, hay ocasiones en que no se cuenta con el tiempo para ayunar mucho, ni para orar mucho, dado que por apremios y urgencias hay que andar de prisa. Pero, por otra parte, pienso que si se tiene un poco de tiempo y la intención de ir a dar una bendición a alguien, un poco de ayuno no le hace daño a nadie. Estimo que Dios acepta ese ayuno.

“[Tengo] un amigo que vive en Honolulu [Hawaii], un hermano joven que es obispo allí, un hombre muy rico, que pese a su riqueza, tiene una gran humildad. Un día, una hermana nativa, que era de su barrio, lo llamó del Hospital Queen para pedirle que fuera a dar una bendición a su hijo que tenía poliomielitis y le dijo: ‘Obispo, venga en seguida, mi hijo ha enfermado de polio y deseo que usted venga a darle una bendición de salud’. Ella lo esperó durante todo el día, toda la noche y la mañana siguiente, pero el obispo no se presentó; por fin llegó en las primeras horas de la tarde. Ella desencadenó todo su enojo sobre él, diciéndole todo lo que se le ocurrió. ‘A usted, que es mi obispo, le he llamado y le he dicho que mi hijo estaba aquí, enfermo de poliomielitis; y usted, que no tiene jefes, que tiene autos y un hermoso yate; que tiene todo lo que quiere, que tiene todo el tiempo libre que desea, se tarda un día entero en venir’. Una vez que ella hubo terminado, cuando ya no se le ocurría nada más que decirle, el obispo sonrió y le dijo: ‘Y bien, hermana, ayer, después de hablar con usted por teléfono, comencé a ayunar y he estado ayunando y orando desde hace veinticuatro horas. Ahora estoy preparado para dar una bendición a su hijo’. A las cinco de la tarde de ese mismo día, el niño fue dado de alta del hospital totalmente curado de la poliomielitis’. Esa clase de problema no puede resolverse, sino con oración y ayuno [véase Marcos 9:29].

“Dudo mucho que ése hubiera sido el resultado si hubiese ido a bendecir al niño el día anterior. Estimo que la oración y el ayuno eran necesarios” (Matthew Cowley, *Matthew Cowley Speaks*, Salt Lake City: Deseret Book Co., 1954, págs. 149–150).

Relato de las Escrituras Explique que una mujer recta puede, por su obediencia a Dios, ser una bendición no sólo para sí misma y para toda su familia, sino también para toda una nación. Tal es el caso de Ester, una hermosa mujer, cuya historia se encuentra en el Antiguo Testamento:

Ester era una mujer judía que halló gracia ante los ojos del rey y llegó a ser su reina. En el mismo reino había un príncipe poderoso llamado Amán, el cual era acérrimo enemigo de Mardoqueo, tío de Ester, porque éste se negaba a arrodillarse y a inclinarse delante de él. Para lograr vengarse, Amán tramó un plan para matar y exterminar a todos los judíos.

Cuando Mardoqueo se enteró de la trágica noticia, mandó pedir a Ester que fuese ante el rey a suplicarle y a interceder ante él por su pueblo. Entonces Ester contestó a



Mardoqueo haciéndole saber la ley que regía: “. . . 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 contestó diciendo que si Ester no intercedía, todos perecerían, incluso ella y su propia familia. Ester, comprendiendo la responsabilidad que pesaba sobre ella, respondió: “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).

Ester, arriesgando su propia vida, se presentó ante el rey durante los días de su ayuno y oración. Al verla, el rey le extendió su cetro de oro, indicándole así que se acercara a él. Por motivo de que ella decidió poner su vida y el conflicto que la afligía en las manos del Señor, se salvó su vida, y el rey permitió a los judíos defenderse de sus atacantes y sobrevivir.

Análisis

Analice la historia con las alumnas, y ponga de relieve la fortaleza y el valor que logró tener Ester gracias al ayuno de su pueblo.

Haga ver y comprender a las jóvenes la gran fuente de fortaleza y de valor que pueden hallar en el ayuno.

---

### Conclusión

Testimonio

Expresa su testimonio del poder que se deriva del ayuno y la oración. Ese poder es una fortaleza espiritual que sólo se obtiene por medio de la obediencia. Relate una experiencia personal referente a los beneficios del ayuno si estima apropiado hacerlo. Inste a las alumnas a hacer del ayuno una práctica importante en su vida.

---

**OBJETIVO** Que cada jovencita comprenda las formas en que puede recibir inspiración y revelación en su diario vivir.

---

**PREPARACIÓN**

1. Consiga papel y lápices para los miembros de la clase.
2. Prepare pequeñas tiras de papel y escriba en cada una de ellas una de las referencias de las Escrituras que se mencionan a continuación: 1 Nefi 10:17 (segunda mitad del versículo); Mateo 7:7-8; Santiago 1:5-7; Doctrina y Convenios 9:8-9; Alma 37:37; 1 Nefi 17:45. Prepare tiras de papel suficientes para todas las alumnas, aunque deba emplear las referencias más de una vez.
3. Prepárese para cantar con la clase la primera y la tercera estrofas de la canción "Hazme andar en la luz" (*Himnos*, 198).
4. Dé a varias de las alumnas la asignación de presentar los pasajes de las Escrituras, los relatos y las citas que usted desee.

---

**SUGERENCIAS PARA  
EL DESARROLLO  
DE LA LECCIÓN**

Relato

**Introducción**

Narre el relato que se da en seguida y pida a las alumnas que indiquen qué principio del evangelio se ilustra en el relato.

"La juventud de varios barrios se había reunido; la hora era avanzada y esa noche ya se habían expresado muchos testimonios bellos y conmovedores cuando el obispo Rogers dio la señal al joven presbítero que dirigía para que diera fin a la reunión, aun cuando los asientos todavía estaban llenos de jóvenes deseosos de dar su testimonio. Melany, que había esperado tanto rato para reunir el valor de ponerse de pie y, dado que era la siguiente de la fila a quien le tocaba el turno de hablar, no pudo dejar pasar la oportunidad . . . y se dirigió rápidamente al púlpito.

" 'Hermanos', comenzó diciendo, 'fui llamada a ser la presidenta de una clase de 17 jovencitas y el obispo me dijo que yo era responsable de ellas. Sentí un miedo atroz, pues ni siquiera las conocía. Entonces, el obispo también me dijo que resolviera quiénes serían mis consejeras y me recordó la necesidad de orar y preguntar al Señor. Me pregunté cómo resultaría esto, es decir, cómo sabría yo a quién deseaba llamar el Señor' . . .

" 'Escribí diecisiete nombres en una hoja de papel y comencé a orar acerca de esas personas. Cada vez que terminaba la oración, sentía que debía tachar uno o dos nombres de la lista. Durante tres días estuve cavilando, orando y procurando tomar una decisión. Por último, cuando me quedaban sólo dos de los nombres de la lista, sentí la fuerte impresión de que sabía a quiénes deseaba nuestro Padre Celestial para esos cargos. Así se verifica Su voluntad'" (Ardeth G. Kapp, "Yes, You Are Old Enough Girls", *New Era*, mayo de 1974, pág.14).

---

**La revelación es el medio por el cual Dios se comunica con nosotros**

Análisis

Reparta las hojas de papel y los lápices entre las alumnas. Pídale que escriban una definición de la palabra *revelación* y que se la entreguen a usted sin firmar. Analice con la clase cada una de las definiciones y haga resaltar el siguiente significado:

"La oración es el medio por el cual el hombre se comunica con Dios. La revelación es el medio por el cual Dios se comunica con el hombre".

Cita Indique a las alumnas que mientras les lea la referencia, procuren determinar quiénes tienen derecho de recibir revelación:

“Digo que *tenemos derecho* de recibir revelación. Digo que todo miembro de la Iglesia, no importa qué cargo tenga, tiene derecho de recibir revelación del Espíritu Santo; tiene derecho de recibir la visita de ángeles; tiene derecho de ver las visiones de la eternidad; y si quiere ver lo máximo, tiene derecho de ver a Dios de la misma forma en que todo profeta, literal y efectivamente, ha visto el rostro de Dios” (Bruce R. McConkie, *How to Get Personal Revelation*, Brigham Young University Speeches of the Year, Provo, 11 de oct. de 1966, pág.4).

Análisis en la pizarra Escriba en la pizarra las referencias de las Escrituras que aparecen a continuación, pero no escriba todavía las formas de revelación.

<i>Pasajes de las Escrituras</i>	<i>Forma de revelación</i>
1. 1 Nefi 11–13; José Smith—Historia 1:17.	Visión directa o visita.
2. José Smith—Historia 1:33; Éxodo 3:4.	Palabras directas de Dios o de ángeles.
3. Éxodo 28:29–30; Doctrina y Convenios 17:1; Alma 37:38–45.	Instrumentos especiales, tales como: Urim y Tumim, Liahona.
4. 1 Nefi 2:1–2; 1 Nefi 8:2.	Sueños.
5. Doctrina y Convenios 8:2; 20:26; Helamán 5:44–47.	Espíritu Santo.

Indique a las alumnas que empleen sus ejemplares de los libros canónicos para localizar los diversos pasajes de las Escrituras y precisar cómo se comunica Dios con nosotros. Si lo desea, podría asignar diferentes pasajes a diferentes alumnas. A medida que vayan precisando las formas de revelación, vaya escribiéndolas en la pizarra.

Pida a las jóvenes que recuerden qué nos recibieron inmediatamente después del bautismo. En seguida, lea la cita del profeta José Smith que aparece a continuación:

“Ninguna persona puede recibir el Espíritu Santo sin recibir revelaciones. El Espíritu Santo es un revelador” (*Enseñanzas del Profeta José Smith*, pág. 405).

### **Cada una de nosotras puede recibir revelaciones que nos guíen en la vida diaria**

Presentación por la maestra Explique que cada una de nosotras tiene derecho de recibir revelación personal. Todos los días surgen circunstancias en medio de las que necesitamos conocer la voluntad del Señor, la cual podremos llegar a saber sólo por medio de la revelación. Por motivo de que el Señor nos ama, podemos llegar a tener la compañía constante del Espíritu Santo. Sí, el Espíritu Santo nos inspirará de un modo apacible y delicado y nos guiará hacia la verdad.

Cita El élder Boyd K. Packer expone su discernimiento sobre la forma en que podemos obtener conocimiento espiritual, como sigue:

No debemos “esperar que la revelación reemplace la inteligencia espiritual ni la temporal que ya hemos recibido, sino que la aumente. Debemos seguir el curso de nuestra vida de una manera sencilla y laboriosa, siguiendo la rutina y guiándonos por las normas que la gobiernan.

“Las reglas, normas y mandamientos son una protección de gran valor. Si en alguna ocasión llegásemos a necesitar que se nos revele algo para alterar nuestro curso, la revelación estará esperándonos cuando lleguemos al punto preciso” (véase “Lámpara de Jehová”, *Liahona*, oct. de 1983, pág. 83).

## Estudio de pasajes de las Escrituras

Reparta entre las alumnas los papelitos con las referencias de las Escrituras, pídale que las busquen en sus respectivos libros canónicos y determinen lo que dicen con respecto a recibir revelación. Explique que, a nivel de clase, harán una lista que responda a la pregunta: “¿De qué manera nos preparamos para recibir revelación?” Dé a las jóvenes un margen de tiempo adecuado para buscar y leer los pasajes. En seguida, pídale que expliquen lo que se debe hacer de acuerdo con los pasajes que les haya tocado leer. Escriba los conceptos en la pizarra:

¿De qué maneras nos preparamos para recibir revelación?

1. Debemos tener el deseo de buscar ayuda. (1 Nefi 10:17, segunda mitad del versículo; Mateo 7:7–8.)
2. Debemos tener fe. (Santiago 1:5–7.)
3. Debemos estudiarlo en nuestra mente y llegar a una decisión probable. (D. y C. 9:8–9.)
4. Debemos consultar al Señor en todo y preguntarle si las decisiones que hemos tomado son las correctas. (Alma 37:37.)
5. Debemos estar en armonía con el Señor para reconocer la respuesta. (1 Nefi 17:45.)

## Casos para analizar

Pregunte a las alumnas qué se podría hacer en cada una de las situaciones que aparecen a continuación para recibir ayuda y orientación. Asegúrese de que las jóvenes comprendan que deben hacer un esfuerzo por recibir revelación.

1. Cecilia, que es la presidenta de una de las clases de Mujeres Jóvenes, debe escoger a una jovencita de su clase para que sea la encargada de un proyecto especial de verano. ¿De qué manera podría Cecilia recibir ayuda para seleccionar a la chica a la cual se debe dar esa asignación? ¿Qué debe hacer aparte de orar acerca del problema?
2. Pamela ha sido llamada por su obispo como presidenta de una de las clases. La joven, que está siempre muy atareada con sus estudios y otras actividades, considera que de veras no tiene tiempo ni la capacidad para ser líder de la clase. ¿De qué manera puede el Espíritu Santo ayudarla a cumplir con su llamamiento?
3. Patricia se ha mudado hace poco a otra ciudad. Cuando empezaron las clases escolares, no sabía nada de sus compañeras de estudio, por lo que se sentía sola e incómoda y necesitaba ayuda para hacerse de amigos. ¿Qué debe hacer? ¿En qué forma puede pedir ayuda y recibirla por medio del Espíritu Santo?

## Lectura de pasajes de las Escrituras y análisis

Lea Doctrina y Convenios 9:7–9 y 6:22–23. Indique a las jóvenes que subrayen y correlacionen ambos pasajes. Analicen cómo puede saber una persona si ha recibido revelación. ¿Cómo se evidencia habitualmente la revelación?

## Citas

Para aclarar más ampliamente el significado de los pasajes de las Escrituras estudiados, pida a una de las alumnas que lea la cita siguiente:

“Las respuestas del Señor se reciben de un modo apacible y delicado. De hecho, pocos son los que oyen sus respuestas audiblemente, es decir, con los oídos. Debemos escuchar con la mayor atención o nunca las percibiremos. La mayoría de las respuestas que nos da el Señor las percibimos en lo más profundo de nuestra alma como una sensación cálida y agradable; también podemos recibirlas como pensamientos que acuden a nuestra mente. Las respuestas llegan a los que están preparados y que son pacientes” (H. Burke Peterson, en Conference Report, oct. de 1973, pág. 13; *Ensign*, ene. de 1974, pág. 19).

Lea a las alumnas la cita del presidente Marion G. Romney que aparece a continuación e indíqueles que reparen en cómo puede una persona saber si su oración ha sido contestada:

“Cuando me veo enfrentado con un problema, sopeso las soluciones probables y llego a una conclusión en cuanto a cuál de ellas es la mejor. Entonces, por medio de la oración, presento mi problema al Señor, le digo que deseo hacer lo más acertado y lo que es, a mi juicio, la mejor solución. Entonces le pido que si la decisión que he tomado es correcta, haga arder mi pecho dentro de mí, como lo prometió a Oliver Cowdery. Cuando mis ideas se aclaran y la paz viene a mi mente, sé que el Señor me dice que sí. Si me sobreviene un estupor de pensamiento, sé que me está diciendo que no, y entonces sigo otra vez el mismo procedimiento.

“Para terminar, repito: Sé cuándo y cómo el Señor da respuesta a mis oraciones por los sentimientos que experimento” (“Questions and Answers”, *New Era*, oct. de 1975, pág. 35).

---

### Conclusión

Presentación por la maestra

Explique que todo miembro bautizado de La Iglesia de Jesucristo de los Santos de los Últimos Días tiene el derecho al don del Espíritu Santo. Toda jovencita tiene ese derecho. Para recibir dicho don, tenemos que estar viviendo en armonía con las leyes de Dios y desear fervientemente conocer Su voluntad. Bajo esas condiciones, tenemos derecho de esperar que el Espíritu Santo nos acompañe. Todas nosotras tenemos derecho de recibir la guía del Espíritu Santo.

Pida a una de las alumnas que lea Moroni 10:4–5. Aconseje a las jóvenes que pongan en práctica lo indicado en ese pasaje. Haga hincapié en la importancia del hecho de valerse del poder del Espíritu Santo cada cual en su vida. Recuérdeles que por medio de ese poder podrán permanecer cerca del Señor y finalmente llegar a vivir con Él otra vez.

Canción

Para terminar la lección, cante con la clase la primera y la tercera estrofas de la canción “Hazme andar en la luz”.

**OBJETIVO** Que cada alumna comprenda el significado del sacrificio y la importancia que éste tiene en su vida.

**PREPARACIÓN**

1. Consiga una hoja de papel y un lápiz para cada alumna.
2. Si lo desea, puede hacer una copia para cada alumna de la declaración del élder Loren C. Dunn que se cita al final de la lección.
3. Puede dar a algunas de las jovencitas la asignación de presentar a la clase los relatos, los pasajes de las Escrituras y las citas que usted desee.

**SUGERENCIAS PARA EL DESARROLLO DE LA LECCIÓN**

**En las épocas antiguas la gente hacía sacrificios**

**Análisis en la pizarra** Escriba en la pizarra la palabra *sacrificio* y pregunte a las jóvenes qué quiere decir. Explique que una de las definiciones de esta palabra es: “Privarse voluntariamente de algo con un propósito elevado”. Agregue que podríamos decir que significa renunciar a algo bueno por algo mejor. Escriba la definición de la palabra *sacrificio* en la pizarra.

Explique que durante toda la historia de la Iglesia se ha pedido a los miembros que se sacrifiquen, que renuncien a algunas cosas buenas para dar lugar a que sucedan otras mejores.

- ¿Quién fue la primera persona que ofreció un sacrificio? (Adán; véase Moisés 5:5.)
- ¿Qué otros profetas ofrecieron sacrificios? (Noé, Moisés, Isaac, Jacob.)

**Análisis de pasajes de las Escrituras** Pida a las alumnas que lean Moisés 5:6 y, si lo desean, que marquen la última parte de dicho pasaje en sus respectivos libros.

- ¿Conocía Adán la razón por la que se le había mandado ofrecer sacrificios? (Al principio no.)

Pida a las alumnas que lean y analicen Moisés 5:7.

- ¿Qué significa la palabra *semejanza*? (Una similitud o comparación; en este caso, los sacrificios que ofrecía Adán representaban el sacrificio del Salvador.)

Explique que todos los sacrificios que se ofrecían en la antigüedad simbolizaban el gran sacrificio que Cristo iba a hacer para expiar nuestros pecados. Así como Él dio Su vida por toda la humanidad, nosotros debemos estar dispuestos a sacrificar todo lo que tenemos por Él y por Su evangelio.

Pida a las jóvenes que lean Moisés 5:5 y Levítico 1:3.

Explique que cuando dice “sin defecto” significa que no tuvieran imperfecciones. Solamente se ofrecían en sacrificio los mejores animales.

- ¿De qué manera representaban estos animales a nuestro Salvador? (Jesús también fue el primogénito; era perfecto, no tenía defectos.)

**Presentación por la maestra** Explique que en los tiempos antiguos la vida de las personas dependía de sus rebaños y manadas, pues éstos llevaban sus cargas y les proporcionaban cueros para su vestimenta, carne y leche. Supongamos que estamos viviendo en esa época y que nuestra vida y la de nuestros familiares depende de nuestros rebaños y manadas.

**Análisis** • ¿Cómo se sentirían ustedes si tuvieran que sacrificar a los mejores animales de sus rebaños?

- ¿Qué principios del evangelio aprendería la gente que habitualmente sacrificara lo mejor de su ganado? (Fe, obediencia, paciencia.)

Explique que la práctica de ofrecer sacrificios continuó durante cientos de años y terminó con el gran y postrer sacrificio. Pida a las alumnas que lean Alma 34:14 para ver cuál fue el gran y postrer sacrificio. Explique que después que Cristo se ofreció como sacrificio por nuestros pecados, los miembros de la Iglesia no volvieron a sacrificar animales, pero Dios requiere que hagamos sacrificios de otras maneras.

### En esta época también nos sacrificamos

Presentación por la maestra

Explique que se espera que los santos de todas las épocas se sacrifiquen para edificar el Reino del Señor. No es fácil hacerlo; al contrario, es difícil y tal vez hasta doloroso, especialmente si aquello que vamos a dar significa mucho para nosotros.

El rey David lo dijo de esta manera: “No ofreceré a Jehová mi Dios holocaustos que no me cuesten nada” (2 Samuel 24:24).

Relato

El siguiente relato acerca de algunas hermanas que vivieron en los primeros días de la Iglesia nos explica cómo ellas se sacrificaron cuando se estaba edificando el Templo de Kirtland:

“Hilda Larson estaba poniendo la mesa para la cena cuando entró su padre y le dijo:

“—Coloca los mejores platos, Hilda. Tenemos invitados.

“—¿Quiénes? —preguntó la madre.

“—Dos de los hombres con quienes he estado trabajando en la construcción del templo —respondió él—, Heber Kimball y Brigham Young . . .

“La niña fue con su madre al pequeño cuarto donde estaba el alto armario de puertas de vidrio que contenía la vajilla fina. A pesar de que sólo la usaban en ocasiones especiales, Hilda conocía muy bien cada una de las piezas . . .

“—Estos platos pertenecían a tu bisabuela —le había explicado su madre—. Cuando se vino de Inglaterra en barco, en 1770, envolvió cuidadosamente cada pieza en trozos de tela y, cada vez que había una tormenta, se acordaba de los platos y se preocupaba pensando que pudieran romperse con el balanceo del barco . . .

“Durante la comida, los hombres hablaron de la construcción del templo, y comentaron sobre lo poco que faltaba para su finalización.

“—Todos los santos de Kirtland han ayudado de una u otra manera —dijo el hermano Kimball.

“—Somos pocos y pobres —agregó el hermano Young—, pero somos ricos en la fe. Mientras los hombres han estado trabajando en la construcción, las mujeres se han dedicado a hilar y tejer telas para nuestra ropa.

“Sosteniendo en alto una de las tazas, el hermano Kimball dijo, mirando a la madre de Hilda:

“—Y ahora están dispuestas a donar sus preciosas vajillas . . .

“Al día siguiente . . . fueron [la madre y la hija] al cuarto donde estaba el armario de la vajilla, y allí, en el suelo, Hilda vio una gran caja.

“—Tenemos que colocar todas las piezas de porcelana en la caja, querida. Las necesitan para terminar el templo.

“La niña no podía imaginar para qué necesitarían la vajilla, ni cómo podrían éstas ayudar a terminar el templo. En silencio ayudó a su madre y después observó a su padre mientras ponía la caja en un pequeño carro tirado por un caballo, luego de lo cual los tres subieron y se dirigieron al lugar donde se estaba edificando el templo.

“Allí, ambas siguieron al hermano Larson hasta una gran tina donde un obrero revolvía una mezcla. Inclinandose hacia ellas para que pudieran oírlo a pesar del ruido, él les explicó:

“—Estamos haciendo mezcla para las paredes exteriores y hemos descubierto que la porcelana ayuda a unirla mejor; además, tiene un aspecto mucho más hermoso con el brillo que le dan los trocitos de porcelana y de vidrio.

“Un hermano que se encontraba cerca de ellos agregó:

“—Casi todas las mujeres de la Iglesia han regalado sus piezas de porcelana más finas para el templo.

“Hilda apenas podía dar crédito a sus ojos al ver que su madre sacaba las piezas de su juego de Dresden tanpreciado y se las iba alcanzando una a una al hombre que estaba junto a la tina; éste, a su vez, las colocaba sobre una tabla y, después de romperlas en menudos trozos, las echaba dentro de la tina. Cuando le llegó el turno a la hermosa jarra azul, no pudo contenerse y comenzó a llorar.

“Aunque su madre la abrazó y trató de consolarla, la niña continuó llorando quedamente durante todo el camino de regreso.

“Al cabo de un tiempo, después que el templo había sido terminado, Hilda fue con sus padres a verlo. El edificio era hermoso y, bajo el brillo del sol poniente, las paredes refulgían esplendorosas.

“De pronto, la pequeña sintió una repentina felicidad; señalando el templo le dijo a su madre:

“—¡Mira, mamá! ¿Ves aquel fulgor azulado, junto a la puerta principal? ¡Sólo nuestra jarra de porcelana azul podría brillar así!” (Iris Snydergaard, “Paredes de porcelana”, *Liahona*, septiembre de 1975, págs. 19, 20.)

- ¿Cómo se sentirían si tuvieran que sacrificarse de esa manera?

Relato

Hace menos tiempo algunos miembros de la Iglesia mexicanos se sacrificaron grandemente para ir al templo:

“No hace mucho tiempo, los obreros del Templo de Mesa dieron la bienvenida a un grupo de miembros de la Iglesia que había viajado desde el interior de México en ómnibus. Habían viajado cinco días y el ómnibus se había descompuesto en el camino. Durante varios meses estas modestas familias se habían sacrificado ahorrando dinero para pagar el pasaje. Durante el viaje habían dormido en el pasillo del ómnibus. El presidente del templo, el hermano Wright, dijo que los líderes del grupo estaban avergonzados, y se disculpaban por el hambre voraz que traían, especialmente los niños, porque después de haber pagado los pasajes, no les había quedado dinero para comprar alimentos. Pero para ellos no tenía importancia, porque querían ir al templo ¡y lo lograron!” (En *Speeches of the Year*, 1980, Provo: Brigham Young University Press, 1981, pág. 169.)

Análisis

- ¿Por qué estuvieron estos hermanos dispuestos a sacrificarse tan extremadamente?

Pida a las alumnas que presten atención a la cita siguiente y que determinen de qué modos se sacrifican los miembros de la Iglesia en la actualidad. Una vez que las alumnas los mencionen, anótelos en la pizarra.

Cita y análisis en la pizarra

“Nuestros problemas actuales en la Iglesia se relacionan principalmente con el rápido crecimiento y cambio dentro de ella. Se requieren grandes sacrificios de tiempo, talentos y bienes de los miembros, tal vez comparables a los grandes sacrificios que se han requerido de los miembros de cualquier otra época . . .

“Hoy, como sucedió en los primeros días de la Iglesia, muchos de los que se unen a la Iglesia tienen que renunciar a los amigos, a la familia y su posición social.

“Actualmente, muchos se están sacrificando para efectuar la obra misional, ya sea que mantengan a misioneros o vayan ellos mismos a una misión. En el momento actual tenemos la fuerza misional más grande de toda la historia de la Iglesia.

“Hoy tenemos un programa completo en la Iglesia y, ya sea que sirvamos como maestro de Escuela Dominical u obispo, repartamos la Santa Cena, sirvamos como misionero, trabajemos en un proyecto de bienestar, hagamos la obra genealógica . . . o cumplamos con cualquier otra asignación en la Iglesia, debemos reconocer que ‘lo que [hagamos] conforme a la voluntad del Señor es el negocio del Señor’ (D. y C. 64:29).



“En realidad, los sacrificios que se hacen en la actualidad son oportunidades, tal como siempre lo han sido. Recordemos la promesa que hizo el Señor: ‘ . . . De cierto os digo, que no hay nadie que haya dejado casa, o padres, o hermanos, o mujer, o hijos, por el Reino de Dios, que no haya de recibir mucho más en este tiempo, y en el siglo venidero la vida eterna’ ” (Lucas 18:29–30) (“Sacrifice Brings Forth the Blessings of Heaven”, *New Era*, noviembre de 1974, pág. 5).

---

### **Análisis**

- ¿De qué manera se están sacrificando los miembros de nuestro barrio o rama?
- ¿Qué sacrificios tiene que hacer una jovencita si desea ser digna de casarse en el templo? ¿Y para prepararse para la vida eterna?

Tal vez desee relatar una experiencia en la cual haya recibido bendiciones como resultado de haberse sacrificado. Invite a las jóvenes a compartir experiencias similares.

---

### **Conclusión**

Cita

Lea la siguiente cita y, si ha sacado copias para las alumnas, puede entregárselas y leerla todas juntas:

“Debemos estar dispuestas a sacrificar lo que se requiera de nosotros, ya sea tiempo, talentos, riquezas o el halago y honor de los hombres, o lo que sea, al grado que el Señor lo requiera de nosotros” (Loren C. Dunn, “News of the Church”, *Ensign*, febrero de 1980, págs. 78–79).

Actividad escrita

Entregue una hoja de papel y un lápiz a cada alumna y pídale que escriban varias metas que deseen alcanzar, y que junto a cada una anoten una o más cosas de las que deberán privarse para poder lograrlas.

Testimonio de la maestra

Testifique que todos los días debemos dedicarnos a alcanzar metas dignas sacrificándonos para ser mejores hijas de Dios. El esfuerzo continuo y el sacrificio nos ayudarán a ser dignas de vivir eternamente con nuestro Padre Celestial.

**OBJETIVO** Que las jóvenes participen de la ordenanza de la Santa Cena con una comprensión más profunda de lo que significa.

**PREPARACIÓN**

1. Lámina 13, La Última Cena (62174), la cual se encuentra al final del manual.
2. Prepárese para cantar con la clase, al terminar la lección, el himno “Asombro me da” (*Himnos*, 118).
3. Dé a varias de las jóvenes la asignación de presentar los pasajes de las Escrituras, los relatos y las citas que usted desee.

**SUGERENCIAS PARA EL DESARROLLO DE LA LECCIÓN**

Actividad de indagación

**Introducción**

A continuación se mencionan algunos de los hechos de la vida de Jesús.

Pida a las alumnas que mientras usted se los lea en voz alta, procuren determinar cuál es el de mayor importancia en sus vidas.

1. Nació en circunstancias milagrosas.
2. Al ser bautizado, el Espíritu Santo descendió sobre Él.
3. Efectuó muchos milagros que testifican de Su divinidad.
4. Calmó el mar.
5. Instauró el sacramento en la Última Cena.
6. Sufrió por los pecados de todo el género humano, murió y resucitó.
7. Enseñó la debida forma de orar.
8. Alimentó a cinco mil personas con unos cuantos panes y peces.
9. Profetizó de Su Segunda Venida.

De ser necesario, dé la clave que se menciona en seguida. Clave: Si el Salvador no hubiera llevado a cabo ese hecho en especial, ninguno de los otros hubiera tenido mayor importancia.

Haga comprender a las alumnas que el punto seis (“Sufrió por los pecados de todo el género humano, murió y resucitó”) es el más importante, dado que sin eso, ninguno de los otros tendría validez duradera.

**La Santa Cena nos recuerda el sufrimiento de Cristo**

Lámina

Muestre la lámina de la Última Cena.

- ¿Qué oportunidad tenemos actualmente todas las semanas por motivo de lo acontecido en la Última Cena?

Haga leer en voz alta Mateo 26:26–28.

Análisis

- ¿Por qué nos recuerda la Santa Cena el sufrimiento de Cristo por los pecados del género humano, así como Su muerte y Su resurrección?

Cita

Explique que nuestro Padre Celestial tiene por nosotros un amor más grande de lo que quizá jamás podamos saber. Pida a las alumnas que, mientras les lea la referencia que aparece a continuación, se fijen en la evidencia de ese gran amor:

“Nuestro Padre Celestial . . . amaba a Su Hijo Jesucristo mucho más de lo que Abraham hubiera podido amar a Isaac, porque a Su lado tenía a Su Hijo, nuestro Redentor, en los mundos eternos y en el mismo infinito, siempre fiel, en un sitio de confianza y honor; y no obstante, permitió que este bien amado Hijo descendiera a la tierra desde Su sitio, donde millares de espíritus le rendían homenaje, en una condescendencia que escapa el poder de comprensión del hombre; vino a recibir maltratos e insultos y una corona de espinas. Dios ciertamente oyó el clamor de Su Hijo cuando en aquel momento de inmenso dolor y agonía en el huerto, siendo su sudor, como dicen las Escrituras, como grandes gotas de sangre que caían a tierra, le dijo: ‘Padre, si quieres, pasa de mí esta copa’ . . .

“El Padre presenció la agonía de Su Amado Hijo hasta cuando éste clamó en Su desesperación: ‘Dios mío, Dios mío, ¿por qué me has desamparado?’ “

Análisis

• ¿Qué creen ustedes que sentiría un padre al ver sufrir a sus hijos como nuestro Padre Celestial vio sufrir al Suyo?

Cita

Concluya el relato de la referencia:

“Me parece ver a nuestro Padre en aquella hora, detrás del velo, contemplando la agonía de Su Hijo hasta no poder resistirlo más; y quizás, como en el caso de la madre que al dar el adiós a su hijo agonizante es sacada de la habitación poco antes del desenlace, Él inclinara la cabeza y se retirara a un rincón de Su universo, con el corazón desgarrado por el dolor. Alabo al Padre y le agradezco que en aquel momento en que pudo haber salvado a su Hijo no lo hiciera porque se acordó de nosotros, pues no sólo sentía Él amor hacia Su Hijo, sino también hacia nosotros, Sus hijos espirituales, ese amor por el género humano que hizo que soportara los sufrimientos de Cristo y nos lo diera finalmente como nuestro Salvador y Redentor. Sin Su sacrificio, nunca habríamos tenido la puerta abierta para llegar a glorificarnos en Su presencia. Eso fue lo que le costó a nuestro Padre Celestial dar la dádiva de Su Hijo a los hombres” (véase Melvin J. Ballard, “El convenio sacramental”, *Liahona*, jun. de 1976, págs. 5–6).

Haga comprender a las jóvenes la razón por la cual el participar de la Santa Cena nos hace aumentar nuestro reconocimiento y agradecimiento a nuestro Padre Celestial por la dádiva de Su Hijo Amado. También recordamos a nuestro Salvador y reconocemos lo que sufrió y sacrificó por nosotros.

---

### Toda joven debe recordar los convenios que ha hecho

Presentación por la maestra

Explique que la Santa Cena es un recordatorio semanal de lo que el Señor ha hecho por nosotros y lo que hemos convenido hacer para volver a Su presencia.

Pida a las alumnas que hagan un repaso de los convenios que hacen cada vez que participan de la Santa Cena. (Están dispuestas a tomar sobre sí el nombre de Cristo, a recordarle siempre, a guardar Sus mandamientos [véase Doctrina y Convenios 20:77, 79].)

Recuerde a las alumnas que al tomar la Santa Cena, los miembros dignos de la Iglesia renuevan el convenio que han hecho en las aguas del bautismo.

Análisis de un pasaje de las Escrituras

Indique a las alumnas que busquen en su Libro de Mormón Mosíah 18 y pida a una de ellas que lea los versículos del 8 al 10. Someta a análisis con las jóvenes los convenios que hacemos al bautizarnos, haciéndoles ver que son los mismos que hicieron esos santos en las aguas de Mormón. Usted podría escribir dichos convenios en la pizarra.

Cita

El élder Melvin J. Ballard, que fue Apóstol, expuso sus sentimientos con respecto al hecho de tomar la Santa Cena y ser testigo de Dios:

“Yo necesito la Santa Cena, necesito renovar mi convenio cada semana; necesito la bendición que de ello se deriva. Sé que lo que digo es verdad y os doy testimonio de que el Señor vive, que hizo este sacrificio y esta expiación, pues Él me ha hecho saber estas cosas . . .

“Yo sé que vive, que mediante Él los hombres deben encontrar su salvación y que no podemos desairar esta bendita ofrenda que nos ha dado como medio de progreso espiritual para prepararnos para volver a Su presencia y sentirnos justificados ante Él.

“Id al servicio sacramental, que es un bendito privilegio en el cual me regocijo. Sé que me sentiría avergonzado en la presencia del Señor si intentara darle alguna excusa por no haber guardado Sus mandamientos y no haberlo honrado, dando testimonio, tanto ante el Padre como ante los hombres, de que creo en Él, de que tomo sobre mí Su bendito nombre y que por Él y por medio de Él vivo espiritualmente.” (Melvin J. Ballard, “El convenio sacramental”, *Liahona*, jun. de 1976, pág. 6).

### El servicio de la Santa Cena requiere participación activa

Análisis de pasajes de las Escrituras

Indique a las alumnas que lean los pasajes de las Escrituras que se mencionan a continuación y someta a análisis lo que nos dice cada uno de ellos con respecto a la participación en el servicio de la Santa Cena:

Doctrina y Convenios 59:9. (Nos ayuda a que el mundo no nos manche.)

3 Nefi 9:19–20. (Ya no debemos ofrecer los sacrificios con derramamiento de sangre. Debemos ofrecer como sacrificio un corazón quebrantado y un espíritu contrito. Nuestro galardón es el Espíritu Santo.)

Juan 6:51, 54, 56. (La Santa Cena nos ayuda a ser uno con Cristo y a obtener la vida eterna.)

1 Corintios 11:29. (No debemos participar de la Santa Cena si somos indignos.)

Destaque el hecho de que no ganaremos nada si tomamos la Santa Cena de una manera pasiva, sin pensar en lo que significa. Debemos hacer convenios con el Señor.

Citas

Lea las citas que se mencionan a continuación:

“Si consideramos la Santa Cena como una oportunidad de hacer una ofrenda específica, como por ejemplo, la humilde promesa de superar una debilidad que nos esté separando del Salvador, ese sacramento adquirirá mayor significado en nuestra vida. Al hacer y guardar esas promesas, nuestra relación con Cristo se afianzará, con lo cual progresaremos en la forma de honrar nuestros convenios sacramentales” (véase W. Cole Durham, Jr., “La Santa Cena y los convenios”, *Liahona*, jul. de 1978, pág. 34).

“El hacer un convenio con el Señor de guardar siempre Sus mandamientos es una obligación seria y el renovar ese convenio al participar de la Santa Cena es igualmente serio. Los momentos de solemne meditación mientras se sirve la Santa Cena tienen una importancia fundamental, ya que son momentos de examen de conciencia, de introspección, de discernimiento sobre nuestro propio yo; momentos para reflexionar y tomar resoluciones” (Howard W. Hunter, *Ensign*, mayo de 1977, pág. 25).

- ¿Qué nos indican esos hermanos que debemos hacer durante el servicio de la Santa Cena?

Relato

Narre el relato que sigue:

Durante sus quince años en la Iglesia, Patricia había participado de la Santa Cena casi todos los domingos. Cuando le pasaban la bandeja, comía el pan y bebía el agua tal como lo hacían las personas que se encontraban a su izquierda y a su derecha. Habitualmente permanecía callada y reverente, pero le parecía que algo faltaba de la ordenanza de la Santa Cena.

Análisis

- ¿Qué olvidaba hacer Patricia durante el servicio de la Santa Cena?

Relato

Continúe el relato:

Patricia no se daba cuenta de lo que le hacía falta hacer hasta que en una clase de la Escuela Dominical lo aprendió de un maestro muy dedicado e inspirado. Éste explicó el propósito de la Santa Cena y de qué manera prepararse para participar de ella todas las semanas. Al escuchar Patricia la lección, repentinamente comprendió que ella nunca había tomado la Santa Cena con un corazón arrepentido, suplicando ser perdonada, ni pensando en renovar los convenios que había hecho en el momento de su bautismo. Por tanto, decidió poner en práctica lo que había aprendido en esa lección de la Escuela Dominical. Era consciente de que había aspectos de su modo de ser y de proceder en los

que debía mejorar, por lo que aun cuando el domingo siguiente no era de ayuno, ella ayunó. Ese día, al participar de la Santa Cena, oró en silencio pidiendo que la renovación de sus convenios fuera aceptable al Señor. Durante todo el servicio sacramental, mantuvo sus pensamientos en completa armonía con el Padre Celestial; pensó en el padecimiento de Cristo y en Su amor por ella. Cuando terminó la reunión sacramental, experimentó un maravilloso sentimiento de paz y gozo, y, por primera vez en su vida, conoció la verdadera importancia del servicio sacramental.

Diga a las jovencitas que piensen cómo pueden aplicar lo que aprendieron de la experiencia de Patricia en su propia vida.

---

### **Conclusión**

Testimonio

Testifique a las alumnas que la Santa Cena puede ser una parte más importante de la vida de ellas y que les servirá para progresar. Que deben prepararse con anticipación, siendo reverentes, prestando atención a las oraciones sacramentales, pensando en la vida del Salvador y en las formas en que pueden parecerse más a Él, haciéndose un examen de conciencia y tomando la resolución de ser mejores. Además, testifique con respecto a la importancia de participar de la Santa Cena todos los domingos.

Canción

Para terminar la lección, cante con las alumnas el himno "Asombro me da".

# Fortalezcamos nuestro testimonio por medio de la obediencia

---

**OBJETIVO** Que las alumnas comprendan en qué forma la obediencia a los principios y las ordenanzas del evangelio puede aumentar su testimonio.

---

- PREPARACIÓN**
1. Consiga lápices para todos los miembros de la clase.
  2. Optativo: Prepare carteles para ilustrar los ciclos que se describen en la introducción.
  3. Prepare para todos los miembros de la clase copias del volante que se describe a continuación: Escriba en una hoja de papel las preguntas que se mencionan en seguida, dejando suficiente espacio debajo de ellas para que las alumnas puedan escribir: "¿Qué es un testimonio?", "¿Cómo podemos obtenerlo?", "¿Cómo se puede perder?", "¿Qué debemos hacer?"
  4. Escriba en la pizarra esas mismas preguntas.
  5. Optativo: Dé a una de las alumnas la asignación de presentar los conceptos que aparecen en la introducción.
  6. Dé a diversas alumnas la asignación de presentar los pasajes de las Escrituras, los relatos y las citas que usted desee.
- 

**SUGERENCIAS PARA EL DESARROLLO DE LA LECCIÓN**

**Introducción**

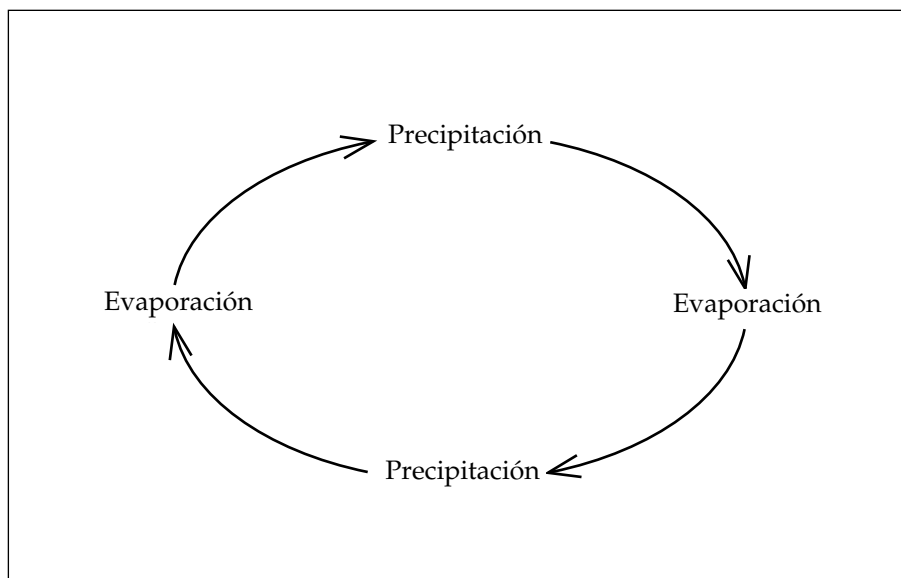
Presentación por la maestra

Explique que cuando el Señor creó la tierra, lo preparó todo para el bienestar físico de Sus hijos. Creó el agua, que es un elemento indispensable para la vida.

