

Liahona

Marcádonos el camino hacia Jesucristo



**LA MINISTRACIÓN:
SERVIR COMO EL
SALVADOR**

**MENSAJE DEL
PRESIDENTE NELSON**

Siete principios de la unidad, pág. 2

**SEGUIR AL MAESTRO
DE LA MINISTRACIÓN**

Él los fortalecerá, pág. 8

Cuando las
exigencias de la
vida los invadan,

**¡piensen
de manera
celestial!**

—Presidente Russell M. Nelson

De la Conferencia General de octubre de 2023



ÍNDICE DE TEMAS

“El Salvador nos guiará en nuestros esfuerzos cuando dejemos nuestro hogar —y abandonemos nuestra postura cómoda— para ministrar a quienes nos rodean como Él lo haría”.

—Élder Juan Pablo Villar, pág. 8

2 **Un modelo para la unidad en Jesucristo**
Por el presidente Russell M. Nelson

8 **Seguimos al Maestro de la ministración**
Por el élder Juan Pablo Villar

14 **“¿Podemos sanar nuestras relaciones interpersonales?”. Cómo tratar el tema del abuso o maltrato verbal y emocional**
Por Gail Newbold

20 **Ven, sígueme: “A causa de tu fe has visto”**
Por Don L. Searle

25 **Retratos de fe: Palabras que conmueven el corazón**
Por Tahira Carroll

26 **Voces de los Santos de los Últimos Días**
Miembros de todo el mundo nos cuentan relatos inspiradores de fe.

30 **Jóvenes adultos: Cómo mis convenios me mantienen conectada con lo que más importa**
Por Eva Thomas

34 **Jóvenes adultos: ¿Te estás perdiendo el milagro del Evangelio?**
Por Enkhchimeg (Enku) Zorigt

36 **Para los padres: Somos discípulos de Jesucristo**

38 **La Iglesia está aquí: Preston, Reino Unido**

40 **Ven, sígueme: ¿De qué modo ministramos como el Salvador?**

42 **Ven, sígueme: Somos los hijos del convenio**

44 **Yo quería regresar a Dios, pero ¿podía?**
Se ha omitido el nombre



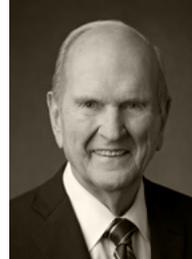
PORTADA
Fotografía por
Christina Smith

UN MODELO PARA LA UNIDAD EN JESUCRISTO



Al unirnos en Jesucristo como el pueblo de 4 Nefi, nuestro deseo de ser uno supera nuestras diferencias y conduce a la felicidad.





**Por el
presidente
Russell M.
Nelson**

Presidente de
La Iglesia de
Jesucristo de los
Santos de los
Últimos Días

Vivimos en una época en la que una creciente ola de discordia y disputas se está extendiendo por todo el mundo. Con la ayuda de la tecnología e instigado por personas cuyo corazón se ha enfriado, esas fuerzas divisivas amenazan con llenarnos el corazón de desprecio y corromper nuestra comunicación con contención. Los lazos comunitarios se están rompiendo, las guerras braman.

Con ese telón de fondo, los verdaderos seguidores de Jesucristo anhelan la paz y procuran activamente edificar un tipo diferente de sociedad, una sociedad que esté fundada en las enseñanzas de Jesucristo. Con este fin, el Señor nos ha ordenado “Sed uno; y si no sois uno, no sois míos” (Doctrina y Convenios 38:27). De hecho, la unidad es una característica distintiva de la verdadera Iglesia de Jesucristo.

¿Cómo trabajamos contra las fuerzas de la división y la contención? ¿Cómo logramos la unidad?

Afortunadamente, 4 Nefi, en el Libro de Mormón, nos proporciona un ejemplo. Ese capítulo registra brevemente la forma en que vivió el pueblo después de que el Salvador los visitó, les enseñó y estableció Su Iglesia entre ellos. Ese relato muestra cómo esas personas lograron una unidad dichosa y apacible, y nos da un modelo que podemos seguir para que nosotros logremos esa misma unidad.

LA CONVERSIÓN

En 4 Nefi 1:1 leemos: “Los discípulos de Jesús habían establecido una iglesia de Cristo en todas las tierras circunvecinas. Y [las personas] iban a ellos, y se arrepentían verdaderamente de sus pecados”.

Nos unimos en torno al Señor y Salvador Jesucristo. A medida que cada persona aprende acerca de Jesucristo, Su Evangelio y Su Iglesia, el Espíritu Santo testifica de la verdad al corazón de cada una. Entonces, cada uno de nosotros puede aceptar la invitación del Salvador de tener fe en Él y seguirlo por medio del arrepentimiento.

Así comienza el camino de la conversión de la persona, apartada de los deseos egoístas y pecaminosos, y en dirección al Salvador. Él es el fundamento de nuestra fe. Y conforme cada uno de nosotros mire hacia Él en todo pensamiento (véase Doctrina y Convenios 6:36), Él llega a ser una fuerza unificadora en nuestra vida.

LOS CONVENIOS

El registro en 4 Nefi prosigue y afirma que aquellos que venían a la Iglesia y se arrepentían de sus pecados “eran bautizados en el nombre de Jesús; y también recibían el Espíritu Santo” (4 Nefi 1:1). Habían concertado un convenio —una relación especial y vinculante— con Dios.

Cuando hacemos convenios y los guardamos, tomamos el nombre del Señor sobre nosotros individualmente. Además, tomamos Su nombre sobre nosotros como pueblo. Todos los que hacen convenios y se esfuerzan por guardarlos llegan a ser el pueblo del Señor, Su tesoro especial (véase Éxodo 19:5). Así, pues, viajamos por la senda de los convenios tanto individual como colectivamente. Nuestra relación por convenio con Dios nos da una causa y una identidad

comunes. Al ligarnos en unión al Señor, Él nos ayuda a tener “entrelazados [nuestros] corazones con unidad y amor el uno para con el otro” (véase Mosíah 18:21)¹.

LA JUSTICIA, LA IGUALDAD Y EL AYUDAR A LOS POBRES

El relato de 4 Nefi continúa: “No había contenciones ni disputas entre ellos, y obraban rectamente unos con otros.

“Y tenían en común todas las cosas; por tanto, no había ricos ni pobres, esclavos ni libres, sino que todos fueron hechos libres, y participantes del don celestial” (4 Nefi 1:2–3).

En nuestros tratos temporales, el Señor desea que seamos rectos y justos los unos con los otros, y que no nos engañemos ni nos aprovechemos unos de otros (véase 1 Tesalonicenses 4:6). Al acercarnos más al Salvador, “no tendr[emos] deseos de injuriar[nos] el uno al otro, sino de vivir pacíficamente, y de dar a cada uno según lo que le corresponda” (véase Mosíah 4:13).

El Señor también nos ha mandado que cuidemos de los pobres y necesitados. Debemos “imparti[r] [...] de [n]uestros bienes” para ayudarlos, de acuerdo con nuestra capacidad de hacerlo, sin juzgarlos (véase Mosíah 4:21–27).

Cada uno de nosotros debe “estim[ar] a su hermano como a sí mismo” (véase Doctrina y Convenios 38:24). Si hemos de ser el pueblo del Señor y estar unidos, no solo debemos tratarnos unos a otros como iguales, sino que también debemos vernos unos a otros verdaderamente como iguales y sentir en nuestro corazón que somos iguales; iguales ante Dios, de igual valor e igual potencial.

LA OBEDIENCIA

La siguiente lección de 4 Nefi llega con esta simple expresión: “Se guiaban por los mandamientos que habían recibido de su Señor y su Dios” (4 Nefi 1:12).

El Señor había enseñado Su doctrina a esas personas, les había dado mandamientos y había llamado siervos para dirigirlos. Uno de Sus propósitos al hacerlo era asegurarse de que no hubiera disputas entre ellos (véanse 3 Nefi 11:28–29; 18:34).

Nuestra obediencia a las enseñanzas del Señor y de Sus siervos es esencial para que lleguemos a estar unidos. Eso incluye nuestro compromiso de obedecer el mandamiento de arrepentirnos cada vez que erremos y de ayudarnos unos a otros conforme nos esforzamos por actuar mejor y ser mejores cada día.