Explique el hecho de que el agua está sometida a un fenómeno constante o ciclo. Al calentar el sol los océanos, los lagos y los ríos, el agua se evapora. La evaporación forma las nubes y el agua vuelve a caer a la tierra en forma de lluvia o de nieve. A su vez, la lluvia y la nieve vuelven a evaporarse, y el ciclo comienza otra vez.

Cartel optativo

En caso de que haya preparado un cartel con el dibujo del mencionado ciclo, muéstrelo, o dibuje dicho ciclo en la pizarra.



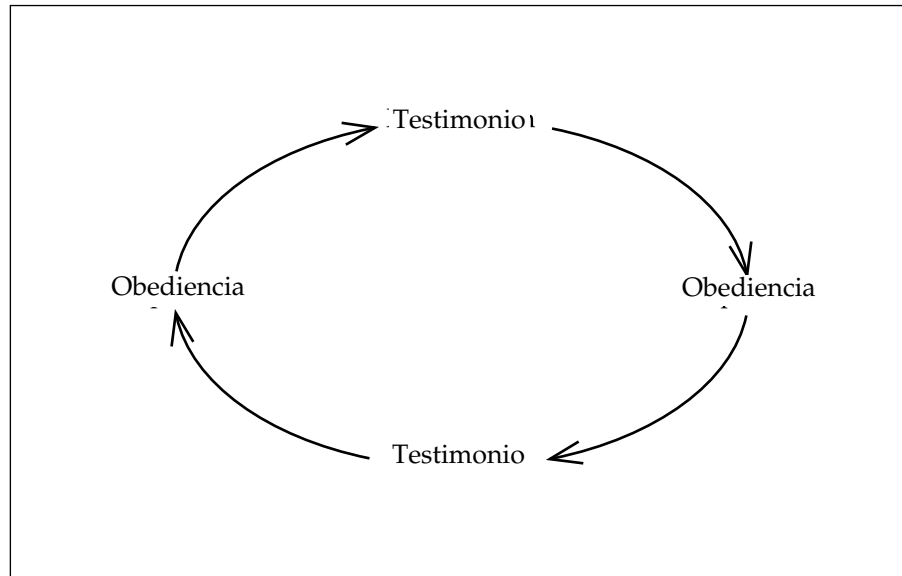
Presentación por la maestra

Explique que el Señor también preparó lo necesario para el bienestar espiritual de Sus hijos, ya que les dio leyes para que, al obedecerlas, obtuvieran la vida eterna. Si son obedientes a Sus leyes, pueden saber la verdad y tener un testimonio de ella.

Explique que cuando obedecemos esas leyes, también se produce un ciclo. Cuando las obedecemos, obtenemos conocimiento y testimonio. Ese testimonio, a su vez, aumenta nuestra obediencia, la cual nos encamina a tener mayor conocimiento y a fortalecer nuestro testimonio. Ese ciclo continúa sin cesar, ayudándonos de ese modo a progresar espiritualmente.

Cartel optativo

Muestre el cartel que haya hecho del ciclo del testimonio y la obediencia, o dibújelo en la pizarra.



Haga notar que de la misma forma que el ciclo del agua satisface una necesidad material, el ciclo de la obediencia y el testimonio satisface una necesidad espiritual.

### Por medio de la obediencia, el testimonio se fortalece

Análisis en la pizarra y actividad

Distribuya entre las alumnas los volantes y los lápices. Pregunte a las jóvenes: “¿Qué es un testimonio?” Escriba en la pizarra las respuestas de las alumnas en la primera columna (sírvese ver el cuadro de muestra para la pizarra que aparece más adelante en esta lección). Indique a las alumnas que escriban las respuestas debajo de la primera pregunta en sus respectivos volantes.

Para terminar el análisis de este punto, pida a una de las jóvenes que lea la siguiente definición: “El testimonio . . . es una *convicción* permanente, viviente y conmovedora de las verdades reveladas del Evangelio de Jesucristo” (Marion G. Romney, “Cómo obtener un testimonio”, *Liahona*, nov. de 1976, pág. 1).

Al pie de esa columna de respuestas, escriba el concepto resumido: “Convicción sobre las verdades del evangelio”. Indique a las alumnas que escriban ese mismo concepto en sus respectivos volantes.

Tras haber establecido lo que es un testimonio, pregunte a las alumnas: “¿Cómo podemos obtener un testimonio?” Escriba las respuestas de las alumnas en la pizarra, en la segunda columna, e indíqueles que escriban las mismas respuestas en sus volantes, debajo de la segunda pregunta. Explique que uno de los elementos de importancia vital para obtener un testimonio es *la obediencia*. Explique que un testimonio está al alcance de cualquier persona que desee firmemente obtenerlo y que esté dispuesta a obedecer los mandamientos.

Pasaje de las Escrituras

Indique a los miembros de la clase que busquen y marquen Juan 7:17.

Pida a las alumnas que expliquen el significado de ese pasaje de las Escrituras y ponga de relieve que la obediencia equivale a cumplir con la voluntad del Señor. Esa obediencia es fundamental para llegar a conocer la veracidad del evangelio; constituye la base del testimonio.

Citas	<p>Las citas de los líderes de la Iglesia, las cuales se mencionan a continuación, hacen resaltar el estrecho lazo de unión que existe entre la obediencia y el testimonio. Pida a los miembros de la clase que las lean en voz alta y las analicen.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. “Si cumplimos todos los días con los deberes sencillos y elementales que tenemos a nuestro cargo, iremos adquiriendo cada vez en mayor medida el Espíritu de Dios” (Heber J. Grant, en Conference Report, abril de 1900, pág. 22).</li> <li>2. “Si a alguno de nosotros le falta fe en esta obra, ello se debe a que no ha guardado los mandamientos de Dios. Si alguno no sabe que ésta es la obra de nuestro Padre, eso se debe a que no ha cumplido con su deber. Yo sé, como sé que vivo, que ésta es la obra del Señor y ese conocimiento es el fruto de la observancia de Sus mandamientos.” (George Albert Smith, en Conference Report, oct. de 1915, págs. 27–28).</li> <li>3. “Un testimonio firme es la posesión más preciada que cualquiera puede tener. Nos brinda el conocimiento, la esperanza y la seguridad de que podemos, mediante la obediencia a las leyes y ordenanzas del evangelio, llegar a gozar de todas las bendiciones prometidas” (Marion G. Romney, “Cómo obtener un testimonio”, <i>Liahona</i>, nov. de 1976, pág. 2).</li> </ol> <p>Señale la lista de conceptos escritos en la pizarra sobre la forma de obtener un testimonio. Al pie de esa columna, escriba el segundo concepto resumido: “Obediencia a las leyes de Dios”. Indique a las alumnas que escriban ese concepto al pie de la segunda columna en sus respectivos volantes.</p>
-------	---

### Por la desobediencia, el testimonio se debilita

Análisis en la pizarra	<p>Explique que el hecho de que tengamos un testimonio en el momento presente no garantiza que lo tendremos siempre. Por motivo de que un testimonio puede crecer o disminuir, es preciso que nos pongamos en guardia a fin de que no lo perdamos.</p> <p>Pregunte a las alumnas: “¿Cómo se puede perder un testimonio?” Escriban en la pizarra las ideas que aporten las alumnas debajo de la tercera pregunta. Indíqueles que hagan una lista semejante debajo de la tercera pregunta en sus volantes respectivos. Haga notar que podemos perder nuestro testimonio si dejamos de obedecer los mandamientos de Dios. De la misma forma que nuestro testimonio crece cuando observamos los mandamientos, ese testimonio se debilita cuando desobedecemos los mandamientos.</p>
Citas	<p>Pida a miembros de la clase que lean las citas que usted estime útiles.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. “El testimonio que el individuo llega a poseer no permanece inalterable, sino que el hecho de que aumente hasta llegar a adquirir la brillantez del sol, o que disminuya hasta extinguirse por completo, depende enteramente de la persona que ha llegado a obtenerlo” (Harold B. Lee, “Cuando el corazón os habla de cosas que vuestra mente desconoce”, <i>Liahona</i>, mar. de 1978, pág. 43).</li> <li>2. “El testimonio no es algo que se tiene hoy y que se posee siempre. Un testimonio es frágil; es tan difícil de retener como un rayo de luna. Es algo que tenemos que recobrar cada día de nuestra vida” (Harold B. Lee, en J. M. Heslop, “Direct Church; Led by the Spirit”, <i>Church News</i>, jul. de 1972, pág. 4).</li> </ol> <p>Al pie de la tercera columna, escriba el tercer concepto resumido: “Desobediencia a las leyes de Dios”. Indique a las alumnas que añadan ese concepto a sus listas.</p>

### Es preciso que obedezcamos los mandamientos para fortalecer nuestro testimonio

Análisis en la pizarra y actividad	<p>Pregunte a las jóvenes: “¿Qué debemos hacer para fortalecer nuestro testimonio?” Anote en la pizarra las ideas que aporten las alumnas en la última columna e indíqueles que también ellas las escriban en sus respectivos volantes. La lista podría ser larga y variada. Inste a las jóvenes a anotar diversas formas de ser obedientes todos los días, tanto individualmente como con amigos y familiares.</p>
Análisis de un pasaje de las Escrituras	<p>Pida a las alumnas que busquen Mateo 22:37–40. Lean juntas dicho pasaje y analicen cómo las sugerencias que anotaron en la última columna ayudan a cumplir esos dos grandes mandamientos. A continuación, hablen de otras formas en que las alumnas podrían fortalecer sus testimonios siendo obedientes a esos dos grandes mandamientos.</p>



Si tuviera tiempo suficiente, relate los ejemplos que se mencionan en seguida sobre cómo algunos jóvenes fortalecieron sus testimonios y experimentaron el gozo que se siente cuando se cumple con la voluntad del Señor.

Citas

1. "Un grupo de estudiantes de secundaria . . . trabajó en un proyecto especial con algunos empleados impedidos en una de las plantas de Industrias Deseret. Uno de esos jóvenes dijo: 'Soy más humilde por haber trabajado con ellos' ".
2. "Durante sus vacaciones de verano, un grupo de diáconos decidió poner todos sus esfuerzos en la construcción de su nueva capilla. Todavía se refieren a ella como a nuestro edificio."
3. "Una clase de jovencitas Laureles seleccionó un hospital cercano para hacer servicio voluntario durante el verano; donaron más de 600 horas. En una reunión de testimonios efectuada a fines del verano, una de esas jovencitas dijo: 'Fue como tener el cielo en la tierra'."
4. "Está también el comité del obispado para la juventud que decidió arreglar la casa de una viuda. Un joven comentó: 'Cuando la vi llorar de agradecimiento, me di cuenta de cuál era la clave de la verdadera felicidad'. Una muchacha comentó: 'Nunca había sabido hasta ahora lo que mis maestros querían decir cuando nos hablaban acerca de la 'religión pura y sin mácula delante de Dios . . .' (Santiago 1:27)."

El élder Robert L. Simpson, que relató esas experiencias, añadió: "Hay cientos de ejemplos similares por toda la Iglesia, cuando los jóvenes de todas partes del mundo obtienen una dulce confirmación de su testimonio por el don del Espíritu al *hacer la voluntad de Dios*. Enterarse de ello no es suficiente; uno tiene que estar completamente dedicado" (véase "Cómo obtener y preservar nuestro testimonio", *Liahona*, oct. de 1972, pág. 31).

Al pie de la lista de la cuarta columna, escriba el concepto resumido: "La obediencia fortalece el testimonio". Pida a las alumnas que lo escriban en sus respectivos volantes.

Cuadro de muestra para la pizarra

¿Qué es un testimonio?	¿Cómo podemos obtenerlo?	¿Cómo se puede perder?	¿Qué debemos hacer?
1.	1.	1.	1.
2.	2.	2.	2.
3.	3.	3.	3.
4.	4.	4.	4.
Convicción de las verdades del evangelio.	Obediencia a las leyes de Dios	Desobediencia a las leyes de Dios	La obediencia fortalece el testimonio

### Conclusión

Cita

Lea lo siguiente:

"Todo Santo de los Últimos Días debe obtener un firme testimonio por sí mismo; un conocimiento personal de que Jesús es el Cristo y el Hijo del Dios viviente, que José Smith es el Profeta por medio de quien el evangelio ha sido restaurado, y que La Iglesia de Jesucristo de los Santos de los Últimos Días es ' . . . la única Iglesia verdadera y viviente sobre toda la faz de la tierra . . . ' (D. y C. 1:30).

“Cualquiera puede adquirirlo siguiendo el procedimiento establecido mediante el cual el Señor da ese testimonio. No hay atajos; es imperativo que se desee creer; aprender la doctrina es esencial; hacer Su voluntad santificará esta enseñanza en nuestro corazón” (Robert L. Simpson, “Cómo obtener y preservar vuestro testimonio”, pág. 31).

---

### **Aplicación de la lección**

1. Pida a las alumnas que conserven las notas que han tomado en la clase de hoy. Sugierales que las repasen de vez en cuando para evaluar la fortaleza de sus propios testimonios.
2. Indique a las alumnas que anoten en hojas separadas de papel aspectos de su modo de proceder que les gustaría mejorar para fortalecer su testimonio. Indíqueles que, si lo desean, pueden conservar confidenciales esas listas y esforzarse por mejorar en forma individual o darlas a conocer a sus padres, a sus amigos, a sus maestros en la Iglesia o al obispo con el fin de reafirmar su obediencia a los mandamientos y disfrutar de las bendiciones de un testimonio fortalecido.

---

**OBJETIVO** Que todas las alumnas comprendan que las decisiones que toman todos los días tienen consecuencias trascendentales.

---

**PREPARACIÓN**

1. Consiga unas cuantas semillas. Vea la sección de esta lección titulada "Toda decisión tiene sus consecuencias".
2. En una tira de cartulina, escriba el siguiente pasaje de las Escrituras: "Se os permite obrar por vosotros mismos" (Helamán 14:30).
3. En pequeñas hojitas de papel, escriba las preguntas que aparecen en la sección "Toda decisión tiene sus consecuencias".
4. Dé a varias jóvenes la asignación de presentar los pasajes de las Escrituras, los relatos o las citas que usted desee.

---

**SUGERENCIAS PARA EL DESARROLLO DE LA LECCIÓN**

**El albedrío es el derecho que Dios nos dio de tomar decisiones**

Presentación por la maestra

Explique que el albedrío es la facultad de tomar decisiones y gobernar nuestras propias vidas. El hombre poseyó esa facultad en la existencia preterrenal. Antes de que viniéramos a esta tierra, nuestro Padre Celestial presentó un plan a Sus hijos.

Nota a la maestra

En el análisis que sigue a continuación, asegúrese de que las alumnas comprendan que nuestro Padre Celestial presentó el único plan. Jesús lo aceptó y se ofreció voluntariamente para ser el Salvador; Lucifer lo rechazó y se rebeló.

Análisis

- ¿Cuál fue el plan de nuestro Padre Celestial? Lea Abraham 3:24–28.
- ¿Por qué fue el albedrío un aspecto fundamental del plan?
- En el concilio de los cielos, ¿quién aceptó el plan de nuestro Padre Celestial?
- ¿Quién no lo aceptó?
- ¿Por qué se rebeló Satanás?

Explique que las Escrituras dan una respuesta a esa pregunta. Pida a una de las alumnas que lea Moisés 4:3.

Explique que el motivo de la guerra en los cielos fue que Satanás procuró destruir el albedrío del hombre. Satanás se rebeló en contra de nuestro Padre Celestial, y él y los hijos espirituales que le siguieron fueron echados fuera. Las dos terceras partes de los espíritus apoyaron el plan que defendía Jesucristo y recibieron la bendición de la vida terrenal.

- ¿Por qué sabemos que los hijos espirituales de nuestro Padre Celestial tuvieron el albedrío en la existencia preterrenal? (Porque podían escoger si deseaban seguir a Jesús o a Satanás.)
- ¿A quién escogieron seguir ustedes?
- ¿Cómo lo saben? (Recalque el hecho de que cada una de las alumnas escogió sabiamente en la existencia preterrenal, ya que todas ellas se encuentran aquí en la vida terrenal por motivo de esa sabia decisión.)

Pasaje de las Escrituras

Explique que cuando Dios puso a Adán y a Eva en el Jardín de Edén, les dio el albedrío. Ese hecho se le explicó muchos años después al profeta Enoc.

Pida a una de las alumnas que lea Moisés 7:32.

- ¿Por qué es el albedrío tan importante para cada una de ustedes?

Tira de cartulina

Muestre la tira de cartulina que dice: “Se os permite obrar por vosotros mismos” (Helamán 14:30).

Citas y análisis

El presidente Joseph Fielding Smith explicó la razón por la cual el albedrío es tan importante.

“ . . . ¿Mas qué valdría el hombre sin este libre albedrío? No sería mejor que un artefacto mecánico puesto que no hubiese obrado por sí mismo, sino que en todas las cosas se hubiese obrado sobre él y por lo tanto hubiéramos sido incapaces de recibir una recompensa por una conducta meritoria. El hombre habría sido un autómatas; no habría tenido ni felicidad ni miseria, ‘ni sensibilidad’, y a un estado así difícilmente se le podría llamar existencia” (Joseph Fielding Smith, *Doctrinas de Salvación*, comp. de Bruce R. McConkie, tomo I, pág. 61.)

- ¿Cómo seríamos sin el albedrío? (Sin el albedrío, las personas no podrían actuar por sí mismas; tendría que actuar sobre ellas una fuerza externa, del mismo modo en que una persona actúa sobre un aparato mecánico.)

El presidente David O. McKay explicó: “Después del don de la vida misma, el don más grande que Dios ha otorgado al hombre es la facultad de dirigir esa vida . . . la libertad de escoger debe apreciarse más que cualquier otra posesión que se pueda tener en la vida” (“Free Agency . . . the Gift Divine”, *Improvement Era*, feb. de 1962, pág. 86).

### Toda decisión tiene sus consecuencias

Análisis en la pizarra

Escriba en la pizarra la frase que aparece a continuación, dejando en blanco el espacio correspondiente a la última palabra:

Toda decisión tiene una \_\_\_\_\_.

Pida a las alumnas que sugieran palabras para llenar el espacio en blanco. En seguida, escriba en ese espacio la palabra correcta: *consecuencia*.

Lección práctica y análisis de un pasaje de las Escrituras

Muestre a las alumnas las semillas que haya llevado. Si plantáramos estas semillas de flores [o cualquier clase de semillas que haya llevado], ¿qué crecería?

- ¿Por qué no crecerán cebollas, ni duraznos ni manzanas de estas semillas de flores? (Existen leyes naturales que rigen a esas semillas.)

Ponga en claro que, del mismo modo, las leyes de Dios nos gobiernan y tienen sus consecuencias. Pida a una de las alumnas que lea Doctrina y Convenios 6:33. Asegúrese de que las alumnas comprendan el significado de las palabras *sembrar* y *cosechar*. (Cuando un agricultor planta semillas, se dice que *siembra*. Cuando recoge el fruto de lo que ha sembrado, decimos que *cosecha*. Los profetas han aplicado las palabras *sembrar* y *cosechar* al hecho de tomar decisiones en la vida y atenerse a las consecuencias de ellas.)

- ¿Qué quiere decir “lo que sembréis, eso mismo cosecharéis”?
- ¿Por qué se aplica ese pasaje de las Escrituras a las decisiones que tomamos todos los días?

Explique que toda decisión tiene una consecuencia.

Análisis

Distribuya a la clase los papelitos que haya preparado. En cada uno de ellos, debe tener escritas todas las preguntas que se mencionan a continuación. Si contara con el número suficiente de alumnas, hágalas trabajar de a dos.

1. ¿Cuáles podrían ser las consecuencias de hurtar una prenda de ropa en una tienda? ¿Cuáles podrían ser las consecuencias de no robar dicha prenda?
2. ¿Cuáles podrían ser las consecuencias de no estudiar ni hacer los deberes (tareas) de la escuela? ¿Cuáles podrían ser las consecuencias de estudiar y de hacer los deberes (tareas) de la escuela?
3. ¿Cuáles podrían ser las consecuencias de no orar todas las mañanas y todas las noches? ¿Cuáles podrían ser las consecuencias de orar regularmente?

4. ¿Cuáles podrían ser las consecuencias de beber una bebida alcohólica en una fiesta?  
¿Cuáles podrían ser las consecuencias de no tomar esas bebidas?
5. ¿Cuáles podrían ser las consecuencias de relacionarnos con amigos de dudoso carácter moral? ¿Cuáles podrían ser las consecuencias de no relacionarnos con amigos de esa clase?

Indique a las alumnas que en cada una de las situaciones tengan en cuenta lo siguiente:

1. Las consecuencias inmediatas de cada decisión.
2. La forma en que cada decisión podría afectar su vida futura.
3. Las consecuencias eternas de cada decisión.

Dé a las alumnas un minuto o dos para pensar en la situación que están analizando. A continuación, pida a cada una de las alumnas que exponga su opinión.

- En cada una de esas situaciones, ¿quién es responsable de las consecuencias?

Después de analizar las situaciones, explique que algunas decisiones son mucho más importantes que otras, ya que algunas acarrearán grandes consecuencias tales como la de hurtar en las tiendas o quebrantar otros mandamientos. La decisión de orar con sinceridad puede ser una bendición en nuestra vida y ayudarnos a seguir adelante en el camino que conduce a la vida eterna.

Cita

Lea la siguiente cita del presidente N. Eldon Tanner:

*“Eres libre de escoger exactamente lo que deseas hacer mientras no restrinja ni interfiera en los derechos y libertades de otras personas; pero debes ser responsable de tus actos y estar preparado para sufrir las consecuencias”* (véase “Las bendiciones de la obediencia”, *Liahona*, oct. de 1970, pág. 5).

Explique que cada vez que se obedece una ley espiritual, la consecuencia es una bendición que resulta en gozo y felicidad.

Carta

Indique a las alumnas que mientras usted les lea la carta que aparece a continuación, se concentren en lo que la joven del relato sintió y en la razón por la cual tuvo esos sentimientos.

“Querida Susi:

“Siento mucho que ayer te hayas molestado conmigo. Tu amistad siempre ha sido muy importante para mí, pero tuve que hacer lo que hice. Confío en que comprendas. Cuando me desafiaste a robar esa pulsera del mostrador, me dijiste que sería cosa fácil, que nadie nos estaba mirando, ni siquiera trabajando cerca del lugar en que nos encontrábamos. Cuando me dijiste que a ti nunca te habían sorprendido robando, sentí menos miedo, pero yo sabía que si me llevaba esa pulsera sin pagarla, me sorprendieran o no, no podría olvidar jamás que no había actuado con honradez. Sabía que nunca podría usarla, que siempre me recordaría mi mala acción.

“Cuando te alejaste de mí después de decirme que no querías perder el tiempo con una amiga como yo, que no sabía divertirse, me sentí muy triste y ofendida. Y todavía lo estoy. Pero creo que tendré que resignarme a vivir con esa tristeza. Será más fácil vivir con ese sentimiento que con el de no sentirme nunca libre de entrar en una tienda sin sentimientos de culpabilidad, o de no poder mirar a los ojos a mis padres o a mi obispo o de sentirme infeliz por lo que había hecho”.

Análisis

- ¿Qué sentía la joven que escribió esa carta cuando la escribió? ¿Por qué?
- ¿En qué forma su decisión afectó su libertad y su felicidad en el día en que la tomó? ¿En qué forma afectó su futuro?
- ¿En qué forma afectó su decisión la relación con su amiga? ¿Con sus padres? ¿Consigno misma? ¿Con su Padre Celestial?

Presentación por la maestra

Explique que cada vez que tomemos la decisión de obedecer la Palabra de Sabiduría, de mantenernos puras, de santificar el día de reposo o de obedecer cualquiera de las leyes de Dios, obtendremos como resultado alegría, gozo y felicidad.

Cita

“Todas las leyes de Dios, de la naturaleza y de la tierra se han hecho para el beneficio del hombre, para su comodidad, gozo, seguridad y bienestar; y depende del individuo

aprenderlas y determinar si gozará o no de estos beneficios mediante su obediencia a la ley y a los mandamientos" (N. Eldon Tanner, "Las bendiciones de la obediencia", *Liahona*, oct. de 1970, pág. 5).

### Conclusión

Presentación por la maestra

Explique que nuestro Padre Celestial ha dado a Sus hijos la facultad de tomar decisiones por sí mismos y de emplear su albedrío. Sin embargo, eso significa que cada uno de nosotros es responsable de las decisiones que tome. Aquellos que tomen decisiones prudentes hallarán felicidad y estarán libres del pesar y de la desilusión que los errores y el pecado traen consigo.

Cita

Lea la siguiente referencia:

"Después de la vida misma, el más grande de los dones que Dios ha otorgado al género humano es el del albedrío, el cual brinda a los hijos de Dios la mayor oportunidad de progresar en este segundo estado, que es la vida terrenal." (Harold B. Lee, *Stand Ye in Holy Places*, Salt Lake City: Deseret Book Co., 1975, pág. 235).

Presentación por la maestra

Diga a las jóvenes lo contenta que se siente por la forma sabia y prudente en que emplearon su albedrío en la preexistencia. Expréseles su confianza en que si continúan tomando decisiones correctas, podrán tener paz y felicidad a lo largo de toda su vida.

**OBJETIVO**

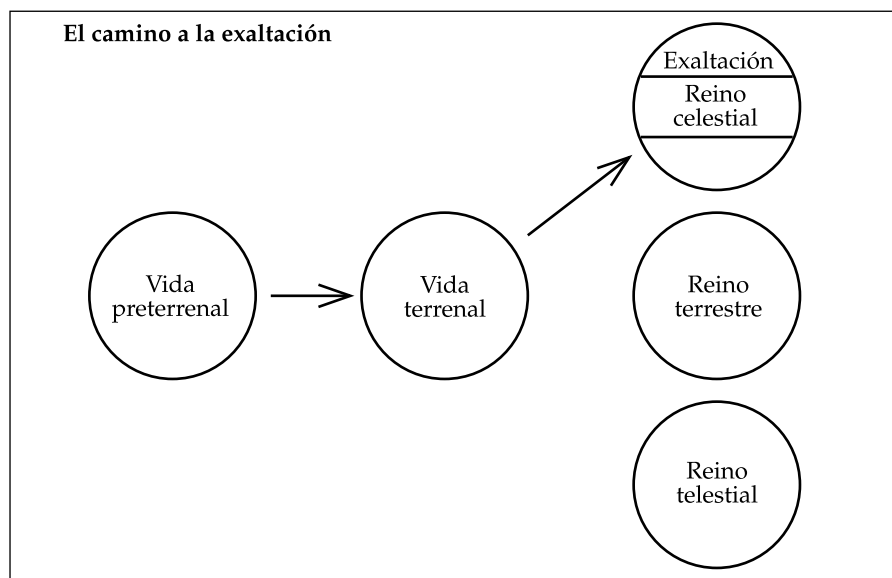
Que cada una de las alumnas desee llegar a la exaltación.

**PREPARACIÓN**

1. Prepare dos carteles. En uno de ellos, escriba:

*“La inmortalidad es la resurrección del cuerpo de carne y huesos a una vida sin fin. La inmortalidad, que es un don gratuito que se otorga a todos los que moran en la tierra, es el resultado de la resurrección de Jesucristo”.* En el otro cartel, escriba: *“La exaltación es la vida eterna, es decir, la clase de vida que vive Dios. Consiste en la continuación de la vida familiar en la eternidad. Aquellos que la obtengan deberán ser obedientes a los mandamientos de Dios para heredar un lugar en el más alto de los tres cielos que hay en el reino celestial”.*

2. Antes de la clase, prepare la pizarra de la siguiente manera:



3. Dé a diversas alumnas la asignación de presentar los pasajes de las Escrituras, los relatos o las citas que usted desee.

**SUGERENCIAS PARA EL DESARROLLO DE LA LECCIÓN**

**Todos los que nazcan en la tierra recibirán la inmortalidad, pero sólo los obedientes recibirán la exaltación**

Presentación por la maestra

Explique que durante siglos, el hombre se ha preguntado si habrá vida más allá de la tumba. En tanto algunas personas no creen que haya vida después de la muerte, otras tienen esperanza en que habrá algún tipo de existencia.

Análisis del cartel

Muestre el cartel en el cual se define la inmortalidad. En dicho cartel, se encuentran las respuestas a las preguntas que siguen:

- ¿Qué tienen que hacer las personas para recibir la inmortalidad? (Nada; es un don gratuito.)
- ¿Quiénes recibirán la inmortalidad? (Todos los mortales.)

- ¿Quién hizo posible ese don? (Jesucristo.)
- ¿Cómo se otorgó ese don? (Por medio de la resurrección de Jesucristo.)

Ponga ante la clase el cartel en el cual se define la exaltación. Especifique que tanto la inmortalidad como la exaltación son dones de nuestro Padre Celestial.

- ¿Qué diferencia hay entre la exaltación y la inmortalidad?
- ¿Qué hay que hacer para obtener la exaltación?

Hagan una comparación entre los requisitos de la inmortalidad y los de la exaltación.

Pasaje de las Escrituras y análisis

Explique que en Doctrina y Convenios 14:7, se explica el valor de la exaltación, o sea, el de la vida eterna, como se llama a veces. Pida a una de las alumnas que lea en voz alta dicho pasaje.

- ¿Qué dice ese pasaje que debemos hacer para obtener la exaltación? (Guardar los mandamientos y perseverar hasta el fin.)

### Debemos recibir ordenanzas y hacer convenios

Análisis

Explique que para obtener la exaltación debemos recibir ordenanzas y hacer convenios.

- ¿Qué es una ordenanza? (Es un acto exterior que simboliza una creencia o dedicación interior, como por ejemplo, el bautismo.)
- ¿Qué es un convenio? (Es una promesa entre Dios y el hombre, en la cual el hombre promete hacer ciertas cosas y Dios promete ciertos resultados.)

Citas y análisis

El presidente Spencer W. Kimball ha explicado un convenio que hicimos hace muchísimo tiempo. Escuchen con atención para determinar *qué* prometimos a nuestro Padre Celestial y *cuándo* hicimos esa promesa.

“Antes de venir a esta vida mortal, hicimos en los cielos promesas, promesas solemnes . . . Hemos hecho convenios; los hicimos antes de aceptar nuestra posición aquí en la tierra . . . Nos comprometimos ante nuestro Padre Celestial de que si Él nos enviaba a la tierra y nos daba la oportunidad de tener un cuerpo de carne y huesos, que si nos daba las valiosísimas oportunidades que ofrecía la vida terrenal, conservaríamos nuestra vida limpia, nos casaríamos en el santo templo, tendríamos hijos y les enseñaríamos la rectitud. Ése fue un juramento solemne, una promesa en verdad solemne” (“Be Ye Therefore Perfect”, discurso pronunciado en el Instituto de Religión de la Universidad de Utah, el 10 de ene. de 1975).

- ¿Cuándo hicimos el convenio que mencionó el presidente Kimball?
- ¿Qué prometimos a nuestro Padre Celestial?

Análisis en la pizarra

Escriba las respuestas en la pizarra debajo del encabezamiento:

“Vida premortal”. (Vea la muestra de la ilustración para la pizarra.)

Explique que ahora que estamos en la tierra, hay otras cosas que tenemos que conocer y llevar a cabo a fin de poder recibir el don de la exaltación. El élder Howard W. Hunter ha explicado algunas de esas cosas.

Cita

“El camino que conduce a la exaltación está bien definido. Se nos dice que tengamos fe, fe en el Señor Jesucristo y que nos arrepintamos de aquellas cosas que no estén de acuerdo con Sus enseñanzas. Después de experimentar ese cambio de actitud mental, debemos aseverarlo con firme resolución, entrando en las aguas del bautismo, haciendo, por ese medio, convenio con el Señor de guardar Sus mandamientos” (en Conference Report, oct. de 1960, pág. 109).

Análisis en la pizarra

- Según la cita anterior, ¿cuáles son algunas de las cosas que debemos hacer para ganar la exaltación? (Anótelas en la pizarra debajo del encabezamiento “Vida terrenal”. Vea la muestra de la ilustración para la pizarra.)

Explique que debemos recibir la ordenanza del bautismo para poder ser exaltados. También debemos recibir el don del Espíritu Santo.



- ¿En qué forma nos ayudará el Espíritu Santo a alcanzar la exaltación? (Nos inspirará a hacer el bien, nos enseñará toda verdad y nos ayudará a conocer a Dios y a Jesucristo.)

Explique que otra ordenanza necesaria para la exaltación es la investidura que se recibe en el templo. La investidura nos da bendiciones especiales, bendiciones espirituales que ayudan a la persona a prepararse para entrar en el Reino de Dios. Al recibir la investidura hacemos convenios.

Pida a las alumnas que escuchen con atención lo que prometerán hacer cuando vayan al templo.

Cita

Prometemos al Señor “observar la ley de absoluta virtud y castidad, ser caritativo, benevolente, tolerante y puro; consagrar [nuestro] talento y [nuestros] medios a la propagación de la verdad y el ennoblecimiento de la raza humana; mantener [nuestra] devoción a la causa de la verdad y procurar en toda forma contribuir a la gran preparación, a fin de que la tierra quede lista para recibir a su Rey, el Señor Jesucristo” (James E. Talmage, *La casa del Señor*, pág. 90).

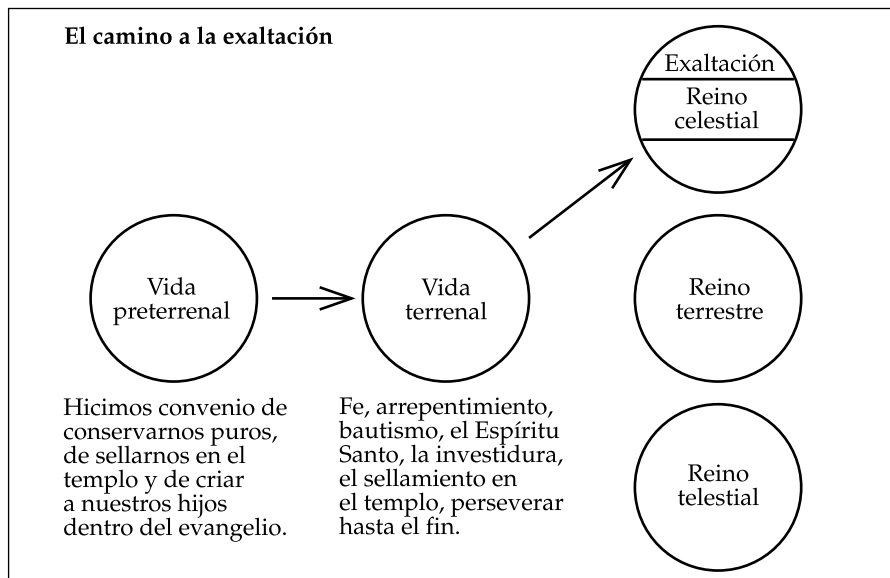
- ¿Cuáles son algunas de las cosas que prometerán hacer cuando reciban su investidura?
- Después de la investidura, ¿qué otra ordenanza que se efectúa en el templo es necesaria para la exaltación? (El matrimonio en el templo. Véase D. y C. 131:1–4.)

Pasaje de las Escrituras

Aclare que aun cuando una joven reciba todas las ordenanzas y haga todos los convenios, ello no le garantiza la exaltación. Para saber qué más debe hacer, indique a las alumnas que vuelvan a leer Doctrina y Convenios 14:7.

- ¿Qué más deben hacer después de haber recibido las ordenanzas necesarias, de haber hecho los convenios necesarios y de haber empezado a guardar los mandamientos? (Perseverar hasta el fin.)
- ¿Qué quiere decir “perseverar hasta el fin”?

Una vez terminado el análisis, el cuadro de la pizarra debe verse como sigue:



### La exaltación merece todo nuestro esfuerzo

Pasaje de las Escrituras y análisis

Haga notar que en Doctrina y Convenios 132:20–24 se explican algunas de las bendiciones de la exaltación. Pida a una de las alumnas que lea en voz alta dicho pasaje.

- ¿Qué bendiciones aguardan a aquellos que viven dignos de la exaltación? (La de llegar a ser dioses, de tener dominio sobre todas las cosas, de tener dominio sobre ángeles, de tener todo poder, de vivir con Jesús.) Explique que del mismo modo que a Jesucristo se le prometió todo lo que el Padre tiene, también nosotros podremos recibir todo poder y dominio, y llegar a ser creadores de otros espíritus y de otros mundos.

Para hacer comprender a las jóvenes cuán grandes serán la gloria y la felicidad de los que sean exaltados, lea la referencia que aparece a continuación de la experiencia del élder Melvin J. Ballard, quien, cuando era Apóstol, tuvo un maravilloso sueño o visión:

Cita

“Lejos, en la reservación india de Fort Peck, donde realizaba yo la obra misional entre los indios con algunos de nuestros hermanos, había recurrido diligentemente al Señor en busca de guía para decidir ciertos asuntos pertinentes a nuestro trabajo allí, y había recibido de Él el testimonio de que estábamos haciendo las cosas de acuerdo con Su voluntad. Una noche soñé que me hallaba en el templo, ese sagrado edificio. En ese sueño, después de un momento de oración y regocijo, se me dijo que iba a tener el privilegio de entrar en una de las habitaciones para conocer a un glorioso Ser, y, al atravesar el umbral de la puerta, vi, en una plataforma elevada, al Ser más glorioso que mis ojos hayan contemplado o que hubiese podido concebir que existiera en todos los mundos eternos. Cuando me acercaba para ser presentado, Él se puso de pie, caminó hacia mí con los brazos extendidos, y sonrió al pronunciar dulcemente mi nombre. Si yo viviese hasta tener un millón de años, no olvidaría jamás aquella sonrisa. Me tomó en Sus brazos y me besó, me apretó contra Su pecho y me bendijo, ¡hasta que me pareció que se me derretía la médula de los huesos! Cuando hubo terminado, me arrodillé a sus pies, y cuando los bañaba con mis lágrimas y besos, vi las marcas de los clavos en los pies del Redentor del mundo. El sentimiento que experimenté en la presencia de Aquel que tiene todas las cosas en Sus manos, el tener Su amor, Su abrazo y Su bendición, fue tal, que si alguna vez pudiese yo recibir aquello de lo cual gocé por algunos instantes, daría todo lo que soy y todo lo que he anhelado ser por sentir lo que en aquel entonces sentí” (véase Melvin J. Ballard, “El convenio sacramental”, *Liahona*, jun. de 1976, pág. 6).

Pida a las alumnas que cierren los ojos y se imaginen estar en el lugar más hermoso que puedan imaginar, junto con sus familiares, sus amigos y sus seres queridos; con los grandes profetas del pasado, con Abraham, José Smith y Adán; y con nuestro Padre Celestial y Jesucristo en un ambiente en el que reinan el amor, la belleza y la rectitud para siempre. Si lo desea, pida a las alumnas que expongan ante la clase los sentimientos que les hace experimentar el pensar en lo que les acaba de mencionar. Explique que ni siquiera podemos imaginarnos cuán maravillosa será la exaltación.

### Conclusión

Pasaje de las Escrituras y análisis

Pida a una de las alumnas que lea 1 Corintios 2:9.

- ¿Qué dice ese versículo con respecto a las cosas que están preparadas para aquellos que aman al Señor y guardan Sus mandamientos? (Ni siquiera podemos imaginar cuán gloriosas serán.)

Haga hincapié en el hecho de que la exaltación es una bendición grandiosa para los que estén dispuestos a recibirla, que es mejor de lo que cualquier ser humano pueda imaginar.

Asegure a las alumnas que si se esfuerzan por vivir los mandamientos, cumplen con sus convenios y aman a sus semejantes, podrán alcanzar la exaltación, que es el más grande de los dones de un Padre Celestial amoroso. Si se siente inspirada a hacerlo, exprese su testimonio.

# Fortalezcamos nuestro testimonio por medio del servicio

---

OBJETIVO	Que las alumnas comprendan que pueden fortalecer su testimonio del Evangelio de Jesucristo por medio del servicio.
----------	--

---

PREPARACIÓN	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Consiga papel y lápices para todos los miembros de la clase.</li><li>2. Lea y estudie Mosiah 2.</li><li>3. Dé a miembros de la clase la asignación de leer o narrar los relatos de las jóvenes que hallaron satisfacción en el servicio a sus semejantes. También podría contar el servicio que hayan rendido las jóvenes de su región o país.</li><li>4. Dé a diversas alumnas la asignación de presentar los pasajes de las Escrituras, los relatos y las citas que usted desee.</li></ol>
-------------	---

---

SUGERENCIAS PARA EL DESARROLLO DE LA LECCIÓN	<p><b>Al servir a nuestros semejantes, servimos al Señor</b></p> <p>Indique a los miembros de la clase que busquen Mosiah 2 para leer juntas varios versículos. A modo de introducción de dicha lectura, informe a las alumnas que el rey Benjamín explica a los habitantes de su pueblo la forma en que les ha servido durante su reinado. Si lo desea, podría pedir a varias alumnas que leyeran los diversos versículos.</p> <p>Lean el versículo 11 y comenten la forma en que el rey Benjamín sirvió a su pueblo.</p> <p>Lean los versículos 12 y 14, y comenten las razones por las cuales no pedía oro ni plata a los de su pueblo. Pregunte a las alumnas si les gustaría ser gobernadas por un hombre como el rey Benjamín.</p> <p>Lean los versículos 16 y 17, y hablen de lo que significa servir a Dios.</p> <p>Lean el versículo 18 y someta a análisis el ejemplo que dio el rey Benjamín.</p> <p>Lean los versículos 19 al 21 y hablen de cómo podrían aplicar esas ideas a la vida de cada una.</p>
Lectura de un pasaje de las Escrituras y análisis	
Cita	<p>Lea la referencia del presidente Spencer W. Kimball, la cual aparece a continuación, y analice su contenido con las alumnas. Haga ver a las jóvenes el significado de las palabras del presidente Kimball en sus propias vidas.</p> <p>“Es por medio del servicio que aprendemos a servir. Cuando servimos al prójimo, no sólo lo asistimos con nuestros hechos, sino que también vemos nuestros propios problemas desde otra perspectiva. Cuanto más nos preocupamos por los demás, menos tiempo nos queda para preocuparnos por nosotros mismos. Jesucristo nos prometió que ‘perdiéndonos’ en el servicio de los demás lograremos encontrarnos a nosotros mismos.</p> <p>“No sólo nos <i>encontramos</i> en el hecho de que reconocemos una guía en nuestra vida, sino que cuanto más sirvamos a nuestro prójimo de la manera apropiada, tanto mayor será el provecho y el resultado que logremos para nuestra alma. El servicio al prójimo le da más significado a nuestra personalidad. En realidad, nuestra importancia intrínseca aumenta cuando dedicamos nuestros esfuerzos al bien de nuestros semejantes.</p> <p>“George McDonald, novelista y poeta del siglo pasado, destacó que: ‘Es mediante el amor que sentimos hacia otra persona y no por el amor de esa persona hacia uno, que podemos aproximarnos más a su alma’. Claro que todos necesitamos ser amados, pero debemos dar y no solamente recibir si es que deseamos tener plenitud en la vida y estar seguros del propósito de nuestra existencia. A menudo la solución no es cambiar las</p>

circunstancias que nos rodean, sino cambiar nuestra actitud con respecto a esa circunstancia. Las dificultades que muchas veces tenemos que enfrentar suelen ser verdaderas oportunidades de servicio . . .