EL REUNIRSE

A continuación, aprendemos que el pueblo de 4 Nefi “persever[ó] en el ayuno y en la oración, y reuniéndose a menudo, tanto para orar como para escuchar la palabra del Señor” (véase 4 Nefi 1:12).

Tenemos que reunirnos. Nuestras reuniones semanales de adoración son una importante oportunidad para que hallemos fortaleza, tanto individual, como colectivamente. Tomamos la Santa Cena, aprendemos, oramos, cantamos juntos y nos apoyamos unos a otros. Otras reuniones también ayudan a fomentar un sentido de pertenencia, de amistad y de un propósito en común.

EL AMOR

Luego, el registro de 4 Nefi nos da lo que quizás sea la gran clave de todo esto, aquello sin lo cual no se puede lograr la unidad real: “No había contenciones en la tierra, a causa del amor de Dios que moraba en el corazón del pueblo” (4 Nefi 1:15).

La paz personal se alcanza cuando, en humilde sumisión, amamos verdaderamente a Dios. Este es el primero y grande mandamiento. Amar a Dios más que a nadie y más que a cualquier otra cosa es la condición que brinda paz, consuelo, confianza y gozo verdaderos. A medida que desarrollemos amor por Dios y por Jesucristo, el amor por la familia y por el prójimo les seguirán de forma natural.

El mayor gozo que alguna vez experimentaremos ocurrirá cuando estemos henchidos de amor por Dios y por todos Sus hijos.

La caridad, el amor puro de Cristo, es el antídoto contra la contención. Es la característica principal del verdadero seguidor de Jesucristo. Si nos humillamos ante Dios y oramos con toda la energía de nuestro corazón, Él nos concederá caridad (véase Moroni 7:48).

Conforme procuremos que el amor de Dios more en nuestro corazón, el milagro de la unidad nos parecerá completamente natural.

LA IDENTIDAD DIVINA

Por último, el pueblo de 4 Nefi mostró una señal de unidad digna de nuestra atención: “No había ladrones, ni asesinos, ni lamanitas, ni ninguna especie de –itas, sino que eran uno, hijos de Cristo y herederos del reino de Dios” (4 Nefi 1:17).

Las etiquetas que habían dividido a las personas durante cientos de años se retiraron ante una identidad más perdurable y ennoblecedora. Se veían a sí mismos —y a todos los demás— de acuerdo con su relación con el Padre Celestial y Jesucristo.

La diversidad y las diferencias pueden ser buenas y significativas para nosotros, pero nuestras identidades más importantes son aquellas relacionadas con nuestro origen y propósito divinos.

Primero y principal, cada uno de nosotros es hijo o hija de Dios. Segundo, como miembros de la Iglesia, cada uno de nosotros es hijo del convenio. Y tercero, cada uno de nosotros es discípulo de Jesucristo. Insto a todos nosotros a no permitir que ningún otro identificador “despla[ce], reempl[ce] o ten[ga] prioridad por sobre estas tres denominaciones perdurables”².

SER UNO

Jesucristo nos ha invitado a todos a venir a Él. Hay lugar para todos. Podemos diferir en nuestras culturas, en la política, las etnias, los gustos y de muchas otras maneras, pero conforme nos unimos en Jesucristo, tales diferencias pierden su importancia y son reemplazadas por nuestro deseo predominante de ser uno, para que podamos ser Suyos.

Tomen en serio las lecciones que se enseñan en 4 Nefi. A medida que cada uno de nosotros se esfuerce por incorporar a nuestra vida esos elementos esenciales de la unidad, se podrá decir de nosotros, como se dijo de ellos: “Ciertamente no podía haber un pueblo más dichoso entre todos los que habían sido creados por la mano de Dios” (4 Nefi 1:16). ■

NOTAS

1. Para obtener más información sobre el significado y las bendiciones de hacer convenios con Dios, véase Russell M. Nelson, “El convenio sempiterno”, *Liahona*, octubre de 2022, págs. 4–11.
2. Véase Russell M. Nelson, “Decisiones para la eternidad”, devocional mundial para los jóvenes adultos, 15 de mayo de 2022, Biblioteca del Evangelio.

Nuestra relación por convenio con Dios nos da una causa y una identidad comunes.



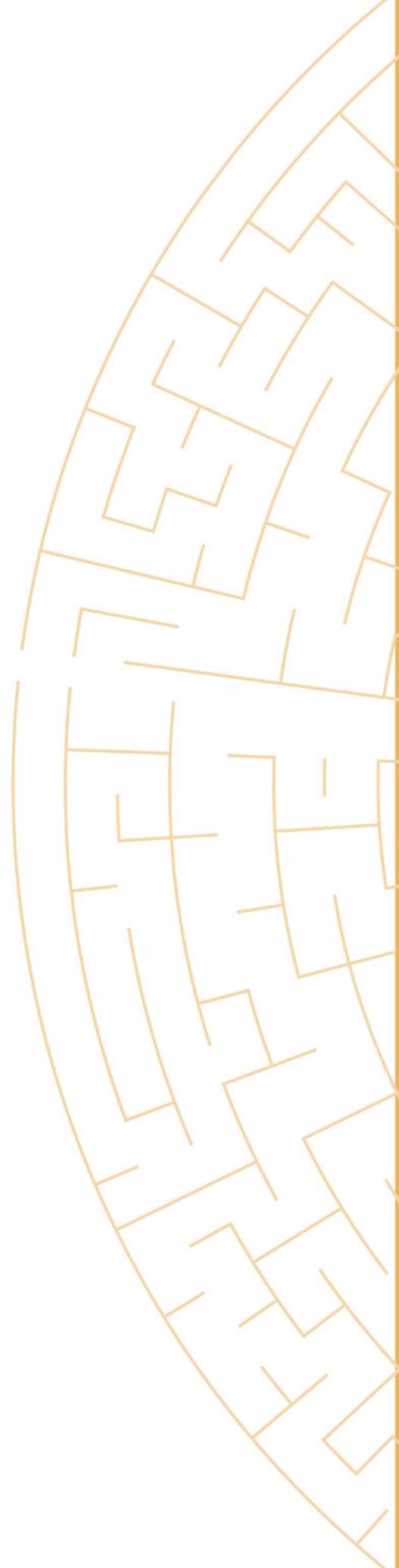
Por el élder Juan Pablo Villar
De los Setenta

Seguimos al MAESTRO DE LA MINISTRACIÓN

Jesucristo es nuestro ejemplo perfecto de ministración compasiva para todos.

Al asistir a conferencias de estaca en toda la Iglesia, tengo la maravillosa oportunidad de ir con los presidentes de estaca a visitar y ministrar a los miembros individualmente y a las familias. En esas visitas de ministración, a veces me pregunto qué decir y qué hacer, especialmente cuando las personas a las que visito están atravesando desafíos difíciles. Pero en lugar de centrarme en lo que podría decir o hacer, he descubierto que centrarme en el Maestro de la ministración —nuestro Salvador, Jesucristo— es lo que más me ayuda cuando ministro a los demás.

Como en todas las cosas buenas, Jesucristo es nuestro ejemplo perfecto. El Salvador nos guiará en nuestros esfuerzos cuando dejemos nuestro hogar —y abandonemos nuestra postura cómoda— para ministrar a quienes nos rodean como Él lo haría. Entonces, nuestra ministración llegará a ser más significativa que cualquier cosa que pudiéramos decir o hacer por nuestra cuenta.



IDEAL CHRIST (CRISTO IDEAL), POR HIRAM POWERS, SMITHSONIAN AMERICAN ART MUSEUM, ADQUIRIDO POR EL MUSEO EN MEMORIA DE RALPH CROSS (JOHNSON)



No pasar de largo

Cuando se le preguntó: “¿Quién es mi prójimo?” (Lucas 10:29), Jesús aprovechó la oportunidad para relatar una parábola. Habló de un hombre que iba de Jerusalén a Jericó que “cayó en manos de ladrones” y le robaron, lo golpearon y lo dejaron “medio muerto” en el camino (Lucas 10:30).

Al poco tiempo pasó un sacerdote. El sacerdote debió ver que el hombre estaba en grave estado, pero no se detuvo a ayudarlo; “pasó de largo” por aquel camino (Lucas 10:31). Después, un levita “al verle” lo gravemente herido que estaba el hombre, también “pasó de largo” (Lucas 10:32). Luego llegó un samaritano. Jesús describió que el samaritano tuvo algo que el sacerdote y el levita no tuvieron: el samaritano “fue movido a misericordia [por aquel hombre]” (Lucas 10:33) y “acercándose, vendó sus heridas [...] y cuidó de él” (Lucas 10:34).

La parábola del buen samaritano no se trata solo de sacerdotes, levitas o samaritanos. En realidad, se trata de nosotros. Tenemos hermanos y hermanas que han quedado heridos a un lado del camino de la vida. Puede ser cualquier persona: amigos, familiares, vecinos, miembros de la comunidad e incluso aquellos que están sentados en la capilla con nosotros el domingo. ¿Los vemos y pasamos de largo? ¿O los ministramos con compasión, como lo hizo el buen samaritano? La mayoría de los que veamos no tendrán heridas visibles. Muchos sufren en silencio y no piden ayuda. La única manera de estar seguros de nuestra forma de atender el asunto es tratar a los demás con el amor y la compasión que mostró el samaritano. Ministran a la manera de Cristo significa tener compasión por *todos*.



Orar para ver las necesidades de los demás

Mientras Jesús caminaba entre la multitud, una mujer que sufría de flujo de sangre desde hacía doce años se acercó a Él con fe. Cuando tocó el borde del manto de Jesús, Él sintió que “ha[bía] salido poder de [Él]”. Jesús se volvió a la mujer y le dijo: “Tu fe te ha sanado; ve en paz” (Lucas 8:43–48).

Cuando “un paralítico” fue llevado por sus amigos hasta Jesús a través de un techo, Jesús primero sanó espiritualmente al paralítico. “Hijo, tus pecados te son perdonados”, dijo Él. Como respuesta, los escribas acusaron a Jesús de blasfemia. Para ayudar a los presentes a entender que Él tiene “potestad en la tierra para perdonar pecados”, Jesús dijo al hombre: “¡Levántate!, y toma tu lecho y vete a tu casa”. Inmediatamente, el hombre “se levantó [...] delante de todos” (véase Marcos 2:3–12). El poder de Cristo para sanar físicamente a los enfermos era el mismo poder que utilizaba para sanar a los espiritualmente enfermos.

Estos dos ejemplos, y muchos otros, muestran que el Salvador entiende perfectamente tanto las necesidades temporales como las espirituales de los demás y los ministra según esas necesidades. Nosotros podemos hacer lo mismo. Si bien no podemos ver a la perfección las necesidades de los demás como lo hace el Salvador, podemos orar para pedir la capacidad de ver dichas necesidades, para pedir guía sobre cómo atenderlas, y para ser la respuesta a la oración de otras personas.

Después de ver, también debemos actuar con compasión. ¿De qué sirve ver si no hacemos nada? Si vemos y no hacemos nada, podemos perder la vista espiritual. Conforme actuemos, incluso en las pequeñas cosas, recibiremos más de la luz del Salvador para ver y ministrar mejor a quienes nos rodean.

Estar con ellos

En ocasiones, podemos estar renuentes a ministrar a otras personas. Tal vez nos preocupe cómo reaccionarán o hasta qué grado serán receptivas. A mí me ha pasado. En esos momentos, lo más importante que podemos hacer es estar con ellos y amarlos. Reitero, el Salvador es nuestro ejemplo perfecto.

Justo antes de que el Salvador resucitado se apareciera a los nefitas, estos habían sufrido muchas catástrofes y una profunda oscuridad. Estaban desesperados por recibir socorro. Aunque el Salvador podría haberse limitado a hablarles desde el cielo y decirles lo que necesitaban oír (véase 3 Nefi 9–10), se les apareció y fue entre ellos. Les enseñó y oró con ellos y por ellos (véase 3 Nefi 11–19).

El Salvador también les preguntó: “¿Tenéis enfermos entre vosotros? Traedlos aquí. ¿Tenéis cojos, o ciegos, o lisiados, o mutilados, o leprosos, o atrofiados, o sordos, o quienes estén afligidos de manera alguna? Traedlos aquí y yo los sanaré, porque tengo *compasión* de vosotros; mis entrañas rebosan de misericordia.

“Y sucedió que cuando hubo hablado así, toda la multitud, de común acuerdo, se acercó [...] con [...] todos los que padecían cualquier aflicción; y los sanaba *a todos*, según se los llevaban” (3 Nefi 17:7, 9, cursiva agregada).

Si no están seguros de cómo ministrar a los demás o sienten ansiedad al respecto, no se preocupen tanto por qué decir o qué hacer. Empiecen simplemente por estar a su lado. El presidente Russell M. Nelson ha enseñado que “la buena inspiración se basa en la buena información”¹. Al estar con ellos, aprenderán acerca de sus vidas y sabrán cuándo visitarlos cuando estén enfermos, cuándo ofrecer y dar bendiciones del sacerdocio, cuándo escucharlos y “llevar las cargas los unos de los otros para que sean ligeras”, “llorar con los que lloran; [...] consolar a los que necesitan de consuelo” (Mosiah 18:8–9), ¡y regocijarse con los que se regocijan! No titubeen. Serán inspirados en lo que el Salvador necesite que digan y hagan al ministrar.

SACAR EL MÁXIMO PROVECHO DE LA MINISTRACIÓN

Hay muchas oportunidades a nuestro alrededor de ministrar como el Salvador desea que ministremos. Las siguientes son algunas maneras en las que pueden hacer que la ministración sea una parte frecuente de sus vidas:

1. **Ponerse en contacto.** ¿Saben a cuáles personas se le asignaron ministrar? Acérquense a ellas con su compañero de ministración. Así es como se da lugar a muchas oportunidades de ministración (pueden encontrar sus asignaciones de ministración en la aplicación Herramientas al seleccionar su nombre en el directorio y luego “Ministración”).
2. **Conocer a los demás.** Hagan saber a quienes les rodean que les importa conocer en cuanto a su vida y muéstrenles que están prestos a ayudarlos.
3. **Orar por ellos.** Oren para tener oportunidades de ministrar y para recibir la ayuda y la inspiración del Padre Celestial para ministrar como Él necesita que lo hagan. Él los guiará por medio de la inspiración.
4. **Mantenerse en contacto.** Acérquense con regularidad a las personas que los rodean. Al estar en contacto frecuente, estarán al tanto de ellas y preparados para servir.

El Salvador mostró el ejemplo perfecto de ministración. Miramos hacia Él y ministramos con caridad y amor en nuestros corazones como Él lo hace por nosotros.

Seguir Su modelo

La primera acción que el Salvador llevó a cabo cuando se apareció a los nefitas fue decirles: “Levantaos y venid a mí”, y pedirles que metieran sus manos en Su costado, y palparan las marcas de los clavos en Sus manos y pies (véase 3 Nefi 11:14).

El Salvador no quería tan solo que lo vieran. Ya lo habían visto “descend[er] del cielo; y [...] p[onerse] en medio de ellos” (3 Nefi 11:8). Quería que cada uno de ellos viniera a Él y lo sintieran y lo conocieran a Él y lo que había hecho por todo el mundo. “Y esto hicieron, yendo *uno por uno*, hasta que todos hubieron llegado” (3 Nefi 11:15; cursiva agregada).

También llamó a doce discípulos y “les dio poder para bautizar” (3 Nefi 11:22), y enseñó la doctrina del bautismo (véase 3 Nefi 11:23–27). Luego mandó a los nefitas que detuvieran toda contención. “He aquí, esta no es mi doctrina, agitar con ira el corazón de los hombres, el uno contra el otro; antes bien mi doctrina es esta, que se acaben tales cosas” (3 Nefi 11:30).

En muchos sentidos, el ministerio del Salvador en el Libro de Mormón sirve como modelo para nuestra propia ministración. Podemos ayudar a nuestros hermanos y hermanas a venir a Jesucristo, alentarlos a ser bautizados y a procurar las demás ordenanzas de salvación, y amarlos y ser pacificadores, como el profeta nos ha enseñado².

A veces no será fácil tender la mano a los demás. Incluso podríamos encontrarnos en nuestras propias pruebas que hacen que nos sea más difícil sentirnos motivados a ministrar a la manera del Salvador. Al Redentor le sobrevinieron pruebas y dificultades durante Su ministerio. Al tomar sobre nosotros Su nombre y ser testigos de Él (véase Mosíah 18:9), se nos pedirá que andemos como Él lo hizo y que tendamos la mano y amemos a aquellos con quienes entremos en contacto.