“Dios sabe que existimos y se encarga de cuidarnos. Pero, por lo general, es mediante otra persona que Él satisface nuestras necesidades. Es por lo tanto vital que nos sirvamos el uno al otro en el reino. El pueblo de la Iglesia necesita fortalecerse, apoyarse y guiarse mutuamente . . . En Doctrina y Convenios podemos leer cuán importante es socorrer a los débiles, levantar las manos caídas y fortalecer las rodillas debilitadas (véase D. y C. 81:5). Muy a menudo nuestros actos de servicio al prójimo consisten simplemente en dar aliento o ayuda práctica, pero ¡qué gloriosas consecuencias pueden tener esas acciones realizadas de buena voluntad!

“Al agudizarse los contrastes entre las sendas del mundo y las de Dios, la fe de los miembros de la Iglesia será puesta a prueba severamente. Una de las cosas de mayor importancia que podemos hacer es expresar nuestro testimonio mediante el servicio, lo cual, a su vez, tendrá como consecuencia el desarrollo espiritual, una dedicación más completa a la causa y una mayor capacidad de cumplir con los mandamientos” (véase “El propósito de la vida”, *Liahona*, ago. de 1975, págs. 2–3).

Cita

Lea la referencia del élder L. Tom Perry, que aparece a continuación, y explique brevemente la forma en que se aplica a las jóvenes de su clase.

“Estoy seguro de que el Señor se siente complacido con la juventud de la Iglesia. Ustedes han sido reservados para venir a la tierra durante este importante período. Él cuenta con ustedes para que le ayuden a construir Su reino aquí. Los ha educado y equipado como a ninguna otra generación. Ahora Él espera que pongan en acción el conocimiento que tienen . . .

“Que el Señor continúe fortaleciéndolos y bendiciéndolos con fe y el deseo de servirle como Él les ha dicho que lo hagan. Cumplan con todo el entusiasmo que puedan tener y yo les prometo el gran gozo que sólo resulta de servir en el reino de nuestro Padre Celestial” (véase “Señor, ¿qué quieres que yo haga?”, *Liahona*, mayo de 1975, pág. 41).

---

### **Podemos servir a nuestros semejantes de muchas maneras**

Cita

Lea la referencia del presidente Spencer W. Kimball que se menciona a continuación:

“ . . . Si fuéramos a elegir a tan sólo dos o tres individuos que hubieran tenido alguna influencia en nuestra vida, ¿qué consideraríamos que hicieron que fue de mayor ayuda para nosotros en momentos críticos o importantes de nuestra vida? Después de reflexionar por breves momentos, podríamos decir que tal persona se preocupó por nosotros, que nos dedicó tiempo, que nos enseñó algo que necesitábamos saber. Reflexionen ahora sobre su comportamiento, del mismo modo que yo lo hago sobre el mío, para comprobar si ejercemos esos mismos atributos. Es bastante improbable que, al recordar, nos venga a la memoria alguien que recordamos como consecuencia de una técnica que utilizara y le caracterizara, sino que aquellos que más y mejor recordaremos serán los que nos han brindado algún servicio, los que nos amaron y nos comprendieron, ayudándonos y mostrándonos el camino a seguir mediante la luz de su propio ejemplo. Por lo tanto, quiero destacar la importancia de que hagamos lo mismo por aquellos que ahora dependen de nosotros, del mismo modo que nosotros dependimos del servicio de otros en el pasado” (véase “El propósito de la vida”, págs. 3–4).

Ejercicio escrito

Reparta entre las alumnas las hojas de papel y los lápices. Indíqueles que repasen su propia vida y determinen a dos o tres personas que hayan ejercido mayor influencia en ellas. En seguida, pida a varias de las alumnas que hablen de una de las personas que hayan anotado. Ponga de relieve el hecho de que el servicio ha hecho a cada una de las personas mencionadas un personaje importante en la vida de ellas.

Indique a las alumnas que escriban en sus respectivas hojas de papel las tres palabras que siguen: *familia*, *iglesia* y *amigos*. Haga notar que la familia es la unidad más pequeña y más importante de la Iglesia. Indique a las alumnas que escriban debajo de cada una de las palabras anotadas diversas formas en que pueden prestar servicio a las personas que pertenecen a cada grupo. Déles tres o cuatro minutos para llevar a cabo la actividad e invite a las alumnas que deseen hacerlo a exponer ante la clase algunas ideas con respecto a cómo servir a sus semejantes.

---

## El verdadero servicio brinda gozo y alegría

### Relato

A continuación, lea usted o pida a algunas de las alumnas que lean los relatos que se mencionan en seguida sobre jóvenes que prestaron servicio. Si lo desea, podría hablar del servicio que las jóvenes de su región hayan prestado al prójimo. Pida a las alumnas que reparen en la forma en que el testimonio de las jóvenes de los relatos se fortaleció por medio del servicio.

“Hace unos años, un día al atardecer, ocurrió algo en la vida de un grupo de magníficas jovencitas. Antes de esa tarde, habían pasado horas haciendo galletas, probando nuevas recetas, planeando el programa, componiendo canciones, cambiando impresiones y hablando hasta por los codos; según recuerdo, allí se hablaba más de lo que se escuchaba. Cualquier observador hubiera convenido en que era una actividad muy entretenida, pero también cabía preguntar qué principio se estaba enseñando.

“El día designado, se llevaron a cabo todos los planes de la entrega de las galletas y de la presentación del programa, como se había proyectado, entre las risas, la alegría y el entusiasmo de la juventud, deseosas todas de tomar parte en la acción. Lo único que falló de los planes fue que una vez que se hubieron hecho todas las asignaciones, sobraban varias bolsas de galletas. Tras la interrogante natural sobre lo que se podría hacer con las galletas extras, surgieron varias sugerencias, entre ellas: ‘Podríamos comerlas o llevarlas a los chicos exploradores o quizás venderlas’.

Entonces se oyó la voz de la presidenta de la clase, quien con tono reflexivo dijo: ‘Ya sé; ¿por qué no las llevamos a un hogar de ancianos, ya que lo más probable es que allí no tengan galletas?’ Se hizo una llamada telefónica, se concertó una hora y, poco después, el grupo de jovencitas estaba ante la puerta de un hogar de ancianos al parecer con un disminuido entusiasmo por lo que antes les había parecido una buena idea. Alguien abrió la puerta y las chicas se empujaban torpemente la una a la otra procurando no ser la primera en entrar. Hubo un momento de tensión y muchas pensaron *¿por qué habremos venido!* Tres de ellas se apresuraron a poner las bolsas de galletas sobre una vieja mesa que, aparte de las camas y de las sillas de ruedas que ocupaban los ancianos, constituía el único mobiliario.

“A medida que las jovencitas entonaban una de las canciones que habían preparado, con tono suave y con la dulzura característica de la juventud, comenzaron a enderezarse una o dos espaldas encorvadas. Algunos pacientes comenzaron a llevar a los que estaban en sillas de ruedas más cerca del grupo juvenil. Las jóvenes siguieron cantando, armándose de un poco más de valor ante la cálida reacción que se hacía evidente.

“Había empezado a ocurrir un milagro: la expresión del rostro de los ancianos iba cambiando gradualmente; los ojos se les llenaban de lágrimas al comenzar las jovencitas a cantar otra canción. Esa vez el grupo tarareaba la melodía de una canción conocida mientras una de las jóvenes, que era extranjera, cantaba la letra en alemán. En aquel momento, un anciano de cuerpo encorvado y fatigado, que estaba sentado en la orilla de una cama que se veía a través del pasillo en una habitación contigua, levantó la cabeza y con tono suave pero audible se unió al canto entonándolo en su lengua materna.

“Los rostros se volvieron, los ojos se llenaron de lágrimas, los corazones se conmovieron y hubo un cambio en la vida de muchas personas. En seguida, unos cuantos ancianos expresaron su agradecimiento y el grupo de jovencitas, diferentes ahora por la experiencia vivida, bajaron casi con reverencia los peldaños de la escalera de aquel viejo edificio. ¡Ah, qué bellos pensamientos expusieron las chicas durante el trayecto de regreso a casa! Una de ellas, con tono interrogante, dijo: ‘No sé qué habrá pasado, pero nunca había sentido lo que siento ahora’. Otra dijo casi en un susurro: ‘¿Cuándo podremos hacer esto otra vez?’ Aquel día, tanto las jovencitas como yo supimos por experiencia propia lo que quieren decir las palabras de Juan: ‘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). En ese momento vivimos un principio a la manera de Cristo y todas nos sentimos ansiosas de volver a vivirlo.

“Cuando estamos en el servicio de nuestros semejantes, estamos en el servicio de nuestro Dios. Nosotras estuvimos en Su servicio y sentimos Su cercanía” (Ardeth G. Kapp, “My Girls Taught Me a Principle of the Gospel”, *Remarkable Stories from the Lives of Latter-day Saint Women*, comp. de Leon Hartshorn, Salt Lake City: Deseret Book Co., 1973–1975, tomo II, págs. 125–127).

## Relato

La construcción del templo Jordan River sirvió de inspiración para hacer participar a las jovencitas de la Estaca Draper, Utah, en seis meses de servicio donado al templo. Durante varios meses antes que el templo abriera sus puertas, las jóvenes y sus líderes se ocuparon de trabajar afanosamente haciendo juguetes y otros artículos para el centro de jóvenes y niños del templo: una casa de muñecas completa con mobiliario y muñecas; una mesita y cuatro sillas; una cuna pintada; muchos libros de cuentos, libros hechos de tela con cierres de cremalleras y botones, etc., para mantener a los niños callados, así como rompecabezas; varias bolsas de bloques pulidos y pintados para construir; muchos animalitos de felpa y muñecas; un buen número de bonitos acolchados, almohadas, pequeñas mantas para bebé, etc.

Las innumerables horas que pasaron trabajando juntas sirvieron a las chicas para fortalecer su amistad, hacerse de nuevas amigas y descubrir y desarrollar talentos personales que, en muchos casos, no sabían que tenían.

“De veras nos divertimos mucho”, fue la opinión de todas las jóvenes. “También tuvimos muchas experiencias espirituales”, dijo una jovencita. “Jamás olvidaré la noche en que entregamos nuestros ‘regalos de amor’ a la directora del templo. La presidencia del templo estaba allí y los oradores hablaron de sus hermosas experiencias y de su testimonio de las ordenanzas del templo. Fue una vivencia muy inspiradora”.

- ¿Cómo ha fortalecido su testimonio el servicio al prójimo?

**Conclusión**

## Poema y análisis

Lea a las alumnas la poesía que aparece a continuación e invítelas a reflexionar en el mensaje que encierra:

Suponiendo que éste fuera tu último día sobre la tierra,  
 El último tramo de la jornada que tienes que recorrer;  
 Después de todo lo que has luchado, ¿cuánto vales?  
 ¿Cuánto puedes llevar contigo a la morada de Dios?  
 No cuentes entre tus bienes ni tu plata ni tu oro.  
 Ya que mañana habrán quedado atrás;  
 Lo único que en tu poder tendrás  
 Será el servicio que hayas prestado a la humanidad.  
 (Poema anónimo citado por el presidente David O. McKay en *Treasures of Life*,  
 Salt Lake City: Deseret Book Co., 1962, págs. 395–396).

- ¿Qué bienes podrán llevar cuando vuelvan a la presencia de su Padre Celestial?
- Si éste fuera su último día sobre la tierra, ¿qué podrían llevar a la morada de Dios?

## Testimonio

Expresa su testimonio del servicio al prójimo. Sería conveniente que relatara alguna experiencia positiva que haya tenido tanto en lo tocante a recibir servicio como a prestar servicio a los demás.

**Actividad que se sugiere**

Esta lección se presta magníficamente bien para que las jóvenes de su clase se preparen para llevar a cabo una actividad de servicio al prójimo.

OBJETIVO	Que todas las alumnas comprendan la importancia de apoyar las leyes de su país.
PREPARACIÓN	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Lámina 15. Señales internacionales de control de tránsito, la cual se encuentra al final del manual.</li> <li>2. Optativo: Consiga en la biblioteca de su centro de reuniones el cartel del duodécimo Artículo de Fe (65012).</li> <li>3. Haga una copia para cada una de las alumnas del volante “Actividades que se sugieren”, que se encuentra al final de la lección.</li> <li>4. Lleve un ejemplar de cada uno de los libros canónicos para poner a la vista de las alumnas. Además, consiga lápices para todos los miembros de la clase.</li> <li>5. Lleve la bandera de su país o una fotografía de ella para mostrar durante la lección.</li> <li>6. Antes de enseñar la lección, averigüe el significado de los diversos colores y símbolos de la bandera de su país.</li> <li>7. Dé a diversas alumnas la asignación de presentar los pasajes de las Escrituras, los relatos y las citas que usted desee.</li> </ol>
SUGERENCIAS PARA EL DESARROLLO DE LA LECCIÓN	<p><b>Las leyes civiles aseguran la paz y el orden del país</b></p>
Lámina y análisis	<p>Muestre la lámina de las diversas señales internacionales del tránsito. Pregunte para qué se emplean, qué indican y por qué son necesarias.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Qué podría suceder en una ciudad grande durante las horas en que el tránsito está más congestionado si no funcionaran los semáforos, no hubiera carteles de control del tráfico o no hicieran su trabajo las personas encargadas de dirigirlo?</li> <li>• ¿Qué otras leyes son indispensables para mantener el orden y la paz en una comunidad y en una nación?</li> <li>• ¿Qué sucedería si no hubiera tales leyes?</li> </ul>
Análisis de un pasaje de las Escrituras	<p>Muestre los libros canónicos (La Biblia, el Libro de Mormón, Doctrina y Convenios y la Perla de Gran Precio).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Qué tienen en común estos libros con un libro de leyes? (Los primeros contienen las leyes religiosas y el segundo, las leyes civiles.) Explique que el Señor ha exhortado a los miembros de la Iglesia con respecto a esas dos clases de leyes. Pida a una de las jóvenes que lea Doctrina y Convenios 58:21.</li> <li>• ¿Por qué el obedecer las leyes de Dios nos sirve para guardar las leyes del país?</li> <li>• ¿Por qué nos hace falta contar con un gobierno organizado? ¿Por qué no podemos arreglárnoslas individualmente?</li> </ul>
Cita y análisis	<p>Una vez que las alumnas hayan respondido, lea la referencia que aparece a continuación para dar una respuesta más amplia a la pregunta.</p> <p>“Los primeros pioneros se dieron cuenta de que dedicaban gran parte de su tiempo y energías a defenderse tanto ellos mismos como su propiedad y su libertad. Si el hombre desea prosperar, no puede emplear todo su tiempo defendiendo constantemente a su familia, protegiendo sus campos y su propiedad contra ataques y robos. Cuando se une a sus vecinos y entre todos contratan a un policía, nace un gobierno. Los ciudadanos ponen en manos del policía o del cuerpo policíaco su derecho indiscutible de protegerse.</p>

Entonces la policía pasa a hacer por ellos sólo lo que les correspondía hacer por su cuenta y nada más . . .

“Por lo tanto, en términos generales, la debida función del gobierno comprende el tomar medidas de defensa, como el conservar fuerzas policíacas nacionales, militares y locales para proteger la vida, la propiedad y la libertad de los ciudadanos tanto de déspotas extranjeros como de delincuentes locales” (Ezra Taft Benson, en Conference Report, oct. de 1968, págs. 18–19; *Improvement Era*, dic. de 1968, págs. 51–52).

- ¿Por qué otras razones son indispensables los gobiernos y las leyes?

Cita y análisis

En Doctrina y Convenios 134:1 dice: “Creemos que Dios instituyó los gobiernos para el beneficio del hombre . . .”

Además, el presidente N. Eldon Tanner hizo hincapié sobre este punto en la cita siguiente:

“Todas las leyes de Dios, de la naturaleza y de la tierra se han hecho para el beneficio del hombre, para su comodidad, gozo, seguridad y bienestar; y depende del individuo aprenderlas y determinar si gozará o no de estos beneficios mediante su obediencia a la ley y a los mandamientos. Mi entero propósito . . . es demostrar que éstos existen para nuestro bien, y que para ser felices y alcanzar el éxito, debemos obedecer tales leyes y reglamentos concernientes a nuestras actividades; y éstas servirán ya sea para nuestro gozo y provecho o para nuestro perjuicio y tristeza, de acuerdo con nuestras acciones” (véase “Las bendiciones de la obediencia”, *Liahona*, oct. de 1970, pág. 5).

- ¿Podrían mencionar algunas de las leyes que se han establecido para nuestro beneficio, comodidad y seguridad?

---

### Dios hace responsables a Sus hijos de apoyar las leyes de su país

Análisis de un pasaje de las Escrituras

Indique a las alumnas que lean Doctrina y Convenios 134:1.

- ¿Qué quiere decir hacer responsables a los hombres?

Mencione el duodécimo Artículo de Fe. (Muestre el cartel de éste.)

Cartel (optativo)

- ¿De qué manera se obedece, se honra y se apoya o defiende la ley?

Casos para analizar

Hágales analizar las situaciones que se mencionan a continuación y determinar lo que se debe hacer para obedecer, honrar, apoyar o defender la ley en cada caso.

1. Vas viajando en automóvil con unos adolescentes mayores que tú. El que conduce lo hace excediendo el límite establecido de velocidad y te ofrece que conduzcas tú aunque no tienes licencia para hacerlo.
2. Un funcionario de gobierno está dirigiendo la palabra al estudiantado de tu escuela. Un grupo de alumnos que desaprueban lo que éste dice hablan entre sí, impidiendo a los demás escuchar.
3. Te encuentras en una tienda grande y de pronto ves que una de tus amigas se está guardando en el bolsillo un prendedor que no ha pagado.
4. Vas por la calle y un joven te da un folleto en el cual se critica al gobierno de tu país. Tú no sabes si la crítica es válida.

Preguntas para reflexionar

- ¿Son sus actos diarios ejemplos de personas que obedecen, honran y apoyan las leyes del país?

---

### El modo de proceder de una joven pone de manifiesto el amor que tiene hacia su patria

Citas

“El profeta José Smith . . . dijo: ‘Se debe aspirar a tener patriotismo y éste se encontrará en el recto vivir’. ¿No es acaso interesante esa idea? No se puede ser verdaderamente patriota si no se es una buena persona. Ninguna persona puede ser buen Santo de los Últimos Días si no es leal a los intereses y al bienestar de su país” (véase Hartman Rector, hijo, “The Land Choice Above All”, en *Speeches of the Year, 1975*, Provo: Brigham Young University Press, 1975, pág. 423).



- ¿Qué quiere decir ser patriota?

La referencia que aparece a continuación podría servirle para dar respuesta a la pregunta anterior:

“El patriotismo es más que el flamear de la bandera y los fuegos artificiales; es la forma en que respondemos a los problemas que afectan el bien público. Si nos limitamos tan sólo a preguntarnos: ‘¿Qué beneficio me reportará esa propuesta?, ¿qué ganaré yo con ello?’, no somos patriotas ni buenos ciudadanos. Pero si, en cambio, nos preguntamos: ‘¿Es correcta la propuesta?, ¿constituye un beneficio para el pueblo?, ¿conservará y fortalecerá nuestra libertad?’, entonces merecemos contarnos entre los grandes patriotas. Patriotismo es procurar siempre dar al país más de lo que se recibe; es servicio desinteresado” (Ezra Taft Benson, *The Red Carpet*, Salt Lake City: Bookcraft, 1962, pág. 96).

Análisis en la pizarra

- ¿Qué actos de patriotismo que realizan ustedes ponen de manifiesto que aman a su país?

Anote en la pizarra las respuestas de las alumnas. Entre las respuestas, se podrían mencionar las siguientes:

1. Entonar respetuosamente el himno nacional.
2. Mostrar reverencia por la bandera de nuestro país.
3. Aprender más del patrimonio y de la historia de nuestro país.
4. Tomar parte en las campañas políticas de los candidatos cuyos puntos de vista apoyamos.
5. Participar en proyectos de servicio y en otras actividades cívicas.
6. Obedecer las leyes del país.
7. Respetar a los funcionarios públicos y respetar, asimismo, la propiedad pública.
8. Respetar las opiniones sobre política que difieran de las nuestras.

Bandera y análisis

Señale la bandera que ha puesto a la vista de la clase y haga las preguntas que aparecen a continuación adaptándolas a los colores y a los símbolos de la bandera del país.

- ¿Qué representan los diversos colores?
- ¿Qué representan los símbolos? (Si los tuviera.)
- ¿Por qué son los colores y los símbolos de que hemos hablado importantes para nuestro país? ¿Qué pueden hacer ustedes para promover los valores justos que simboliza la bandera?

Si su país tiene un juramento de lealtad a la patria o a la bandera, podría analizar con las alumnas lo que éste significa.

### Aplicación de la lección

Volante

Reparta entre las alumnas las copias de las “Actividades que se sugieren”. Lea dicha lista junto con ellas y pídale que añadan sus propias opiniones. Sugírales que empleen la lista como guía para su futura participación en asuntos cívicos. Pídale que escojan una de las actividades que se sugieren para llevar a cabo a nivel de clase. Esté preparada para ayudarles a organizarla a fin de que obtengan resultados satisfactorios.

## *Actividades que se sugieren*

1. Estudiar la historia, la geografía, la fauna y otras características de la región en que viven.
2. Conocer los sitios históricos de su localidad.
3. Si es apropiado, comprar o confeccionar la bandera del país y regalarla a alguien o usarla ustedes mismas.
4. Visitar un lugar de interés nacional.
5. Aprender más con respecto a los dirigentes locales y nacionales.
6. Si es apropiado, escribir una carta a un gobernante del país expresando su preocupación con respecto a alguna situación.
7. Si es apropiado, escribir una carta a un gobernante del país expresando su gratitud por algo que él haya hecho.
8. Donar tiempo para prestar ayuda a la comunidad.
9. Averiguar con el gobierno civil si pueden ayudar en un proyecto de conservación de energía.
10. Aprender los reglamentos de tránsito y alentar a familiares y a amigos a observarlos.
11. Dar charlas en su localidad sobre las medidas de seguridad que deben tomar los niños que andan en bicicleta.
12. Concurrir a una reunión cívica.
13. Si es posible, concurrir a una reunión de vecinos con los maestros de las escuelas de la localidad.
14. Donar ayuda a alguien que esté haciendo campaña para ser elegido a un cargo público.



# *Aprendamos a vivir una vida virtuosa*

## Nota a la maestra

En cada dispensación, el Señor ha enseñado Sus normas morales por medio de las Escrituras y de Sus profetas. El deterioro de dichas normas en el mundo que nos rodea ha creado un gran abismo entre lo que el mundo acepta y lo que el Señor prueba. Es indispensable conocer las normas del Señor en cuanto a la moral a fin de vivirlas.

Al presentar las lecciones de esta unidad, deben tomar todas las precauciones posibles para asegurarse de enseñar a las jóvenes las normas morales del Señor de un modo apropiado y delicado, y con el tacto adecuado tanto a la etapa de desarrollo de las alumnas como a la aptitud de ellas para comprender y absorber la materia. Cuando las asesoras y las jovencitas entablan amistad, surgen entre ellas conversaciones que llevan a que las jóvenes hablen de las tentaciones que enfrentan o hagan preguntas sobre temas que les preocupen. Como asesoras, ustedes deben contestar las preguntas de la mejor manera posible y aconsejar a las jovencitas que también hablen de esos asuntos delicados con sus propios padres.

Para prepararse para responder a dichas preguntas de una manera adecuada, lean el folleto *La fortaleza de la juventud* (34285 002) como también la *Guía para los padres* (31125 002), la que se escribió para ayudar a los padres a enseñar a sus hijos ciertas cosas íntimas y para prepararlos para seguir el plan del Señor en este aspecto.

Recuerden que solamente el obispo puede hacer preguntas a los jóvenes sobre la castidad y otros asuntos relacionados con ésta durante las entrevistas. (Véase el *Manual para líderes de las Mujeres Jóvenes*, pág. 00 y el *Manual para líderes del Sacerdocio de Melquisedec*, pág. 00. Sugieran a las jóvenes que pidan una entrevista con el obispo si tienen dudas y desean hablar de si su comportamiento ha sido apropiado o no.

En estas lecciones, deben contar con la orientación del Espíritu Santo en lo que enseñe para decidir cuándo deben enseñar algo y en qué forma hacerlo. Los comentarios deben limitarse a los temas que han enseñado los profetas y que se mencionan en las lecciones.

El video *La moralidad y la juventud* (53494 002 NTSC o 56494 002 PAL) sería muy apropiado como introducción o conclusión de este grupo de lecciones. Por motivo de que en un período de clase no cuenta con el tiempo suficiente para mostrar el filme con sus correspondientes comentarios e impartir también una lección, debe emplear un período de clase separado para exhibir el filme y hablar sobre él.

---

**OBJETIVO** Que todas las alumnas comprendan y aprecien la importancia de la vida, especialmente de la vida humana.

---

**PREPARACIÓN**

1. Lámina 16, Una joven y el Salvador, la cual se encuentra al final del manual.
2. Consiga láminas de escenas bellas de la naturaleza, como por ejemplo, paisajes a la puesta del sol, animales, montañas, etc., y póngalas a la vista de la clase.
3. Dé a diversas alumnas la asignación de presentar los relatos, los pasajes de las Escrituras y las citas que usted desee.

---

**SUGERENCIAS PARA  
EL DESARROLLO  
DE LA LECCIÓN**

**Cada una de las alumnas debe llegar a apreciar las creaciones de Dios**

**Relato**

Narre el siguiente relato:

Hace muchos años, Arthur y Kate Keller, que vivían en la región sur de los Estados Unidos, tuvieron una hija robusta y saludable a la que llamaron Helen. Los padres de Helen estaban dichosos con su bella hijita. A los dieciocho meses de edad, ésta contrajo una grave enfermedad que la dejó sorda y ciega. Sin embargo, gracias al amor y a la paciencia de sus padres y de una maestra llamada Anne Sullivan, Helen aprendió a leer y a hablar. Con el tiempo, se graduó de la universidad con honores y dedicó su vida a servir y a ayudar a otras personas.

Una vez, el presidente David O. McKay, hablando de la vida de Helen Keller, dijo lo siguiente:

“¿Han leído alguna vez los comentarios de Helen Keller acerca de una niña que acababa de dar un paseo por el bosque, la cual, en respuesta a la pregunta de Helen: ‘¿Qué has observado?’, respondió: ‘Nada en particular’?”

“Helen se preguntó: ‘¿Cómo es posible caminar por un bosque durante una hora y no encontrar nada digno de verse? Yo, que estoy privada de la vista, descubro cientos de cosas interesantes sólo por medio del tacto. Siento la delicada simetría de una hoja, paso tiernamente las manos por la suave corteza de un abedul o por la corteza áspera de un pino. En la primavera, palpo las ramas de los árboles con la esperanza de tocar un brote, la primera señal de la naturaleza que despierta tras su sueño invernal. Alguna que otra vez, si tengo mucha suerte, deposito suavemente la mano en un arbusto y siento el feliz estremecimiento de un pájaro que canta.

“ ‘A veces, mi corazón anhela fervientemente poder ver todas esas cosas con los ojos, pues pienso que si siento tanto placer sólo por el tacto, ¡cuánto más hermoso debe de ser descubrirlas con la vista! Y hasta me he imaginado lo que más me gustaría ver si se me concediera el don de ver con los ojos, ¡aunque fuera sólo por tres días!’ ” (*Treasures of Life*, Salt Lake City: Deseret Book Co., 1962, págs. 394–395.)

**Análisis**

- Si pudieran ver sólo por tres días, ¿qué les gustaría ver? (Dé a las alumnas unos minutos para reflexionar y pensar en lo que les gustaría ver.)

- ¿Qué sienten al ver algo que les llama la atención?

- ¿Por qué es importante que recordemos que nuestro Padre Celestial creó la tierra en que vivimos?

**Pasaje de  
las Escrituras**

Indique a las alumnas que busquen Doctrina y Convenios 59:16–20 y pida a una de ellas que lea en voz alta estos versículos. Ponga de relieve las razones por las que el Señor nos ha dado las cosas buenas y hermosas de la tierra. Para ilustrar dichas razones, emplee

las ayudas visuales que ha colocado delante de la clase. Asegúrese de que las alumnas comprendan que el Señor nos ha dado esas cosas para algo más que para alimento y vestido.

Pida a una joven que vuelva a leer el versículo 20. Comenten el contenido de ese versículo utilizando las preguntas que se mencionan a continuación o formulando las suyas propias:

- ¿Qué sentimiento tiene nuestro Padre Celestial por habernos dado todas las cosas de la tierra?
- ¿Cómo debemos usar lo que nuestro Padre Celestial nos ha dado?

Indique a las jóvenes que busquen Moisés 2. Aclare que en ese capítulo se explica cómo creó nuestro Padre Celestial la tierra, las plantas y los animales. Allí también se explica cómo puso a Adán y a Eva en la tierra. Pida a una de las jóvenes que lea los versículos 28 al 31.

Una vez que se hayan leído los mencionados versículos, explique que a Adán y a Eva, así como a toda la posteridad de ellos —entre la cual se cuentan todas las alumnas de la clase— se les ha dado la responsabilidad de subyugar la tierra y dominarla. Eso significa que nuestro Padre Celestial espera que cuidemos de sus creaciones y las administremos.

---

### La mujer tiene una función divina en el proceso de la creación

Lámina y uso de la pizarra  
Citas

Muestre la lámina de la jovencita y escriba en la pizarra: “Eres una de las más grandiosas creaciones de Dios.”

Un profeta de Dios dijo:

“El hombre, como linaje de Dios, es la mayor de todas sus creaciones. Es mayor que la luna, que el sol y las estrellas, los cuales son la obra de las manos de Dios . . . ” (Joseph Fielding Smith, *Doctrinas de Salvación*, comp. de Bruce R. McConkie, tomo I, pág.60).

Explique que la mujer participa en la obra creadora de nuestro Padre Celestial.

Lean las siguientes citas:

“El proporcionar a los hijos espirituales de nuestro Padre Celestial la oportunidad de venir a la tierra para alcanzar su propia salvación es una de las obligaciones y de los privilegios sagrados que tenemos” (Heber J. Grant, “A Promise of Possibilities”, *Improvement Era*, jun. de 1941, pág. 329).

“La misión más importante de la mujer es la de dar vida, vida terrenal, por medio de un matrimonio honorable, a los hijos espirituales de nuestro Padre Celestial que esperan y desean anhelosamente venir a morar aquí a este estado mortal. Todo el honor y la gloria que pueden recibir los hombres y las mujeres . . . no es más que una imagen opaca cuyo lustre se desvanecerá en comparación con el eminente honor, la gloria eterna y la felicidad sempiterna que recibirá la mujer que cumpla con el primer gran deber y misión que tiene de llegar a ser madre de hijos espirituales de nuestro Padre Celestial” (Melvin J. Ballard, *Sermons and Missionary Services of Melvin J. Ballard*, comp. de Bryant S. Hinckley, Salt Lake City: Deseret Book Co., 1949, págs. 203–204).

¿Qué piensan con respecto a la función que llevarán a cabo al traer hijos espirituales de nuestro Padre Celestial a esta tierra?

---

### Toda vida es sagrada

Pizarra

Escriba en la pizarra, debajo de la frase “Eres una de las más grandiosas creaciones de Dios”, “La vida es sagrada”.

Explique que es un pecado destruir la vida.

Citas y análisis

Lea las citas referentes al aborto que aparecen en seguida:

“El aborto debe considerarse como uno de los hechos más repugnantes y pecaminosos de nuestra época . . . interferir con cualquiera de los procesos de la procreación es violar uno de los mandamientos más sagrados de Dios: el de ‘multiplicar y henchir la tierra’ (Gén.1:28)” (Spencer W. Kimball, *Liahona*, agosto de 1975, pág. 35).

“Repito, el aborto es un mal que va en aumento y del que estamos en contra. Indudablemente el terrible pecado del aborto premeditado será difícil de justificar. Es casi inconcebible que se recurra al aborto para salvar la reputación o librarse de la vergüenza, para evitarse problemas o inconveniencias o escapar de la responsabilidad” (Spencer W. Kimball, en Conference Report, abril de 1974, pág. 8; *Ensign*, mayo de 1974, pág. 7).

Analice brevemente con las jóvenes las razones por las cuales el aborto es un pecado tan abominable.

Relato

Pida a las alumnas que, mientras usted les lea el relato de la vida real que aparece a continuación, reflexionen en la razón por la cual toda vida humana es importante:

“Mi nombre es Cindy, me río mucho y me gustan las flores, los perros y los gatos, pese a que papá dice que los aprieto mucho entre mis brazos. Me gusta apagar las velas de mi pastel de cumpleaños. Ya tengo veinte años. También me gusta ver los dibujos animados en la televisión. Sé amarrarme los cordones de los zapatos yo sola. Me hace feliz oír la risa de otras personas y, al oírlas, yo también comienzo a reír.

“¿Sabes qué es lo que más me hace sonreír? Que mamá me diga que me llamaba su pequeña muñeca de porcelana cuando yo era pequeñita. No recuerdo mucho de eso, pero sí recuerdo que algunos chicos me decían: ‘Cindy, Cindy, ña, ña, ña’, haciendo muecas divertidas, y que mamá los echaba y luego me estrechaba contra su regazo y lloraba. Todavía no lo comprendo.

“Me puedo mecer muy alto en el columpio y me gusta cuando en el cuarto de baño dejo correr el agua de la ducha sobre mi cabeza.

“Recuerdo cuando papá trabajaba en la construcción de la capilla nueva después del trabajo y me llevaba con él. Era obispo entonces. Me daba un balde pequeño en el que yo recogía lo que se había caído al suelo. Al regresar a casa, papá me alzaba en brazos y me sentaba sobre sus hombros y eso también me hacía reír.

“ ‘Cindy ayuda en la construcción de la capilla’, decía a mamá mientras me bajaba, y añadía: ‘la capilla es de Cindy también’.

“Eso me hacía sentir tan bien que me parecía que me iba a estallar el pecho, pero aunque trataba con todos mis fuerzas, no lograba expresar lo que sentía entonces y mamá se ponía triste y volvía la cabeza hacia otro lado. Yo también me sentía triste porque no podían comprender lo que les decía.

“He andado a caballo y he visto el circo. Me da miedo el elefante tan grande, pero me gustan los payasos, porque cuando se caen me da mucha risa.

“Me acuerdo de un señor desconocido que vino a nuestra casa cuando la capilla estuvo terminada. Era de Salt Lake City.

“ ‘Es un Apóstol de Dios’, me dijo papá. Yo me quedé mirándolo y le pellizqué el brazo hasta que mamá me alejó de él.

“ ‘No molestes al hermano Kirkham, Cindy’, me dijo.

“ ‘Está bien, hermana Abbott’, le dijo él. Parecía tener chispitas en los ojos; me sentó en sus rodillas y puso su mano sobre la mía.

“ ‘Cindy no molesta’, dijo él sonriendo y yo sentí un calorcito dentro de mí. Luego continuó diciendo: ‘Hermanos Abbott, el espíritu de esta niña es tan especial a los ojos de Dios que fue enviada a esta tierra a tomar un cuerpo especial que no puede ser tentada. Volverá a Dios tan pura como vino. Ustedes han sido escogidos para cuidar de este espíritu especial. Procuren comprenderla porque ella ciertamente anda de la mano de Dios’.

“Después que el Apóstol se fue, mamá ya no lloró tanto y papá comenzó a silbar. Los niños ya no me dijeron nunca más: ‘Cindy, Cindy, ña, ña, ña’, sino que me tomaban de la mano y me decían: ‘Ven a jugar con nosotros, Cindy’.

“Una vez seguí a los niños a la escuela, pero no me dejaron quedarme allí; entonces mamá me compró un libro con figuras. En el libro había ilustraciones de José Smith, de Oliver Cowdery y de Brigham Young, y yo las miraba constantemente mientras mamá me contaba su historia, y a veces, por las noches pensaba en el libro y procuraba recordar lo que mamá me había dicho.

“Cuando en la Iglesia escuchaba un nombre, buscaba en mi libro el retrato de la persona a la que nombraban y le tocaba el brazo a mamá para que lo mirara.

“ ‘Muy bien, Cindy’, me decía sonriendo.

“En las reuniones de testimonio, yo deseaba ponerme de pie y decir a todos que yo también sé que la Iglesia es verdadera, pero cuando intentaba hacerlo, mamá y papá no me dejaban.

“ ‘Los niños se reirán de ti, Cindy’, me decían. Yo me ponía a llorar hasta que mamá tenía que sacarme de la reunión.

“Ahora sé andar en bicicleta y voy a la escuela. He aprendido a trabajar poniendo cartas dentro de sobres y tengo algo de dinero en el banco.

“En todas las reuniones de testimonio trataba de ponerme de pie y mamá siempre me sacaba de la reunión. Un domingo por la noche, después de una reunión de ayuno y testimonio, y después que yo había llorado toda la tarde, mamá dijo que no sabía qué hacer conmigo, que tal vez no debían llevarme nunca más a las reuniones de ayuno y testimonio. Nadie parecía comprender. La agitación que sentía dentro de mí era más de lo que podía soportar y no sabía qué hacer, pero sabía que tenía que ponerme de pie y dar mi testimonio. Entonces, de repente, se iluminó mi habitación, pero yo sabía que mamá había apagado todas las luces. Me levanté para ver si la luna brillaba. Sentí algo muy raro; la luz que me rodeaba era cálida y me arrodillé a orar. Entonces sentí que una mano, suave y cálida como la luz que brillaba en mi habitación, me tocaba la mano. . . .

“ ‘Cindy, Cindy, ¿qué pasa?’ Era mamá. Me ayudó a ponerme de pie y papá me abrazó porque yo estaba llorando. Durante largo rato, papá y mamá estuvieron sentados en la cama hablando de cómo podrían ayudarme. Yo deseaba contarles de la luz y de la mano cálida que había tocado la mía.

“Papá dijo: ‘Si el deseo de Cindy de dar su testimonio es tan grande, el próximo mes debe ponerse de pie y darlo. No podemos negarle el derecho y el privilegio de dar su testimonio ante los demás’.

“Sentí una gran calma y me quedé dormida.

“Voy a paseos al campo con mis compañeros de escuela; vamos en un gran autobús amarillo. Tengo amigos y nos reímos mucho.

“Me pareció que pasó mucho tiempo antes de que llegara la reunión de testimonios. Me senté tranquila y presté atención. Entonces, mamá me pasó el micrófono y sonrió. Me puse de pie.

“ ‘Quiero a mi papá. Quiero a mi mamá y quiero a mis hermanos y hermanas. En el nombre de Jesucristo. Amén.’

“Dije lo mismo que había oído decir a otros niños. Nadie se rió. Hubo silencio durante un largo rato. Mamá lloraba y papá también. Entonces un señor subió al púlpito y dijo:

“ ‘Estos espíritus son especiales a la vista de Dios. Han sido enviados a la tierra para tomar un cuerpo en tal forma que no pueden ser tentados. Cindy volverá a Dios tan pura como vino. No sabemos cuán intensas son sus emociones, pero sí sabemos que estos hijos especiales andan de la mano de Dios’.

“Sentí una mano suave y cálida que apretaba la mía. Esa vez era la mano de mi papá” (Verna W. Holt, basado en lo que le contó Cindy Abbott, “Hold Hands with God”, *New Era*, feb. de 1973, págs. 48–49).

Análisis

Pida a las alumnas que expresen sus sentimientos con respecto al valor de cada vida humana tras haber escuchado este relato. Pídale que reflexionen sobre la razón por la que es tan importante dar a otros espíritus la oportunidad de venir a la tierra.

### Conclusión

Cita

Vuelva a leer la cita de Melvin J. Ballard.

Pida a las jóvenes que reflexionen sobre la importancia de la vida y de la función creadora que nuestro Padre Celestial les ha encomendado y que oren al respecto. Proponga a las alumnas que expresen su gratitud a su Padre Celestial y también a sus padres terrenales por la vida de que disfrutaron.



---

**OBJETIVO** Que cada una de las jóvenes se sienta agradecida por su propio cuerpo y por el divino poder de la procreación.

---

**PREPARACIÓN**

1. Lámina 17, Boyd K. Packer (64332); lámina 18, Una joven; lámina 19, Un matrimonio joven con su familia; lámina 20, Un grupo de adolescentes; lámina 21, Un matrimonio delante de un templo. Todas estas láminas se encuentran al final del manual.
2. Si fuera posible, invite al consejero del obispo encargado de las jóvenes a que lea el discurso del élder Boyd K. Packer que se encuentra en la lección. Utilice las láminas que están al final del manual para ilustrar los conceptos del discurso cuando se indique allí mismo.
3. Prepare tarjetas o pequeñas hojas de papel para todas las alumnas con la cita del élder Mark E. Petersen.
4. Dé a diversas alumnas la asignación de presentar los pasajes de las Escrituras, los relatos y las citas que usted desee.

---

**SUGERENCIAS PARA EL DESARROLLO DE LA LECCIÓN**

**Análisis y cita**

**El poder de la procreación se debe usar de acuerdo con el plan de Dios**

Haga a la clase las siguientes preguntas:

- ¿Quién instituyó el matrimonio? (Dios.)
- ¿Cuál es el propósito del matrimonio? (Establecer la unidad de la familia aquí y en la vida venidera.)
- ¿Por qué es importante que una joven guarde la castidad mientras se prepara para formar una familia?

Lea la referencia del presidente Spencer W. Kimball que aparece a continuación:

“La existencia de la tierra no podría justificarse ni podría continuar sin el matrimonio y la familia. Tener relaciones sexuales fuera de los lazos del matrimonio, tanto entre los jóvenes como entre los adultos, es una abominación a la vista del Señor y es una desgracia que haya tanta gente que se ha cegado con respecto a estas grandes verdades” (“Dios no será burlado”, *Liahona*, feb. de 1975, pág. 34).

- ¿Qué significa para ustedes la castidad?

“El poderoso impulso sexual es innato en el hombre, lo cual equivale a decir que es un don de Dios, y, por lo tanto, no es malo. A fin de que este instinto pueda ser controlado y dirigido, debe dársele expresión únicamente dentro del divinamente instituido sacramento del matrimonio.” (Hugh B. Brown, *The Abundant Life*, Salt Lake City: Bookcraft, 1965, pág. 70).

**Relato**

Pida al invitado que lea el siguiente discurso del élder Boyd K. Packer. A medida que vaya leyendo, muestre las láminas que se encuentran al final del manual y haga esto conforme a las indicaciones que aparecen en el discurso mismo.

“[Muestre la fotografía del élder Packer.] Mi mensaje es de una importancia sumamente profunda para ustedes. Se relaciona con su felicidad futura . . . El tema debe ser de gran interés para ustedes: ‘Por qué conservarnos puros’. Abordo el tema con la más profunda reverencia.

“En el principio, antes de que naciéramos, vivimos con nuestro Padre Celestial. Él existe y yo doy testimonio de ello.

“Él los conoce y a causa de Su amor por ustedes, anhela que sean felices y que progresen eternamente. Él quería que pudieran escoger libremente y así progresar mediante el poder del albedrío a fin de que pudieran llegar a ser lo más semejantes a Él. Para lograr esto, fue necesario que nos alejáramos de Su presencia; algo así como dejar de vivir con nuestros padres para ir a estudiar a algún colegio. Fue presentado un plan y cada uno convino en alejarse de la presencia de nuestro Padre Celestial para probar la vida en el estado terrenal.

“Dos cosas muy importantes nos esperaban al llegar a este mundo: La primera, íbamos a recibir un cuerpo terrenal, creado a imagen de Dios. [Muestre la lámina de la joven.] Por medio de este cuerpo y el dominio correcto del mismo, podríamos lograr la vida eterna y la felicidad. La segunda, seríamos probados y acrisolados de tal manera que pudiéramos fortalecernos y progresar.

“De acuerdo con el plan aceptado, Adán y Eva fueron enviados a la tierra para ser nuestros primeros padres. Ellos crearían cuerpos físicos para los primeros espíritus que vendrían a experimentar esta vida mortal.

“Nuestro cuerpo tenía, y esto es cosa sagrada, el poder de procrear. Una luz, por decir así, que tiene el poder de encender otras luces. Es un poder sagrado e importantísimo, además de ser bueno.

“Igual que los demás hijos de Adán y Eva, ustedes que están en la adolescencia, tienen ese poder dentro de ustedes.

“El poder de la procreación no es solamente una parte accidental del plan, sino que es esencial para el mismo. Sin él, dicho plan no podría realizarse. El uso impropio de este poder puede echarlo por tierra.

“Mucha de la felicidad que tendrán en esta vida dependerá de la manera en que utilicen este sagrado poder de la procreación. El hecho de que ustedes, los jóvenes, puedan llegar a ser padres, y que ustedes, hermanitas, puedan llegar a ser madres, es de gran importancia para ustedes. [Muestre la lámina del matrimonio joven con su familia.] A medida que este poder se vaya desarrollando dentro de ustedes, las impulsará a buscar un compañero y las facultará para amarlo y retenerlo.

“Vuelvo a repetir, este poder de participar en la procreación de la vida es sagrado. Algún día, ustedes podrán tener una familia propia. Mediante el ejercicio de este poder, podrán traer niños al mundo para que vivan con ustedes, sus propios hijitos, en cierto respecto creados a su propia imagen. Podrán establecer un hogar, un reinado donde puedan ejercer poder espiritual para influenciar para bien y dar oportunidades a sus hijos. Esto trae consigo serias responsabilidades ya que este poder creador viene acompañado de fuertes deseos e impulsos. Ya los habrán sentido en el cambio de su actitud y sus intereses.

“[Muestre la lámina del grupo de adolescentes.] Al llegar a la adolescencia, casi repentinamente, un joven o una señorita se convierte en algo nuevo y sumamente interesante. Habrán notado el cambio en la forma y el aspecto de su propio cuerpo, así como en el de otros. Comenzarán a oír los primeros susurros del deseo físico.

“Fue necesario que este impulso creador tuviera por lo menos dos características: uno, debe ser fuerte, y dos, debe ser más o menos constante.

“Si no fuera porque este impulso es tan fuerte, los hombres se mostrarían reacios a aceptar la responsabilidad de mantener un hogar y una familia. Este poder también debe ser constante, porque se convierte en el vínculo que mantiene unida a la pareja.

“Me parece que tienen la edad suficiente para mirar lo que sucede en el reino animal que los rodea. Se habrán dado cuenta de que cuando este poder de procreación es cosa pasajera, donde se expresa sólo por temporadas, no hay vida familiar.

“Es por medio de este poder que la vida continúa. Un mundo lleno de dificultades, temores y desilusiones puede ser transformado en un reino de esperanza, gozo y felicidad. Cada vez que nace un niño, el mundo en cierto modo renueva su inocencia.

“Nuevamente deseo repetir, jóvenes, que este poder que hay en ustedes es bueno. Es un don de nuestro Padre Celestial y, al emplearlo a su debido tiempo, podemos allegarnos a Él más que de ninguna otra forma.

“Podemos gozar en parte de la misma influencia que nuestro Padre Celestial tiene al gobernarnos a nosotros, Sus hijos. No existe una escuela o campo de prueba más importante.

“[Muestre la lámina de un matrimonio delante de un templo.] ¿Causa admiración, pues, que el matrimonio sea tan sagrado e importante en la Iglesia? ¿Pueden comprender por qué el matrimonio, que libera estos poderes de procreación para que puedan usarlos, debe ser el paso proyectado con más solemnidad y cuidado que ningún otro? ¿Hemos de considerar fuera de lo común el que el Señor haya indicado que se construyeran templos para el propósito de efectuar ceremonias conyugales?

“Ahora bien, hay otras cosas que quisiera decirles como advertencia. En el principio, hubo entre nosotros uno que se rebeló contra el plan de nuestro Padre Celestial y que juró destruir y entorpecer dicho plan.

“Le fue vedado tener un cuerpo terrenal y se le echó fuera, prohibiéndosele para siempre establecer su propio reino. Entonces le sobrevino un celo ‘satánico’. Él sabe que este poder de procreación no es solamente parte incidental del plan, sino la clave del mismo.

“Él sabe que si puede incitarlos a usar este poder prematuramente, o a hacer mal uso de él, bien podrían perder las oportunidades de progreso eterno.

“Estamos hablando de un ser verdadero del mundo invisible que posee gran poder, y lo empleará para persuadirlos a quebrantar las leyes que han sido establecidas para proteger los sagrados poderes de la procreación.

“En tiempos pasados, era demasiado astuto para presentarse ante uno con una invitación franca de romper la ley de castidad. Más bien, furtiva y calladamente tentaba a jóvenes y a adultos a pensar irrespetuosamente en estos sagrados poderes de la procreación; a rebajar a un estado vulgar o común lo que es sagrado y bello.

“En la actualidad, ha cambiado de táctica. Lo presenta como una pasión que hay que satisfacer. Enseña que el uso de este poder no acarrea responsabilidades. Les dirá que su único objeto es proporcionar placer.

“Sus invitaciones diabólicas aparecen en carteleras. Se introducen en los chistes y se incorporan en la letra de las canciones. Se presentan en la televisión y en los teatros. En la actualidad resaltan en la mayor parte de las revistas . . .

“Están creciendo en una sociedad que constantemente les presenta la invitación de jugar con estos poderes sagrados.

“Deseo amonestarlos y quiero que recuerden estas palabras: ¡No permitan que nadie les toque o palpe el cuerpo con intenciones inmorales, nadie! Los que los incitan a hacer lo contrario desean que compartan su culpabilidad. Nosotros los enseñamos a guardar su inocencia.

“Apártense de cualquiera que quiera persuadirlos a experimentar con estos poderes que dan la vida . . .

“El único uso apropiado de este poder sagrado se encuentra dentro del convenio del matrimonio. Jamás usen impropriamente estos poderes sagrados.

“Y ahora, mis jóvenes amigos, debo decirles con seriedad y sensatez que Dios ha declarado con palabras inconfundibles que la violación de las leyes de castidad acarrearán desgracia y pesar. ‘La maldad nunca fue felicidad’ (Alma 41:10). Estas leyes fueron establecidas por Él para guiar a todos Sus hijos en cuanto al uso de este don.

“Él no necesita ser rencoroso ni vengativo para que recibamos el castigo como resultado de la violación del código moral. Las leyes tienen su consecuencia lógica.

“Les espera una corona de gloria si viven dignamente. La pérdida de esa corona bien puede ser castigo suficiente. Con frecuencia, con demasiada frecuencia, además de ser castigados por nuestros pecados, ellos mismos nos castigan.

“Quizás entre todos los que oyen mi voz haya más de un joven que ya ha caído en transgresión. Algunos de ustedes, jóvenes, sin malas intenciones, pero persuadidos por las tentaciones, ya habrán usado imprudentemente este poder. Deseo que sepan, mis jóvenes amigos, que existe una forma de purificarse y ustedes pueden recurrir a ella.

“Si no pertenecen a la Iglesia, el convenio del bautismo representa, entre otras cosas, un lavamiento y una purificación.

“Para los que son miembros de la Iglesia, hay una manera, que aunque no es muy fácil, les permite purificarse. Es posible presentarse otra vez limpios y sin mancha delante de Dios. Desaparecerá la culpabilidad y sentirán paz. Vayan a su obispo; él posee las llaves, o sea, tiene la autoridad para ayudarlos a purificarse.

“Entonces algún día podrán expresar completa y dignamente estos poderes y gozar de la felicidad de la vida familiar. En el momento oportuno, dentro de los vínculos del convenio del matrimonio, podrán entregarse a estas expresiones sagradas de amor cuya consumación es la creación de la vida misma.

“[Muestre la lámina de un matrimonio joven con su familia.] Algún día tendrán en sus brazos a un pequeñito o a una pequeñita y sabrán que los dos han obrado en colaboración con su Padre Celestial en la procreación de esa vida. Por motivo de que el niño les pertenecerá, podrán llegar a amar a otro ser más de lo que se aman a ustedes mismos.

“Que yo sepa, sólo se puede gozar de esta experiencia cuando se tienen hijos propios, o cuando se crían niños nacidos a otros padres o se adoptan, y llegan a formar parte del convenio familiar.

“Algunos de ustedes quizás no lleguen a conocer las bendiciones del matrimonio. No obstante, protejan esos poderes sagrados de la procreación, porque hay una ley compensatoria que bien puede aplicarse a ustedes.

“Si llegan a amar a otra persona más de lo que se quieren a sí mismos, serán verdaderamente cristianos. Entonces, sabrán, como pocos lo saben, lo que la palabra *padre* significa cuando se menciona en las Escrituras. Podrán entonces sentir algo parecido al amor y al interés que el Padre Eterno siente por nosotros.

“Debe ser muy significativo el hecho de que, entre todos los títulos de respeto y honor que pueden atribuírsele, Dios mismo, el más grande de todos, haya optado por ser llamado sencillamente Padre.

“Protejan y guarden ese don. La verdadera felicidad está en juego. La vida familiar eterna, hoy únicamente en sus esperanzas y sueños, puede ser una realidad porque su Padre Celestial ha conferido este don tan selecto a todos ustedes, sí, este poder creador que es la clave misma de la felicidad. Conserven sagrado y puro ese don. Úsenlo únicamente como el Señor lo ha indicado.

“Ruego que reciban las bendiciones de Dios, juventud nuestra. Que nuestro Padre Celestial los cuide y los proteja para que en la expresión de este don sagrado puedan allegarse a Él. Él vive y es nuestro Padre. De esto doy testimonio en el nombre de Jesucristo. Amén”.

#### Análisis

Someta a análisis las preguntas siguientes:

- Había dos cosas importantes reservadas para cuando viniéramos a este mundo, ¿cuáles eran? (Recibir un cuerpo y ser probados para que de esa manera pudiéramos progresar.)
- ¿Cuál es el propósito del sagrado poder de la procreación en el plan de nuestro Padre Celestial?
- ¿Por qué ese instinto de la procreación debe ser fuerte y constante?
- ¿Qué responsabilidad tienen desde ahora para prepararse para el convenio matrimonial que harán con sus respectivos esposos?
- ¿Por qué deben mantenerse puras?
- ¿Cómo puede una persona purificarse si ha hecho mal uso del poder de la procreación?

#### Presentación por la maestra

Explique que el convenio del matrimonio requiere de toda joven el ser fiel a su futuro esposo conservándose pura ahora y a lo largo de toda su vida.

Aclare que para obtener una recomendación para el templo, la persona que la solicite debe contestar varias preguntas que le hará el obispo o el presidente de la rama. Una de esas preguntas tiene que ver directamente con las normas morales.

---

## La castidad trae felicidad

Análisis	<p>Pida a las alumnas que respondan a las preguntas siguientes:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• ¿Qué bendiciones recibe la joven que se honra a sí misma conservándose pura?</li><li>• ¿Qué bendiciones recibirán sus respectivas familias si viven ustedes la ley de castidad del Señor?</li></ul>
Citas	<p>Recalque una vez más que la ley de castidad, como las demás leyes de Dios, se nos ha dado para brindarnos felicidad. La expresión del instinto sexual es sagrada y hermosa cuando así se le considera y se le conserva dentro del vínculo del matrimonio. Lean las siguientes citas:</p> <p>“El instinto sexual es tan sagrado, tan sublime, que cuando se expresa en la debida forma, aquellos que así lo hacen se convierten en cocreadores con Dios. Llegan a ser partícipes con el Altísimo en la gran empresa de dar vida” (Mark E. Petersen, <i>Our Moral Challenge</i>, Salt Lake City; Deseret Book Co., 1965, pág. 13).</p> <p>“La castidad, y no la indulgencia, durante los años prematrimoniales, es la fuente de la armonía y de la felicidad en el hogar y el factor principal que contribuye a la salud y a la perpetuidad de la especie. Todas las virtudes que componen una bella personalidad—la lealtad, la responsabilidad, la confianza, el amor de Dios y la fidelidad hacia los hombres— son el adorno de la diadema de la virtud femenina y de la virilidad masculina” (David O. McKay, <i>Treasures of Life</i>, Salt Lake City: Deseret Book Co., 1962, pág. 94).</p> <p>“Esta relación íntima entre marido y mujer, autorizada por Dios dentro del convenio del matrimonio, no es meramente física o biológica, ya que afecta todo el ser; afecta la compleja naturaleza del hombre y de la mujer. Esa relación, dentro de la santidad del convenio del matrimonio, con sus responsabilidades inherentes, hace al hombre y a la mujer uno en intereses, propósitos, aspiraciones y responsabilidades. Si son fieles a los convenios que se han hecho el uno al otro, a sus hijos y a Dios, los dos se unen en cuerpo y alma y llegan a ser uno intelectual y espiritualmente, y la familia que establecen es una unidad eterna. Uno de los requisitos para lograr el matrimonio ideal es el amor profundo y duradero. Esa relación perdurable requiere pureza de pensamiento, de palabra y de acción; devoción, lealtad, sacrificio, integridad, fidelidad, honradez y, repito, una virtud inmaculada. No hay verdadera decencia sin virtud, como no hay verdadera felicidad sin decencia” (Hugh B. Brown, <i>You and Your Marriage</i>, Salt Lake City; Bookcraft, 1960, pág. 81).</p>
Nota a la maestra	<p>Sea comprensiva y sensible en caso de que alguna de las jóvenes haya tenido dificultades en lo que se refiere a la castidad. Instelas a creer que las personas que hayan errado en este aspecto pueden ser puras otras vez. Recuérdeles las palabras del élder Packer: “Vayan a su obispo; él posee las llaves, o sea, tiene la autoridad para ayudarlos a purificarse”.</p>
Testimonio	<p>Ponga fin a la lección dando su testimonio del valor y de las bendiciones que se reciben al conservarse puras.</p>

---

## MATERIAL DE CONSULTA

A veces, los jóvenes no comprenden las definiciones explícitas de palabras que describen actos inmorales. Si lo desea, y si lo estima conveniente, podría mencionar las definiciones que ha dado el presidente Spencer W. Kimball.

Masturbación: Procurarse uno mismo goce sexual. “La masturbación . . . no es aprobada por el Señor ni por Su Iglesia, a pesar de lo que puedan decir otras personas que se rigen por normas menos estrictas” (véase “Vestíos de toda la armadura de Dios . . .”, *Liahona*, feb. de 1981, pág. 191).

Homosexualidad: “ ‘Inclinación carnal hacia personas del mismo sexo, o relación carnal con otra persona del mismo sexo’, bien sean hombres o mujeres” (*El Milagro del Perdón*, pág. 76).

Adulterio: Relaciones sexuales con una persona que no sea el propio marido o la propia esposa con el cual o la cual se esté unido legalmente. Fornicación: “Relaciones sexuales entre personas solteras” (véase “Vestíos de toda la armadura de Dios . . .”, pág. 188).

# Debemos asirnos a las normas morales del Señor

---

**OBJETIVO** Que todas las alumnas comprendan la importancia de asirse firmemente a las normas del Señor.

---

**PREPARACIÓN**

1. Prepare para todas las alumnas copias del cuestionario que aparece en la tercera sección de la lección. Enróllelos a modo de pergamino y cada uno con un cordón firme.
2. Optativo: Prepare tiras de palabras con lo siguiente: “Ata con cordel de lino”; “Convierte la verdad en mentira”.
3. Dé a diversas alumnas la asignación de presentar los pasajes de las Escrituras, los relatos y las citas que usted desee.

---

**SUGERENCIAS PARA EL DESARROLLO DE LA LECCIÓN**

**Introducción**

El presidente Spencer W. Kimball contó del maremoto que azotó las playas de Hilo, Hawai, en 1946, cuyas olas sobrepasaron los diez metros de altura. Describió la destrucción que ese maremoto produjo de la siguiente manera:

“ . . . las casas fueron destrozadas; la madera astillada como en mondadientes; las cercas y los jardines quedaron arrasados, los puentes y los caminos desaparecieron . . . En el lugar donde se encontraba una de nuestras pequeñas capillas, no quedaron más que los cimientos. Más de cien personas perecieron, muchas quedaron lastimadas y otras miles quedaron sin hogar . . . Una mujer contó que había recibido un mensaje telefónico de unos amigos, diciéndole que saliera de la casa porque se aproximaba el maremoto; salió para mirar y vio la monstruosa ola que se aproximaba como una montaña andante. Junto con su esposo, tomaron a su niño y corrieron hacia la colina para salvarse. Dos de sus hijitas se encontraban fuera de la casa, jugando cerca de unos árboles; ellas también vieron la enorme ola y se precipitaron hacia los árboles, aferrándose a los troncos con todas sus fuerzas. La primera ola gigantesca las cubrió completamente, pero contuvieron la respiración y se aferraron con más fuerzas hasta que el agua retrocedió y pudieron respirar nuevamente. Tan pronto como pudieron, corrieron rumbo a la colina antes de que volvieran las olas siguientes. La familia, así reunida, contempló desde su lugar seguro cómo desaparecía su casa bajo el implacable poder de las aguas”.

El presidente Kimball continúa diciendo: “Nosotros también nos enfrentamos con destructivas y poderosas fuerzas desatadas por el adversario; las olas del pecado, la maldad, la inmoralidad, la degradación, la tiranía, los engaños, las conspiraciones y la deshonestidad nos amenazan a todos, nos azotan con gran poder y velocidad, y nos destrozarán si no somos cuidadosos” (“La barra de hierro”, *Liahona*, feb. de 1979, págs. 6–7).

**Análisis** Anote en la pizarra las influencias malignas que el presidente Kimball menciona en esa amonestación. Si hubiera dudas con respecto a esos términos, tenga a bien aclararlos.

- ¿Qué evidencia de esas cosas ven ustedes a nuestro alrededor?
- 

**El adversario procura que no sigamos las normas morales del Señor**

**Pasaje de las Escrituras y análisis**

Lean juntas Helamán 5:12.

- ¿Se parece la descripción que hace Helamán de las “tormentas del mal” a la descripción del presidente Kimball?

Lean 2 Nefi 26:22 y hablen de una de las formas en que el diablo obtiene poder sobre nosotros.

Tira de palabras y análisis

Muestre la tira de palabras: "Ata con cordel de lino".

Explique que si nos envolvemos en la mano un hilo delgado y suave, apenas podemos percibirlo cuando nos toca la piel. Si seguimos envolviéndonos la mano con más y más hilo, éste se convierte en un cordel firme que por último no se puede romper.

Análisis

- ¿En qué se parece el pecado a un "cordel de lino"?

Pida a las jóvenes que mencionen algunas de las cosas que no están bien pero que parezcan sin importancia a pesar de que puedan llevar a cometer pecados más graves. Las respuestas de ellas podrían incluir la vestimenta impúdica; decir verdades a medias; el ver programas de televisión, videos y películas censurables; escuchar música que perjudica espiritualmente; leer libros y revistas degradantes; beber una bebida alcohólica, etc.

- ¿De qué manera llevan estas cosas a cometer pecados?

Tira de palabras y cita

Muestre la tira de palabras que dice: "Convierte la verdad en mentira".

Especifique que el presidente Spencer W. Kimball nos advierte que hay otra forma en que Satanás tiene influencia sobre nosotros: "Todos ustedes que estudian las Escrituras conocen a Satanás, el padre de las mentiras. Saben que él convierte la verdad en mentiras. *Adorna lo malo para que parezca bello, deleitable, fácil y aun bueno*" (The Blessings and Responsibilities of Womanhood", *Ensign*, mar. de 1976, pág. 70; cursiva agregada).

Pregunte a las jóvenes qué prácticas impuras parecen bellas, deleitables, fáciles y aun buenas en la sociedad actual. Lean las expresiones que aparecen a continuación para ilustrar las formas en que Satanás desfigura la verdad para lograr sus malignos propósitos: "Todos lo hacen"; "Demuéstrame cuánto me amas"; "Es anormal y peligroso para la salud reprimir esos instintos poderosos"; "No sientas vergüenza ni culpa por haber nacido apasionado"; "¿Por qué no dejas ya de esforzarte tanto por ir contra la corriente?"; "Los tiempos cambian y también nosotros tenemos que cambiar"; "En realidad al hacer lo que hago, no le estoy haciendo mal a nadie"; "Necesito más libertad"; "Es divertido; hazlo".

Presentación por la maestra

Explique que al adquirir el hábito de justificar nuestra conducta y dar excusas por la forma en que procedemos, quedamos atrapadas en el "cordel de lino" de Satanás y por último terminamos en sus "cadenas".

- ¿En qué resulta el pecado que se comete una y otra vez?

Análisis

En el análisis, incluyan lo siguiente: Podríamos quedar con cicatrices emocionales, remordimiento, rencor, daño permanente a la salud, dificultades para sentirse a gusto con amigos que hayan seguido el camino correcto y el alejamiento del Espíritu Santo. Por lo demás, se nos podrían suspender los derechos de miembro o excomulgarlos.

Cita

El élder Gordon B. Hinckley hace hincapié en la importancia de vivir las normas del Señor con estas palabras: "Aun cuando las normas del mundo se tambaleen, nosotros, los miembros de la Iglesia, no tenemos excusa si nos dejamos arrastrar de la misma manera. Tenemos normas ciertas, probadas y eficaces. Al grado que las observemos, avanzaremos; si las descuidamos, obstaculizaremos nuestro propio progreso y deshonoraremos la palabra del Señor. Esas normas provienen de Él; puede que algunas parezcan un tanto anticuadas en nuestra sociedad, pero eso no les quita su validez ni disminuye la virtud de su aplicación. El sutil razonamiento de los hombres, no importa cuán ingenioso sea, no importa cuán verosímil parezca, no podrá reducir la manifiesta sabiduría de Dios" (en Conference Report, abril de 1970, pág. 21; *Improvement Era*, jun. de 1970, pág. 40).

---

### **Podemos fortalecer nuestra capacidad de asirnos firmemente a las normas del Señor**

Presentación por la maestra

Pida a las alumnas que piensen en el relato del maremoto que les contó al principio de la lección. Pídale que se imaginen a las niñas que corrieron precipitadamente hacia los árboles al ver la ola gigantesca que se les venía encima.

- ¿Por qué sobrevivieron a la fuerza y al poder de las aguas? ¿A dónde podemos huir del mal en busca de refugio?

Cita	El presidente Spencer W. Kimball nos da la respuesta a esas preguntas: “Pero recibimos advertencias. Nos corresponde estar alerta, escuchar y huir de la maldad en bien de nuestra vida eterna. <i>Sin ayuda no podremos soportar el ataque</i> ; debemos huir hasta las tierras altas o aferrarnos con todas nuestras fuerzas a lo que pueda salvarnos de ser arrastrados sin misericordia. El <i>Evangelio</i> de Jesucristo es lo que debemos usar para asegurarnos y es <i>nuestra protección</i> de cualquier fuerza maligna” (“La barra de hierro”, <i>Liahona</i> , feb. de 1979, pág. 7; cursiva agregada).
Análisis	¿A qué “árboles” debemos aferrarnos cuando nos vemos enfrentadas a la tentación? (A los profetas, a las Escrituras, al Espíritu Santo, a los líderes del sacerdocio y demás líderes de la Iglesia, a los padres, a la oración, a la conciencia.) Escriba en la pizarra las respuestas de las alumnas.
Presentación por la maestra	Recalque que esos son los “árboles” a los cuales podemos aferrarnos para conservarnos en terreno seguro. Aun cuando las gigantescas olas del mal nos cubran por completo, como las olas del maremoto cubrieron a aquellas niñas, podemos estar a salvo.
Análisis del cuestionario	<p>Reparta entre las alumnas las copias del cuestionario. Lean cada pregunta y analícela brevemente. Pida que las jóvenes contesten para sí cada una de las preguntas.</p> <p>¿Conozco la norma de castidad que ha dado el Señor, la cual se encuentra en las Escrituras?</p> <p>¿Estoy enterada de lo que ha dicho el Profeta con respecto a cómo hacer frente a las influencias del mal?</p> <p>¿Leo mi bendición patriarcal y medito en lo que allí dice?</p> <p>¿Oro pidiendo fortaleza y protección?</p> <p>¿He pedido consejos a mis padres y les he prestado oído? ¿He pedido consejo a mi obispo o a mi presidente de rama?</p> <p>¿Presto atención a la inspiración del Espíritu Santo?</p> <p>¿He tomado la firme resolución de aferrarme a las normas morales del Señor <i>antes</i> de verme enfrentada a la tentación?</p>
Casos para analizar	<p>Puede usted leer los casos para analizar que aparecen a continuación o darlos a diferentes alumnas para que los presenten. Fíjense en la lista de la pizarra para ayudarse a contestar las preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿A qué “árboles de protección” puede aferrarse cada una de las jóvenes de los casos para analizar que aparecen a continuación, para resistir las tentativas de Satanás de debilitarla y destruirla?</li> </ul> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. María es activa en la Iglesia y tiene un testimonio firme. En una actividad escolar se hizo amiga de Carlos, que no es activo en la Iglesia, y cuyas normas de conducta no son tan elevadas como las de María. Carlos disfruta de su compañía y la ha colmado de atenciones. ¿Qué podría hacer María para asirse firmemente a lo que se le ha enseñado? ¿A qué “árboles” podría aferrarse a fin de que Carlos no la arrastre a la inactividad en la Iglesia?</li> <li>2. Lucía sabe que no debe salir con muchachos antes de cumplir los dieciséis años de edad, pero un joven que es muy popular en la escuela la ha invitado a una fiesta y le ha dicho: “Allí estarán todos; ¿quisieras ir conmigo?” ¿Qué debiera ella responder? ¿A qué “árboles” debe aferrarse?</li> <li>3. En la escuela, la maestra ha dicho a Gloria en numerosas ocasiones que tiene un excelente talento científico y que casarse y tener hijos sería para ella un desperdicio de su intelecto. ¿Por qué ese consejo está en pugna con las normas del Señor? ¿De qué manera puede ella emplear sus talentos para cumplir con su función divina? ¿A qué “árboles” debe Gloria aferrarse para decidir su futuro?</li> <li>4. Una compañera de escuela ha instado a Rut a ir a una fiesta, diciéndole que Jorge llevará algo que de veras la hará sentirse por las nubes y que será emocionante probarlo sólo por esa vez. ¿De qué manera la firme resolución que Rut <i>ya ha tomado</i> con respecto a las drogas y a otras tentaciones de quebrantar la Palabra de Sabiduría le servirá para responder en forma apropiada a esa invitación?</li> </ol>



5. El novio de Berta dice a ésta: “Por supuesto que te quiero, pero antes de casarnos, debemos averiguar primero si somos sexualmente compatibles”. ¿Cuál es la norma del Señor con respecto a las relaciones sexuales antes del matrimonio? Si ustedes fueran Berta, ¿qué harían con un novio así? ¿A qué “árboles” puede aferrarse Berta?
6. Susana se encuentra de pronto con un grupo de amigos que quiere ver una película censurable. Susana piensa que sería incorrecto ir a ver esa película. ¿Qué podría ella sugerir o decir? ¿Qué harían ustedes en una situación semejante?
7. Rosario ha ido de compras con una amiga que la insta sin cesar a comprarse prendas de ropa que le quedan demasiado ajustadas o muy cortas, a pesar de ser muy bonitas y atractivas, y Rosario necesita algo nuevo para una ocasión especial. ¿Qué debe hacer Rosario? ¿Cuál es la norma del Señor con respecto a la modestia en el vestir?
8. Patricia recibió las charlas misionales y fue bautizada. Es el único miembro de su familia que se ha unido a la Iglesia. Aunque a veces el guardar los mandamientos ha sido difícil para ella, se ha conservado fiel y ha robustecido su determinación de vivir las normas de rectitud del Señor. ¿A qué “árboles” se ha aferrado Patricia para vivir el evangelio en circunstancias en que los demás miembros de su familia le hacían difícil cumplir con esa tarea?

---

### Conclusión

Cita

El presidente Kimball nos ha indicado concretamente de qué podemos aferrarnos en los momentos de peligro:

“El Señor nos hace una gloriosa promesa a aquellos que le amamos, y demostramos este amor mediante el fiel y devoto servicio en la obediencia a todos Sus eternos principios. Cuando los vientos de los cambios soplan fieramente y las olas embravecidas todo lo destrozan a nuestro alrededor, nosotros tenemos el árbol o la barra de los principios del que podemos aferrarnos en procura de seguridad: El Evangelio de Jesucristo, que ha sido restaurado sobre la tierra en su plenitud” (“La barra de hierro”, *Liahona*, feb. de 1979, pág. 8).

Sugiera a las alumnas que hagan constar por escrito en sus diarios personales su cometido de asirse firmemente a las normas morales del Señor.

---

OBJETIVO Que todas las alumnas comprendan la necesidad de escoger sus actos con prudencia.

---

PREPARACIÓN Dé a varias de las jovencitas la asignación de presentar los pasajes de las Escrituras, los relatos y las citas que usted desee.

---

SUGERENCIAS PARA  
EL DESARROLLO  
DE LA LECCIÓN

### Introducción

Cita

“Si una persona, ya sea a sabiendas, sin darse cuenta o intencionalmente o por accidente toca un hornillo caliente o un alambre de alto voltaje sin aislador, se quemará al grado en que esté en contacto con el hornillo o con el alambre. Si por cualquier razón, una persona se pone por delante de un vehículo que avanza con bastante velocidad, aun cuando sea para salvar la vida de otra persona, resultará lesionada y posiblemente perderá la vida. Se podrían dar numerosos ejemplos para demostrar el hecho de que nos rigen ciertas leyes no importa quiénes seamos ni cuáles puedan ser nuestras intenciones. No podemos cambiar las leyes de la naturaleza.

Análisis

“Si comprendemos las leyes naturales y las respetamos, podremos aplicarlas para nuestro bien. Si violamos la ley, sufrimos; pero si la obedecemos, ¡seremos bendecidos!” (N. Eldon Tanner, *Seek the Kingdom of God*, Salt Lake City: Deseret Book Co., 1973, pág. 117.)

- ¿Cómo reaccionarían ustedes si alguien les pidiera que tocaran un hornillo caliente o un alambre de alto voltaje? Hablen brevemente de cuáles serían las consecuencias.
- ¿Cómo reaccionarían ustedes si alguien les pidiera hacer algo inmoral? ¿Conocen las consecuencias?

¿Son las leyes de la naturaleza semejantes a las leyes de Dios? (Si violamos cualquier ley, sufrimos las consecuencias; o somos bendecidos si las obedecemos.)

---

### Poseemos la facultad de escoger y debemos aceptar las consecuencias de nuestros actos

Cita

Lea la referencia del presidente N. Eldon Tanner que aparece a continuación:

“Uno de los más grandes dones que Dios ha otorgado al hombre es el del libre albedrío.

“En el peregrinaje de la vida, el hombre pronto se encuentra en una encrucijada en la cual debe escoger uno de dos caminos: el recto, que conduce al progreso y a la felicidad; o el incorrecto, que conduce al atraso y al pesar. Existe esa ley eterna para que toda alma humana, por medio de lo que escoja hacer, moldee su propio destino. Nuestro éxito o fracaso, paz o disgusto, felicidad o desdicha dependen de lo que escogemos hacer cada día . . .

“Hace poco hablé con un joven, el cual me dijo: ‘Estoy harto y cansado de que se me diga, *Tienes que hacer esto o Tienes que hacer aquello*. Quiero ser libre de decidir por mí mismo lo que quiero hacer’.

“Mi respuesta fue: ‘Eres libre de escoger exactamente lo que desees hacer mientras ello no restrinja ni afecte los derechos y las libertades de los demás, pero debes responsabilizarte de tus actos y estar preparado para sufrir las consecuencias de ellos’ “ (*Seek Ye First the Kingdom of God*, págs. 83, 116).

Análisis en la pizarra

- ¿Cuándo vemos o recibimos las consecuencias de nuestros actos?

Haga comprender a las jóvenes que las consecuencias de nuestros actos no son siempre inmediatas.

- ¿Qué decisiones deben tomar todos los días entre el bien y el mal?

Anote en la pizarra las respuestas de las alumnas. (Vea la ilustración para la pizarra.) Entre las respuestas de lo que debemos hacer o no hacer, se podría mencionar: fumar, tomar drogas, engañar, emplear un lenguaje vulgar, ver películas o programas de televisión censurables, salir constantemente con un mismo joven, obedecer a los padres, escoger amigos dignos, obedecer los reglamentos de la escuela, incurrir en besuqueos y caricias indebidas, etc.

- ¿Cuáles serían las consecuencias de tomar malas decisiones en cada uno de los casos anotados en la pizarra? Escriba en la pizarra las respuestas de las alumnas.

- ¿Qué bendiciones recibirían si escogieran hacer lo correcto? Escriba en la pizarra las respuestas a esta pregunta.

Ilustración para la pizarra

<i>Actos diarios</i>	<i>Consecuencias del escoger incorrectamente</i>	<i>Bendiciones del escoger correctamente</i>
Fumar	Mala salud, acorta la vida, debilita al feto.	Buena salud, larga vida.
Engañar o mentir	Lleva a la falta de honradez en otros aspectos, debilita espiritualmente.	Fortalece a la persona.

Presentación por la maestra

Explique que Satanás quisiera que todo el mundo creyera que para ser verdaderamente libre y gozar de la vida, una persona debe poder hacer cualquier cosa que le dé satisfacción. El adversario insinúa que podemos pensar lo que nos plazca, actuar como se nos dé la gana y que podemos hacerlo sin sufrir ninguna consecuencia.

Ponga en claro que, tarde o temprano, el pecado siempre acarreará esclavitud y nunca libertad. Por ejemplo, pida a las alumnas que consideren la situación de la joven que estima que, para ser libre, es preciso tener relaciones sexuales antes del matrimonio. (Nota a la maestra: Sírvase adaptar este ejemplo o cambiarlo, según lo que usted estime conveniente y adaptar también la pregunta que sigue a continuación al cambio que haga.)

- ¿De qué maneras se esclavizará esa joven por motivo de su elección de ser inmoral? (No contará ya con la libertad de tener siempre el Espíritu Santo consigo; no se sentirá libre de presentarse ante Dios con una conciencia limpia sin antes arrepentirse sinceramente. Podría concebir una criatura y echarse sobre los hombros la responsabilidad de traer una vida al mundo sin un hogar debidamente formado en el cual criarla.)

Explique que nos guste o no, cuando escogemos hacer algo, debemos aceptar la responsabilidad de ese acto y aceptar, asimismo, sus consecuencias.

Casos para analizar

Analicen los casos que se plantean a continuación y que las jóvenes respondan a las siguientes preguntas:

- ¿Qué debió haber hecho la joven antes de actuar?
- ¿De qué manera justificó su conducta? ¿A quién culpó?
- ¿Qué consecuencias podría sufrir?

*Caso para analizar 1*

Marcela se ha ido a trabajar a otra ciudad, lejos de su hogar. Allí sus colegas de la oficina que nada saben de sus creencias y podrían considerarlas con escepticismo la invitan a una fiesta. Le ofrecen amablemente una bebida alcohólica, y ella, para no abochornar a su anfitrión ni a las demás personas que allí se encuentran, la acepta.

*Caso para analizar 2*

Adriana sabe que muchos de sus compañeros de escuela frecuentemente hacen trampas en los exámenes y se copian mutuamente las tareas escolares. Debido a que no pudo estudiar para un examen de historia porque empleó el tiempo cuidando a los niños de unos vecinos, decidió que tan sólo esa vez haría trampa. Para gran desaliento de su parte, la maestra descubrió lo que estaba haciendo; al hablar con ésta, se quejó de que los demás también hacían trampas, que ella nunca había hecho eso antes y que nunca volvería a hacerlo. Consideró que la maestra había actuado injustamente con ella y que también le había impuesto un castigo injusto.

*Caso para analizar 3*

Anita iba a ver una película con algunos amigos de la escuela, cuyos reglamentos familiares y normas morales eran tan elevados como los de ella. Los amigos le dijeron que iban a ver una película que Anita sabía era aceptable. Sucedió que cuando llegaron a la sala del cine, todas las entradas se habían vendido, por lo que decidieron ir a ver otra película, que era inapropiada y censurable. Anita decidió ir con ellos, pero ahora culpa a los demás por haber tomado la decisión de ver esa película.

*Caso para analizar 4*

A Nancy la invitaron a una fiesta en la cual se encontraban todos sus amigos populares de la escuela. Una de las chicas contó un chiste de mal gusto, lo que dio lugar a que siguiera empleándose un lenguaje vulgar, bromas subidas de tono e insinuaciones obscenas durante toda la velada. Esto no le gustó a Nancy porque no concordaba con sus principios, pero la joven pensó que sería descortés de su parte decir a los demás lo que pensaba y, un rato después, se encontró con que ella misma estaba tomando parte en la conversación. Se justificó pensando que, al fin y al cabo, no había sido ella quien comenzó a contar los chistes. También estimó que sería de mal tono irse de la fiesta.

Presentación por la maestra

Resuma los conceptos expuestos recordando a las alumnas que, si somos libres de escoger nuestros actos, no somos libres de escoger las consecuencias de ellos.

**Tener buenos principios nos habilita para tomar decisiones correctas**

Presentación por la maestra

Indique a las alumnas que busquen, lean y marquen 2 Nefi 10:23.

Explique que no se nos ha dejado en las tinieblas para actuar por nosotros mismos o, como dice Nefi, para escoger. Hemos recibido leyes y mandamientos y el ejemplo del Salvador para alcanzar la felicidad y el éxito en la vida. Podremos actuar con prudencia si aprendemos los mandamientos de Dios y los obedecemos y si seguimos las enseñanzas de nuestros profetas de los últimos días.

Relato

Narre el relato que se menciona a continuación, el cual trata de una familia que descubrió la importancia de contar con una guía para hallar el camino correcto.

Un día, temprano por la mañana, la familia Ortega fue a visitar una gran caverna. Al avanzar, alumbrados sólo por la débil luz artificial que iluminaba la cueva, oían la voz del guía que explicaba la historia del lugar. Al llegar a una gruta, apagaron las luces, y el guía dijo: "No tengan temor, ya que sólo les estamos haciendo una demostración de la obscuridad total que reina en esta gruta cuando no están encendidas las luces. Antes de encender nuevamente la luz, quisiéramos hacer un experimento; nos encontramos ahora en la parte más profunda de la caverna. ¿Creen que podrían encontrar el camino de salida sin las luces? Quisiera pedirles que señalaran con la mano la dirección que tomarían y que lo hicieran hasta que volviéramos a iluminar el recinto". Cuando se encendieron las luces, las personas del grupo señalaban en diferentes direcciones. Sin la luz que las guiara, no podían encontrar el camino.

Jesús nos ha dicho: “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).

- ¿En qué formas es Jesús la luz del mundo? (Nos enseña lo que debemos hacer para evitar las tinieblas del pecado; sus mandamientos son para nosotros como una luz mientras nos encontramos aquí en la tierra procurando volver a Su lado.)

Especifique que si seguimos los mandamientos del Señor que se nos dan por medio de las Escrituras, por los profetas y por la revelación personal, siempre podremos escoger actuar con prudencia.

- ¿Cómo creen ustedes que sería la persona que siempre escogiera hacer lo que el Señor pide? Inste a las alumnas a describir las características de una persona así.
- ¿Cómo creen que sería la persona que siempre escogiera hacer lo malo?

Cita

Lean la siguiente cita del presidente Spencer W. Kimball:

“La vida proporciona la opción a todos. Puedes conformarte con la mediocridad si lo deseas. Puedes ser común, ordinario, insulso, deslustrado; o puedes encauzar tu vida para que sea limpia, vibrante, progresiva, útil, pintoresca, rica. Puedes empañar tu historia personal, mancillar tu alma, hollar con los pies la virtud, el honor y la bondad, y con ello privarte de una exaltación en el reino de Dios; o puedes ser justo, ganándote el respeto y la admiración de tus compañeros en todo aspecto de la vida y disfrutando del amor del Señor. Tu destino está en tus manos, y eres tú quien determinará tus decisiones trascendentales” (*El Milagro del Perdón*, pág. 239).

---

### Conclusión

Himno

Explique que llegará el día en que cada una de las alumnas tendrá que presentarse ante Dios para ser juzgada de acuerdo con sus decisiones y sus obras en esta vida. Si usamos nuestro albedrío para escoger la obediencia, obtendremos la verdadera libertad; si lo empleamos para escoger la desobediencia, perderemos la libertad. Dé fin a la lección leyendo la letra del himno “Sabed que el hombre libre está” (*Himnos de Sión*, 92).

El hombre tiene libertad  
De escoger lo que será;  
Mas Dios la ley eterna da,  
Que él a nadie forzará

El con cariño llamará,  
Y luz en abundancia da;  
Diversos dones mostrará,  
Mas fuerza nunca usará.