Si seguimos a Jesucristo, el Maestro de la ministración, y ministramos a los demás como Él lo haría, Él nos fortalecerá y nos dará poder. Por medio de nuestra ministración, podemos bendecir la vida de otras personas, y hallar paz y gozo para la nuestra. ■

NOTAS

1. Russell M. Nelson, “Revelación para la Iglesia, revelación para nuestras vidas”, *Liahona*, mayo de 2018, pág. 94.
2. Véase Russell M. Nelson, “Se necesitan pacificadores”, *Liahona*, mayo de 2023, págs. 98–101.

¿PODEMOS SANAR NUESTRAS RELACIONES INTERPERSONALES?

CÓMO TRATAR EL TEMA DEL ABUSO O MALTRATO VERBAL Y EMOCIONAL

Por Gail Newbold

Revistas de la Iglesia

El siguiente artículo ha sido revisado por terapeutas profesionales.

A los 71 años, Janet (los nombres se han cambiado) se volvió a casar. Mientras ella y su nuevo esposo estaban de luna de miel, este se molestó con ella. Janet recuerda: “Nunca nadie me había hablado así”. Estaba aturdida y horrorizada.

Con el tiempo, la ira de su esposo fue en aumento. Los gritos se convirtieron en palabrotas, insultos y críticas directas contra la personalidad de Janet. Alegaba que ella daba más importancia a sus amigos y familiares que a él.

“No era cierto”, dice ella. “Pero para mantener la paz, me distancié de ellos. Empecé a cancelar las actividades con mis amigos. Les decía que no me sentía bien”.

“Hiciera lo que hiciera, nada le bastaba”, dice ella. “Empecé a culparme a mí misma por su ira y a pensar: ‘Si tan solo no hubiera hecho esto o aquello’. Empecé a preguntarme si acaso yo era una mala persona, como él decía”.

Si sufre abuso o maltrato verbal o emocional, busque ayuda. Los amigos, familiares, líderes de la Iglesia y otras personas pueden ponerle en contacto con fuentes de ayuda que contribuirán a que se sienta a salvo para poder sanar y recordar su valor individual.



LA PAZ PUEDE REEMPLAZAR EL DOLOR

“Pueden sobrevivir. De hecho, ya han sido rescatados; ya han sido salvados por Aquel que ha sufrido el mismo tormento que ustedes sufren y ha soportado la misma agonía que ustedes soportan. Jesús ha vencido los abusos y maltratos de este mundo para darles el poder, no solo de *sobrevivir*, sino de que un día, por medio de Él, puedan vencer e incluso *conquistar*; de elevarse completamente por encima del dolor, la desdicha y la angustia, y verlos reemplazados por paz [...].

“El abuso o maltrato no fue, ni es, ni jamás será culpa de ustedes. No importa que el abusador o cualquier otra persona pueda haber dicho lo contrario [...].”
“Ni ahora ni nunca Dios los ha visto ni los verá como alguien a quien despreciar. Sea lo que sea que les haya sucedido, Él no se avergüenza de ustedes. Los decepcionado con ustedes. Los ama de un modo que ustedes aún no han descubierto”

Élder Patrick Kearon, del Cuórum de los Doce Apóstoles, “Ha nacido con sanidad en sus alas: Podemos ser más que vencedores”, *Liahona*, mayo de 2022, págs. 37, 38-39.

Janet se preguntaba cosas tales como: “Si soy de valor, ¿por qué elegí a esta persona? ¿Y por qué dejo que me hable así? ¿Debería haber visto las señales antes?”. Él había sido muy amable, atento y amoroso cuando eran novios.

“Me deprimí mucho”, recuerda ella.

Ella comenzó a pensar que sería mejor si se enfermaba y moría para no tener que divorciarse de él. Ya había estado casada una vez antes y no podía afrontar otro matrimonio fallido.

“Hubiera sido bueno hablar con alguien”, dice ella, “pero me daba demasiada vergüenza. Y sabía que me dirían que lo dejara. No quería que el matrimonio terminara ni quería volver a estar sola, así que seguí esperando que las cosas cambiaran y seguí justificando su comportamiento”.

El abuso o maltrato es un pecado grave

A veces, las víctimas toleran el mal comportamiento porque no lo reconocen como abuso o maltrato. El abuso o maltrato emocional ocurre cuando una persona trata de herir, controlar o manipular verbalmente a otra. Puede asumir diversas formas: criticar, culpar, aislar, manipular, amenazar, insultar o denigrar, o refrenarse de dar afecto. Puede suceder en cualquier tipo de relación: en amistades, en relaciones de noviazgo, entre cónyuges o padres e hijos, e incluso entre compañeros de trabajo.

El presidente Russell M. Nelson enseñó: “El abuso o maltrato representa la influencia del adversario; es un pecado muy grave. Como Presidente de la Iglesia, afirmo las enseñanzas del Señor Jesucristo sobre ese asunto. Permítanme ser perfectamente claro: *cualquier* clase de abuso o maltrato hacia mujeres, niños o cualquier persona es una abominación para el Señor. Él se aflige y *yo me aflijo* cada vez que se hace daño a *alguien*. Él se lamenta y *todos nos lamentamos* por cada persona que ha sido víctima de abuso o maltrato de cualquier clase. Quienes perpetran esos actos aborrecibles no solo son responsables ante las leyes del hombre, sino que también afrontarán la ira de Dios Todopoderoso [...].

“El Salvador no tolerará el abuso ni el maltrato, y como Sus discípulos, nosotros tampoco podemos hacerlo”¹.

Todos somos hijos e hijas de Dios y tenemos una naturaleza y destino divinos. El Evangelio de Jesucristo nos enseña a amarnos unos a otros (véase Juan 13:34) y a tratar a los demás como nos gustaría que nos trataran a nosotros (véase Mateo 7:12).

Las víctimas a menudo se sienten culpables

Las víctimas pueden sentir temor, vergüenza, desesperación, desesperanza y su autoestima puede disminuir vertiginosamente.

El matrimonio de dos años de Diego con una mujer abusiva lo dejó devastado y con pensamientos suicidas. En retrospectiva, él quisiera haber prestado atención a las señales de advertencia. Su esposa había tenido varios matrimonios y relaciones que habían fracasado. Sin embargo, su noviazgo de seis meses había transcurrido sin problemas y él se enamoró.

Después de casarse, el comportamiento de ella lo sorprendió y confundió. Le criticaba su apariencia y cuando él le preguntaba por qué decía esas cosas, le decía que estaba bromeando y que él no tenía sentido del humor. “Hubo mucho abuso o maltrato verbal y *gaslighting* (hacer que otra persona dude de sus razonamientos al desmerecer su juicio)”, dice Diego.

También hubo episodios de abuso o maltrato físico en los que ella le escupió el rostro, le dio patadas y lo arañó. Al igual que muchas víctimas, Diego trataba de justificar el comportamiento de su esposa. Se decía a sí mismo que solo se debía a que ella tenía un mal día. Trataba desesperadamente de hacer cosas que esperaba que la hicieran feliz.

“Limpiaba los baños y preparaba la cena”, recuerda él, “pero nunca podía complacerla. El abuso o maltrato físico fue probablemente lo peor para mí, como hombre. Me sentía débil e impotente. A veces buscaba algún lugar para esconderme en el trabajo, y me derrumbaba y lloraba. Aunque yo era la víctima, ella me hacía sentir que todo lo malo que pasaba era debido a mis errores; me sentía culpable. ¿Acaso ella tenía razón? Aquella tristeza era increíble”.

Él recuerda: “Quería que nuestro matrimonio funcionara. Oraba mucho, iba al templo, ayunaba, leía las Escrituras y trataba de acercarme más al Padre Celestial en todo sentido. La esperanza me mantenía a flote. Creía que si era obediente, las cosas se resolverían”.

Buscar ayuda

Procurar fortaleza espiritual: Las víctimas pueden procurar inspiración y fortaleza espiritual mediante la oración, el ayuno, el estudio de las Escrituras, las bendiciones del sacerdocio, y la asistencia a la Iglesia y al templo. Pueden recibir ayuda y apoyo de amigos de confianza, líderes de la Iglesia o terapeutas profesionales. Y lo que es más importante, pueden tener fe en el Señor, buscar Su guía con espíritu de oración y confiar en que Él “consagrará [s]us aflicciones para [s]u provecho” (2 Nefi 2:2).

Fijar límites: Los expertos dicen que el fijar límites y hacer que estos se respeten es importante. La víctima podría decir: “Siento que no me estás mostrando respeto ahora. Quiero conversar contigo, pero no lo haré hasta que no me trates con más respeto y cortesía”.

Sin embargo, algunas personas no respetan esos límites. Diego trató de poner límites, pero su esposa continuaba discutiendo. “No siempre se puede razonar con los abusadores o maltratadores”, explica él. “Y es muy difícil mantener la calma cuando alguien te ataca verbalmente. Cristo se habría alejado o habría



QUÉ HACER SI USTED SUFRE ABUSO O MALTRATO

- No justifique ni minimice el comportamiento hiriente, y no se culpe.
- Vea el malestar emocional como una señal de que algo marcha mal y de que se necesita ayuda. Hable al respecto con algún amigo de confianza, líder de la Iglesia o terapeuta profesional.
- Cuide de sí mismo y de sus propias necesidades.
- Llame a la policía de inmediato si se producen actos de violencia. La policía puede ayudar a protegerlo a usted y a sus hijos del peligro inmediato.
- Aléjese de la relación. En el caso de los matrimonios, aquello no siempre significa el divorcio, pero puede significar estar un tiempo separados hasta que la otra persona cumpla con estrictos límites para tener una relación sana.
- Vaya a "Abuso o maltrato", en la sección Ayuda para la vida de la Biblioteca del Evangelio, para recibir orientación sobre preguntas como "¿Puedo sanarme de esto?" y "¿Puedo cultivar relaciones seguras y saludables?".

LÍDERES

Para obtener guía, véase la sección "El abuso o maltrato", en el *Manual General: Servir en La Iglesia de Jesucristo de los Santos de los Últimos Días*, 38.6.2, Biblioteca del Evangelio. Para consultar otras fuentes de ayuda para asistir a las víctimas y los agresores, véase Recursos para orientar en la Biblioteca del Evangelio, en el apartado Manuales y llamamientos, Llamamientos de barrio o rama, Obispado.

respondido calmadamente. Yo no fui para nada perfecto al respecto; podría haber actuado mejor. Creo que se necesita un mediador, un líder de la Iglesia o un terapeuta, para tener una conversación racional".

Quizás sea útil buscar ayuda profesional en situaciones como esa. Los terapeutas especializados en abuso o maltrato emocional pueden sugerir maneras de controlar o reaccionar ante emociones inestables.

Hablar sobre los problemas: A veces, quienes dicen cosas hirientes no se dan cuenta de cuánto están dañando la relación, pero pueden aprender a cambiar, si están dispuestos a buscar ayuda. Cuando se calmen los ánimos, la persona que ha recibido los comentarios hirientes puede decir algo así como: "Me siento herido [o no amado o no respetado] cuando dices cosas como esas. Te agradecería mucho que...". El poner sobre la mesa esos comportamientos puede ayudar a la persona que incurre en ofensas a darse cuenta de lo que está haciendo, y darle así la oportunidad de mejorar.

Si está dispuesta a escuchar, entonces ambas personas pueden recibir ayuda; pueden buscar consejo juntas y hablar sobre las conductas que perjudican la relación y sobre las que la sanan; pueden esforzarse juntas por cultivar la relación que desean.

Sin embargo, si la persona no está dispuesta a escuchar y continúa con el comportamiento hiriente, la víctima no tiene por qué permanecer en esa relación abusiva. En el caso de los matrimonios, aquello no siempre significa el divorcio, pero puede significar estar un tiempo separados hasta que el cónyuge cumpla con estrictos límites para tener una relación sana.

Tratar de no perpetuar las conductas dañinas:

La hermana Kristin M. Yee, Segunda Consejera de la Presidencia General de la Sociedad de Socorro, enseñó:

"En el camino del perdón y de la sanación se encuentra la opción de no perpetuar patrones o relaciones dañinas en nuestras familias o en cualquier otro ámbito. A todas las personas dentro del ámbito de nuestra influencia les podemos ofrecer bondad por crueldad, amor por odio, amabilidad por agresividad, seguridad por angustia y paz por contención.

Ofrecer lo que se te ha negado es una parte poderosa de la sanación divina que es posible mediante la fe en Jesucristo"³.

Sanar con la ayuda de Dios

Diego habló con un terapeuta matrimonial y se reunió con su obispo con regularidad. “No sé si hubiera podido superar esa situación sin la ayuda de mi obispo, que es el hombre más amoroso del mundo. Y el templo fue mi solaz”.

Diego luchó por sanar después de su divorcio, pero dice: “Aprendí mucho de esa relación y he crecido en todos los aspectos, lo cual me ha convertido en un mejor hombre, padre, persona, poseedor del sacerdocio, hijo, amigo y compañero. Hice todo lo que pude para que el matrimonio funcionara, pero no pudo ser. Ella tenía su albedrío y tomó su decisión”.

Después de tres años de intentar que su matrimonio funcionara, Janet solicitó el divorcio y se mudó temporalmente con uno de sus hijos. “Esos primeros días y semanas fueron los más difíciles”, recuerda ella. Derramó el corazón en oración y se dedicó a leer el Libro de Mormón a diario, junto con consoladores discursos de la conferencia.

Siguió asistiendo a la Iglesia con regularidad, buscó un terapeuta profesional y recibió útiles consejos espirituales del obispo. “El terapeuta fue de mucha ayuda y me sentí mucho mejor después de hablar con mi obispo”, dice ella.

Una amiga le sugirió que recitara sus pasajes favoritos de las Escrituras en voz alta y dijera en voz alta todas las cosas buenas que quería tener en la vida. Janet lo hizo fielmente y memorizó los pasajes de las Escrituras que la inspiraban. Dos de sus favoritos eran:

“No temas ni desmayes, porque Jehová tu Dios estará contigo dondequiera que vayas” (Josué 1:9).

“No temas, porque yo estoy contigo; no desmayes, porque yo soy tu Dios que te fortalezco; siempre te ayudaré; siempre te sustentaré con la diestra de mi justicia” (Isaías 41:10).

Encontró fortaleza al saber que la misión del Salvador es “*sanar a los quebrantados de corazón, pregonar libertad a los cautivos [...] poner en libertad a los quebrantados*” (Lucas 4:18; cursiva agregada).

Al testificar de la misión sanadora del Salvador, el élder Patrick Kearon, del Cuórum de los Doce Apóstoles, tranquilizó así a las víctimas de abuso o maltrato:

“Desde lo más profundo de Su sufrimiento expiatorio, el Salvador imparte la esperanza que pensaron que se había perdido para siempre, la fuerza que creyeron que jamás podrían tener y la sanación que no se podían imaginar que era posible [...].

“Con los brazos extendidos, el Salvador les ofrece el don de la sanación. Con valentía, paciencia y centrados fielmente en Él, antes de que pase mucho tiempo, podrán llegar a aceptar plenamente ese don”⁴. ■

NOTAS

1. Russell M. Nelson, “¿Cuál es la verdad?”, *Liahona*, noviembre de 2022, pág. 29.
2. Véase Nanon Talley, “Cómo reconocer el abuso emocional” (artículo solo para versión digital), *Liahona*, octubre de 2020, Biblioteca del Evangelio.
3. Kristin M. Yee, “Gloria en lugar de ceniza: El camino sanador del perdón”, *Liahona*, noviembre de 2022, pág. 38.
4. Patrick Kearon, “Ha nacido con sanidad en sus alas: Podemos ser más que vencedores”, *Liahona*, mayo de 2022, pág. 39.

CÓMO PERDONAR

El Señor nos manda perdonar a todas las personas (véase, por ejemplo, Doctrina y Convenios 64:10), pero eso no siempre significa permanecer con aquellos que nos hacen daño ni aceptar lo que hicieron. Más bien, significa que, con la ayuda del Señor, podemos quedar libres de ira o de sentimientos nocivos hacia ellos.

El presidente Russell M. Nelson testificó del poder que podemos recibir del Salvador para ayudarnos a perdonar:

“Mediante [la] infinita Expiación [del Salvador], pueden perdonar a quienes los hayan lastimado y que quizás nunca acepten la responsabilidad de su crueldad hacia ustedes.