---

### Aplicación de la lección

Pida a las alumnas que evalúen los tipos de decisiones que tienen que tomar todos los días y que determinen si están siguiendo la luz. Ínstelas a valerse de las normas de la rectitud para escoger actuar con prudencia.

**OBJETIVO** Que cada joven se dé cuenta de la importancia de ser honradas con todas las personas.

**PREPARACIÓN** Dé a varias jóvenes la asignación de presentar los pasajes de las Escrituras, los relatos y las citas que usted desee.

**SUGERENCIAS PARA EL DESARROLLO DE LA LECCIÓN**

**La honradez nos hace felices**

**Relato**

Ardeth G. Kapp, ex Presidenta General de las Mujeres Jóvenes, contó algo que le sucedió a ella referente a la honradez. Cuando era estudiante de la Universidad Brigham Young, una vez dejó olvidado en una cabina telefónica su monedero con diez dólares, que era todo el dinero que tenía. Nunca lo volvió a encontrar, pero nueve años después recibió una nota de una mujer joven que le decía que quería resolver algo que le había sucedido en BYU. La hermana Kapp la llamó por teléfono y descubrió lo que había pasado con su monedero.

“Me enteré de que la muchacha, que ya se había casado y tenía hijos, había estado en BYU estudiando para enfermera. Había trabajado para ganarse el dinero que necesitaba para los cursos, pero le faltaban diez dólares; entonces le pidió el dinero al novio prometiéndole devolvérselo al viernes siguiente. Pero cuando llegó el día, a pesar de fervientes oraciones, todavía le faltaban los diez dólares.

“Sin razón alguna, había entrado en la cabina telefónica donde estaba el viejo monedero. Explicó que nunca se había enfrentado a una tentación como ésa y que el corazón empezó a latirle con fuerza. Con cautela lo abrió y encontró el billete de diez dólares que contenía. Entonces se preguntó si ésta había sido la respuesta a sus oraciones.

“La joven interrumpió el relato para intercalar que después había aprendido que Satanás sabe cuándo vamos a ser probados y cuándo podemos caer si nos sentimos presionados por las circunstancias. ‘Podemos estar seguros’, explicó, ‘de que si hay una probabilidad de que caigamos, allí va a estar él’.

“Y continuó contándome que le devolvió el dinero al novio, joven éste con el que se casó después. Se recibió de enfermera y ahora tiene hijos y vive feliz con las bendiciones del evangelio.

“Con la voz entrecortada y con remordimiento me dio más detalles. Hizo hincapié en que se le había enseñado a distinguir entre el bien y el mal y que conocía muy bien el principio de la honradez. Le había remordido la conciencia pero había escuchado la voz que no debía y actuado en contra de sus buenos principios. Me dijo que en ese momento le había parecido justificado y que no le había parecido un gran pecado, pero durante nueve años la conciencia no la había dejado en paz en ese aspecto . . .

“Durante nueve años, y a través de varias mudanzas, había tenido guardado el monedero en uno de los cajones de un mueble. Había pensado deshacerse de él muchas veces, pero no se decidía. No podía deshacerse del pecado cometido, ni tampoco veía la forma de devolver el monedero al dueño.

“No obstante, un día mientras arreglaba el cajón, apareció otra vez el monedero y decidió intentar devolverlo. Había aprendido muchas lecciones valiosas a través de los años y sabía que esta experiencia también había servido su propósito.

“Abrió el monedero otra vez y, al examinarlo, encontró en un compartimiento que no había visto antes una tarjeta anaranjada que sería la ayuda que necesitaba para sacarse ese peso de encima. La tarjeta daba la dirección de una clínica de Calgary, Alberta,

Canadá, donde alguien se había hecho exámenes médicos para obtener una visa de estudiante. Se puso contenta de pensar que tal vez podría devolver el monedero.

“Con un ruego en el corazón, se arriesgó a mandar una carta a la clínica de Calgary para que ellos la mandaran a destino, si pudieran. En efecto, la enviaron a la dirección de mis padres en Canadá y de allí vino a parar a mis manos, en Utah. Nos habíamos puesto en contacto, pero yo todavía no tenía el monedero. Cuando hablamos por teléfono, ella me dijo que me lo mandaría ese mismo día”.

La hermana Kapp le pidió a la joven que fuera a la oficina de ella a entregarle el monedero y la joven lo hizo.

“Como si hubiera ensayado mentalmente esta escena cientos de veces, me miró a los ojos y con mano firme me entregó el monedero. Su mirada segura reflejaba la bondad de una vida honrada.

“Después bajó la mirada y me dijo en un susurro: ‘¿Me perdona?, quiero ser honrada’. Lo único que atiné hacer fue darle la mano y asentir con la cabeza. Desde mi oficina la miré alejarse.

“ ‘He aquí, quien se ha arrepentido de sus pecados es perdonado; y yo, el Señor, no los recuerdo más’ (D. y C. 58:42).

“Me acerqué a la ventana para mirarla: llevaba la espalda derecha, la cabeza levantaba y el paso ágil al doblar la esquina y perderse de vista. Al volver a mi escritorio recordé sus palabras: ‘¿Me perdona?, quiero ser honrada’” (“Will You Please Forgive Me? I Want to Be Honest”, *New Era*, julio de 1976, págs. 7–9).

Análisis

- ¿Quién sufrió más por el robo del monedero? ¿Por qué?
- ¿Qué bendiciones recibimos por ser honradas? (Los demás confían en nosotras; tenemos la conciencia tranquila.)
- ¿Por qué es importante poder confiar en todas las personas que tratamos en la casa, en la escuela o en el trabajo?
- ¿Por qué queremos que nuestros padres y otras personas puedan confiar en nosotras?

Pida a las jovencitas que relaten experiencias que hayan tenido en las que han sido honradas. Pregúnteles si tuvieron una experiencia buena cuando decidieron ser honradas.

---

### Debemos seguir el ejemplo del Salvador siendo honradas

Análisis

- ¿Cómo podríamos definir la honradez?

El presidente Marion G. Romney dio la siguiente definición: “La honradez significa que nuestra vida está libre de mentiras, robos, engaños y de levantar falsos testimonios” (*Ensign*, noviembre de 1976, pág. 36).

- ¿Han prometido a alguien hacer algo alguna vez y después no lo han hecho? ¿Somos honradas cuando hacemos algo así? ¿De qué otras formas nos vemos tentadas a ser deshonestas?

Pasaje de las Escrituras

Explique que la persona que es verdaderamente honrada tiene la verdad en alta estima y busca todo lo bueno, como lo dice el decimotercer Artículo de Fe. Lean en voz alta dicho artículo de la Perla de Gran Precio.

Análisis de pasaje de las Escrituras

Explique que debemos esforzarnos por ser como nuestro Señor y Salvador, Jesucristo. Pida a las jóvenes que busquen los siguientes pasajes de las Escrituras y hablen de lo que ellos enseñan acerca de nuestro Salvador.

Alma 7:20

Éter 3:11–12

Moisés 4:30

Ayude a las jóvenes a entender que el Señor es completamente honrado. Todo lo que dice que va a hacer, lo hace.

Presentación por la maestra	<p>Recalque que para ser honradas, debemos vivir de acuerdo con nuestros principios y normas. Habrá momentos en la vida de las jóvenes en los que se darán cuenta de que no es popular ser honradas, y en que las rechazarán porque obedecen ciertas normas de conducta. Todos necesitamos que nos acepten y nos amen. Sin embargo, una joven no se ganará el respeto duradero de sus amistades si se deja vencer por la presión social y viola sus propias normas. La aceptarán temporariamente pero no la respetarán.</p> <p>Pida a las jovencitas que cuenten de situaciones en las que se hayan mantenido obedientes a los mandamientos a pesar de la presión social. Pregúnteles lo que sintieron en esos momentos.</p>
Análisis	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Por qué muchas personas que no son de nuestra religión nos respetan si cumplimos con nuestras normas de vida?</li> <li>• ¿Por qué perjudicamos a otros y a nosotras mismas cuando rompemos nuestras propias normas de conducta?</li> </ul>
Análisis de un pasaje de las Escrituras	<p>Pida a las jóvenes que lean Doctrina y Convenios 3:7-8 y hablen de lo que dice allí.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Por qué el dejarse vencer por la presión social es temer al hombre más que a Dios?</li> </ul>
Testimonio de la maestra	<p>Explique que para ser populares y queridas, las jóvenes no necesitan renunciar a sus principios. La integridad y la determinación de tomar sus propias decisiones hará que otros las respeten. La integridad es de mucho más valor que ser aceptadas por los amigos y conocidos. Cuando una joven se esfuerza por ser honrada, siempre puede contar con la ayuda del Señor y Él la bendecirá y la apoyará.</p>

### Conclusión

Cita	<p>Lean la siguiente cita del presidente Gordon B. Hinckley:</p> <p>“El Señor exige a los de Su pueblo que sean honrados. Que podamos tener en nuestro corazón el deseo de ser íntegros en todas nuestras relaciones y en todas nuestras acciones. Si pedimos a Dios fortaleza, Él nos la dará; entonces, la paz de nuestra conciencia y nuestra vida misma nos resultarán dulces, aquellos con los que nos relacionemos serán bendecidos y Dios nos bendecirá y nos guiará con Su amoroso cuidado” (“Creemos en ser honrados”, <i>Liahona</i>, junio de 1993, pág. 7).</p>
------	---



# Conservar la castidad por medio de una vida recta

**OBJETIVO** Que cada joven decida conservarse casta y pura.

**PREPARACIÓN**

1. Lleve a la clase papel y lápices para todas las alumnas.
2. Dé a varias de las jovencitas la asignación de presentar los pasajes de las Escrituras, los relatos y las citas que usted desee.

**SUGERENCIAS PARA  
EL DESARROLLO  
DE LA LECCIÓN**

**Relato**

**Introducción**

Cuente la fábula siguiente:

Un camello y su dueño “viajaban sobre las arenas del desierto cuando se desató un vendaval. El viajero rápidamente armó su tienda de campaña, y entró y cerró los lados para protegerse de las picantes y cortantes arenas impelidas por la tormenta. Por supuesto, el camello tuvo que permanecer afuera, y a medida que la violencia del viento azotaba con la arena su cuerpo, sus ojos y hocico, no pudo soportar más y, por último, suplicó que se le dejara entrar en la tienda.

“—Sólo hay lugar para mí —dijo el viajero.

“—Pero, ¿no puedo por lo menos meter el hocico para poder respirar aire que no esté lleno de arena? —preguntó el camello.

“—Pues no veo por qué no —contestó el viajero, levantando un poco el faldón de la tienda para que el camello pudiera introducir el hocico.

“¡Qué cómodo se sentía el camello ahora!, pero no tardó en sentirse molesto con la arena que le hería los ojos y las orejas, y no pudo resistir la tentación de preguntar nuevamente:

“—La arena impelida por el viento me está rallando la cabeza como si fuera una lima. ¿Puedo meter sólo la cabeza?

“Una vez más el viajero razonó que si consentía no se iba a perjudicar, pues la cabeza del camello podía ocupar el espacio de la parte superior de la tienda que él mismo no estaba usando. De manera que el camello metió la cabeza y nuevamente se sintió satisfecho, pero nada más por un corto tiempo.

“—Sólo las patas delanteras —suplicó.

“Nuevamente el viajero accedió, y en un instante los hombros y patas delanteras del camello se hallaban dentro de la tienda. Finalmente, por medio del mismo procedimiento de rogar y de consentir, el torso del camello y sus piernas traseras se hallaban dentro de la tienda. Sin embargo, no había suficiente lugar para los dos, y el camello, dando una coz, precipitó al viajero afuera al viento tormentoso” (Spencer W. Kimball, *El Milagro del Perdón*, págs. 217–218).

**Para mantenernos puras, debemos obedecer los principios del evangelio**

**Presentación por la maestra**

Explique que los principios del evangelio son como la tienda (carpa) del viajero. Cuando nos rodeamos de los principios del evangelio, nos sentimos protegidos por ellos y estamos a salvo del poder destructivo de Satanás, pero si permitimos que las influencias malas compartan nuestra vida, perderemos la pureza. Una de las formas más comunes en que los jóvenes pierden la castidad es ceder gradualmente a las tentaciones de Satanás.

**Análisis**

- ¿Qué moraleja podemos sacar de esta fábula que se pueda aplicar a conservar la castidad?

Relato	<p>El relato que se refiere a continuación da a conocer la forma en que una joven perdió su castidad por motivo de no haber sido obediente a los principios del evangelio.</p> <p>Alicia se sintió vivamente emocionada cuando sus nuevos amigos la invitaron a una fiesta. Dado que sabía que varios de ellos tomarían bebidas alcohólicas, pensó que si alguien le ofrecía una de esas bebidas, sólo diría: “No, gracias”.</p> <p>Una vez en la fiesta, varias personas le ofrecieron cócteles. Al principio, los rechazó, pero por último aceptó uno; a ése siguieron varios más; con el pasar de las horas, Alicia perdió control de lo que le sucedía; esa pérdida fue en verdad angustiosa y lamentable, porque después tuvo que aceptar la realidad de haber perdido también la castidad.</p>
Análisis en la pizarra	<p>Pida a las alumnas que mencionen algunos principios del evangelio que se apliquen directamente a la protección de su propia castidad y que comenten por qué les pueden servir de guía. (Anote en la pizarra esas sugerencias.)</p> <p>A continuación se mencionan algunos principios que deben analizarse:</p> <p>La Palabra de Sabiduría.  La obediencia al Señor y a los padres.  El recato en el hablar, en el vestir y en el modo de actuar.  El servicio.  La oración.  El ayuno.  El amor a Dios, a uno mismo y a los semejantes.  El estudio de las Escrituras.</p>
Presentación por la maestra	<p>Recalque que siempre debemos ser obedientes a los principios del evangelio. El apartarse, poco a poco, de la protección de dichos principios por último acarrea sólo desdicha.</p> <p>Una joven pareja contó al presidente Spencer W. Kimball la forma en que hicieron caso omiso de los principios del evangelio y llegaron a perder la pureza.</p>
Relato	<p>“ Todo comenzó con un baile importante, que prometía ser muy especial; al pensar en ello ahora, comprendo que el resultado fue trágico y fue el principio de nuestros problemas. Cuando vi a mi novia bajando la escalera aquella noche, pensé que no podía haber otra joven más hermosa ni más dulce. Bailamos toda la noche y luego, al llevarla a la casa, cuando detuve el auto y nos quedamos allí sentados, a medida que nos dejábamos llevar por la pasión, mis pensamientos se volvieron confusos.</p> <p>“ Ninguno de nosotros había soñado en que aquello llegaría a pasarnos, pero todos los elementos se combinaron para romper nuestra resistencia. No notamos el paso del tiempo, de las horas; los sencillos besos que nos habíamos dado a menudo gradualmente se convirtieron en caricias apasionadas. Entonces nos detuvimos. Pero hubo otras noches, y cada vez las barreras se hacían menos difíciles de sobrepasar. Nos amábamos tanto que nos convencimos de que las caricias apasionadas no eran algo tan malo, puesto que de todos modos sentíamos que nos pertenecíamos el uno al otro. Cada noche comenzábamos donde habíamos interrumpido la noche anterior y así continuamos hasta que finalmente, como si de ninguna forma pudiéramos controlarnos, tuvimos relaciones sexuales. Al principio habíamos hablado de ello y habíamos llegado al acuerdo de que, hiciéramos lo que hiciéramos, no llegaríamos nunca hasta ese punto. Pero entonces ya era demasiado tarde, <i>demasiado</i> tarde, y nos despertamos a la realidad de lo que habíamos hecho’ “.</p>
Cita	<p>Entonces el presidente Kimball aconsejó a los jóvenes de la siguiente manera:  “La inmoralidad no comienza por el adulterio ni la perversión, sino por las pequeñas indiscreciones, como el tener pensamientos o conversaciones sobre temas sexuales, el besuqueo apasionado, los manoseos, aumentando un poco más cada vez. Las pequeñas indiscreciones parecen insignificantes comparadas con el cuerpo fuerte, la mente firme y el dulce espíritu del joven que cede ante ellas. Pero muy pronto lo fuerte se convierte en débil, el maestro en esclavo, y el desarrollo espiritual queda truncado. Pero si el primer acto incorrecto jamás echa raíces, entonces el árbol crecerá hasta alcanzar una hermosa madurez y la vida del joven se desarrollará en dirección hacia Dios, nuestro Padre”  (“Vestíos de toda la armadura de Dios . . . “ <i>Liahona</i>, feb. de 1981, pág. 188).</p>
Análisis	<p>Señale la pizarra y pida a las alumnas que nombren los diversos principios del evangelio que esa joven pareja pasó por alto.</p>

Actividad con pasajes de las Escrituras      Escriba en la pizarra los pasajes de las Escrituras que se mencionan a continuación, pero no escriba lo que dice en paréntesis:  
Doctrina y Convenios 121:45–46 (pensamientos virtuosos).  
Doctrina y Convenios 58:2 (la obediencia).  
Doctrina y Convenios 93:49 (la oración).  
Doctrina y Convenios 59:9 (la Santa Cena y el día de reposo).  
Pida a la clase que lea los pasajes de las Escrituras indicados anteriormente y que comenten la forma en que el principio enseñado en él puede ayudarlas a conservar la castidad.

---

### La castidad se mantiene por medio de las buenas costumbres del diario vivir

Relato      Explique que debemos adquirir el hábito de obedecer los principios del evangelio todos los días. La falta de constancia en nuestros esfuerzos en este aspecto no nos ayudará a conservarnos puras y virtuosas.  
Narre el relato que aparece a continuación para ilustrar la importancia de la obediencia diaria a los mandamientos.  
Al salir del despacho del orientador de la institución educativa donde estudiaba, Carolina se apoyó contra la pared y dejó que las lágrimas le corrieran libremente por la mejillas. En silencio ofreció una oración de gracias a su Padre Celestial.  
El orientador acababa de informarle que ella había sido escogida para recibir una de las becas más valiosas de la escuela. Se le había dicho que sus calificaciones académicas y de liderazgo eran idénticas a las de varios otros solicitantes, por lo que el comité de las becas había tenido en cuenta otras cualidades más para hacer su elección. El orientador le habló de la evaluación más amplia que habían hecho de sus hábitos personales y su modo de conducirse.  
Uno de los maestros había comentado que en su clase de ciencia había observado que Carolina siempre se conducía con buenos modales y era cortés y fina. El asesor de la clase dijo que en los diversos bailes de la escuela a los que había concurrido, había notado que Carolina iba debidamente vestida y procedía con refinamiento y respeto hacia los jóvenes del sexo opuesto; que nunca la había visto propasarse en sus expresiones de afecto para con los muchachos. Otra maestra encomió a Carolina porque en sus clases siempre estaba preparada, alerta y atenta en tanto que había otros alumnos que no se presentaban a sus clases en tan óptimas condiciones, debido a que tomaban o tenían otros vicios.  
Al arrodillarse a orar esa noche, Carolina reflexionó sobre lo que el orientador había dicho y comprendió que había ganado ese valioso premio gracias a sus esfuerzos diarios por vivir las normas del evangelio. Dio gracias a su Padre Celestial por ayudarla a vivirlas.  
Después de orar, el mensaje que se encuentra en 3 Nefi 13:33 le vino con mucho impacto a la mente.  
Pasaje de las Escrituras      Indique a las alumnas que busquen y lean 3 Nefi 13:33.  
Pida a las jóvenes que indiquen algunos de los principios anotados en la pizarra que influyeron en los hábitos y el proceder de Carolina.  
Lea la siguiente cita: “Los buenos hábitos no se adquieren simplemente haciendo buenas resoluciones, a pesar de que el pensamiento precede a la acción, sino que se desarrollan en el taller de nuestra vida diaria. El carácter no se edifica en los grandes momentos de prueba y tribulación; allí sólo se pone de manifiesto. Los hábitos que dirigen nuestra vida y forman nuestro carácter se forman en la a menudo tranquila y común rutina diaria y se adquieren por la práctica” (Delbert L. Stapley, “Los buenos hábitos desarrollan un buen carácter”, *Liahona*, jun. de 1975, pág.30).  
El élder Boyd K. Packer nos ha dado algunas sugerencias para desterrar los malos hábitos y adquirir y establecer los buenos en nuestra vida.  
“No procuren meramente *desechar* un mal hábito o un mal pensamiento, sino *reemplácenlo* con otros buenos. Si al intentar eliminar un mal hábito dejamos desocupado y libre el lugar donde solía estar, volverá a introducirse a hurtadillas en ese espacio vacío. Allí

creció y luchará por mantenerse en ese sitio. Una vez que lo desechen, llenen el espacio que deje libre. Reemplácenlo con algo bueno, con pensamientos libres de egoísmo, con actos de abnegación. Entonces, si un mal hábito o una adicción procura volver, tendrá que luchar para que se le preste atención. Puede que a veces gane. Muchas veces a los malos pensamientos hay que desalojarlos cien veces o mil veces. Pero aun cuando tengan que desalojarlos diez mil veces, nunca se rindan a ellos. Tienen la responsabilidad de cuidarse. Les repito, es muy, muy difícil eliminar un mal hábito procurando meramente desecharlo; deben reemplazarlo con uno bueno" ("To the One", en *Speeches of the Year, 1978*, Provo: Brigham Young University Press, 1979, pág. 39).

- ¿Han tenido dificultades alguna vez para vencer un mal hábito?
- ¿Cómo creen que los consejos del élder Packer podrían ayudarlas?

Relato

Una joven hizo una evaluación de sus actividades y hábitos diarios y se fijó metas para conservar sus normas. Sabía perfectamente que su felicidad del presente así como de su futuro dependía del que conservara su castidad. Narre lo siguiente:

Tamara aceptó el cometido del Profeta de escribir un diario personal. Antes de comenzar a salir con los jóvenes que la invitaran, decidió poner por escrito en su diario las resoluciones personales que había tomado con respecto a las normas que había adoptado para salir con jóvenes del sexo opuesto. Resolvió salir solamente con muchachos que tuvieran normas semejantes a las de ella, que nunca incurriría en besuqueos apasionados y que siempre ofrecería una oración a solas antes de salir y pediría fortaleza para guardar sus resoluciones.

Al salir con los jóvenes que la invitaban, escribía sus experiencias y se regía por sus principios aunque muchas veces se veía presionada a no hacerlo así. Se conservó fiel a las resoluciones que había tomado y escrito en su diario.

Después, cuando Tamara asistía a una universidad, conoció a un excelente y excepcional joven Santo de los Últimos Días con el cual conversaba a menudo hasta que trabaron una estrecha amistad.

Un día, en una conversación, salió a colación el tema del diario de Tamara y las resoluciones que había tomado años antes. Entonces ese joven resolvió que la amistad que los unía debía convertirse en un compañerismo eterno. Había estado buscando una compañera que se hubiera fijado elevadas normas y que las hubiera guardado.

### Conclusión

Presentación por la maestra

Recuerde a las alumnas que pueden conservarse castas y puras al obedecer los principios del evangelio y adquirir buenos hábitos llevándolos a la práctica diariamente. Al hacerlo así, hallarán el regocijo que el Señor promete a todos los que son fieles.

Cita

Lea la referencia que aparece a continuación:

"A algunos de nosotros quizás de vez en cuando nos parezca que determinados mandamientos [del Señor] son un impedimento para que seamos felices en esta vida; no es así, y en el fondo sabemos perfectamente que siempre que los obedecemos, con la misma seguridad con que esperamos que amanezca el día después de la noche, podemos esperar las bendiciones que se han prometido a los justos y fieles. El Señor dijo:

"Yo, el Señor, estoy obligado cuando hacéis lo que os digo; mas cuando no hacéis lo que os digo, ninguna promesa tenéis' (D. y C. 82:10)" (O. Leslie Stone, "Si guardas mis mandamientos", *Liahona*, nov. de 1980, pág. 113).

### Aplicación de la lección

Actividad

Dé a cada una de las alumnas una hoja de papel y un lápiz.

Ínstelas a poner por escrito sus propias resoluciones con respecto a normas para salir con jóvenes del sexo opuesto, como lo hizo Tamara. Sugíérales que anoten esas resoluciones también en sus diarios y que las pongan donde puedan servirles de recordatorio constante para conservar su pureza personal por medio del recto vivir.



*Conseruemos la buena salud*

**OBJETIVO**

Que cada una de las alumnas comprenda la responsabilidad que tiene de conservar su cuerpo sano a fin de que pueda cumplir con su misión en la tierra.

**PREPARACIÓN**

1. Consiga lápices y hojas de papel para todas las alumnas.
2. Prepare lo siguiente: ponga en una bandeja un reloj despertador, un par de zapatillas de gimnasia (tenis), fruta, granos (o un producto de éstos, como el pan), un poco de carne y jabón.
3. Con la aprobación de su obispo o líder del sacerdocio, con bastante anticipación, haga los arreglos indispensables para que una madre joven que tenga un bebé sano tome parte en su lección. (Sírvese ver la segunda sección de la lección.) Disponga la hora para que la madre llegue a la clase en el momento oportuno con el fin de evitar que su presencia distraiga a las alumnas mientras imparta la lección.
4. Dé a diversas alumnas la asignación de presentar los pasajes de las Escrituras, los relatos y las citas que usted desee.

**SUGERENCIAS PARA EL DESARROLLO DE LA LECCIÓN**

Juego en la pizarra con los pasajes de las Escrituras

**Las Escrituras contienen instrucciones sobre la forma de cuidar de nuestro organismo**

Señale la bandeja con los diversos artículos e indique que emplearán éstos en un juego. Escriba en la parte superior de la pizarra, en sentido horizontal, "Artículo", "Versículo" y "Enseñanza". En seguida, escriba en la pizarra la primera referencia de las Escrituras bajo el encabezamiento "Versículo" y pida a las alumnas que lean en silencio el pasaje de las Escrituras. A continuación, pregúnteles con qué artículo de la bandeja tiene relación el versículo que acaban de leer. Una vez que den la respuesta, pida a uno de los miembros de la clase que escriba el nombre de dicho artículo bajo el encabezamiento "Artículo" y que escriba, asimismo, el mensaje del versículo bajo el encabezamiento "Enseñanza". Tal como se ilustra en la gráfica de muestra que aparece a continuación, asegúrese de anotar los seis pasajes de las Escrituras en el orden indicado.

Una vez que haya terminado el ejercicio, la pizarra podría verse así:

Artículo	Versículo	Enseñanza
Jabón	D. y C. 38:42	Ser limpios por dentro y por fuera.
Reloj	D. y C. 88:124	Acostarse y levantarse temprano.
Fruta	D. y C. 89:11	En su sazón.
Carne	D. y C. 89:12	Limitadamente.
Grano	D. y C. 89:14	Sostén de la vida.
Zapatillas	D. y C. 89:20	Correr sin fatigarse.

Pasajes de las Escrituras y preguntas para reflexionar

Presentación por la maestra

- ¿Por qué creen ustedes que nuestro Padre Celestial nos ha dado esas instrucciones?

Pida a los miembros de la clase que lean 1 Corintios 3:16–17.

- ¿Qué les hace sentir el saber que son templos de Dios y que el Espíritu de Dios puede morar en ustedes?
- ¿Cuán bien están cuidando de su templo?

Explique que la condición física del cuerpo afecta todos los aspectos de nuestra vida. Para cumplir con nuestras responsabilidades diarias, nuestro cuerpo debe ser capaz de soportar todas las exigencias de nuestra rutina. No podemos salir adelante si nos sentimos siempre cansadas y tenemos dificultad para cumplir con nuestras obligaciones. La actividad física mejora la concentración y mantiene la mente alerta; alivia la tensión muscular y el nerviosismo. Algunos profesores han observado que los estudiantes que están en buenas condiciones físicas prestan más atención, están alertas y aprenden más. Muchas empresas reconocen que el empleado saludable rinde más. Nuestra aptitud física también afecta nuestra capacidad de tratar bien a otras personas. Casi todos tenemos algún problema físico que tal vez no podamos vencer del todo, pero todos podemos mejorar un poco nuestra capacidad física.

Explique que existen por lo menos tres aspectos dentro de los que podemos adquirir costumbres saludables: el ejercicio adecuado, el descanso y una alimentación nutritiva. Repase la siguiente información con las jóvenes:

1. El ejercicio beneficia el cuerpo. A continuación se da un resumen de la manera en que el ejercicio afecta al cuerpo:

*El ejercicio fortalece los músculos.* Los músculos fuertes ayudan el funcionamiento del sistema óseo. Los músculos bien desarrollados mantienen los huesos en la posición que les corresponde y evitan el estrés y el deterioro que puede causar la mala posición del esqueleto. Los dolores de espalda y la rigidez pueden ser causados por la inactividad. Además, cuando la columna vertebral se mantiene en la posición correcta, la cabeza, los brazos y las piernas se mueven con más facilidad. El ejercicio mantiene todo el cuerpo en buenas condiciones. Los músculos y las articulaciones que no se usan a menudo pierden la flexibilidad y se ponen rígidas. La actividad también mantiene la dureza de los huesos, ya que éstos tienden a debilitarse a partir de la edad de 20 años. La persona que se mantiene activa detiene este proceso degenerativo y previene la fragilidad de los huesos que a menudo caracteriza a la vejez.

*El ejercicio afecta el metabolismo.* El ejercicio fortalece el cuerpo y lo ayuda a funcionar mejor; además quema calorías y por lo general no aumenta el apetito. Muchas personas que hacen ejercicios comen menos que las personas que son sedentarias. El ejercicio y una dieta moderada nos ayudan a lograr un peso saludable.

*El ejercicio beneficia el sistema nervioso.* El ejercicio vigoroso mejora la coordinación en general. También relaja la tensión nerviosa y estimula la capacidad mental. Muchas personas aprovechan el tiempo que dedican a hacer gimnasia o deportes para planear las actividades del día, para lograr una perspectiva nueva de la vida o simplemente para relajarse mentalmente. El ejercicio alivia la tensión muscular y ayuda a la mayoría de las personas a dormir mejor.

- ¿Qué clase de ejercicio físico hacen ustedes? ¿Cómo podrían hacer del ejercicio parte de la rutina diaria?

2. El cuerpo necesita relajarse y vivificarse después de trabajar, de hacer deportes o de un período de gran tensión emocional. Con este propósito podemos dormir, descansar o hacer algo que nos ayude a descansar.

Todos debemos tener momentos del día para descansar. Dormir una siesta, leer, escuchar música, estudiar las Escrituras o hacer manualidades que nos gusten rejuvenecen el cuerpo y el espíritu.

La cantidad de horas de sueño que necesita una persona varía de acuerdo con la salud, la edad y la disposición natural que tenga. Todos debemos dormir tantas horas como necesitemos todas las noches. El cuerpo responde mejor si uno se duerme y despierta aproximadamente a la misma hora.

- ¿Qué hacen ustedes para descansar y relajarse? ¿Siguen el consejo de Doctrina y Convenios 88:124?



3. Es importante que comamos la cantidad apropiada de alimentos nutritivos. El cuerpo no funciona bien si no tiene los nutrientes necesarios. La buena salud depende en gran parte de la clase de alimentos que comamos.

Muchos países han establecido un sistema alimenticio óptimo para su propia gente basado en los alimentos que se consumen en ese país. Se aconseja seguir ese sistema o de lo contrario basarse en el que se da a continuación:

Alimentos que contienen nutrientes esenciales para la reproducción de las células en mayor cantidad que otros: legumbres (frijoles, habas, maníes, etc.), huevos, productos lácteos, carnes y pescado.

Alimentos que contienen la mayor cantidad de vitaminas y minerales y que ayudan al óptimo funcionamiento del cuerpo: frutas y verduras.

Alimentos que contienen la mayor cantidad de nutrientes que el cuerpo convierte con facilidad en energía: granos o cereales como el trigo, el maíz, el arroz, etc., y los productos derivados de ellos como el pan, las tortillas o los fideos.

Si comemos alimentos de cada uno de estos grupos, tendremos más posibilidades de mantenernos sanas.

Pida a las jóvenes que piensen en lo que comieron el día anterior.

- ¿Comieron alimentos variados, de cada uno de los grupos? ¿Cómo podrían comer alimentos más nutritivos?

Cita

“Cuando nuestros apetitos nos dominan, cuando por descuido no conservamos nuestro cuerpo y nuestro intelecto en el mejor estado posible, quizá no estemos quebrantando literalmente la Palabra de Sabiduría, pero sí estamos faltando a un cometido sagrado que nos ha encomendado el Señor al darnos nuestro maravilloso cuerpo” (Lindsay R. Curtis, “I Have a Question”, *Ensign*, jun. de 1975, pág. 21).

---

### **El cuidar de la salud nos acarreará bendiciones a nosotros y a nuestra posteridad**

Persona invitada

Invite a la madre con su bebé a ponerse enfrente de la clase. Preséntelos y lea la siguiente cita:

“La mujer debe ser inteligente y pura porque es la fuente viviente de la cual fluye el torrente de la humanidad. La que por su propia voluntad contamine esa corriente con tabaco, drogas nocivas o microbios que produzcan impedimentos en los que están todavía por nacer es infiel a su sexo y enemiga de la fortaleza y de la perpetuidad de la raza” (David O. McKay, “These Two Together”, *Improvement Era*, de mayo de 1969, pág. 2).

Dé la palabra a la madre joven para que hable brevemente sobre la importancia del cuidar en la debida forma tanto de su propia salud como de la de su bebé. Ella podría mencionar los siguientes puntos:

1. Los beneficios de las buenas costumbres para conservar la salud antes del embarazo (en este punto podría hacer hincapié en la Palabra de Sabiduría, así como en la debida nutrición y el descanso y el ejercicio adecuados).
2. Prácticas para conservar la salud durante el embarazo (que incluye el seguir los consejos del médico y el no tomar medicamentos ni drogas nocivas).
3. La forma en que el conocimiento de las normas de la buena salud ha sido y será de provecho para su hijo.

Si lo desea, podría dedicar unos minutos para preguntas y respuestas al término de la presentación.

---

### **Conclusión**

Testimonio de la maestra

Testifique que nuestro Padre Celestial espera que todos cuidemos de nuestro cuerpo en la debida forma para que podamos cumplir con nuestra misión en la vida.

---

**Aplicación de la lección**

Aconseje a los miembros de la clase consumir los alimentos adecuados, descansar y hacer ejercicios de la forma debida y evitar cualquier elemento que sea dañino para el cuerpo o la mente.

---

**Actividades que se sugieren**

1. Tras obtener la aprobación de su líder del sacerdocio, invite a oradores especiales para que en un día de entre semana den charlas sobre cualquiera de los temas que se mencionan a continuación:
  - La buena nutrición.
  - El ejercicio adecuado.
  - Los efectos dañinos del alcohol, el tabaco, las drogas y otras sustancias.
  - Cualquier otro tema que se relacione con los hábitos encaminados a la conservación de la buena salud que puedan ser de provecho para su clase.
2. Proyecte una actividad sobre la aptitud física y la gimnasia para su clase.
3. Haga una demostración de prácticas para conservar la buena salud de los niños.  
(Esto podría resultar especialmente provechoso para las jóvenes que tengan hermanos menores y para las que cuiden de otros niños.)

**OBJETIVO** Que las jóvenes aprendan algunas maneras de prevenir enfermedades.

**PREPARACIÓN** Dé a varias de las alumnas la asignación de presentar los pasajes de las Escrituras, los relatos y las citas que usted desee.

Adapte esta lección a las necesidades de las jóvenes de su región. Si algunas de las jóvenes de su clase tiene problemas serios de salud, esfuércese por que esta lección le sirva de ayuda en vez de causarle desánimo.

**SUGERENCIAS PARA EL DESARROLLO DE LA LECCIÓN**

**Introducción**

Presentación por la maestra

Explique que una de las razones por las que vinimos a la tierra es para obtener un cuerpo. El presidente Brigham Young declaró: “Nuestro cuerpo mortal es sumamente importante para nosotros; sin él nunca podríamos ser glorificados en las eternidades” (*Discourses of Brigham Young*, seleccionados por John A. Widtsoe, Salt Lake City: Deseret Book Co., 1954, pág. 56).

Explique también que nuestro cuerpo será perfecto cuando resucitemos (véase Alma 11:42–44). Pero en esta vida sufrimos enfermedades, dolor, etc. Algunos tienen una incapacidad temporaria; otros son inválidos o incapacitados de por vida. No importa en qué condiciones se encuentre, nuestro cuerpo es importante para nosotros, ya que nos ayuda a progresar hacia la perfección.

Somos seres espirituales y físicos y no podemos alcanzar nuestro potencial sin uno o el otro. El espíritu no puede lograr la exaltación a menos que esté unido al cuerpo (véase D. y C. 93:33–34).

**Para prevenir las enfermedades debemos aplicar las normas de la salud**

Pida a las jovencitas que piensen por qué es importante saber cómo prevenir las enfermedades.

Relato

Marta Molina tenía sólo ocho meses cuando enfermó de gravedad. La hermosa niña adelgazó mucho en muy poco tiempo, tenía la boca seca, los ojos opacos y hundida la mollera (fontanela). Sin saber qué otra cosa hacer, la familia hizo lo que las costumbres del pueblo recomendaban, pero no lograron curarla.

Marta Molina, como muchas personas, enfermó por razones desconocidas para la familia y no supieron prevenir la enfermedad ni curarla.

- ¿Por qué es importante saber las causas de las varias enfermedades y las medidas a tomar a fin de prevenir los problemas de salud?

Análisis

Hace muchos años, la gente no sabía la causa de muchas enfermedades. Algunos pensaban que se contraían enfermedades porque no se ofrecían sacrificios adecuados; otros pensaban que algún enemigo les había hecho una brujería, etc. En nuestra época, científicos y médicos han encontrado la causa de la mayoría de los problemas de salud. Se han hecho muchos descubrimientos desde que se restauró el evangelio en 1830, los que nos ayudan ahora a mantenernos sanos gracias a que muchos han sentido la influencia del Espíritu del Señor.

En la actualidad sabemos que muchas enfermedades son causadas por microorganismos o microbios que viven en todo lo que nos rodea. Son tan pequeños que no podemos verlos a simple vista. Algunos viven en el aire y entran en el cuerpo cuando respiramos; otros se transmiten por el contacto entre una persona y otra; algunos animales e insectos nos transmiten otros microbios.

Cuando esos microbios invaden nuestro cuerpo debilitado, pueden causar muchas enfermedades. Para evitar contagiarnos una enfermedad, debemos tratar de no ponernos en contacto con esos microorganismos.

Análisis en la pizarra

Hablen de las maneras de prevenir la multiplicación de los microbios que causan enfermedades y analicen las razones por las que es importante hacer esto. Anote en la pizarra lo que se sugiera. (Podrían hablar de la prevención de enfermedades comunes en su región.)

1. Limpiar la casa, especialmente los lugares húmedos, oscuros y calurosos que pueden juntar microbios.
2. Mantener la comida tapada para que los insectos no la contaminen. Evitar la reproducción de bacterias en la comida que se guarde de un día para el otro y que pueda echarse a perder manteniéndola a una temperatura baja, preferiblemente refrigerada.
3. Lavar con cuidado las verduras y las frutas.
4. Lavarse las manos con jabón antes de cocinar, antes de comer y después de hacer las necesidades.
5. Cepillarse los dientes después de comer para evitar las caries y otros problemas dentales.
6. Cubrirse la boca para estornudar o toser.
7. Usar calzado para no contaminarse con los microorganismos del suelo.
8. Comer la comida más nutritiva posible y descansar lo necesario porque un cuerpo fuerte resiste el ataque de los microbios.
9. Asegurarse de que el agua, la leche y otros alimentos no estén contaminados.
10. Inmunizarse en contra de algunas enfermedades por medio de vacunas que por lo general se pueden recibir en las clínicas de salud pública.
11. Obedecer la ley de castidad para no contraer enfermedades venéreas.

---

### Nos beneficiamos si seguimos las reglas de la buena salud

Cita

El presidente David O. McKay dijo:

“La persona saludable, que se cuida físicamente, tiene fortaleza y vitalidad; su cuerpo es un templo adecuado para que en él resida su espíritu.

“ . . . Las enfermedades nos privan del ejercicio pleno de nuestras facultades y privilegios y a veces nos privan de la vida misma. Es necesario, por lo tanto, cuidar nuestro cuerpo y observar las normas de la salud y de la felicidad” (“The ‘Whole’ Man”, *Improvement Era*, abril de 1952, pág. 221).

Análisis

• ¿Qué beneficios tiene el ser saludables? Algunas de las respuestas podrían ser que gozamos más de la vida cuando nos sentimos bien, tenemos más energía para estudiar y para divertirnos y aprendemos con más facilidad cuando estamos alertas y sanas.

Pizarra

Explique que además de estos beneficios tan evidentes, seguir las normas de la salud y prevenir las enfermedades tiene otras ventajas. Haga una lista en la pizarra de ellas y analícenlas.

1. Podemos servir mejor a nuestra familia, a nuestros amigos y a nuestro Padre Celestial.
  - ¿Por qué estamos más dispuestas a ayudar si nos sentimos bien?
2. Somos mejores líderes.
  - ¿Por qué es importante que los líderes tengan buena salud?

3. Tenemos mejor concepto de nosotras mismas.

- ¿Qué relación hay entre sentirse bien y quererse a sí mismas y a los demás?

4. Podemos bastarnos mejor a nosotras mismas.

- ¿Qué sucede con nuestras tareas diarias cuando estamos enfermas?

Explique que estamos aquí para alcanzar nuestra salvación y para ayudar a otros a salvarse. Para lograr esto necesitamos un cuerpo y una mente sanos. Existen muchas formas de prevenir o curar enfermedades y el Señor espera que nos valgamos de ellas.

Cita

“José Smith nos enseñó que ‘es la voluntad de Dios que el hombre se arrepienta y le rinda servicio mientras goza de *salud, y con la fuerza y poder de su mente*, a fin de obtener su bendición’ (*Enseñanzas del Profeta José Smith*, pág. 238). Por lo general, la persona sana y vigorosa está en mucho mejor condición de trabajar para alcanzar su propia salvación y para ser un medio eficaz para llevar adelante los grandes objetivos de Dios” (Bruce R. McConkie, *Mormon Doctrine*, Salt Lake City: Bookcraft, 1966, pág. 346).

---

### Conclusión

Cita

La hermana Barbara B. Smith, una de las Presidentas Generales de la Sociedad de Socorro, dijo: “Nuestra salud afecta todos los aspectos de nuestra vida: el bienestar, la actitud hacia el trabajo, la vida social, e incluso el servicio al Señor” (*Ensign*, nov. de 1978, pág. 77).

Recuerde a las jóvenes que el cuerpo es una gran bendición del Señor y que es necesario para que progrese hacia la exaltación. Debemos cuidar de nuestro cuerpo de la mejor forma posible.