“Por lo general, es fácil perdonar a quien procura el perdón de ustedes con sinceridad y humildad, pero el Salvador les dará la capacidad de perdonar a quienes los hayan maltratado de alguna manera. Entonces sus actos hirientes ya no podrán amargarles el alma” (“Cuatro dones que Jesucristo les brinda”, devocional de Navidad de la Primera Presidencia, 2 de diciembre de 2018, broadcasts.ChurchofJesusChrist.org).



“A CAUSA DE TU FE HAS VISTO”

Por Don L. Searle

Para mí, uno de los relatos del Libro de Mormón más emocionantes y que más humilde me hace sentir es el del hermano de Jared (véase Éter 2-3). Debido a su gran fe, no se le pudo impedir estar en la presencia del Señor. Él efectuó grandes milagros y se le mostraron visiones maravillosas.

La historia es emocionante, pues enseña que, por medio de la fe y la obediencia, cada uno de nosotros puede acceder a gran conocimiento y a verdades gloriosas.

La historia me llena de humildad porque me muestra que no soy para nada como el hermano de Jared. A veces en la vida, podría haber recibido mucho más conocimiento y fortaleza espiritual de mi Padre Celestial si no hubiera sido de poca fe.

Para mí, de ese relato se desprenden dos verdades: (1) creer es la clave para ver al Señor efectuar obras maravillosas en nuestra vida y (2) nunca es demasiado tarde para creer y luego ver.

Cuando dudamos, cerramos los ojos espirituales. En Éter 12:27, el Señor no solo señaló que los mortales tenemos debilidades, sino que también dijo: “Si se humillan ante mí, y tienen fe en mí, entonces haré que las cosas débiles sean fuertes para ellos”. Eso indica que, cuando nos humillamos con fe,



Cuando procuramos ser humildes con fe, nuestro Padre puede ayudarnos a ver las posibilidades que Él ve para nosotros.

nuestro Padre puede ayudarnos a ver las posibilidades que Él ve para nosotros: lo que podríamos llegar a ser y lo que podríamos lograr.

Tal vez pensemos: “¿Por qué me daría a conocer grandes cosas a *mí*?”. Esa es esencialmente la pregunta que hicieron Lamán y Lemuel, los hermanos mayores de Nefi. Cuando tuvieron dificultades para comprender las enseñanzas de la visión de su padre, Nefi preguntó: “¿Habéis preguntado al Señor?”. Ellos respondieron: “No, porque el Señor no nos da a conocer tales cosas a nosotros”. Como respuesta, Nefi les repitió la invitación del Señor: “Si no endurecéis vuestros corazones, y me pedís con fe, creyendo que recibiréis, guardando diligentemente mis mandamientos, de seguro os serán manifestadas estas cosas” (1 Nefi 15:7–9, 11). Esta promesa es para todos nosotros.

Las palabras del Jesucristo preterrenal al hermano de Jared ofrecen esperanza a quienes ejercen gran fe y obediencia en cuanto a procurar la guía divina: “A causa de tu fe has visto” (Éter 3:9). Nuestra fe puede llevarnos a ver Sus maravillosas obras en nuestra propia vida.

No solo tenemos el privilegio y la oportunidad de procurar conocimiento del Señor, sino que también es nuestro deber y responsabilidad. Él mandó: “Buscad conocimiento, tanto por el estudio como por la fe” (Doctrina y Convenios 88:118).

Tenemos esta inspirada instrucción del presidente Russell M. Nelson:

“¿*Quiere* Dios realmente hablarles? ¡Sí! [...]”

“Los exhorto a que se esfuercen más allá de su capacidad espiritual actual para recibir revelación personal, porque el Señor ha prometido: ‘Si pides, recibirás revelación tras revelación’ [Doctrina y Convenios 42:61]”¹.

Conozco al menos tres maneras en las que Él nos ayudará a ver Sus obras en nuestra vida si nosotros creemos.



1. Él nos ayudará a ver la misión de nuestra vida que Él nos ha encomendado cumplir.

Cuando tenía dieciséis años, un patriarca que nunca antes me había visto y que no sabía nada de mis circunstancias me dio mi bendición patriarcal. En ella, el Señor contestó preguntas específicas que albergaba en mi corazón relacionadas con algunos desafíos personales. Lo que pensaba al respecto parecía demasiado personal como para compartirlo. Uno de los desafíos tenía que ver con si encontraría una mujer amorosa lo suficientemente valiente como para casarse conmigo a pesar de mi prominente defecto de nacimiento, que nuestros hijos podrían heredar. La respuesta era sí. Me casé con Marie y tuvimos cinco amados hijos.

Las respuestas del Señor en esa bendición respetaron mis inquietudes y mi privacidad; se expresaron de manera que solo yo pudiera entender plenamente su significado. Desde ese día, he tenido un firme testimonio personal de que mi Padre Celestial me conoce íntimamente.

Mi profesión me brindó gozo, crecimiento y satisfacción al tratar de servirle a Él y a Sus hijos. Después de jubilarme, el mundo y mi profesión siguieron adelante sin mí. Algunos días, en momentos

de desánimo, me he preguntado si *en verdad* hice algo bueno durante esos años; si mi ofrenda era digna de las grandes promesas que se me extendieron.

En una de esas ocasiones, sentí esta respuesta: “Vuelve a leer tu bendición patriarcal”. Mientras la leía, me acudieron a la mente algunas preguntas directas: “¿No te di esta bendición como te prometí? ¿No se hizo realidad esto en tu vida? ¿Y esto?”. Vi claramente cómo el Señor ha cumplido las bendiciones que me prometió. Sentí la certeza de que las cosas que había ofrecido con humildad y con buena disposición eran aceptables, y también la admonición de que aún no había terminado, todavía había más oportunidades para servir.

También sentí la impresión de que no soy el único que tiene esas preocupaciones. Muchos otros tal vez se pregunten, cuando contemplan su vida en retrospectiva y no ven grandes logros terrenales, si acaso han hecho algo bueno, pero nosotros no vemos como el Señor ve. Tal vez si elegimos centrarnos en lo que Él nos ha dado, en lugar de en las cosas que deseábamos, pero no obtuvimos, veremos más claramente cómo Su mano influyó en nuestra vida.

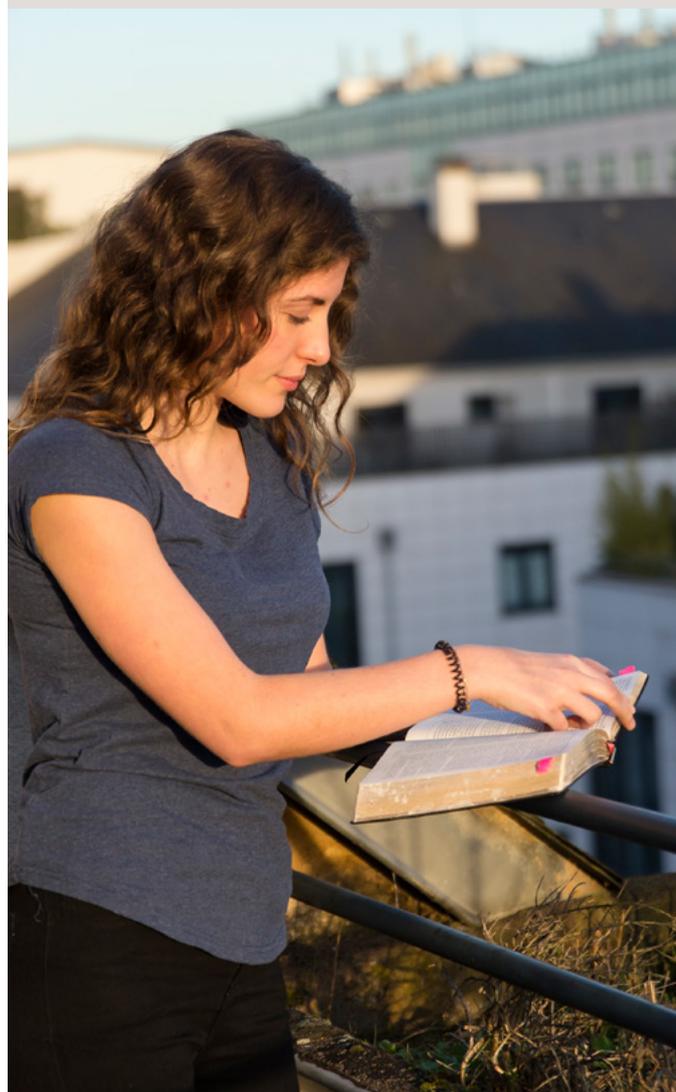
2. Al leer y estudiar las Escrituras con espíritu de oración, el Señor me ayuda a ver más que una guía general para todos Sus hijos. Veo la guía personal para mis desafíos individuales.

Los márgenes de mis Escrituras, en particular, los del Libro de Mormón, están llenos de notas sobre lo que el Señor me ha ayudado a ver en cuanto a cómo poner en práctica las enseñanzas de este. Hace unos años, comencé además a llevar un diario de notas, a veces versículo por versículo, para registrar lo que el Señor me enseña. He leído el Libro de Mormón completo varias veces de esa manera, luego Doctrina y Convenios, la Perla de Gran Precio y, recientemente, el Nuevo Testamento. Cuando llevo a cabo mi estudio con espíritu de oración y pido al Señor que me abra el entendimiento en cuanto a las Escrituras, me asombra lo mucho que Él me ayuda a ver.

Los relatos y parábolas que parecían ofrecer ejemplos sencillos y buenos de conducta individual de repente tienen aplicaciones prácticas en mi vida. Los pasajes de las Escrituras que he visto como contexto histórico, de repente, adquieren significados trascendentales para la restauración continua del Evangelio. Veo cómo las experiencias de José y Daniel, Pedro y Pablo, Nefi, los dos Alma, y el capitán Moroni se aplican a los desafíos que enfrentamos cada día. Los capítulos de las guerras del Libro de Mormón no solo ofrecen el relato de los planes de batalla previsores del capitán Moroni, sino también una estrategia personal para hacer frente a los incesantes ataques del diablo: podemos fortificar con anticipación nuestros fuertes espirituales personales.

Es posible que las cosas que veo por medio del estudio personal no sean nuevas para los demás, pero registrar lo que se me enseña se ha vuelto importante en mi progreso espiritual personal.

Los profetas y los líderes de la Iglesia nos han alentado muchas veces a registrar lo que el Señor nos enseña, si queremos que nos dé más. El élder David A. Bednar, del



Cuórum de los Doce Apóstoles, explica: “También he aprendido que registrar adecuadamente las impresiones espirituales le demuestra al Salvador cuánto tesoro Su dirección. La simple práctica de anotar pensamientos y sentimientos espirituales aumenta en gran manera la probabilidad de recibir y reconocer impresiones adicionales del Espíritu Santo”².

3. Al pedir con fe y tener la humilde disposición de obedecer, el Señor nos ayudará a ver oportunidades y soluciones que no habríamos visto por nuestra cuenta. Él adaptará Sus respuestas a nuestras necesidades.

Él me ha mostrado cómo manejar problemas que van desde desafíos espirituales dolorosos hasta reparaciones comunes en el hogar. Me ha mostrado desafíos venideros y cómo prepararme. Me ha mostrado Su poder en mi vida cuando he sentido temor y duda, cuando he dicho, como el padre que suplicó para que su hijo fuera sanado: “Creo; ayúdame mi incredulidad” (Marcos 9:24).

Quizás no tomemos con la suficiente seriedad el leer: “Pedid, y se os dará” (Mateo 7:7) o “si me pedís, recibiréis” (Doctrina y Convenios 6:5). La promesa de que el “que tuviere fe para ver, verá” (Doctrina y Convenios 42:49) parece referirse a la sanación física, aunque no creo que su significado fuera limitado. Cuando tenemos suficiente fe, Él puede abrirnos los ojos espirituales para que veamos Sus milagros en nuestra propia vida.

No puedo volver atrás para cambiar el pasado. Sin embargo, por el tiempo que sea que me quede por delante, espero poder ejercer mayor fe en Su amoroso deseo de mostrarme más de Sus obras. Espero escuchar, como el hermano de Jared, Sus palabras de confirmación: “A causa de tu fe has visto”. ■

El autor, quien había sido editor de las revistas de la Iglesia, escribió este artículo rebosante de fe antes de fallecer de cáncer de páncreas en septiembre de 2023.

NOTAS

1. Russell M. Nelson, “Revelación para la Iglesia, revelación para nuestras vidas”, *Liahona*, mayo de 2018, pág. 95.
2. David A. Bednar, *The Spirit of Revelation*, 2021, pág. 37.





Palabras que conmueven el corazón

Por Tahira Carroll, Utah, EE. UU.

Desde la oportunidad en que conocí la Iglesia hasta la labor que realizo para ayudar a los santos a escuchar y cantar los himnos en su propio idioma, la música ha sido siempre parte de mi vida y ha sido una gran bendición para mi familia.

Escanee el código
para leer más.



Después de recibir mi diagnóstico, mantuvimos la mirada en el Señor para poder ver nuestras bendiciones.



La paz fue el milagro

Por Karen Baxter, Virginia, EE. UU.

Cuando mi esposo, David, y yo nos enteramos de que no podíamos tener hijos, lloré. Luego, en 2016, el médico me llamó de nuevo a su consultorio después de un examen médico y una mamografía de rutina. Después de más exámenes, lo que al principio pensó que era un pequeño problema se había convertido en uno grande: *cáncer*.

Aquello fue una conmoción, tuvimos malos momentos. Antes de que supiéramos cómo resultarían las cosas, le dije al Padre Celestial: “Si este es el final para mí, por favor, cuida de David”.

Podía refrenar las emociones durante el día, pero cuando llegaba la noche y todo estaba en silencio, llegaban las lágrimas. Sin embargo, también era entonces cuando sentía, por medio del Espíritu Santo, que todo iba a estar bien, no necesariamente porque yo fuera a vivir, sino porque el Padre Celestial estaba conmigo. Así que, durante el tratamiento, avanzamos un paso a la vez.

Ciertos himnos y pasajes de las Escrituras se volvieron más significativos. Doctrina y Convenios 122:8 en verdad me impactó: “El Hijo del Hombre ha descendido debajo de todo ello. ¿Eres tú mayor que él?”.

No, me di cuenta, no soy mayor que Él. Si pasar por la esterilidad y el cáncer me permitía apreciar mejor al Salvador y Su sacrificio expiatorio, entonces estaba dispuesta a hacerlo.

Mantuvimos la vista en el Señor para poder ver nuestras bendiciones, incluido un increíble grupo de personas que nos brindaban apoyo. Mi presidenta de la Sociedad de Socorro fue maravillosa. La gente de la escuela donde enseñaba hizo una caminata contra el cáncer por mí. Una colega que quería que supiera que se preocupaba por mí me regaló un bolígrafo rosa. En momentos como ese, dices: “Tú fuiste mi ángel hoy. Fuiste la evidencia de que Dios sabe que necesitaba un abrazo o un bolígrafo rosa”.

La gente nos observa como miembros de la Iglesia. Quieren saber por qué podemos pasar por cosas difíciles y aun así sonreír.

“¿Cómo es que no están devastados?”, nos preguntaba a menudo la gente. Explicábamos que la paz que sentíamos provenía de nuestra fe y creencias, de nuestro amor por el Padre Celestial y de nuestra confianza en Su voluntad para nosotros. Al compartir nuestra fe, esta se fortaleció.

La paz no llegó en el momento en que me diagnosticaron, pero sí llegó. La paz fue el milagro. ■

Viajen con Dios

Por Pete Czerny, Utah, EE. UU. (tomado de un relato de su padre)

Después de la Segunda Guerra Mundial, mis padres querían unirse a los santos en Estados Unidos, pero primero tenían que escapar con sus cinco hijos de Alemania Oriental a Alemania Occidental.

Mi padre, Walter, se fue solo a determinar por dónde era más seguro cruzar la frontera. Viajó con pocas cosas, pero sintió la impresión de llevar su violín consigo. Él era un violinista consumado y tuvo la impresión espiritual de que el violín lo ayudaría de alguna manera en su viaje.

En febrero de 1949, papá tomó el tren a un pueblo que todavía estaba a muchos kilómetros de la frontera. Después de llegar, se escabulló de la ciudad y tomó un camino que lo llevó a un gélido bosque. Cualquiera persona que fuera sorprendida dirigiéndose hacia la frontera de Alemania Occidental estaba bajo sospecha de escapar y sería arrestada.