---

### Aplicación de la lección

1. Sugiera que cada joven repase la lista de la pizarra sobre las formas de controlar las enfermedades y que determinen cuál de esas normas necesitan aplicar ellas con más dedicación. Sugíérales que se esfuercen por adquirir esas buenas costumbres.
2. Con la aprobación del asesor del sacerdocio, podría invitar a alguien que fuera experto en el campo de la salud como una enfermera, un estudiante de medicina, etc., para que diera una clase a las jóvenes durante la semana sobre la multiplicación de los microbios y cómo podemos impedir que se multipliquen, así como sobre la reacción de nuestro cuerpo cuando se contagia.

# *El desarrollo emocional y social*

---

**OBJETIVO** Que las alumnas comprendan que el autodomínio acarrea la verdadera felicidad.

---

**PREPARACIÓN**

1. Consiga lápices y hojas de papel o tarjetas para todos los miembros de la clase.
2. Consiga cinco o seis pelotas pequeñas u otros artículos pequeños.
3. Consiga una muñeca, que también podría ser una muñeca de papel, para emplear en el ejemplo de la introducción. Prepare, además, cadenas de papel o dibujos de cadenas de papel (podrían ser joyas) para ceñir alrededor de la muñeca.
4. Prepare en un cartel el juego “Llenemos los espacios”, omitiendo las palabras que están entre paréntesis, pero dejando los espacios correspondientes. Escriba en tiras de cartulina o de papel grueso las palabras omitidas para llenar los espacios en blanco.
5. Prepare cinco hojas pequeñas de papel o tarjetas para dar a los miembros de la clase, escribiendo en cada una de ellas una de las cuatro sugerencias para el autodomínio que se mencionan en la sección: “Las Escrituras y los líderes de la Iglesia nos enseñan cómo adquirir el autodomínio”. Omita las palabras que están entre paréntesis.
6. Dé a diversas alumnas la asignación de presentar los pasajes de las Escrituras, los relatos y las citas que usted desee.

---

**SUGERENCIAS PARA  
EL DESARROLLO  
DE LA LECCIÓN**

**Introducción**

**Demostración**

Ponga la muñeca a la vista de la clase. Explique que la muñeca representa a una joven que ha empezado a adoptar algunos malos hábitos. Al ir mencionando tales hábitos, como el mentir, la desidia o dejadez, el comer en exceso, la pereza, el decir impropiedades o malas palabras, vaya colocando las cadenas de papel (o las cadenas de joyas) sobre los hombros, alrededor del cuello y alrededor del cuerpo de la muñeca, ciñéndola con ellas.

**Análisis**

Someta a análisis los siguientes puntos:

- ¿Qué le ha sucedido a esta joven (la muñeca)?
- ¿Qué efecto producen los malos hábitos en nuestra vida?
- ¿Cómo pueden romperse esas cadenas?
- ¿Puede otra persona, que no seamos nosotras mismas, romper esas cadenas por nosotras?

**Pasaje de  
las Escrituras**

Lea 2 Nefi 1:13. Explique que esta lección nos ayudará a comprender cómo se pueden romper esas cadenas de malos hábitos.

---

**Con el autodomínio podemos vencer los malos hábitos**

**Juego “Llenemos  
los espacios”**

Ponga a la vista de la clase el cartel que ha preparado y las tiras de cartulina con las palabras correspondientes.

Sembramos nuestros (*pensamientos*),  
cosechamos nuestros (*actos*).

Sembramos nuestros (*actos*),  
cosechamos nuestros (*hábitos*).

Sembramos nuestros (*hábitos*),  
cosechamos nuestro (*carácter*).

Sembramos nuestro (*carácter*),  
cosechamos nuestro (*destino*).

Pregunte a las jóvenes qué palabras hay que poner en cada espacio en blanco y permítalas completar las frases colocando las diversas palabras en los espacios correspondientes.

Análisis	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Dónde se originan nuestros hábitos, tanto los buenos como los malos? (En nuestros pensamientos.)</li> <li>• ¿Cómo llegan los pensamientos a ser cadenas de malos hábitos?</li> <li>• ¿De qué manera podemos cambiar un mal hábito?</li> <li>• ¿Qué hábitos tienen ustedes que les gustaría romper?</li> </ul>
Análisis de un pasaje de las Escrituras	<p>En Proverbios 16:32 se nos indica cómo podemos vencer los malos hábitos. Lean en voz alta Proverbios 16:32.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Quién es mejor que el fuerte?</li> </ul>
Escrituras	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Quién es mejor que el que toma una ciudad?</li> <li>• ¿De qué otros métodos podemos valernos para gobernar nuestro espíritu? (Autocontrol, autodisciplina.)</li> </ul> <p>Haga comprender a las alumnas que si adquirimos autocontrol o autodominio, podremos vencer los malos hábitos.</p>
Citas	<p>Las dos citas que se dan a continuación nos aclaran la importancia del autodominio:</p> <p>“La autodisciplina, que es la clave para alcanzar la vida eterna, es hacer lo que es preciso hacer, sea ello conveniente o no. La autodisciplina es habitualmente motivada por nuestras convicciones, nuestras esperanzas y nuestros anhelos” (Robert L. Simpson, “Your 1975 Game Plan”, en <i>Speeches of the Year, 1975</i>, Provo: Brigham Young University Press, 1976, pág. 321).</p> <p>El presidente Spencer W. Kimball cita de un autor desconocido lo siguiente:</p> <p>“La altura del éxito de un hombre se mide por su autodominio; la profundidad de su fracaso, por su propio abandono . . . El que no puede establecer un dominio sobre sí mismo, ningún dominio tendrá sobre los demás. Aquel que se domina a sí mismo, será rey” (<i>El Milagro del Perdón</i>, pág. 174).</p>
Análisis en la pizarra	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Qué malos hábitos se podrían vencer con el autodominio? Anote en la pizarra las respuestas de las alumnas.</li> </ul>
Actividad por escrito	<p>Reparta entre las alumnas los lápices y las tarjetas o las hojas pequeñas de papel. Indíqueles que anote cada cual tres aspectos en los que desee adquirir autodominio.</p>
Lección práctica	<p>Póngase en una mano cinco o seis pelotitas u otros objetos pequeños y diga a las alumnas que éstos representan un puñado de debilidades. Escoja a una alumna y dígame que usted desea que ella procure vencer esas debilidades agarrándolas cuando usted se las lance. En seguida, láncelas todas a la vez. Probablemente no le será posible agarrarlas.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Cómo podríamos aplicar esa demostración al hecho de vencer los malos hábitos? A continuación, láncelas una a la vez, de manera que pueda agarrarlas todas. Haga notar que podemos adquirir autodominio esforzándonos por vencer un hábito a la vez, sin esperar ser perfectas de inmediato.</li> </ul>



Explique que el rey Benjamín dio excelentes consejos, los cuales podríamos tener en cuenta al pensar en vencer nuestros malos hábitos. Indique a las alumnas que lean Mosíah 4:27. Pida a las jóvenes que consulten sus apuntes y repasen los tres hábitos que hayan anotado en sus respectivos papeles y que subrayen *aquel* que vayan a vencer primero.

---

### Las Escrituras y los líderes de la Iglesia nos enseñan cómo adquirir el autodomínio

Cita

Una joven que tuvo éxito en lograr su autodomínio escribió lo siguiente:

“ ‘He leído su carta y las cuatro claves una y otra vez. Realmente me animan cuando me siento deprimida. Las he estado siguiendo desde hace más de dos semanas. Mi mamá me dijo que había notado mi cambio de actitud y mi confianza en mí misma. El día en que recibí su carta, me fui directamente a mi habitación y me fijé algunas metas.

“ ‘Por ahora, mis metas son: (1) Orar todas las noches y todas las mañanas. (2) Pagar mi diezmo. (3) No decir malas palabras’ “.

Más adelante, en la carta, la joven explicaba cuáles eran esas “cuatro claves”:

“La primera clave se encuentra en Proverbios 3:5–6. [Pida a una joven que lea ese pasaje.]

“La segunda clave, que también es importante, es la de creer en sí misma con el entendimiento de que se es hija de Dios, y se posee atributos divinos, los cuales hay que descubrir y desarrollar.

“La tercera clave es tener una buena meta, una meta digna de una dedicación total, incluso hasta de una obsesión, para lograrla y conocer los pasos indispensables para alcanzarla.

“La cuarta clave se podría describir con la experiencia de la niña que, al probar sus nuevos patines, se cae y se lastima la rodilla. Su llanto y sus gritos hacen correr a su madre hacia ella para prestarle ayuda. Sin embargo, al llegar ésta a su lado, la niña deja de llorar. Cuando la madre, sorprendida, le pregunta por qué ha dejado de llorar tan repentinamente, la niña le responde: ‘Es que me dije que dejara de llorar y luego me obligué a obedecerme’. Por lo tanto, la cuarta clave es decidir lo que se va a hacer y luego determinar los pasos que es preciso seguir para lograrlo: o sea, obligarse uno mismo o obedecerse” (Ardeth Greene Kapp, *Miracles in Pinafores and Bluejeans*, Salt Lake City: Deseret Book Co., 1977, pág. 78).

Análisis

Dé las tarjetas o los papeles que haya preparado previamente a cinco miembros de la clase. Pida a cada una de las jóvenes que lea lo escrito en el papel que usted le haya dado y entonces, a nivel de clase, comenten las sugerencias que se han dado para adquirir autodomínio. Al analizar cada una de las sugerencias, escriba en la pizarra el punto principal, que es lo que se da entre paréntesis.

1. Tengan una meta y un plan que alcanzar. Tengan determinación; esfuércense por cumplir con ese plan. (Establecer una meta y esforzarse por alcanzarla.)
2. Escojan a una persona que haya logrado lo que ustedes quieran lograr y actúen como esa persona. (Elegir un ideal y seguirlo.)
3. Pregúntense: “¿Cómo reaccionaría Cristo si se encontrara aquí, en este momento?” y traten de hacer lo que Él haría. (Procurar seguir el ejemplo de Cristo.)
4. Oren a nuestro Padre Celestial pidiéndole ayuda para dominar sus sentimientos y acciones. (Orar.)

Si las jóvenes lo desean, podrían anotar esas sugerencias en sus respectivas hojas de papel, debajo de lo que han escrito previamente.

Análisis de un pasaje de las Escrituras

El Salvador ha dicho que si nos esforzamos por vencer nuestras debilidades, Él nos fortalecerá. Pida a una de las alumnas que lea Éter 12:27.

- ¿Qué les hace sentir el saber que el Salvador está dispuesto a ayudarles a vencer sus debilidades y desarrollar su fortaleza?

## Análisis

**El autodomnio conduce a la felicidad y a afianzar la propia estimación**

- ¿Cuáles son los resultados del adquirir autodomnio?
- ¿Qué sienten cuando han demostrado autodomnio?

Invite a las jóvenes a contar las experiencias que hayan tenido con respecto al lograr autodomnio.

Una vez que las alumnas hayan expresado sus opiniones, lea la siguiente cita:

“El saber formarse a uno mismo, modelar nuestro propio yo, es una virtud que induce el orgullo personal, y este sentimiento es un gran motivador. El haber sido creados a la imagen de Dios es una bendición acompañada de grandes responsabilidades, y es un digno atributo reconocer quiénes somos y conducirnos de acuerdo con nuestra ascendencia divina . . .

“También es necesario que recordemos constantemente que somos hijos de Dios, que Él nos ama, nos conoce, nos escucha . . .” (Marvin J. Ashton, “La formación de uno mismo”, *Liahona*, feb. de 1977, págs. 42–43).

Si gusta podría hablar de las bendiciones que ha recibido por aprender a controlar sus impulsos.

**Aplicación de la lección**

Aconseje a las alumnas que apliquen las sugerencias que se han mencionado en la lección para dominar la debilidad que hayan anotado.

---

**OBJETIVO** Que las jóvenes procuren adquirir una actitud jovial y optimista.

---

**PREPARACIÓN**

1. Saque copias de la hoja titulada: "Prueba sobre la actitud personal" para cada uno de los miembros de la clase.
2. Optativo: Haga copias para todas las alumnas del poema de Emily Dickinson, el cual se encuentra al final de la lección.
3. Dé a diversos miembros de la clase la asignación de presentar los pasajes de las Escrituras, los relatos y las citas que usted desee.

---

**SUGERENCIAS PARA  
EL DESARROLLO  
DE LA LECCIÓN**

**Prueba**

**Introducción**

Dé a cada una de las alumnas una copia de la prueba sobre la actitud personal. Dígalas que la prueba les servirá para descubrir la clase de actitud que tienen y, asimismo, para hacer los cambios que sea necesario realizar. Déles tiempo para responder a las preguntas.

*Prueba sobre la actitud personal*

1. ¿Tienes a menudo una expresión triste en la cara?
2. ¿Olvidas las muchas cosas buenas que tienes en la vida y das más importancia a las pocas cosas que no tienes?
3. ¿Sientes lástima de ti misma?
4. ¿Piensas más en ti misma que en las demás personas?
5. ¿Consideras que tienes demasiado que hacer?
6. ¿Piensas que te va a ir mal en la vida?
7. ¿Culpas a los demás por tus estados de ánimo y tu modo de proceder?
8. ¿Consideras que la vida ha sido injusta contigo?

**Presentación por la maestra**

Pídalas que evalúen si tienen más sentimientos positivos que negativos. La mayoría de las personas experimentamos a veces sentimientos negativos, pero si tenemos más sentimientos negativos que positivos, siempre contamos con la posibilidad de cambiar nuestra actitud.

---

**Una actitud optimista nos brinda oportunidades de recibir bendiciones**

**Presentación por la maestra**

Ponga en claro que en la vida a todos nos saldrán al paso buenas y malas experiencias, pero que aun cuando las circunstancias que nos rodeen sean adversas, no tenemos que tener, por fuerza, una actitud negativa. Ciertamente podemos considerar cada situación con optimismo y convertirla en una oportunidad para progresar personalmente y ser una bendición para otras personas.

**Relato**

Narre el siguiente relato:

Mari y su familia siempre habían vivido cerca de los abuelos y de los tíos en una ciudad donde hay muchos miembros de la Iglesia. La chica pasaba mucho tiempo con sus

parientes y le encantaba la escuela secundaria a la cual concurría; asimismo, gustaba muchísimo del excelente programa de seminario y de la compañía de todos sus amigos. Al final de su penúltimo año en la escuela secundaria, su padre anunció que había decidido aceptar una nueva ocupación en una ciudad que se encontraba a 2.400 kilómetros de donde vivían, ya que el nuevo trabajo le brindaría las oportunidades que siempre había deseado; también dijo que aunque le daba lástima tener que trasladar a toda la familia, consideraba que el traslado era lo mejor que podían hacer.

La noticia hizo sentir a Mari sumamente acongojada, pues no podía hacerse a la idea de que tendría que dejar todo lo que amaba para ir a otro sitio del cual ni siquiera había oído y graduarse de un colegio secundario donde no conocía a nadie. Se encontró pensando constantemente en todo lo que dejaría atrás, y pese a los esfuerzos de sus padres por consolarla, todas las noches se dormía llorando.

Una noche, fue su madre a su habitación y tras sentarse en el borde de su cama, le dijo que quería conversar con ella. La madre le explicó que también ella había pasado toda su vida en esa ciudad, que tenía un gran cariño por toda la gente del lugar y por el pueblo mismo, y que había sentido una tristeza muy grande cuando ella y su esposo habían llegado a la conclusión final de trasladarse a la otra ciudad; continuó explicándole que pese al desconuelo que sentía, también comprendía que si permitía que la abrumaran sus sentimientos de congoja y pesar, podría hacer sentirse desdichada a toda la familia. Añadió que por esa razón, había comenzado a ver el traslado con nuevos ojos, como un acontecimiento venturoso y una oportunidad a la vez de servir al Señor y a sus semejantes en una forma en que nunca había podido hacerlo antes.

Mari se sorprendió al enterarse de los sentimientos de su madre, ya que nunca hubiera sospechado que sintiera otra cosa que no fuera entusiasmo por ese cambio. Al comenzar a examinar sus propios sentimientos, se dio cuenta de que ni siquiera había intentado ver el hecho de que el cambio podría brindarle nuevas oportunidades y bendiciones. Viviría rodeada de muchas personas con las cuales podría compartir el evangelio; aun cuando al principio no tendría muchos amigos, ya haría amistades, además tendría más oportunidades de conocer mejor a sus hermanos y a su hermana. Entonces decidió que iba a cambiar sus sentimientos con respecto a ese traslado y que haría de esa experiencia lo mejor que pudiera.

Pregunte a las alumnas si alguna vez pensaron que su situación era tan desfavorable que se habían sentido deprimidas y desdichadas. Si las jóvenes lo desean, invítelas a explicar lo que hicieron en esos casos.

- ¿Creen ustedes que las circunstancias que las hicieron sentirse tristes les dieron oportunidades de progresar y también les trajeron bendiciones?

#### Casos para analizar

Pida a las alumnas que presten atención a los casos para analizar que les mencionará a continuación y que determinen de qué manera la persona del relato podría buscar oportunidades de bendecir su propia vida y la vida de otras personas si tan sólo cambiara su actitud.

##### *Caso para analizar 1*

Laura había estado saliendo con el mismo joven desde que tenía dieciséis años de edad. Estaba muy enamorada de él y siempre había supuesto que se casarían cuando él volviera de la misión. Poco después de la graduación de la escuela secundaria, él le dijo que estaba más interesado en otra joven y que no deseaba salir más con ella. Laura pensó que todo su mundo se derrumbaba.

##### *Caso para analizar 2*

Delia había crecido en un hogar en el cual siempre se sintió rodeada de cariño. Se sentía contenta de llegar a casa y se alegraba cada vez que tenía la oportunidad de gozar de la compañía de sus familiares. Cuando estaba en la escuela secundaria, su padre comenzó a ir cada vez menos a la Iglesia con la familia; poco después, sus padres comenzaron a discutir la mayor parte del tiempo. Por esa razón, ya no se sentía contenta de llegar a su casa y se sentía deprimida cada vez que iban a la Iglesia sin la compañía de su padre. Llegó a pensar que el cambio que había ocurrido en su vida había sido tan grande que nunca más podría volver a ser feliz.

Cita Lea la cita que se da a continuación:  
“En lugar de preocuparnos con lo que nos sucede, debemos concentrar más nuestro interés en la actitud que debemos tomar frente a lo que suceda” (véase Marvin J. Ashton, “¿Cuál va perdiendo?”, *Liahona*, jul. de 1975, pág. 13).

---

### Los pensamientos negativos nos dañan la mente y el cuerpo

Presentación por la maestra Explique que cuando nos sentimos abatidas y albergamos pensamientos negativos o pesimistas, tenemos poco entusiasmo por la vida. Las actitudes negativas, aun en sus formas más leves, pueden menoscabar nuestras energías y ser la causa de que respondamos en forma deficiente tanto en la escuela como en nuestras relaciones con las demás personas. Aun pueden producirnos dificultades orgánicas, como dolor de cabeza, úlceras; pueden elevarnos la presión sanguínea, producirnos problemas digestivos y hasta ataques cardíacos.

Análisis Mencione las formas en que una actitud negativa y pesimista podría afectar la participación de una persona en la Iglesia, así como su disposición para hacerse de amigos, su competencia para conservar un trabajo y su aptitud para adquirir y acrecentar un testimonio.

Se deben incluir los siguientes puntos:

1. Las demás personas no gustan de la compañía de una persona negativa.
  2. Tanto las actividades de la Iglesia como las de otras organizaciones pueden no tener buenos resultados cuando son dirigidas por personas a las que no les gusta lo que están haciendo.
  3. Los empleadores (los patrones) no desean que trabajen para ellos personas que tengan una actitud pesimista y negativa y, por tanto, con un bajo nivel de energías.
  4. A la persona con actitud negativa le resulta difícil tener fe y un testimonio.
- 

### Podemos aprender a ser joviales y optimistas

Relato Narre el siguiente relato:

“A una joven, estudiante de la escuela secundaria, feliz y vivaz, los médicos le hicieron saber un día que tendrían que amputarle la pierna porque tenía cáncer. La operación se llevó a cabo. Tras la intervención quirúrgica, la joven volvió a la escuela con muletas, todavía llena de vida y feliz de disfrutar de cada minuto de su existencia. Más adelante, le informaron que con la operación no se había logrado extirpar el mal y que no le quedaba mucho tiempo de vida.

“La disposición de ánimo de esa joven pudo haber sido de amargura y rencor para con todo, pero en lugar de ello, la jovencita era una inspiración tanto para sus familiares como para sus amigos por motivo de la magnífica actitud que tenía. Sus propias palabras fueron: ‘Me siento agradecida por las grandes bendiciones que he recibido en mi vida, así como por mis maravillosos padres y mi familia. Estoy especialmente agradecida por este grandioso evangelio y por los que dedican su tiempo para dárnoslo a conocer . . .

“ ‘Antes de mi operación, oré suplicando que no tuvieran que amputarme la pierna, pero el Señor me dijo *No*. Después pensé en cuán egoísta y terrenal había sido mi oración; veía sólo el presente y me parecía que nada bueno se lograría si me amputaran la pierna. El Señor puede ver mucho más y naturalmente sabe lo que es mejor para nuestro futuro y para la eternidad’ ” (Victor L. Brown, “Take An Attitude Test”, *Instructor*, mar. de 1965, págs. 90–91).

- ¿Qué fue lo que más ayudó a esa joven a conservar su optimismo? (Tuvo fe en que el Señor guiaba su vida para bien.)

Pasaje de las Escrituras

Indique a las alumnas que busquen y lean Doctrina y Convenios 90:24. Ponga de relieve el hecho de que el Señor nos ha prometido que no importa lo que nos suceda, si confiamos en Él y somos dignas, Él hará que todas las cosas obren para nuestro bien.

- ¿Cómo puede el mensaje de ese pasaje de las Escrituras ayudarnos a conservar el optimismo no importa en qué circunstancias nos encontremos?
- ¿Qué podemos aprender de las circunstancias que nos parezcan adversas?
- ¿Qué otras cosas pueden ayudarnos a ser optimistas?

Análisis en la pizarra

Anote en la pizarra las ideas que aporten las alumnas. Tal vez desee usted incluir lo siguiente:

1. Contar nuestras bendiciones.
2. Saber que reír nos beneficia.
3. Disfrutar de la música bella y de la literatura, las cuales pueden elevarnos el espíritu.
4. Buscar la belleza dondequiera que vayamos. Buscarla en la naturaleza, en el arte y en el rostro de nuestros seres queridos.
5. Esforzarnos por mejorar todos los días.
6. Mirar el lado bueno de las cosas.
7. Comprender el evangelio y vivirlo, “porque en el recto vivir no hay remordimiento de conciencia” (Bruce R. McConkie, *Mormon Doctrine*, segunda edición, Salt Lake City; Bookcraft, 1966, pág. 124).

Presentación por la maestra

### Conclusión

Explique que si bien no siempre podemos controlar las circunstancias que nos rodean en la vida, sí podemos controlar nuestra actitud hacia ellas. Sí, es posible adquirir una actitud más jovial y optimista, los frutos de lo cual serán mejor salud, más belleza tanto por dentro como por fuera, amistades más estrechas y mayores oportunidades de servir al Señor y a nuestros semejantes.

### Aplicación de la lección

Aconseje a las alumnas que procuren sonreír más a menudo durante esta semana. Si lo desean, podrían colocar la poesía que aparece a continuación en un lugar visible en su casa.

Quizás no importe, quizás sí;  
tal vez a otro alegre así,  
y, por si acaso, aquí estoy,  
sonrisas es lo que yo doy.  
(Emily Dickinson.)

# La gratitud y el reconocimiento

**OBJETIVO**

Que todas las alumnas aprendan que hay muchas formas de mostrar gratitud y que sientan el gozo que se experimenta cuando se expresa agradecimiento a otras personas.

**PREPARACIÓN**

1. Consiga lápices y papel de notas para cada miembro de la clase.
2. Optativo: Con cartulina, fieltro u otro material adecuado, prepare para cada miembro de su clase un marcador de libros parecido al de la muestra que aparece a continuación.

*La felicidad es un corazón  
agradecido*



3. Prepare una nota de agradecimiento para cada una de sus alumnas. En ella, exprese sinceramente su gratitud a cada jovencita por lo que ella ha significado para usted. Sea explícita. Tenga dichas notas preparadas para entregarlas al final de la lección.
4. Dé a diversas alumnas la asignación de presentar los pasajes de las Escrituras, los relatos y las citas que usted desee.

**SUGERENCIAS PARA  
EL DESARROLLO  
DE LA LECCIÓN**
**Cita**
**Debemos sentirnos agradecidas por nuestras bendiciones**

Comience la lección leyendo a la clase los consejos del presidente Ezra Taft Benson.

“Alguien ha dicho que la persona desagradecida es semejante a un cerdo que se encuentra bajo el manzano comiendo la fruta, sin mirar hacia arriba para ver de dónde viene. ¿Elevamos nuestra vista para ver de dónde vienen nuestras bendiciones?”

“Se dice que en una ocasión el profeta José Smith dijo que uno de los pecados más grandes que podrían cometer los Santos de los Últimos Días era el pecado de la ingratitud. Me imagino que la mayoría de nosotros no lo hemos considerado como un pecado tan serio. Existe una gran tendencia en nuestras oraciones, en nuestras súplicas al Señor, de rogar bendiciones adicionales, pero pienso que algunas veces deberíamos dedicar más nuestras oraciones a expresiones de gratitud por las bendiciones que ya hemos recibido . . .

“Recuerdo que una noche aprendí una lección en un pequeño barrio en Idaho, mientras me encontraba viajando para la Universidad de Idaho. Viajé por ese maravilloso estado durante ocho años; he estado en cada pueblo y condado del mismo; no era raro que algunas veces me ausentara por dos semanas. Luego llegaba a casa, y como era oficial de estaca, me daba un baño, me cambiaba de ropa y me iba a las reuniones de la estaca. En una ocasión cuando sucedió esto, una de mis hijitas salió a la puerta a despedirme y exclamó: ‘¡Ven a visitarnos otra vez, papi!’

“Extrañaba a mi familia, y en esta ocasión particular me encontraba en Pocatelo, Idaho, un día domingo. Al recordar a mi familia, que estaba tan lejos, pensé: ‘Iré hasta Whitney [donde vivían muchos de sus parientes y amigos] para ver si me es posible asistir al servicio sacramental’. Llegué precisamente en el momento en que la reunión estaba para principiar. El obispo me invitó a sentarme con él en el estrado.

“La reunión dio principio, y el consejero que estaba dirigiendo me pidió que dijera unas palabras. Mientras se iba desarrollando la reunión, había pensado varias veces: ‘¿No sería maravilloso que cada domingo pudiera estar en casa e ir a la Iglesia con mi familia? ¡Qué hermoso sería!’ Sin embargo, cuando el consejero me presentó, dijo: ‘Hermanos, sería maravilloso si todos tuviéramos un trabajo como el del hermano Benson. Él continuamente está viajando por nuestro hermoso estado’ y yo no pude menos que pensar: ‘Sí, cuán cierto es; las bendiciones de los demás siempre nos parecen mejores que las nuestras’.

“Espero que podamos ser felices donde nos encontremos, que estemos agradecidos por nuestras bendiciones, ahora, aquí, aceptando el desafío que tengamos y no envidiando a los demás . . .

“Que Dios nos ayude a ser agradecidos para que nunca seamos culpables del pecado de la ingratitud.

“ Y el que reciba todas las cosas con gratitud será glorificado; y le serán añadidas las cosas de esta tierra, hasta cien tantos, sí, y más’ (D. y C. 78:19)” (“Recibamos todas las cosas con gratitud”, *Liahona*, abril de 1978, págs. 14–16).

Análisis en la pizarra

Explique que muchas veces no nos ponemos a pensar en cuántas bendiciones tenemos y no nos molestamos en expresar nuestro reconocimiento y gratitud por ellas. Pida a las jóvenes que piensen en las bendiciones que poseen y por las cuales deben estar agradecidas. Anote en la pizarra las bendiciones que se expongan. Deje la lista en la pizarra durante el resto del período de clase. A continuación se mencionan algunas de las ideas que se podrían dar:

<i>Nuestras bendiciones</i>	
1. Buena salud.	7. Buenos familiares.
2. Un profeta.	8. El obispo.
3. Buenos amigos.	9. La misión de Jesucristo.
4. La Iglesia.	10. El evangelio.
5. Los testimonios.	
6. Buenos maestros.	

Inste a las jóvenes a tener presente y a agradecer las pequeñas cosas que otras personas hacen por ellas todos los días, como por ejemplo, los hermanos, los padres y otras personas que las ayudan en casa, buenos maestros y amigos. Haga hincapié en que deben sentirse muy agradecidas de ser miembros de La Iglesia de Jesucristo de los Santos de los Últimos Días, la cual les enseña el propósito de la vida terrenal y les da muchas bendiciones.

Pasaje de las Escrituras

Lean juntas Doctrina y Convenios 59:21.

- ¿Por qué piensan que la gratitud es tan importante? ¿Cómo las ayuda el sentirse agradecidas? ¿Cómo les afecta a los demás que les agradezcan lo que hacen?

Análisis en la pizarra

### **Podemos expresar los sentimientos de un corazón agradecido**

Escriba en la pizarra “¡GRACIAS!” y haga las preguntas que siguen:

- ¿Qué sentimos cuando alguien nos dice esa palabra?
- ¿Cuán a menudo dicen gracias a otras personas?

Pida a las jóvenes que mencionen algunas de las formas en que podemos expresar nuestro agradecimiento.

En la parte de la pizarra que le queda libre, anote las opiniones de las jóvenes. Entre sus respuestas, ellas podrían mencionar algunas de las sugerencias que se mencionan a



continuación; si no lo hacen, añádalas a la lista y, si lo desea, lea a las alumnas los correspondientes pensamientos o explicaciones. (Sólo tiene que anotar las partes escritas en letra cursiva de cada sugerencia.)

- “1. *Escribir una nota*: Hazla breve y, si lo deseas, decórala tú misma. No tienes por qué usar papel costoso. ¿Por qué no usar un cuadradito de cartulina de color y pegar en él figuras recortadas? Sin ser exagerada y con sinceridad escribe unas líneas de agradecimiento . . . Para entregarla, usa el servicio postal, de modo que no esté presente cuando se lea.
- “2. *Haz un favor*: Ésa es una manera sutil y eficaz de expresar agradecimiento a tu mejor amiga o a tus padres. Hace falta tener un corazón entendido para reconocer una expresión de gratitud en un favor. Levántate media hora más temprano para lustrar y sacar brillo a los zapatos de tu padre . . . o prepara un bizcocho para el muchacho que ha ayudado a transportar las decoraciones para la obra teatral de la escuela.
- “3. *Haz una llamada telefónica*: Llama en cuanto sientas el primer impulso de hacerlo, ya que es cuando la llamada resulta más eficaz. Deja a un lado toda timidez y asegúrate solamente de que la persona que se encuentra al otro lado de la línea *sienta* tu gratitud . . .
- “4. *Una expresión feliz*: ¡Cuán agradable es mostrar el aprecio en tu rostro: Una sonrisa espontánea en el momento preciso, los ojos brillantes, una expresión cálida. Para muchas personas, ésta es la mejor manera de dar las gracias, a la vez que puede ser una secreta comunicación entre tú y la persona a la cual le estás agradecida. De ese modo, no tienes que tartamudear ni sentir vergüenza.
- “5. *Dar un regalo o algo especial*: ¡Y no tiene que ser costoso! Deja una barra de chocolate en el cajón de la cómoda de tu hermano por haberte dejado usar su lapicera. Ata una bolsita de caramelos (dulces) a la raqueta de tenis de tu hermana cuando la vuelvas a poner en su lugar. Pon unas gomas de mascar en el libro de ciencias de tu amiga cuando se lo devuelvas” (Winnifred C. Jardine, “Thanks a Million”, *Improvement Era*, sept. de 1960).
6. *Pisapapeles de piedra*: Busca piedras achatadas y bonitas, de superficie lisa. Puedes pintarlas en forma decorativa y transformarlas así en bonitos pisapapeles para darlos a quienes desees expresar tu agradecimiento.

Relato

Explique que hay muchas formas de decir “gracias”, de demostrar aprecio y de expresar nuestra gratitud a quienes nos han prestado ayuda. Lo importante es asegurarnos de *hacerlo*, dado que la persona que reciba nuestro agradecimiento siempre apreciará ese gesto.

A continuación se relata la historia de una anciana que recibió una expresión de agradecimiento por sus años de servicio como maestra de escuela. Años después de su jubilación, uno de sus alumnos le escribió una carta de agradecimiento. He aquí la contestación que ella dio a esa carta:

“ Mi querido Guillermo, no tengo palabras para hacerte saber cuánto ha significado para mí la carta que me has escrito. Ya paso los ochenta años de edad, vivo sola en una pequeña habitación, me preparo mis propios alimentos, vivo solitaria y, como la última hoja en el otoño, esperando caer. Tal vez te interese saber que enseñé en la escuela durante cincuenta años y que la carta que me enviaste ha sido la primera nota de aprecio que he recibido. Llegó en una mañana triste y fría y me alegró como nada me había alegrado en muchos años’.

“Piensen en esa injusticia: una maestra, una buena maestra, que enseñó durante cincuenta años, y nadie se había molestado nunca en darle una palabra de aliento . . .

“[El agradecimiento] cuesta tan poco y vale tanto; por eso, di o escribe una palabra de aprecio” (Bryant S. Hinckley . . . *Not By Bread Alone*, Salt Lake City: Bookcraft, 1955, pág. 93).

Análisis de pasajes de las Escrituras

Indique a las alumnas que busquen en sus Biblias Lucas 17:11–19.

Invite a una de las alumnas a leer el relato de los diez leprosos mientras las demás siguen la lectura en silencio. A continuación, someta a análisis esos versículos, empleando para ello las preguntas que siguen u otras que usted desee formular.

- ¿Cuántos leprosos volvieron para dar las gracias al Señor porque los había sanado?
- ¿Qué preguntó Jesús al leproso que volvió a darle las gracias?
- ¿Cómo describirían la actitud de los nueve leprosos que no expresaron su gratitud a Jesús?

Explique que aun cuando hubo nueve que no regresaron, Jesús estuvo agradecido por el que volvió a darle las gracias. La respuesta de Jesús a la expresión de gratitud del leproso fue enseñarle la gran lección de que su fe lo había salvado.

Pregunta para reflexionar

- Considerando todas las bondades que otras personas han tenido para con ustedes durante esta semana, ¿por cuántas de ellas han expresado su gratitud?
- ¿Cómo pueden demostrar al Señor que están agradecidas por las bendiciones que les ha dado?

Análisis

Señale nuevamente la lista de bendiciones anotadas al principio de la lección. Pregunte a varias de las jóvenes lo siguiente:

- De todas las bendiciones que mencionaron por las cuales están agradecidas, ¿cuál les parece la más importante en este momento? ¿Por qué?

Asignación por escrito

Dé a cada una de las alumnas un lápiz y una hoja de papel para escribir una esquela. Invítelas a emplear el resto del tiempo de la clase en escribir una breve nota de agradecimiento a alguien que les haya prestado ayuda o que haya hecho algo agradable por ellas hace poco tiempo. Podrían enviar la esquela a sus padres, a una maestra, a una amiga, al obispo o a otra persona que escojan. Sugíérales que sean explícitas al escribir sus notas de agradecimiento. Sugiera a las jóvenes que entreguen las notas personalmente a sus destinatarios o que las pongan en el correo si así lo desean.

### Conclusión

Volante

Reparta entre las jóvenes las notas de agradecimiento que ha preparado para cada una de ellas.

Entrégueles los marcadores de libro. Al hacerlo, déles su testimonio de que si aprenden a expresar su gratitud y reconocimiento ahora, en los años de su adolescencia, conocerán los sentimientos de un corazón agradecido a lo largo de toda su vida.

### Aplicación de la lección

Inste a las alumnas a expresar más espontáneamente sus sentimientos de gratitud a las personas que sean bondadosas con ellas o que les presten ayuda. Explíqueles que ellas, a su vez, experimentarán mayor gozo y paz al expresar gratitud por las bendiciones y las bondades que reciban.



# *La administración de los recursos personales*

# El empleo prudente de nuestro tiempo libre

## OBJETIVO

Que todas las alumnas procuren emplear prudentemente su tiempo libre.

## PREPARACIÓN

1. Consiga lápices y hojas de papel para todas las alumnas.
2. Optativo: Recorte de periódicos y de revistas láminas de jovencitas leyendo, nadando, tejiendo, realizando trabajos manuales, tocando instrumentos musicales, estudiando las Escrituras, escribiendo su diario personal, realizando actividades con amigos y amigas, etc. Guarde los recortes en un cofre o en una caja de zapatos decorada.
3. En una tira de cartulina o de papel, escriba lo siguiente: "El tiempo libre es el tesoro del hombre sensato".
4. Dé a diversas alumnas la asignación de presentar los pasajes de las Escrituras, los relatos y las citas que usted desee.

SUGERENCIAS PARA  
EL DESARROLLO  
DE LA LECCIÓN

### Introducción

## Relato

"Hace poco leí un artículo muy interesante referente a un distinguido caballero chino que visitó los Estados Unidos. Entre otras cosas, se le mostró la casa nueva de un acaudalado amigo estadounidense. Se mostró muy interesado en lo que veía y escuchaba atentamente cuando se le explicaba el funcionamiento de los muchos dispositivos allí instalados para ahorrar trabajo, lo cual también hacía posible ahorrar tiempo. Una vez que la gira hubo terminado, el huésped preguntó a su anfitrión: '¿Y qué hace usted con todo el tiempo que ahorra?' " (Sterling W. Sill, *The Law of the Harvest*, Salt Lake City: Bookcraft, 1963, pág. 337).

- ¿Cómo se denomina el tiempo de que se dispone cuando no se tiene que trabajar? (Tiempo libre.)
- ¿En qué piensan cuando oyen las palabras *tiempo libre*?

### El tiempo libre es parte importante de la vida

## Análisis en la pizarra

¿Por qué es importante tener tiempo libre? Escriba en la pizarra las respuestas de las jóvenes. Entre esas respuestas, podrían mencionar lo siguiente:

1. Necesitamos tiempo para realizar algo diferente de lo que hacemos en nuestro trabajo diario.
2. Durante nuestro tiempo libre, podemos desarrollar muchos talentos.
3. Necesitamos dedicar tiempo para estar con nuestros familiares y nuestros amigos en un ambiente tranquilo.
4. El tiempo libre nos brinda horas propicias para meditar y reflexionar sobre nuestra vida.

Cita	El presidente Brigham Young dijo lo siguiente sobre el tiempo libre: “La recreación es tan necesaria para nuestro bienestar como las ocupaciones más serias de la vida. La persona que se ocupe constantemente en la misma labor o estudio, sin dar cabida a nada más, llegará a ser como una máquina. Las actividades que llevemos a cabo deben ser variadas a fin de que podamos desarrollar todos nuestros diversos rasgos de carácter y talentos” ( <i>Discourses of Brigham Young</i> , seleccionados por John A. Widtsoe, Salt Lake City: Deseret Book Co. 1941], pág. 238).
Actividad por escrito	<p>Reparta entre las alumnas los lápices y las hojas de papel. Pídale que hagan un repaso mental de las actividades que realizan habitualmente durante la semana y que calculen de un modo aproximado con cuánto tiempo libre cuentan durante ese período de tiempo. Para hacer dicho cálculo, deben tener en cuenta todas las horas en que pueden escoger lo que les gustaría hacer.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Consideran que hacen de ese tiempo libre una parte valiosa de su vida?</li> </ul>

### **Debemos emplear prudentemente nuestro tiempo libre**

Actividad: tira de cartulina	Ponga a la vista de la clase la tira de palabras que dice: “El tiempo es el tesoro del hombre sensato”. Muestre el cofrecito o la caja de zapatos decorada. Comience a sacar las láminas, una a la vez, explicando que representan algunas actividades de recreación. Si no hubiera podido conseguir láminas, pida a las jóvenes que nombren algunos pasatiempos. Especifique que esos trabajos representan sólo algunas de las muchas formas en que podemos emplear nuestras horas libres.
Presentación por la maestra	Ponga en claro que muchas veces cuando pensamos en actividades recreativas, se nos ocurren actividades pasivas, como ver la televisión o ir al cine. A veces, no se nos ocurre tener en cuenta actividades que nos exijan esforzarnos físicamente ni emplear la mente o la imaginación. Muchas actividades recreativas tienen la ventaja de enseñar al mismo tiempo que entretener, por lo que nos renuevan y vigorizan.
Cita	<p>En la referencia que aparece a continuación, se explica lo que significa emplear prudentemente el tiempo libre:</p> <p>“¿Y nuestro tiempo libre? La manera en que lo empleamos es tan importante para nuestra felicidad como lo es nuestro trabajo. Se requiere buen juicio para utilizar apropiadamente nuestro tiempo de descanso. Las horas libres nos dan la oportunidad de <i>renovarnos, intelectual y físicamente</i>. Podemos emplearlo para adorar a Dios, para la familia, para servir al prójimo, estudiar, divertirnos sanamente; todo esto mantiene un equilibrio en nuestra vida.</p> <p>“Tener tiempo libre no quiere decir haraganear. El Señor condena la haraganería. Él dijo: “ ‘No desperdiciarás tu tiempo, ni esconderás tu talento . . . ’ (D. y C. 60:13).</p> <p>“La haraganería de cualquier tipo produce aburrimiento, conflictos e infelicidad. No contribuye nada de valor a la vida del hombre y es un almacigo en el que germinan las diabluras y la maldad. Es enemiga del progreso y de la salvación” (véase J. Richard Clarke, “El valor del trabajo”, <i>Liahona</i>, jul. de 1972, págs. 159–160; cursiva agregada).</p>
Análisis	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Por qué es importante que empleemos prudentemente nuestro tiempo libre?</li> <li>• ¿Qué oportunidades pueden brindarnos nuestras horas libres?</li> </ul> <p>Someta a análisis la diferencia que hay entre los pasatiempos sanos y la holgazanería u ociosidad.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Qué produce la holgazanería?</li> </ul>
Actividad por escrito	Pida a las alumnas que escriban en las hojas de papel que ya les ha entregado las formas en que han empleado sus horas libres durante la semana pasada.
Análisis en la pizarra	<p>Pida a las alumnas que mencionen algunas de esas actividades a la clase. Anote en la pizarra una serie de pasatiempos. Indique a las alumnas que comenten esas actividades y que determinen cuáles son formas prudentes y eficaces de emplear las horas libres. Inste a las jóvenes a explicar la razón de sus preferencias y opiniones.</p> <p>Si lo desea, podría emplear en el análisis algunas de las sugerencias que se dan a continuación:</p>

1. *Leer.* El leer buenos libros constituye una de las mejores formas de aprender acerca de nuevas ideas, así como de otros sitios y de otras gentes. Sirve de solaz, convierte al lector en una persona más interesante y bien informada, y se puede realizar en cualquier sitio. Si no se sabe qué libros leer, se puede hablar al respecto con los padres, con los maestros y los orientadores de la escuela y con bibliotecarios. Muchas bibliotecas públicas ofrecen listas gratuitas del material de lectura con que cuentan. Cuanto más lee una persona, tanto más aprende a apreciar y a comprender la buena literatura.
2. *Tocar un instrumento musical.* La música eleva, inspira y pacifica el alma de una manera que pocas cosas pueden lograrlo. Estudiar un instrumento musical enseña disciplina y, asimismo, a apreciar la música, al mismo tiempo que prepara a la persona para ser una bendición para los que la escuchan tocar.
3. *Participar en deportes.* El tomar parte en deportes es una forma agradable de relacionarse con otras personas, de ejercitar el cuerpo y de liberarse de la tensión nerviosa del día. Con los deportes, se mejora la coordinación muscular, se aumenta la capacidad de trabajar con un equipo y también se aprende a gustar de las actividades al aire libre.
4. *Disfrutar de la naturaleza.* El Señor ha dicho que ha hecho las cosas hermosas de la tierra “para el beneficio y el uso del hombre, tanto para agradar la vista como para alegrar el corazón . . . para vigorizar el cuerpo y animar el alma” (D. y C. 59:18–19). Las caminatas, los campamentos, los paseos al campo, dedicar tiempo durante el día para contemplar el cielo y los árboles puede hacer a una persona sentirse más cerca de Dios y renovar su estado de ánimo.
5. *Pasar tiempo en la compañía de familiares y amigos.* La mayoría de las personas convienen en que lo más valioso que poseen son sus buenas relaciones con sus familiares y con sus amigos. Las horas de diversión que la persona pasa en la compañía de familiares y de amigos sirven para fortalecer y hacer más agradable su relación con ellos.
6. *Trabajar en la obra de la historia familiar.* Al emplear nuestras horas libres para averiguar más sobre la vida de nuestros antepasados, no sólo les damos la oportunidad de aceptar las ordenanzas del evangelio, sino que también encontraremos mucha satisfacción en este servicio.
7. *Ayudar a nuestros semejantes.* Nos rodean muchas personas que tienen necesidad de ayuda material o emocional. A muchas sólo basta conversar con ellas para alegrarlas. Al tratar de descubrir las necesidades de nuestros semejantes y de nuestros amigos y procurar satisfacerlas con amor, encontraremos mucha satisfacción.

Presentación por la maestra

Ponga en claro que es preciso que procuremos emplear nuestras horas libres de un modo equilibrado. Si durante esas horas nos dedicamos únicamente a los deportes o sólo a leer, no progresaremos ni seremos una bendición para otras personas tan eficazmente como si realizáramos una variedad de actividades. Si alimentamos nuestro intelecto con materias edificantes y hacemos otro tanto por conservar nuestro cuerpo saludable, tendremos mayores probabilidades de desarrollar todos nuestros talentos y aptitudes.

Tira de palabras

Señale una vez más la tira de palabras que dice: “El tiempo es el tesoro del hombre sensato”.

- ¿Piensan que quisieran cambiar la forma en que emplean sus horas libres? ¿Se les han ocurrido otras ideas con respecto a la forma en que emplearán ese valiosísimo tiempo?

### Conclusión

Presentación por la maestra

Explique que la forma en que empleamos nuestro tiempo libre determina la clase de vida que llevamos. El propósito de la existencia terrenal no es sólo el de vivir una vida larga, sino también el de vivir bien. El tiempo es una dádiva y debemos emplearlo con prudencia y considerarlo un tesoro.

### Aplicación de la lección

Aconseje a las alumnas que escojan una actividad por medio de la cual puedan emplear de un modo más eficaz la dádiva de su tiempo libre.

---

**OBJETIVO** Que todas las alumnas comprendan cuáles son sus talentos y los desarrollen.

---

**PREPARACIÓN**

1. Consiga lápices para todos los miembros de la clase.
2. Haga una lista de los talentos de cada uno de los miembros de su clase. Si lo desea, podría ponerse en contacto con las madres de las alumnas para que le pusieran al tanto de los talentos de las jóvenes. Usará dicha lista durante la actividad que realizará al comienzo de la lección.
3. De la lista de talentos que tenga preparada, escoja un talento de cada jovencita, el que sea menos evidente. Escríbalo en una pequeña tira de papel, ponga ésta en una cajita y envuélvala a modo de regalo. En seguida, ponga en el paquetito una etiqueta con el nombre de la joven.
4. Prepare una tira de papel con cada una de las referencias de las Escrituras que se mencionan en la “Búsqueda de versículos”. Numere las tiras de papel en la misma secuencia numérica que se indica en la lección. Ponga todos esos papelitos en otro paquete y envuélvalo como si fuera un regalo.
5. Dé a un miembro de la clase la asignación de prepararse para contar o leer la parábola de los talentos, la cual se encuentra en Mateo 25:14–30.
6. Dé a diversos miembros de la clase la asignación de presentar los pasajes de las Escrituras, los relatos y las citas que usted desee.

---

**SUGERENCIAS PARA  
EL DESARROLLO  
DE LA LECCIÓN**

Proyector de luz

**Introducción: “Ahora, te destacas tú”**

Coloque un taburete o una silla en el centro del salón de clase. Explique que a continuación destacará los dones especiales que cada una de ellas ha recibido. Luego, pida a cada una de las alumnas, una a la vez, que pase al centro del salón y se siente en la silla o en el taburete. Entréguele la cajita de regalo que tenga preparada para ella. Pídale que la abra y lea en voz alta el talento descrito en la tirita de papel.

Una vez que lo haya leído, pídale que nombre otro don que posea. Podría usted ayudarlas haciéndoles una o más de las preguntas que siguen.

1. ¿Qué cosas haces que te hacen sentir contenta o conforme contigo misma?
2. Nombra algo que puedas hacer ahora y que no podías realizar hace tres años.
3. ¿Qué haces tú que otras personas no pueden hacer?

Si pese a haberle hecho las preguntas anteriores, alguna de las jóvenes todavía no pudiera nombrar algún otro don especial que posea, indíquele uno de la lista que tenga usted preparada.

A continuación, pida a la clase que nombre un tercer don que posea la joven que esté sentada en el centro del salón. Será preciso nombrar tres dones de cada alumna y anotarlos en el papel.

Continúe con el mismo sistema hasta que todas las alumnas hayan pasado al centro del salón y tengan por lo menos tres talentos anotados.



---

### Debemos ser conscientes de nuestros talentos e intereses

Pasaje de las Escrituras

Lean al unísono Doctrina y Convenios 46:8–9. Comenten este pasaje brevemente y escriba en la pizarra: “Buscad diligentemente los mejores dones”.

Análisis

Pida a las alumnas que nombren los talentos o dones que tengan o que les gustaría tener que no estén incluidos en sus respectivos papeles. Instelas a agregar a sus listas tanto buenas cualidades como talentos.

Búsqueda de versículos

Especifique que nuestro Padre Celestial nos ha dado los talentos y las destrezas que poseemos. Pregunte a las jóvenes si recuerdan algún pasaje de las Escrituras en el cual nuestro Padre Celestial nos hable de esos dones y talentos.

Abra la otra caja de regalo. Pida a las jóvenes que saquen de la caja una de las tiras de papel con las referencias de las Escrituras, que busque cada cual el versículo allí escrito y que lo lea en el orden indicado por el número que precede a la referencia. Al leer cada alumna su pasaje, pídale que exponga cuáles es el concepto principal. Al mencionar éste cada alumna, escríbalo en la pizarra.

#### BÚSQUEDA DE VERSÍCULOS

##### *Referencias de las Escrituras*

1. Doctrina y Convenios 46:11–12
2. Doctrina y Convenios 60:2
3. Doctrina y Convenios 67:3
4. Doctrina y Convenios 60:13
5. 1 Timoteo 4:14
6. Doctrina y Convenios 82:3

##### *Concepto principal*

1. Toda persona tiene un don.
2. Por temor, algunos esconden sus talentos.
3. Algunos tienen temor en su corazón.
4. No escondáis vuestro talento en la tierra
5. No descuidéis vuestro don.
6. Los dones vienen acompañados de responsabilidades.

---

### Debemos desarrollar nuestros talentos

Análisis de una parábola

Dé la palabra a la alumna asignada para que cuente o lea a la clase la parábola de los talentos (Mateo 25:14–30). Analicen la parábola, valiéndose de las preguntas que aparecen a continuación o formulando las que usted desee.

- ¿Qué sucedió a aquellos que usaron sus talentos?
- ¿Qué sucedió al que escondió su talento y no hizo nada con él?
- ¿Qué creen ustedes que fue lo que motivó a dos de los siervos a aumentar sus talentos?
- ¿Cuál fue su recompensa?

Análisis en la pizarra

Explique que al desarrollar y aumentar nuestros dones y talentos, no sólo recibimos otros talentos, sino que también experimentamos satisfacción personal.

- ¿Cómo podemos desarrollar nuestros talentos?

Escriba en la pizarra las sugerencias de las alumnas, las que podrían ser:

1. Tener deseos de adquirirlos o mejorarlos.
2. Establecer metas que se puedan alcanzar.
3. Establecer un sistema para esforzarse por adquirir o mejorar un talento a la vez.

4. Hablar con alguien que posea esa cualidad. Descubrir en qué forma la ha adquirido o desarrollado.
5. Orar pidiendo ayuda.
6. Tener fe.
7. Practicar.
8. Informar a alguien del progreso logrado.
9. Perseverar.

Pregunte a las jóvenes qué sentirían si dieran un regalo a alguien que lo recibiera como si no lo deseara o no lo quisiera usar.

Escriba en la pizarra: Doctrina y Convenios 88:33. Pida a una de las alumnas que lea ese pasaje a la clase.

- ¿Qué debemos sentir sobre los dones que nos da el Señor?

### Conclusión

Análisis de pasajes de las Escrituras

Indique a las alumnas que vuelvan a buscar Doctrina y Convenios 46:8–9 y lean nuevamente ese pasaje. Recalque que la admonición es “buscad diligentemente los mejores dones”, y que en seguida hemos de recordar el propósito por el cual se dan los dones: “para el beneficio de los que me aman”.

Especifique que además de los dones de que hemos hablado, podemos recibir y desarrollar muchos otros dones espirituales. (Vea D. y C. 46:13–26.) Todos los dones se dan para nuestro beneficio; al recibirlos, desarrollarlos y usarlos para el beneficio de nuestros semejantes, nos brindarán gran gozo y satisfacción. Así como los de la parábola de los talentos recibieron gran gozo tras aumentar sus talentos para su señor, del mismo modo toda jovencita puede sentir gozo y satisfacción al desarrollar sus talentos para nuestro Maestro.

### Aplicación de la lección

Aconseje a las alumnas que eviten enterrar sus talentos, que escojan uno de los dones que les gustaría tener y que lo anoten en su papel. En seguida, indíqueles que copien de la pizarra los pasos que deben seguir para adquirir o desarrollar el talento que hayan escogido. Deben complementar esa lista con su propio plan de acción. (Ésta podría ser una buena oportunidad para que usted trabajara con cada joven en forma individual y la ayudara a establecer metas y a trazar un plan de acción.)

### Actividades que se sugieren

Considere las actividades que se mencionan a continuación para ayudar a los miembros de la clase a experimentar la satisfacción de desarrollar y compartir talentos:

1. Planee y organice una actividad especial. Con la aprobación de su líder del sacerdocio, invite a personas especialistas a dar charlas sobre los temas en los cuales los miembros de la clase deseen aumentar su conocimiento o explorar una nueva destreza o cualidad personal. Podría llevar a cabo esta actividad a nivel de clase, de grupos pequeños o en forma individual.
2. Planee hacer una visita a sitios de interés para oír la opinión de expertos o una visita a una biblioteca pública para conseguir información con respecto a un tema de interés.
3. Planee una actividad de clase para aprender una destreza determinada, como por ejemplo, acolchar, coser, cocinar o realizar un trabajo manual. Después de la actividad de aprendizaje, podrían compartir el producto de ella con alguna persona del barrio (una viuda, los padres de un bebé), para destacar de ese modo la importancia de usar nuestros talentos para beneficiar a nuestros semejantes.
4. Prepare y presente un programa de talentos con actividades musicales, artísticas o de teatro para personas que no puedan salir de casa o en un hogar de ancianos o en un hospital de niños.

**OBJETIVO** Que las jóvenes deseen participar en las Bellas Artes.

- PREPARACIÓN**
1. Optativo: Consiga el cartel del decimotercer Artículo de Fe (65013) de la biblioteca del centro de reuniones.
  2. Consiga pinturas, libros, esculturas e instrumentos musicales para adornar el salón de clases. Podría también conseguir pinturas o composiciones que las mismas jóvenes hubieran hecho.
  3. Asigne a dos de las jóvenes para que hagan las presentaciones descritas en la segunda sección de la lección. Asigne a las demás jovencitas que muestren un objeto de arte y hablen sobre él o que relaten una experiencia que hayan tenido relacionadas con las Bellas Artes.
  4. Si gusta, prepárese para hablar de alguna experiencia que haya tenido con las Bellas Artes o pida a uno de los miembros del barrio que lo haga.
  5. Dé a varias alumnas la asignación de presentar los pasajes de las Escrituras, los relatos y las citas que usted desee.

**SUGERENCIAS PARA EL DESARROLLO DE LA LECCIÓN**

**Las Bellas Artes nos elevan intelectual y espiritualmente**

- Análisis en la pizarra** Escriba en la pizarra las palabras *Bellas Artes*. Explique que las Bellas Artes incluyen la literatura, el teatro, la música clásica, la danza, la escultura, la pintura, etc. Anote estas cosas en la pizarra. Pida a las jóvenes que cuenten a la clase si han tenido algún contacto reciente con las Bellas Artes.
- Cartel y análisis** Pida a las jóvenes que repitan el decimotercer Artículo de Fe y muéstreles el cartel. Recalque la segunda frase: “Si hay algo virtuoso, o bello, o de buena reputación, o digno de alabanza, a esto aspiramos”.
- ¿Piensan ustedes que las Bellas Artes pueden considerarse virtuosas, bellas, de buena reputación o dignas de alabanza? ¿Por qué?
  - ¿Cómo nos benefician las Bellas Artes?
- Presentación por la maestra** Explique que las artes ejercen una influencia poderosa tanto intelectual como espiritual. Pueden conmovir nuestro espíritu de una forma que no logran las palabras por sí solas, y muchas veces el efecto es duradero. Pida a las jóvenes que traten de resumir en la mente, con una palabra, cómo se sintieron después de las experiencias positivas que tuvieron con las Bellas Artes.
- ¿Cómo se sienten después de leer una hermosa poesía o una bonita novela, o al escuchar una pieza de música clásica?
- Escriba las repuestas en la pizarra, las que podrían ser palabras como: feliz, emocionada, inspirada, satisfecha, reconfortada, elevada, etc.
- Explique que las Bellas Artes de buena calidad pueden traer refinamiento a nuestra vida porque satisfacen una necesidad básica, que es la de gozar de la belleza que nos rodea y participar de nuestro legado cultural.
- El presidente Spencer W. Kimball dijo: “Todos los miembros de la Iglesia deben desarrollar su talento, leer buenos libros y participar en actividades culturales de alta calidad” (*Ensign*, mayo de 1978, pág. 101).

---

## Recibimos bendiciones cuando participamos en las Bellas Artes

Participación de las jóvenes

Pida a las dos jóvenes que designó previamente que presenten lo que les haya asignado. La primera debe leer para comenzar Doctrina y Convenios 88:118 y después contar una experiencia que haya tenido al leer un buen libro. Podría leer algo del libro mismo que le haya gustado y analizar el significado de lo que leyó, o podría leer algo que ella misma haya escrito.

La otra joven debe empezar por leer Doctrina y Convenios 136:28. Podría relatar lo que haya sentido al escuchar una pieza de música clásica o al ver una danza que le haya gustado. O podría tocar una pieza musical o bailar ante la clase y decir por qué el haber aprendido a tocar un instrumento o a bailar han mejorado su vida.

Después de estas presentaciones, pida a las demás jovencitas que relaten experiencias que las hayan hecho gustar de las Bellas Artes o, de lo contrario, que muestren o hagan escuchar algo que les haya gustado o las haya conmovido.

Si gusta podría hablar a la clase de alguna experiencia que haya tenido con las Bellas Artes o pida a uno de los miembros del barrio que lo haga.

Después de estas presentaciones, explique que exponernos a las Bellas Artes no sólo nos eleva el espíritu a nosotras sino que nos prepara para beneficiar la vida de otras personas. Relate a continuación la experiencia de una joven:

Relato

“Mamá se propuso inculcarnos aprecio por las obras de William Shakespeare. Así que a los doce años, junto con mis hermanos menores (el menor tenía tres años), empecé a explorar las obras de este gran escritor.

Después de estudiar la obra, y con mucha fe, mamá nos propuso la idea de que como familia presentáramos la obra *Otelo*. Todos estuvimos de acuerdo y durante los dos meses siguientes nos esforzamos por entender y memorizar el diálogo. Recuerdo haberme quedado levantada hasta muy tarde muchas veces para leer en voz alta la parte de Desdémona y así aprenderme la pronunciación y la expresión que debía darle.

“El aprendizaje no se limitó a aprendernos palabras y frases, sino que por medio del personaje de Otelo nos dimos cuenta del poder destructivo de los celos; del personaje de Yago, el daño que puede causar el engaño y las mentiras; de Cassio aprendimos la importancia del respeto y la reputación. La obra incluso sirvió de complemento a las enseñanzas de la Palabra de Sabiduría cuando aprendimos que el vino ‘roba al hombre los sesos’.

“Aunque representamos la obra sólo dos veces, una en nuestra noche de hogar y la otra en una colegio privado, ganamos en espiritualidad y en educación . . .

“Nuestros padres continuaron enseñándonos a buscar palabras de sabiduría de los mejores libros (véase D. y C. 88:118)” (Eric G. Stephan y Judith Stephan Smith, *What Happy Families Are Doing*, Salt Lake City: Deseret Book Co., 1981, pág. 70).

Análisis

Hagan comentarios sobre la experiencia beneficiosa que tuvo esta joven al estudiar esa obra de Shakespeare.

- ¿Cómo puede ella, gracias a su conocimiento de la literatura, ser una bendición para su futura familia y para otras personas?

Traiga a colación otra vez el decimotercer Artículo de Fe. Pida a las jóvenes que piensen cómo pueden mejorar su vida por medio de las Bellas Artes y prepararse para beneficiar a sus futuros hijos y a otras personas. Algunas de las ideas que podrían mencionarse son:

- Ir a la biblioteca y sacar prestado un libro de literatura clásica para leerlo sola o con una compañera.
- Leer en voz alta con la familia.
- Leer a la familia una poesía preferida o tocar una pieza de música y decir por qué les gusta.
- Escribir una poesía o la letra de una canción.
- Escribir una dramatización basada en un relato de las Escrituras para la clase o la familia.

- Deshacerse de libros, revistas o música que no sea edificante.
  - Agregar buenos libros y música a la colección.
  - Conseguir un cuadro bonito para colgar en el cuarto.
  - Aprender a dibujar, a hacer caligrafía, etc.
  - Estudiar una obra de teatro, una pieza musical o una ópera antes de asistir a la función.
  - Escoger con prudencia lo que se ve en la televisión y tratar de ver programas educativos o documentales.
- 

### **Conclusión**

El presidente Spencer W. Kimball nos ha dado una inspirada visión de nuestro potencial para crear nuestro propio arte.

Cita

“Nos sentimos orgullosos de la herencia artística que desde sus principios la Iglesia nos ha proporcionado; pero la historia completa del mormonismo nunca se ha escrito, ni se ha pintado, ni se ha plasmado en escultura, ni se ha relatado. Quedan por revelarse muchos corazones inspirados y manos habilidosas; éstos deben ser fieles, inspirados, activos en la Iglesia para que puedan dar sentimiento y verdadera perspectiva a un tema tan digno. Tales obras maestras, deberían ser escritas por grandes artistas, pulidas por los mejores críticos, estar durante meses en las carteleras, ir a todas partes del mundo en diversos idiomas” (*Liahona*, abril de 1978, pág. 4).

Aliente a las jóvenes para que gocen de las Bellas Artes que tengan a disposición porque de esa forma se sentirán bendecidas y podrán beneficiar la vida de otras personas.

---

### **Aplicación de la lección**

Proponga que individualmente o como clase las jóvenes elijan qué pueden ir a ver o escuchar durante las próximas semanas. Tal vez quieran seguir la sugerencia del presidente Kimball de escribir, pintar o esculpir escenas de la historia de la Iglesia. O podrían participar en festivales, representaciones, obras de teatro, conciertos u otras actividades culturales organizadas por el barrio o la rama; participar en un concurso de la revista *Liahona*; o hacer declamaciones, tocar piezas musicales, bailar, etc. ante la familia o amigos.

---

**OBJETIVO** Que todas las alumnas comprendan la necesidad de llegar a ser económicamente responsables.

---

**PREPARACIÓN**

1. Saque copias para todas las alumnas del volante titulado: "Responsabilidad económica", que se encuentra al final de la lección. Lleve lápices para las jóvenes.
2. Escriba en un cartel lo siguiente: El llevar una vida próspera es vivir "en forma frugal y prudente, y tomando las medidas necesarias para el futuro, mientras se atiende a las necesidades inmediatas". (Nota a la maestra: Tomado de Barbara B. Smith, "Inculcad la autosuficiencia en la mujer mormona", *Liahona*, ago. de 1976, pág. 106.)
3. Pida a una de las jóvenes que diga a la clase el tipo de trabajo que realiza ya sea para ganar dinero o para ayudar a su familia. Pídale que hable de la forma en que este trabajo la ha ayudado a prepararse para el futuro y en qué ha gastado el dinero que haya ganado.
4. Consiga un cuaderno de cuentas para ilustrar las maneras de llevar el registro de un presupuesto.
5. Dé a diversas alumnas la asignación de presentar los pasajes de las Escrituras, los relatos y las citas que usted desee.

---

**SUGERENCIAS PARA EL DESARROLLO DE LA LECCIÓN**

**Introducción**

Volante

Distribuya entre las alumnas los lápices y las copias del volante. Indíqueles que contesten las preguntas y asegúreles al mismo tiempo que únicamente ellas verán sus respuestas. Después que hayan contestado sus cuestionarios respectivos, dígales que tengan presentes las preguntas durante el desarrollo de la lección.

---

**Debemos aprender a hacernos responsables de nuestros medios económicos**

Presentación por la maestra

Aclare que todos debemos aprender a hacernos responsables del dinero que ganamos y de nuestros gastos. No importa cuán pequeño o cuán grande sea nuestro ingreso, podemos administrarlo con prudencia y, si así lo hacemos, recibiremos muchos beneficios.

Cita

Lea la cita que aparece a continuación:

"Si hay una costumbre que infunde paz y contento al alma humana al seno de la familia, es la de vivir sin gastar más dinero del que se gana. Y si hay algo que oprime, que desalienta y deprime, es el tener deudas que no se pueden pagar" (Heber J. Grant, *Gospel Standards*, (Salt Lake City: Deseret Book Co., 1976, pág. 111).

Análisis

Pida a las alumnas que piensen en silencio en lo que podría suceder en cada una de las situaciones que se mencionan a continuación: (1) si repentinamente su familia sufriera reveses económicos; (2) si de pronto su familia se viera enfrentada a grandes gastos por atención médica; (3) si uno de los padres muriera inesperadamente; (4) si por cualquier motivo se dejara de recibir el ingreso familiar. Si cualquiera de esas situaciones tuviera lugar en su familia, ¿cómo podrían ustedes prestar ayuda? ¿Se han preparado en alguna forma para prestar ayuda en circunstancias como las mencionadas?

- ¿Ha tenido alguna de ustedes una experiencia semejante a alguna de las que hemos nombrado y que quisiera contarnos?

	<p>Explique que si pudiéramos ayudarnos a nosotras mismas y hacernos responsables de nuestros medios económicos personales, estaríamos bien encaminadas para vivir una vida próspera.</p>
Carta y cita	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Qué es llevar una vida próspera?</li> </ul> <p>Muestre el cartel y explique que la hermana Barbara B. Smith lo define como vivir “en forma frugal y prudente, y tomando las medidas necesarias para el futuro, mientras se atiende a las necesidades inmediatas” (“Inculcad la autosuficiencia en la mujer mormona”, <i>Liahona</i>, ago. de 1976, pág. 106).</p>
Análisis	<p>Ayude a las jóvenes a definir los términos <i>frugal</i> y <i>prudente</i>. Explique que aun cuando en esta etapa de su vida ellas tengan limitaciones para ganar su propio dinero, sí pueden “tomar las medidas necesarias para el futuro mientras atiendan a las necesidades inmediatas”. Indíqueles que den una mirada a las respuestas que hayan escrito en sus respectivos volantes. ¿En qué aspectos podrían mejorar para llegar a ser más prudentes, más responsables y mejores administradoras de sus medios económicos actuales?</p>
Presentación por una joven	<p>Pida a la joven que haya designado previamente que hable de los trabajos que ha hecho y que diga en qué utiliza el dinero que gana.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Cómo le sirve a esta joven el trabajo que hace para prepararse para el futuro?</li> <li>• Pida a la joven que sugiera a la clase una forma prudente de utilizar el dinero que ganen.</li> <li>• ¿Cuáles son algunas formas apropiadas de ahorrar dinero para el futuro?</li> <li>• ¿Qué clase de compras son prudentes?</li> </ul>
Cuaderno de cuentas	<p>Muestre el cuaderno de cuentas y pida a las jóvenes que miren el esquema de un presupuesto que aparece en sus volantes.</p>
Presentación por la maestra	<p>Explique que el llevar un registro con exactitud constituye una parte de vital importancia de la buena administración del dinero. Para hacernos responsables de nuestros medios económicos, debemos contar con algún tipo de libro o de cuaderno de notas para llevar un registro de nuestros ingresos y de nuestros gastos. Ese registro nos resultará útil para presupuestar nuestro dinero. Si bien hay diversas formas de llevar un registro de un presupuesto, todos tienen datos básicos en común.</p> <p>Muestre el esquema de un presupuesto y explique que le permite a una persona llevar cuenta de cuánto gana y controlar cuánto gasta.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Por qué el llevar un sencillo registro de la forma en que distribuyen el dinero les servirá para hacerse responsables de sus medios económicos? (De ese modo, siempre sabemos en qué forma está distribuido nuestro dinero; sabemos con cuánto contamos; cuándo lo recibimos, cuándo lo gastamos y cuándo lo ahorramos; también podemos saber si nos hemos salido del presupuesto establecido.)</li> <li>• ¿Qué otros beneficios nos puede aportar el establecer el buen hábito de llevar un registro de la forma en que distribuimos el dinero?</li> </ul>

**El hacernos responsables de nuestros medios económicos nos servirá para ser autosuficientes**

Presentación por la maestra	<p>Explique que los líderes de la Iglesia nos aconsejan que seamos independientes y autosuficientes, siendo económicamente responsables pese a las dificultades económicas que nos rodeen. Tras leer cada una de las citas que aparecen a continuación, someta a análisis los conceptos principales que contienen.</p>
Citas	<p>“El Señor desea que Sus santos sean libres e independientes en los días que han de venir. Pero, ningún hombre esclavizado por las deudas es verdaderamente libre” (Ezra Taft Benson, en Conference Report, oct. de 1973, pág. 90; <i>Ensign</i>, ene. de 1974, pág. 69).</p> <p>“Debemos reconocer que los problemas económicos son muchas veces motivo de infelicidad y, ciertamente, un factor básico en las dificultades familiares y los divorcios.</p> <p>“El Señor nos ha dicho que si estamos preparados, no tendremos temor (véase D. y C. 38:30). ¡Qué bendición es la de sentirse libre del temor de las deudas!” (Franklin D. Richards, “Preparémonos materialmente”, <i>Liahona</i>, ago. de 1979, pág. 54).</p>

Análisis	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aparte de aprender y de practicar los principios de la buena administración del dinero, ¿qué otras cualidades nos hace falta adquirir para llegar a ser económicamente responsables? Una vez que las alumnas hayan respondido a esa pregunta, escriba en la pizarra las tres cualidades que se mencionan a continuación y analice cada una de ellas, empleando las explicaciones que se dan.</li> </ul>
Cita	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. <i>Seamos disciplinadas.</i> Se nos insta una y otra vez a evitar el incurrir en deudas y a no permitir que lo que deseamos comprar exceda lo que ganamos. Se requiere disciplina para pagar el diezmo y las ofrendas, para ahorrar en forma regular y para vivir sin salirnos de nuestro presupuesto.          “La clave para gastar menos de lo que ganamos es simple; se llama <i>disciplina</i>. Ya sea que lo aprendamos temprano o tarde en la vida, todos tenemos que aprender a disciplinarnos, a controlar nuestros apetitos y nuestras tentaciones económicas” (N. Eldon Tanner, “Los cinco principios de la estabilidad económica”, <i>Liahona</i>, mayo de 1982, pág. 42).</li> </ol>
Pasaje de las Escrituras	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Por qué el hacer un presupuesto de nuestros ingresos nos sirve para disciplinarnos?</li> </ul> <ol style="list-style-type: none"> <li>2. <i>Seamos abnegadas, despojadas de egoísmo.</i> Las Escrituras nos dan valiosos consejos con respecto a esa cualidad. Lean y marquen los dos pasajes de las Escrituras que se mencionan a continuación: Doctrina y Convenios 68:31; Jacob 2:18–19.</li> </ol>
Análisis	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Por qué el pagar nuestros diezmos y ofrendas nos ayuda a seguir ese consejo de las Escrituras? ¿Qué personas u organizaciones dignas hay en nuestra comunidad a las cuales podríamos ayudar?</li> </ul>
Relato	<ol style="list-style-type: none"> <li>3. <i>Empleemos un buen criterio.</i> Una señora que quedó repentinamente viuda expuso por escrito sus opiniones con respecto a la importancia de que las jóvenes aprendan temprano en la vida la manera de emplear un buen criterio para presupuestar y proyectar sus medios económicos personales.          “No soy de la opinión de que sea ideal tener una ocupación y ser madre a la vez . . . pero a veces las circunstancias nos obligan a tener que proveer para el futuro de nuestros hijos. Me aseguré de que mis hijas se prepararan para hacerse cargo de las responsabilidades económicas de sus familias por si tuvieran que hacerlo. Cuando mis hijos varones comenzaron a invitar a jovencitas, les aconsejé que buscaran compañeras que, de ser necesario, fueran capaces de criar a sus hijos ellas solas” (Maren E. Hardy, “Widow Discovers Her Own Potential, Gains Successes”, <i>Church News</i>, 10 de jul. de 1982, pág. 7).</li> </ol>
Análisis	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Por qué esas sugerencias podrían servirnos de orientación para juzgar con prudencia la manera de presupuestar nuestro dinero y planear nuestro futuro?</li> <li>• ¿Por qué es importante que aprendamos a confiar en nosotras mismas y a ser autosuficientes en el aspecto económico?</li> </ul>
Casos para analizar	<p>Pida a las alumnas que determinen cuál de las tres cualidades mencionadas anteriormente hace falta adquirir y practicar de los casos para analizar que se mencionan a continuación. ¿Qué pudo haber hecho cada una de las jóvenes para evitar los problemas y mejorar su autosuficiencia económica?</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Cristina siempre había deseado seguir estudios universitarios después de graduarse de la escuela secundaria, pero tuvo que cambiar sus planes al darse cuenta de que no contaba con el dinero suficiente para hacerlo.</li> <li>2. Los padres de Tamara sugirieron a ésta que aportara su parte de las ofrendas de ayuno del mes, pero la chica estaba resuelta a comprarse un disco que acababa de salir a la venta.</li> <li>3. Marta, que había dicho a sus padres que se pagaría la mitad de las lecciones de música si ellos le pagaban la otra mitad, cumplió con su parte del compromiso durante sólo dos meses, después de los cuales no pudo continuar haciendo los pagos que debía.</li> <li>4. Sara resolvió que dado que la escuela comenzaba ese mes, pospondría el pago de su diezmo hasta el mes siguiente cuando no tuviera que hacer tantos gastos.</li> <li>5. Raquel quería comprarse un vestido nuevo para ir a la fiesta de bodas de una amiga, pero comprendió que no tenía dinero suficiente para el vestido y para comprar un regalo a la novia. Entonces les preguntó a sus padres si podía comprarlo con la tarjeta de crédito de ellos.</li> </ol>



6. Juanita gastaba el dinero extra con que contaba en caramelos y otras golosinas. Frecuentemente se quejaba de no tener dinero suficiente para comprarse ropa, cosméticos y otras cosas que necesitaba para su arreglo personal.
- 

### **Conclusión**

Presentación por la maestra

Recalque nuevamente a las jóvenes cuán importante es que aprendamos a hacernos responsables de nuestros asuntos económicos. Podemos administrar prudentemente nuestros medios económicos y evitarnos de ese modo dificultades personales tanto en el presente como en nuestro futuro. Si así lo hacemos, podremos volvernos autosuficientes, nos libraremos de los temores que producen las deudas y los gastos inesperados, sentiremos el gozo de tener nuestras propias cosas y disfrutaremos de la felicidad y de la seguridad que provienen de llevar una vida próspera.

---

### **Aplicación de la lección**

Inste a las alumnas a conseguir algún cuaderno de notas o de cuentas para comenzar a llevar debidamente un registro de sus medios económicos. Sugírales que lleven a casa el volante para que lo comenten con sus padres y les pidan consejo con respecto a la forma de aprender a hacerse responsables de sus finanzas.

## Responsabilidad económica

1. ¿Qué hago yo para ganar dinero?
2. ¿Cuánto gano o con cuánto dinero cuento?
3. ¿En qué gasto el dinero que gano?
4. ¿Cuánto ahorro y dónde pongo mis ahorros?
5. ¿Debo dinero a alguien? ¿Cuánto?
6. ¿Cuánto gasto únicamente en mí misma y cuánto gasto en los demás?
7. ¿En qué forma me estoy preparando para ganar el dinero que necesitaré en lo futuro para cumplir con mis metas?
8. ¿Llevo un registro de mi presupuesto?

## Mi presupuesto

Dinero que espero recibir												
	Ene	Feb	Mar	Abr	May	Jun	Jul	Ago	Sep	Oct	Nov	Dic
Salario												
Trabajo por cuenta propia												
Otro dinero												
Total												
Gastos que planeo tener												
	Ene	Feb	Mar	Abr	May	Jun	Jul	Ago	Sep	Oct	Nov	Dic
Diezmos												
Ofrendas de ayuno												
Ahorros												
Ropa												
Ayuda a mi familia												
Regalos												
Otros gastos												
Total												

---

**OBJETIVO** Que todas las alumnas procuren crear un ambiente edificante a su alrededor tanto en la actualidad como en lo futuro.

---

**PREPARACIÓN**

1. Láminas 22 a la 25, Un centro de reuniones; Una vivienda; Actividades recreativas; Comunidad agricultora. Las láminas se encuentran al final del manual.
2. Optativo: Haga un cartel con la definición de *ambiente* que se encuentra en la introducción.
3. Dé a diversas alumnas la asignación de presentar los pasajes de las Escrituras, los relatos y las citas que usted desee.

---

**SUGERENCIAS PARA EL DESARROLLO DE LA LECCIÓN**

Análisis de láminas

**Introducción**

Muestre las láminas de los diversos tipos de ambiente. Pida a las alumnas que definan y comenten el término *ambiente* y después muéstrelas el cartel.

Cartel

Ambiente: Todo lo que nos rodea y que influye en la vida de las personas.

Haga comprender a las alumnas que muchos de los factores que componen el ambiente en que vivimos son ajenos a nuestra voluntad. Pídales que nombren algunos de esos factores y anótelos en la pizarra bajo el encabezamiento: "Ajenos a nuestra voluntad".

Análisis en la pizarra

En la lista, podrían mencionar los factores que aparecen a continuación:

*Ajenos a nuestra voluntad*  
 Lugar geográfico.  
 Clima.  
 Tamaño y nivel socioeconómico de la familia.  
 Tipo de vivienda.  
 Ocupación de los padres.  
 Lugar que se ocupe en la familia.  
 Actitud de los padres.

Presentación por la maestra

Explique que si bien los factores de nuestro ambiente sobre los cuales nada podemos hacer ejercen una influencia poderosa en nuestro diario vivir, *sí podemos* hacer algo con respecto a muchos otros aspectos del ambiente que nos rodea; añada que éstos deben ser de gran importancia para nosotras. Ciertamente debemos mejorar el ambiente que nos rodea siempre que podamos.

---

**Debemos crear un buen ambiente**

Análisis en la pizarra

Pida a las jóvenes que pasen a enfocar los aspectos sobre los cuales podemos hacer algo. Anote las sugerencias de las alumnas bajo el encabezamiento: "Dependen de nuestra voluntad". Incluya en dicha lista factores como los que se mencionan a continuación:

<i>Ajenos a nuestra voluntad</i>	<i>Dependen de nuestra voluntad</i>
Lugar geográfico.	Amigos.
Clima.	Pasatiempos.
Tamaño y nivel socioeconómico de la familia.	Empleo del tiempo.
Tipo de vivienda.	Actitud frente a la vida.
Ocupación de los padres.	Programas de TV o películas que se miren.
Lugar que se ocupe en la familia.	Higiene.
Actitud de los padres.	

Cita

Lean la referencia que sigue:

“En lo que respecta al tema del *ambiente*, los santos tienen dos obligaciones: 1. Crear tanto para sí mismos como para sus familiares el ambiente más sano y edificante posible de manera que sean mínimas las probabilidades de que cualquier miembro de la familia se pierda por motivo del pecado; y 2. Elevarse por encima de cualquier situación ambiental malsana en que podamos encontrarnos a lo largo del transcurso de esta vida mortal . . .

“Los santos deben establecer en sus familias la paz y el amor, participar únicamente en actividades recreativas sanas, llevar a cabo sus labores diarias en el ambiente más limpio y más sano posible, relacionarse siempre con los compañeros apropiados y procurar vivir bajo la influencia de un ambiente en el cual reine el espíritu de la rectitud y de la fe. La relación constante con lo que es bajo y vulgar conduce inevitablemente a la degradación del alma humana” (Bruce R. McConkie, *Mormon Doctrine*, segunda edición, Salt Lake City: Bookcraft, 1966, pág. 229).

Preguntas

- Según el élder McConkie, ¿cuál es la primera responsabilidad que tenemos con respecto al ambiente que nos rodea?

Relato

Narre el relato que se encuentra a continuación, el cual describe la forma en que las jóvenes pueden crear un ambiente sano.

Carolina y Julieta eran hermanas y compartían la misma habitación. Sin embargo, en el cuarto había dos tipos de ambiente completamente diferentes. Carolina tenía puestos en las paredes de su lado del dormitorio carteles de cantantes de música popular y de varones apuestos. Cada vez que estaba en casa, ponía a elevado volumen música de “rock”. Tenía su ropa apilada en sillas y encima de su cómoda y otras prendas colgadas descuidadamente sobre la puerta del armario. Le resultaba difícil hallar los zapatos por motivo de que tenía la parte inferior del armario siempre llena de objetos, al igual que debajo de la cama. Como tenía mezclada la ropa sucia para lavar con la ropa limpia, le era difícil distinguir cuál era cuál. Rara vez hacía la cama.

Por otra parte, Julieta había decorado sus paredes con objetos de recuerdo de la escuela y fotografías de sus amigos y de sus familiares. En una pared, tenía un cuadro grande de un templo, junto a pequeñas fotografías que le habían regalado en la capilla, del Salvador y del Profeta. Por lo general tenía su armario ordenado y habitualmente tendía la cama. Descorría las cortinas de las ventanas para que entrara en la habitación la luz del sol.

Análisis

Hablen del ambiente diferente que creaba cada una de las hermanas.

- ¿De qué manera afectaba el ambiente la personalidad de cada una de las jóvenes?
- ¿Los estudios de ellas?
- ¿Su actividad en la Iglesia?
- ¿Su aptitud para llevarse bien la una con la otra?

Artículo de Fe

Pida a los miembros de la clase que lean o reciten el decimotercer Artículo de Fe.

- ¿Qué nos dice este artículo sobre el ambiente que debemos crear?

Pasaje de las Escrituras

Indique a las alumnas que busquen y lean Filipenses 4:8.

Explique que ese pasaje de las Escrituras y el decimotercer Artículo de Fe exponen algunas de las virtudes que procuran tener los Santos de los Últimos Días que son fieles.

- ¿Qué cosas de la vida son bellas, de buena reputación y dignas de alabanza?
- ¿Por qué pueden ayudarnos a ser mejores esas cosas?
- ¿De qué manera podemos incorporarlas a nuestro ambiente personal?
- ¿En qué forma pueden nuestras amistades ayudarnos a buscar esa clase de cosas?

El relato siguiente nos cuenta de lo que hizo una joven para mejorar el ambiente a su alrededor.

Relato

Luisa pertenecía a una familia grande. Los tiempos eran muy difíciles y su padre ganaba un escaso salario. La humilde vivienda familiar constaba de dos habitaciones y de un porche que daba a la parte posterior de la casa. Como tenían sólo dos camas para toda la familia, Luisa y sus once hermanos dormían en el suelo la mayor parte del tiempo. En las temporadas de calor, los muchachos dormían al aire libre o en el cobertizo que había detrás de la casa. Aun cuando el ambiente de la familia denotaba pobreza y necesidad, los niños se valían de la imaginación y del ingenio para embellecer su vida hogareña.

Luisa cuenta que, en los años de su infancia, esperaba con entusiasmo que llegara la noche del jueves, ya que era la ocasión en que ella y sus hermanas podían dormir en la cama. Era también la noche en que podían practicar la “orquesta”. Como no contaban con instrumentos musicales, cada cual escogía el instrumento imaginario que prefería y pasaban la velada tarareando y cantando las melodías que sabían mientras marcaban el ritmo en un tambor imaginario y tocaban el violín, el banjo, el saxofón, el clarinete y el contrabajo. Pero el instrumento predilecto de todos era el “piano de cola”. Las niñas se sentaban, por turnos, en una vieja silla que ponían a los pies de la cama (que tenía la única barra de metal que había en la casa), lo cual constituía el teclado del piano imaginario. A Luisa le encantaba el piano. Ninguna ejecución de Bach o de Beethoven ha sido más expresiva que las de ella misma al hacer escalas ascendentes y descendentes sobre la barra de la cama.

Muchos años después, tras luchar y esforzarse por terminar sus estudios, y después de haber contraído matrimonio, Luisa pudo por fin tener un piano de verdad. Su sueño de aprender a tocar un instrumento musical se hizo realidad, y la alegría de escuchar a grandes músicos y concertistas, especialmente a sus propias hijas, que llegaron a ser concertistas consumadas, fue algo muy grande en su vida. Fue el cumplimiento del sueño de una niña que vivió en circunstancias humildes pero que siempre tuvo el anhelo y el ánimo de aspirar a lo bello.