Por el camino, papá vio a otro hombre que intentaba escapar a Alemania Occidental. Decidieron viajar juntos. Era mejor tener cuatro ojos atentos que dos.

Avanzaron con cautela al pasar por una torre de vigilancia. De repente, saltó desde detrás de un arbusto un joven soldado ruso y gritó: “Halt!” [“alto” en alemán].

Mi padre y su nuevo amigo se quedaron paralizados de horror

cuando el soldado les apuntó con un gran rifle. Les dijo que estaban arrestados.

Lentamente, el nuevo amigo de papá abrió su maleta para dejar a la vista varios refinados artículos comestibles. Le hizo un gesto al soldado para mostrar que podía quedarse con ellos si los dejaba ir, pero el soldado no se movió.

En un ruso a media lengua, mi padre dijo al soldado que le encantaba la música folclórica rusa. Señaló el estuche del violín y dijo que le gustaría tocar para él.

Papá sacó el violín y comenzó a tocar una conmovedora melodía rusa. Luego de unos instantes, vio las lágrimas que se formaban en los ojos del joven. Cuando papá terminó la melodía, el soldado le preguntó si conocía otras melodías rusas.

Entonces papá tocó otra melodía. Cuando terminó, el soldado estaba llorando. Se colocó el arma al hombro de nuevo y dijo en ruso: “Viajen con Dios”. Luego permitió que ambos hombres continuaran su escape hacia el oeste.

Al poco tiempo, mi padre regresó sano y salvo a Alemania Oriental, agradecido por la inspiración que le había brindado protección. Tres años más tarde, escapó con su familia al viajar a Berlín Oriental y cruzar la frontera hacia Berlín Occidental. ■

“Halt!” [“alto” en alemán], gritó el soldado, apuntando con un rifle grande directamente a mi padre.





Estaba convencido de que la Iglesia del Señor no estaba sobre la tierra, hasta que reconocí los frutos del Espíritu.

Los dulces susurros del Santo Espíritu

Por Barry Wells, Arkansas, EE. UU.

Mi esposa, Ruby, y yo no crecimos en La Iglesia de Jesucristo de los Santos de los Últimos Días, pero en su juventud, Ruby estuvo expuesta a diferentes iglesias y enseñanzas. Por medio de la oración constante y diligente, determinó las enseñanzas que sentía que eran verdaderas, formando así un conjunto de creencias a partir de las enseñanzas de diversas iglesias cristianas. Yo me crié en una sola iglesia y sabía poco de las demás.

Después de casarnos, asistíamos juntos a la iglesia, pero comencé a cuestionar la fe en la que me habían criado y le hice preguntas a mi esposa en cuanto a doctrina. Ella respondió sabia y sencillamente: “¿Has leído alguna vez la Biblia?”.

Yo no lo había hecho, así que leímos juntos toda la Biblia. Conforme leíamos, escribía preguntas que seguían sin respuesta. Comenzamos a buscar una iglesia que enseñara todo lo que habíamos descubierto. Durante los siguientes dos años, visitamos muchas iglesias, solicitamos textos, leímos sobre filosofía y religión, y oramos. Me convencí de que la Iglesia del Señor no estaba sobre la tierra.

Teníamos falta de sabiduría y necesitábamos ayuda celestial (véase José Smith—Historia 1:11–13). Así que oramos juntos sinceramente, pidiéndole a Dios que nos mostrara el camino. Poco después de orar, los misioneros de la Iglesia aparecieron en nuestra puerta. Ruby sintió

de inmediato la veracidad de lo que enseñaban. Sus enseñanzas la impactaron y coincidían con las respuestas que había recibido muchos años antes, cuando había orado de joven. Los misioneros también respondieron todas mis preguntas, pero yo quería estar seguro. Leí el Libro de Mormón, Doctrina y Convenios y otros libros de la Iglesia.

También asistíamos a la Iglesia cada semana y vivíamos las enseñanzas del Evangelio. Con el tiempo, reconocí los frutos del Espíritu de Dios en mi vida (véase Gálatas 5:22) y recibí un firme testimonio. Fuimos bautizados, recibimos el don del Espíritu Santo y, más tarde, fuimos sellados en el templo.

Nunca nos hemos arrepentido de habernos unido a la Iglesia. Ha mantenido nuestro matrimonio fuerte en los tiempos difíciles y el legado de estar cerca del Espíritu de Dios sigue vivo en nuestros seis hijos.

A quienes se esfuerzan por obtener un testimonio del Libro de Mormón o de la Iglesia restaurada de Jesucristo, les diría: “Sigán orando, sigan leyendo y sigan prestando atención a los dulces susurros del Espíritu Santo”. ■

Mi necesidad de sanación

Por Adele Wi-Repa, Waikato, Nueva Zelanda

Un domingo, estaba sentada en la capilla, con ira y frustración. Mi esposo, Aaron, y yo habíamos tenido una discusión la noche anterior, y fui a la Iglesia todavía sintiéndome perturbada y molesta. Permanecí enojada con Aaron hasta que comenzó la reunión con el himno sacramental, mientras pensaba: “Tiene que pedirme perdón”.

Al prepararnos para tomar la Santa Cena, nuestra congregación cantó el himno “As Now We Take the Sacrament” [Al tomar la Santa Cena]¹. Seguía enojada durante la primera estrofa, pero luego comenzó la segunda estrofa: “Ahora, al recordar lo pasado, sabemos que debemos arrepentirnos”.

Dejé de cantar. Escuché a mi esposo, a mis hijos y a los miembros del barrio que seguían cantando: “El camino a Ti es la rectitud, la forma en que llevaste Tu vida”.

Se conmovió mi corazón. Tal vez, después de todo, el sentirme perturbada no tenía que ver con mi esposo, tal vez tenía que ver conmigo.

El himno continuó:

*“Don Túyo es el perdón
que procuramos con pureza.
Nuestras manos ahora prometen
hacer Tu obra,
tomamos la Santa Cena”.*

Yo estaba enojada, cuando en realidad tenía que ser humilde y buscar el perdón del Padre Celestial; el don que Su Hijo Jesucristo hizo posible.

Se me llenaron los ojos de lágrimas al mirar a nuestros pequeños. Toda la ira y los nervios que había sentido, toda la culpa y el resentimiento que se me había acumulado en el pecho, se desvanecieron. Ese momento tenía que ver con lo que yo debía hacer para cambiar a fin de poder buscar y recibir el perdón de mi Padre Celestial y de Jesucristo. A través de un himno, el Espíritu me enseñó claramente sobre el perdón y sobre mi necesidad de recibirlo y de concederlo.

El presidente Russell M. Nelson ha dicho: “¡Les ruego que vengan a Él para que Él pueda sanarlos a ustedes! Él los sanará del pecado, conforme se arrepientan; los sanará de la tristeza y del miedo; los sanará de las heridas de este mundo”².

Mientras estaba sentada allí, escuchando la letra del himno y participando de la Santa Cena, sentí la necesidad que tenía de sanar y supe a Quién debía recurrir. Las verdades que aprendí sobre el perdón durante esa reunión me acercaron más al Señor y a mi esposo. ■

NOTAS

1. “As Now We Take the Sacrament”, *Hymns*, nro. 169.
2. Russell M. Nelson, “La respuesta siempre es Jesucristo”, *Liahona*, mayo de 2023, pág. 127.

A través de un himno sacramental, el Espíritu me enseñó acerca de conceder y aceptar el perdón.





Cómo mis convenios me mantienen conectada con lo que *más* importa

No me daba cuenta del privilegio que son mis convenios.

Por Eva Thomas

Me encanta sentir el Espíritu. Es un sentimiento que ahora puedo decir con confianza que reconozco, pero me llevó trabajo hacerlo. Donde crecí, en el norte de Inglaterra, a menudo era difícil estar en entornos que me permitieran sentir el Espíritu Santo. Allí hay muchos jóvenes adultos maravillosos que crecieron en la Iglesia, sin embargo, a veces era difícil mantener nuestro comportamiento en armonía con la doctrina y las verdades que conocíamos en nuestro corazón.

Durante mucho tiempo, asistía a la Iglesia los domingos, pero sentía frustración y tristeza al saber que las cosas que el