- ¿Cómo creó esta niña cosas bellas en su ambiente hogareño?

### Debemos elevarnos por encima del mal ambiente

- ¿Cuál es la segunda responsabilidad que tenemos y que mencionó el élder McConkie?

Presentación por la maestra

Explique que como Santos de los Últimos Días, a veces nos encontramos en ambientes que no son propicios a nuestras normas morales. El relato que aparece a continuación nos hace ver una manera de actuar con respecto a una situación de ese tipo.

Caso para analizar

“ Un fresco atardecer de verano cuando empezaba mis estudios universitarios, me invitó a salir un joven que me gustaba mucho. No lo conocía muy bien, pero lo admiraba considerablemente.

“ Me fue a buscar para ir a ver una película; nos fuimos caminando hasta la sala de cine y nos divertimos muchísimo intercambiando ideas y conociéndonos así mejor el uno al otro.

“ Llegamos al cine, y comenzó la película; durante los primeros diez minutos, todo anduvo bien, pero aun cuando el filme había sido clasificado como una película decente, de pronto comencé a sentirme incómoda porque el diálogo comenzó a volverse gradualmente más y más inmoral; yo me hundía cada vez más en mi asiento.

“ ¿Quieren saber cuál fue la actitud de mi acompañante? Aun cuando la película había comenzado hacía poco rato, él se volvió hacia mí y me dijo: “Esta película no me gusta nada. ¿Te importaría si nos fuéramos?” No expresó disgusto en una forma exagerada, simplemente sugirió que nos fuéramos. Siempre recordaré a aquel muchacho por su integridad; es la clase de hombre con el cual deseo casarme’.

“Agreguemos a ese relato muchos otros por el estilo y tendremos un remedio del que muchos jóvenes Santos de los Últimos Días están echando mano: salir de la sala de cine, cambiar la sintonía de la radio, cambiar el canal de la televisión o apagar el televisor cuando lo que vean y oigan constituya una afrenta a sus principios” (Kathleen Lubeck, “The Turn-off Walk-out Factor”, *New Era*, jun. de 1981, pág. 26).

Análisis

- ¿Qué otras posibilidades tenían en esa situación?
- ¿Por qué la decisión de ambos de salir de aquella sala de cine fue una manifestación de respeto del uno para con el otro?
- ¿Qué harían ustedes si se encontraran en una situación semejante?
- ¿En qué otra clase de situaciones malas suelen encontrarse los jóvenes?
- ¿Cómo podrían cambiar la situación o zafarse de ella?

Presentación por la maestra

### Conclusión

Explique que podemos crear un ambiente positivo tanto para nosotras mismas como para nuestros amigos y nuestros familiares. Así nuestro hogar sea una tienda de campaña, una choza, una cabaña, un gran edificio de ladrillos o un palacio, no importa las condiciones en que vivamos, debemos hacer todo lo posible por vencer las malas influencias que nos rodean y crear un ambiente edificante.

### Aplicación de la lección

Sugiera a las jóvenes que hagan una evaluación de sus propias habitaciones y de otros sitios de sus respectivos hogares en los cuales podrían mejorar el ambiente. Aconséjeles que hagan lo que puedan por hacer de su propio hogar un lugar agradable y edificante en el cual morar.



*Adquiramos habilidades directivas*



**OBJETIVO** Que las jóvenes lleguen a ser más eficaces como líderes al aprender técnicas de comunicación.

- PREPARACIÓN**
1. Saque copias para todas las alumnas del volante que se encuentra al final de la lección.
  2. Planee la demostración de la introducción conjuntamente con la presidenta de la clase. Dicha demostración requerirá una mordaza, algodón, una cuerda y una venda para cubrir los ojos. Pida a la presidenta de la clase que esté preparada para expresar sus sentimientos acerca de esa experiencia introductora al término de la lección.
  3. Pida a varias de las jóvenes que hablen ante la clase de las veces que hayan sido líderes en su casa, en la Iglesia, en la escuela o en la comunidad. Pídale también que expliquen cómo estas experiencias de liderazgo les han traído bendiciones y cómo han beneficiado la vida de otras personas.
  4. Escriba en tiritas separadas de papel las referencias y la cita que aparecen en la tercera sección de la lección.
  5. Dé a diversas alumnas la asignación de presentar los pasajes de las Escrituras, los relatos y las citas que usted desee.

**SUGERENCIAS PARA  
EL DESARROLLO  
DE LA LECCIÓN**

**Introducción**

**Demostración**

Al empezar la lección, tenga a la presidenta de la clase sentada enfrente del salón con los ojos vendados, algodón en los oídos, la boca amordazada y las manos y los pies amarrados. Sin hacer ninguna alusión al aprieto en que ella se encuentra, comience la clase anunciando con tono autoritario lo que desea que las alumnas hagan. Por ejemplo: "La lección de hoy es muy importante. Para que la aprendan bien, quiero que todas pongan sus sillas en hileras perfectas. María, cámbiate a la silla que está junto a la de Juana. Susana, siéntate sola en la última fila. Siéntense todas bien derechas en sus asientos con ambos pies bien plantados en el suelo. Guarden completo silencio". No responda a ningún comentario de las alumnas. Continúe ordenándoles que se sienten aquí o allí. No dé a las alumnas oportunidad de tomar ninguna decisión y no preste atención ni responda a ningún comentario que hagan.

Después de esa breve demostración, diga: "Tengo la impresión de que no les ha gustado mucho la forma en que he comenzado la lección, por lo que dejaré todo en manos de la presidenta de la clase".

Desde luego, ésta no estará en condiciones de hacer cosa alguna dado que se encuentra amarrada y amordazada. Ella podría procurar moverse o hablar, pero la inutilidad de sus esfuerzos no tardará en hacerse evidente. Quítele la mordaza, la venda de los ojos, etc.

**Análisis**

Haga las preguntas que siguen:

- ¿Por qué no les gustó la manera en que comencé a dirigir la clase?
- ¿Por qué no pudo dirigirnos la presidenta de la clase? (No podía comunicarse con nosotras.)
- ¿Qué nos indica esa demostración con respecto al liderazgo? (Debe existir buena comunicación. Los líderes deben ser capaces de comunicarse con las personas a las que dirigen y deben estar dispuestos a hacerlo.)

---

## Todas podemos ser líderes

Análisis en la pizarra

Pida a las alumnas que mencionen algunas de las características que debe poseer un líder. Anote en la pizarra las sugerencias que den. (Lo que digan podría ser similar a lo que se ilustra a continuación.)

Un líder es una persona que:

- Escucha.
- No nos pide lo que no podemos dar.
- Se comunica con nosotros.
- Permite a otras personas tomar parte.
- Siente y pone de manifiesto afecto e interés.
- No hace sólo su voluntad.
- Está al tanto de las necesidades de los demás.

- ¿Por qué es importante que un líder posea estas características?
- ¿De qué manera pueden ustedes ser líderes en sus hogares? (Ser un ejemplo para los demás, enseñar a sus hermanitos más pequeños, dirigir la noche de hogar.)
- ¿De qué manera pueden ser líderes en la Iglesia?
- ¿De qué manera pueden ser líderes en la escuela o en la comunidad?

Pida a la joven que fue asignada de antemano que hable de sus experiencias de liderazgo con el resto de la clase.

Ponga en claro que todas seremos líderes en por lo menos uno de esos aspectos, probablemente en los tres. Es importante que todos los miembros de la clase adquieran habilidades directivas.

---

## El arte de la comunicación es el fundamento de un liderazgo eficaz

Presentación por la maestra

Señale las cualidades del liderazgo anotadas en la pizarra. Explique que para ser líderes, todas esas cualidades son importantes, pero que la lección de hoy solamente girará en torno del arte de la comunicación interpersonal. En la actividad introductora, se pusieron de manifiesto dos puntos con respecto a la comunicación:

1. La comunicación negativa o unilateral no es buen liderazgo.
2. Para dirigir, uno debe ser capaz de comunicarse con los demás.

Explique que el ejercer las técnicas de la buena comunicación constituye un fundamento seguro para el buen liderazgo.

Pida a las alumnas que definan lo que entienden por comunicación interpersonal. Haga resaltar el hecho de que es un intercambio de ideas, así como de actitudes, de información y de sentimientos.

Pasajes de las Escrituras

A continuación reparta entre las alumnas las tiritas de papel con las referencias de las Escrituras y la cita que aparecen a continuación y pida a las jóvenes que las lean en voz alta a fin de que descubran en ellas las claves de la buena comunicación. Anote en la pizarra dichas claves.

Efesios 4:15

1 Corintios 14:9

2 Nefi 31:3

Efesios 4:31

Santiago 3:2

Proverbios 15:1

El élder Jacob de Jager contó que, al término de un seminario, el presidente Marion G. Romney le preguntó cómo iba a enseñar todo el material inspirado que se le había encomendado. El élder de Jager dijo: “Presidente Romney, pienso enseñar de una forma que todos entiendan”.

El presidente Romney replicó: “Eso no es suficiente. Debe enseñar de tal forma que nadie pueda interpretar mal” (“Para que no haya malas interpretaciones”, *Liahona*, feb. de 1979, pág. 101).

Decir la verdad con amor.  
Escoger palabras fáciles de entender.  
Hablar con claridad.  
Evitar el enojo y las críticas.  
Evitar ofender.  
Hablar con bondad para no hacer subir el furor.  
Evitar las malas interpretaciones.

Análisis

Explique que además de ser capaces de expresar lo que queremos decir con claridad, también debemos escuchar con mucha atención lo que nos dicen. Analice las siguientes preguntas con las jóvenes.

1. ¿Por qué a veces no oímos lo que dice otra persona? (No prestamos atención, estamos pensando en otra cosa, estamos pensando en lo que vamos a responder, pensamos que ya sabemos lo que va a decir, estamos en desacuerdo con lo que dice, no respetamos a la persona que está hablando, hablamos demasiado.)
2. ¿Por qué a veces oímos las palabras que la persona dice, pero aun así no comprendemos lo que quiere decir? (Es difícil comunicar sentimientos; quizá prestemos atención únicamente a las palabras y no a los sentimientos; hay palabras y frases que tienen un significado para unas personas y otro distinto para otras.)

Análisis

Hablen de las formas en que podemos demostrar que estamos prestando atención: las expresiones del rostro, los movimientos del cuerpo (como por ejemplo, el asentir con un movimiento de cabeza), el mirar directamente a los ojos de la persona con la cual estamos hablando, preguntar a nuestro interlocutor o interlocutora si lo que hemos comprendido es en realidad lo que ha querido decir.

---

### El liderazgo es amor en acción

Análisis

Explique que una de los grandes exhortaciones de nuestro Salvador fue que nos amáramos unos a otros.

- ¿De qué manera es el escuchar con atención una forma de demostrar amor? (Cuando apreciamos a alguien de verdad, tenemos interés en escuchar lo que nos dice.)
- ¿Qué sentimiento experimentan cuando se dan cuenta de que alguien procura sinceramente comprender lo que sienten y lo que quieren decir?

Análisis en la pizarra

Recuerde a las alumnas que los factores más importantes de la comunicación interpersonal son el afecto y el interés que las personas se manifiesten mutuamente. Escriba en la pizarra las dos máximas relacionadas con este principio, las cuales se mencionan a continuación:

“El amor es el lenguaje universal.”

“El liderazgo es amor en acción.”

Pida a la clase que diga lo que piensan sobre cómo pueden estos conceptos ayudarlas a ser mejores líderes.

Experiencia personal

Dé la palabra a la presidenta de la clase para que exponga lo que sintió cuando estaba amarrada y amordazada. Podría decir que le resultaba imposible comunicarse, que se

Presentación por  
la maestra

sentía frustrada e imposibilitada de servir en su llamamiento. Pídale que ponga de relieve el contraste que existe entre la forma en que se sentía entonces y lo feliz que se siente cuando puede comunicarse con sus compañeras de clase y ellas le responden.

Explique que todos tendremos oportunidades de dirigir y de servir a nuestros semejantes. Comunicamos nuestro amor y nuestro interés por los demás por la forma en que hablamos y escuchamos. Si aplicamos las técnicas de la buena comunicación, llegaremos a ser mejores líderes y lograremos experimentar mayor gozo y satisfacción en el servicio a los demás.

---

### **Aplicación de la lección**

Aconseje a las jóvenes que, durante la semana que viene, sean conscientes de las técnicas de la buena comunicación que pongan en práctica. Reparta las copias del volante que ha preparado. Indique a las alumnas que todas las noches se evalúen contestándose las preguntas.

## *Técnicas de la comunicación en el liderazgo*

Evalúate todas las noches contestando las siguientes preguntas:

	Siempre	Por lo general	A veces	Nunca
¿He dicho la verdad con amor?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
¿He escogido palabras fáciles de entender?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
¿He evitado el enojo y el hablar mal de mis semejantes?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
¿He evitado ofender?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
¿He escuchado en todo el sentido de la palabra?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
¿He procurado comprender tanto los sentimientos como las palabras?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
¿Me he esforzado por hacer saber a las personas con las que he hablado que las escuchaba con atención?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
¿He demostrado aprecio e interés por los demás?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

# Debemos valorar y dar ánimo a las personas discapacitadas

---

OBJETIVO	Que las jóvenes respeten y aprecien lo que puedan contribuir a la sociedad las personas con impedimentos físicos, emocionales o mentales.
----------	---

---

PREPARACIÓN	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Prepare una hoja que diga <i>DIFERENCIAS</i> en letras grandes. Saque una fotocopia de esa hoja para cada alumna.</li><li>2. Lleve a la clase lápices para cada una de las jóvenes.</li></ol>
-------------	--

---

SUGERENCIAS PARA EL DESARROLLO DE LA LECCIÓN	<p><b>Podemos comprender cómo se sienten las personas con impedimentos</b></p> <p>Explique que todos nosotros nos parecemos en muchísimos aspectos, pero que somos diferentes en otros.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• ¿Cuáles son algunas de las cosas en que nos parecemos? (Todos necesitamos alimentos, ropa y un hogar; necesitamos que nos amen; queremos desarrollar nuestro talento; deseamos servir al prójimo.)</li><li>• ¿En qué aspectos somos diferentes? (Nos interesan distintas cosas, tenemos diferente capacidad y vivimos en circunstancias que no son iguales.) Haga notar a las jóvenes que algunas personas también son diferentes porque tienen impedimentos físicos, emocionales o mentales.</li></ul>
Presentación por la maestra	
Actividad y análisis	<p>Dé a las jóvenes las copias con la palabra <i>DIFERENCIAS</i> y los lápices.</p> <p>Diga a las jóvenes que tracen las letras de la palabra que aparece en el papel con la mano que no utilizan para escribir. Pídales que lo hagan con toda la rapidez posible pero sin salirse de las líneas. Es muy posible que les cueste un esfuerzo grande hacerlo. Déles un límite de tiempo y apresúrelas. Felicite a las que lo estén haciendo bien, pero presione a las que se retrasen.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• ¿Cómo se sienten cuando trabajan bajo presión en algo que no son capaces de hacer bien?</li><li>• Explique que así se siente en las clases de la escuela o de la Iglesia la persona que tiene dificultad para aprender.</li></ul>
Análisis de pasajes de las Escrituras	<p>Pida a una de las jóvenes que lea Juan 13:34–35.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• ¿Cómo sabe la gente que somos discípulos de Cristo?</li></ul> <p>Pida a las jovencitas que canten o lean juntas la letra de la canción de la Primaria llamada: “Contigo iré” (<i>Canciones para los niños</i>).</p> <p>Explique que a nuestro alrededor hay personas con impedimentos. Algunas son inválidas, otras tienen dificultades mentales o intelectuales, otras, enfermedades emocionales. Algunos defectos están a simple vista, pero otros no los percibimos hasta que conocemos bien a la persona. A esas personas con impedimentos de alguna clase les importa muchísimo la actitud que tengamos hacia ellas y cómo actuemos cuando estemos a su alrededor. Debemos demostrarles afecto sincero y no avergonzarlos, ofenderlos ni causarles tristeza.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• ¿Qué podemos hacer para demostrar a las personas discapacitadas que las aceptamos como son y que nos importa su bienestar? (Mirarlos a los ojos, sonreírles, tratar de ponernos a la misma altura que estén ellos para hablarles y dirigirnos a ellos de la misma manera que lo hacemos con otras personas.)</li></ul>

Presentación por la maestra	<p>Explique que Alice, una joven estudiante de abogacía que había quedado ciega dijo una vez: “Puedo hacer la mayoría de las cosas que otros hacen, solo que necesito valerme de otros medios para hacerlas. Si me facilitan las herramientas y los métodos para hacer las cosas, yo puedo hacerlas. No hagan las cosas por mí; permítanme valerme de mis propios medios”.</p> <p>Anime a las jóvenes de la clase a hablar con personas que sean discapacitadas y sugiera que les pregunten cuáles son las cosas que les hacen sentirse bien consigo mismos y cuáles las cosas que no les gustan.</p>
Ejemplos y análisis	<p>Analicen los siguientes ejemplos y preguntas:</p> <p>Una jovencita que camina con ayuda de soportes en las piernas dice: “Cuando voy caminando por la vereda, la gente ni me mira. Es como si pensarán: ‘No puedo ayudarla; por lo tanto, es como si ella y sus problemas no existieran para mí’ ”.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Qué podemos hacer en lugar de pasar por alto o de evitar a las personas que tienen impedimentos físicos? (Todos tenemos una curiosidad natural acerca de lo que no nos es familiar y es importante que nos atrevamos a preguntarles por sus defectos y que no tengamos vergüenza de admitir que nos interesa saber lo que les pasa.)</li> </ul> <p>Un muchacho que tiene un poco de retardo mental dijo: “Todos me pasan por alto como si no existiera y en vez de preguntarme a mí lo que me gusta o lo que pienso, se lo preguntan a mis padres o a mis amigos. No sé por qué no me preguntan a mí, cuando estoy al lado de ellos, en lugar de preguntar: ‘¿Le gusta esto a Jerry?’ ”</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿De qué manera podemos tratar a una persona como él?</li> </ul> <p>Una joven que es sorda dice: “La gente me saluda y se despide apresuradamente. Me haría sentir muy bien si alguien conversara conmigo. Si la persona me mira a la cara, habla con claridad y no se tapa la boca, yo sé lo que dice con sólo mirarle los labios. Entonces puedo responder. Las amistades empiezan hablando unos con otros”.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Cómo pueden comunicarse mejor con una persona sorda?</li> </ul> <p>Haga hincapié en que siempre debemos tratar a las personas con impedimentos de la misma forma en que tratamos a los demás. Es muy importante recordar que somos mucho más parecidos que diferentes unos de otros.</p>
Análisis en la pizarra	<p>Explique que algunas personas se refieren a los que tienen discapacidades de una forma grosera e hiriente. Podemos hablar de forma que no ofenda ni hiera a estas personas. Las siguientes frases son un ejemplo de cómo podemos referirnos a ellos. Escríbalas en la pizarra y analícenlas.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Es una persona que está en silla de ruedas.</li> <li>• Es una persona que usa muletas.</li> <li>• Es una persona con problemas mentales o emocionales.</li> <li>• Es una persona intelectualmente discapacitada.</li> <li>• Es una persona sorda o que no oye.</li> <li>• Es una persona que habla con dificultad.</li> </ul> <p>No debemos decir que estas personas son “anormales” ni que los que no tienen impedimentos son “normales”.</p>

### **Debemos apreciar y servir a las personas incapacitadas**

Relato

Cuente la siguiente historia verídica sobre una jovencita llamada Jenny Ireland:

“ ‘¡Hola! Desde la estación de radio Halton les habla Jenny. ¿Se sienten felices y están listos para escuchar? Hoy tengo preparadas cosas muy buenas para ustedes. Pero antes, escuchemos algo de música’.

“Este alegre mensaje saluda a los pacientes del Hospital General Halton, de Runcorn, Inglaterra, cuando sintonizan el programa de Jenny Ireland, una joven de diecisiete años que trabaja varias horas por semana como locutora.

“Jenny envía mensajes de consuelo y esperanza por medio de la radio a los pacientes del hospital. Pero muchos de esos pacientes no saben que la joven que maneja el complicado equipo transmisor no tiene brazos.

“ . . . ‘me gustaría ser amiga de todos. Mi mayor ambición es tener mi propio programa de radio y transmitir para el público, y así influir en la vida de muchas personas’.

“Y eso es precisamente lo que ella ya está haciendo. No hay obstáculo que sea demasiado grande. Hasta ha llenado los difíciles requisitos para recibir un premio nacional de destreza física, dando un ejemplo asombroso a sus compañeros de escuela. La caminata final en Snowdonia, Gales, fue agotadora: fueron días de recorrido fatigoso en las montañas bajo toda clase de tiempo, con sólo una brújula y un mapa para guiarse. Se debe hacer notar que Jenny no tiene ligamentos en una rodilla, lo que también le causa problemas, pero su firme determinación la mantiene activa.

“El carácter sociable de Jenny contribuye a que se acerque a los demás para compartir su fuerte testimonio del Evangelio de Jesucristo, del que no se avergüenza. Ella sabe cómo tratar a las personas para que se sientan cómodas, aun a aquellas que no saben cómo reaccionar frente a su defecto físico.

“ ‘A veces los niños me señalan y hablan a mis espaldas; pero en realidad a mí no me molesta; sólo me río. El no tener brazos no es un problema para mí. Si tengo confianza en mí misma, puedo lograr tanto como cualquier otra persona.

“ ‘No hay una explicación que los médicos puedan dar de por qué nací así. No es culpa de nadie. En seminario he aprendido muchas cosas en cuanto a mí. Siento que tengo cosas que hacer; y mi defecto físico no es una prueba, sino algo para ayudar a los demás. Me ha hecho mucho más fuerte, más paciente y mantiene a mi familia más unida.

“ ‘Por supuesto que hay días en que me siento desanimada y me compadezco de mí misma’, admite Jenny, ‘pero mis padres me han enseñado que mi mejor amigo es mi Padre Celestial, y que Él está siempre cerca cuando lo necesito’.

“La escuela ha representado muchas pruebas y desafíos para Jenny, pero los programas de la Iglesia y padres y líderes amorosos la han ayudado a desarrollar su propia estimación para que nada amenace su progreso” (véase “A la conquista de las ondas de radiodifusión”, *Liahona*, abril de 1992, págs. 11–12).

## Análisis

• ¿Qué influencia benéfica ejerce Jenny sobre otras personas? (Comparte un testimonio firme del evangelio, mantiene una actitud positiva y un espíritu alegre, ayuda a otras personas a entender su defecto físico, sirve al prójimo con su trabajo en el hospital, participa en todas las actividades a pesar de su impedimento.)

Explique que las personas incapacitadas al igual que las personas que no tienen impedimentos necesitan de otros que los ayuden a hacer lo que ellos no puedan hacer.

• ¿Cómo podemos servir a los que tienen impedimentos? ¿Qué clase de ayuda podrían necesitar?

Las respuestas podrían ser como las siguientes:

- Ayudarlos cuando lean o tengan que tomar parte en la Iglesia o en la escuela.
- Invitarlos para ir a las actividades de la escuela o de la Iglesia y sentarnos con ellos.
- Ayudarlos a aprender a comportarse en situaciones sociales.
- Preguntarle a la persona misma o a sus padres sobre el impedimento que tengan y cómo pueden ayudarlos.

Por ejemplo, lo que deben hacer si la persona tiene una convulsión.

## Conclusión

Vuelva a hacer hincapié en que todas las personas son muy parecidas. Debemos encontrar la forma de hacer amistad con los que tengan impedimentos, respetarlos por las virtudes que tengan y ayudarlos a alcanzar sus sueños. Es preciso que pongamos en práctica lo que nos mandó nuestro Salvador: “Un mandamiento nuevo os doy: Que os améis unos a otros; como yo os he amado, que también os améis unos a otros” (Juan 13:34).



---

### **Aplicación de la lección**

Pida a las jóvenes que hagan lo siguiente individualmente o como clase:

- Buscar en la escuela o en la capilla a una joven que tenga impedimentos o alguna necesidad especial.
- Hacer todo lo posible por ayudarla e incluirla en sus actividades.
- Reconocer lo que esa joven puede contribuir a la sociedad y ayudarla a participar en las actividades de la escuela, la Iglesia y la comunidad.

# A la maestra: Cómo organizar una lección con un discurso de la conferencia general

Las palabras de los profetas de la actualidad son una excelente fuente de recursos para preparar lecciones adicionales. Seleccione los que desee utilizar de aquellos que se hayan dado recientemente y estén publicados en la revista *Liahona*. El preparar y presentar esas lecciones le dará la oportunidad de recibir la guía del Espíritu para tratar temas que sean de importancia para las jóvenes. Informe a las jóvenes con anticipación sobre el discurso que haya elegido, a fin de que se preparen para analizar el tema. Al preparar estas lecciones, puede complementarlas también con otras enseñanzas de las Autoridades Generales, otros discursos de conferencias y las Escrituras.

Para preparar y presentar estas lecciones, emplee el mismo procedimiento que ha seguido con las lecciones del manual. Además, será conveniente que en la preparación tenga en cuenta los siguientes puntos:

1. Después de orar, lea el discurso y fíjese en cuál es el principio del evangelio o el concepto principal que se enseña en él, y haga un bosquejo de dos o tres conceptos corroborativos que contribuyan a la aclaración de la idea principal.
2. Decida de antemano qué desea lograr como resultado de la lección. Por ejemplo, ¿quiere que las jóvenes comprendan mejor un principio, que su fe aumente, que mejoren de actitud en determinado aspecto o que se sientan motivadas a cambiar de conducta?
3. Organice todos los materiales de la lección. Para buscar los pasajes de las Escrituras que se apliquen al tema elegido, consulte la *Guía para el Estudio de las Escrituras* que se halla al final de la última edición del Libro de Mormón o de la nueva combinación triple. Pregunte al bibliotecario del centro de reuniones qué ayudas visuales hay disponibles para enseñar ese tema.
4. Prepare preguntas relacionadas con ciertas citas y pasajes de las Escrituras que contenga el discurso, con el fin de aclarar mejor su significado. Aplíquelos a las jovencitas (véase 1 Nefi 19:23).
5. Seleccione métodos de enseñanza que estimulen a las jóvenes a participar en la lección; dé asignaciones específicas a las alumnas. Consulte el manual *La enseñanza: el llamamiento más importante* (33043 002), donde se explican mejor los métodos de enseñanza.

La siguiente información podría servirle de ayuda al preparar una lección con un discurso de conferencia.

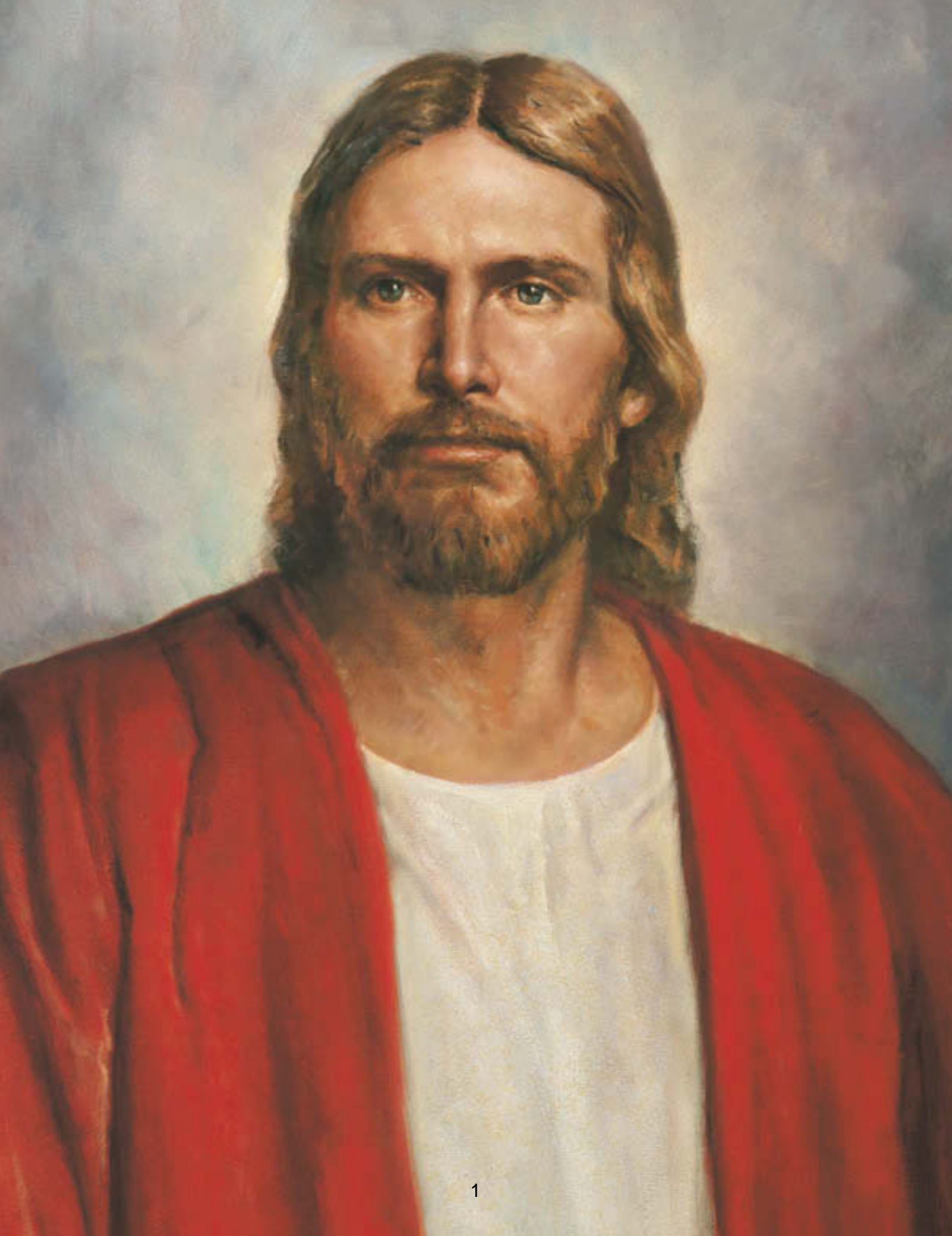
Título del discurso: \_\_\_\_\_

Principio del evangelio o concepto principal: \_\_\_\_\_

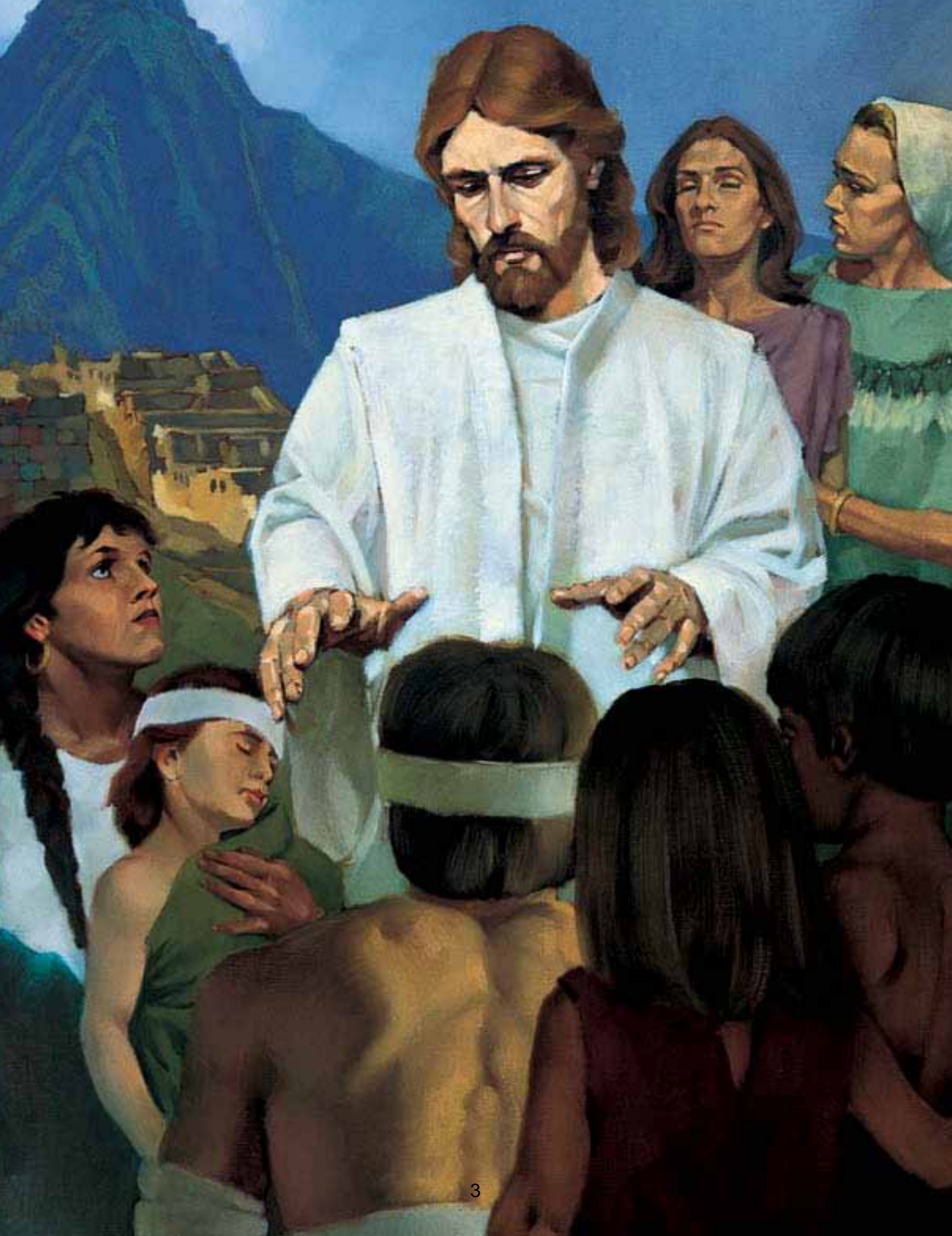
Ideas corroborativas: \_\_\_\_\_

1. Presente el principio del evangelio y las ideas corroborativas.
  - Escriba el principio del evangelio y las ideas corroborativas en la pizarra. Válgase de objetos, relatos, láminas o preguntas que las hagan pensar como introducción del concepto principal de la lección.
2. Presente la parte principal de la lección.
  - Busquen y analicen los pasajes de las Escrituras que se encuentran en el discurso o algún otro que aclare el principio del evangelio que se esté tratando.

- Analicen lo que el Señor y Sus profetas han dicho sobre ese principio del evangelio.
  - Haga preguntas sobre las citas del discurso. Relate cuentos y dé ejemplos del discurso para ilustrar el punto del evangelio que se trate.
  - Analicen si poner en práctica este principio puede aumentar nuestra fe, ayudarnos a tomar decisiones correctas y resolver problemas que tengamos.
  - Haga preguntas y guíe la conversación para ayudar a las jóvenes a aplicar ese principio del evangelio en su vida.
  - Pida a las jóvenes que hablen de sus experiencias, sentimientos y testimonio sobre el tema en cuestión y agregue lo que usted piensa y siente.
3. Concluya haciendo un resumen de todo lo que ha enseñado.
- Testifíqueles la veracidad del principio del evangelio que les haya enseñado y el valor que tiene en su propia vida.





















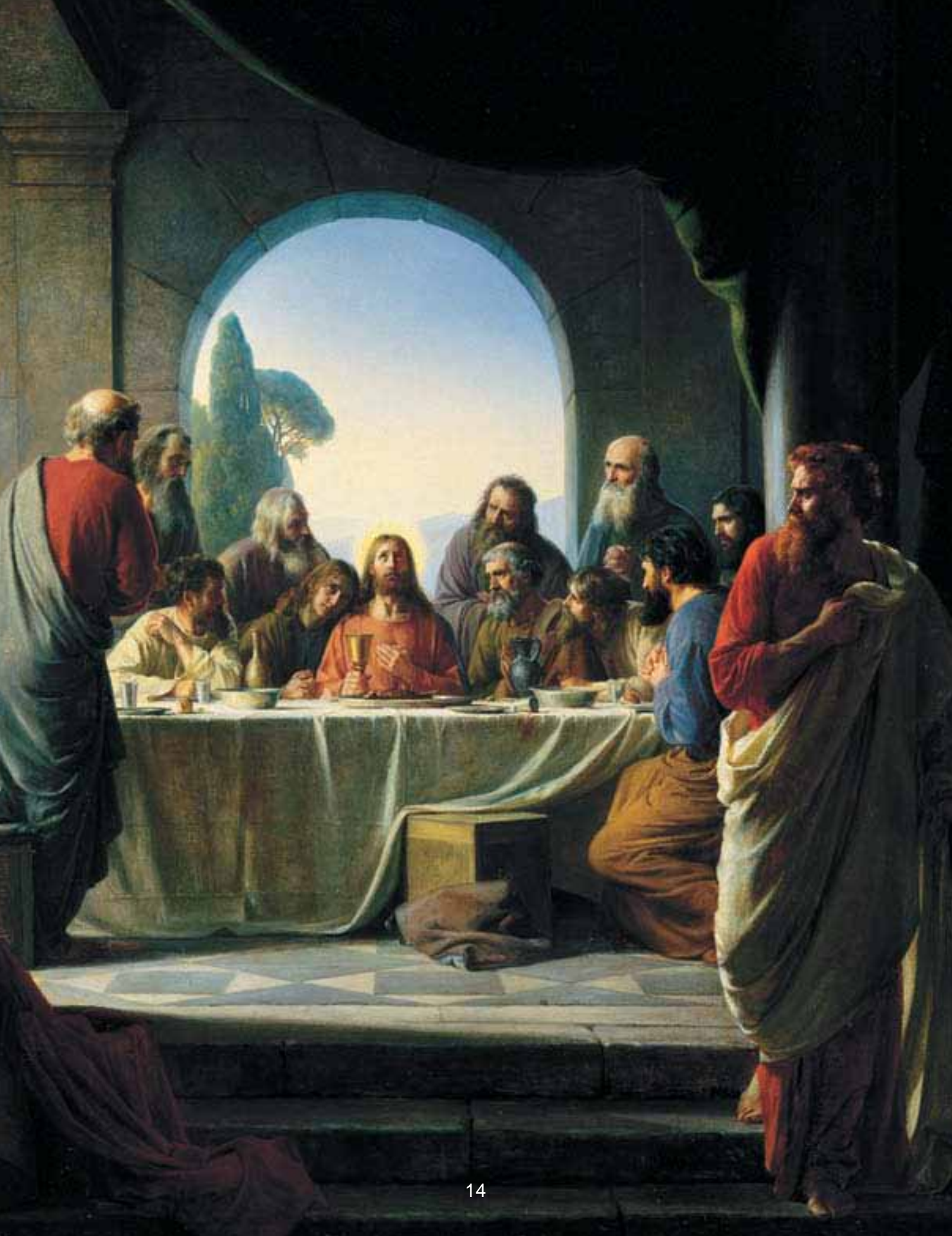






















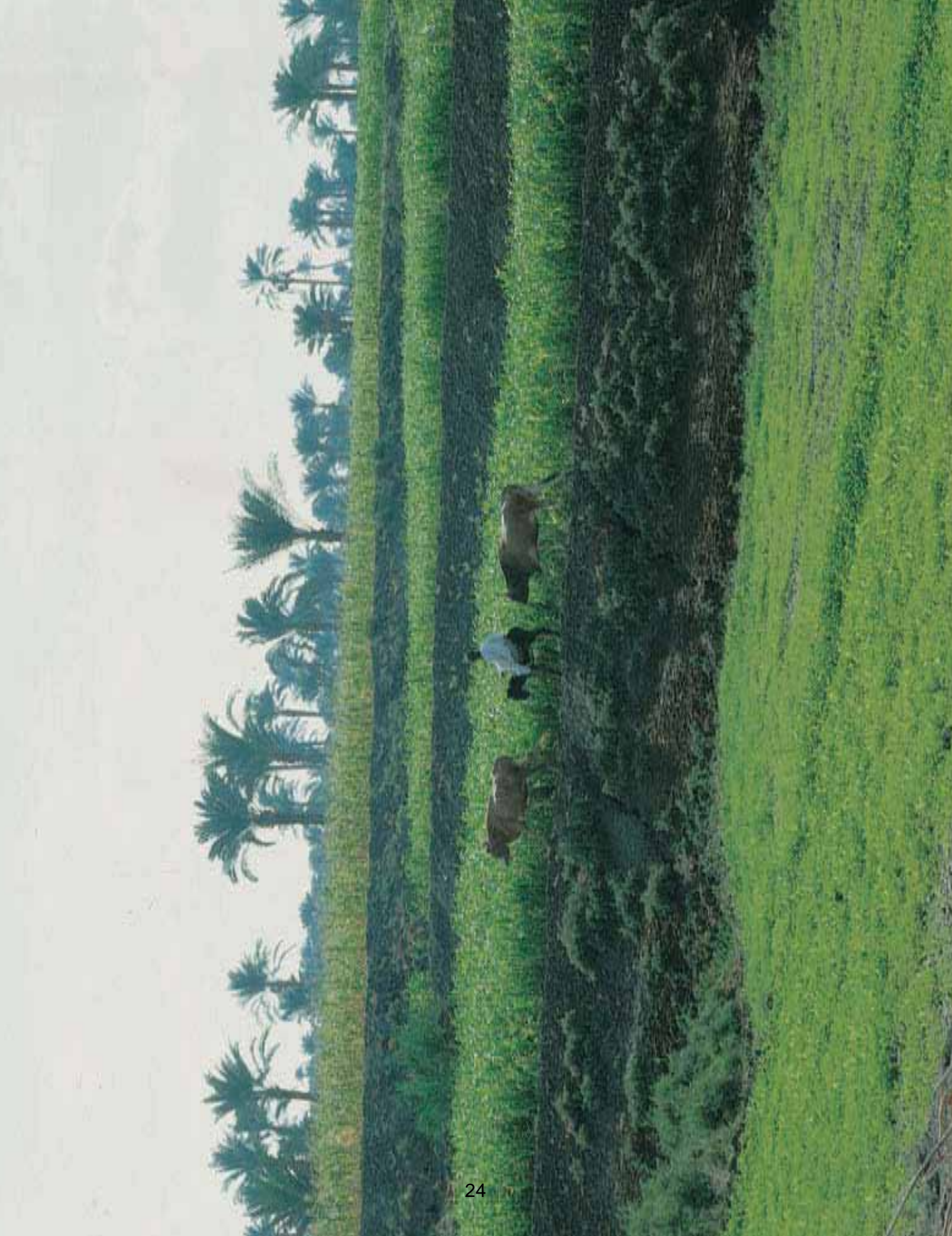












LA IGLESIA DE  
**JESUCRISTO**  
DE LOS SANTOS  
DE LOS ÚLTIMOS DÍAS

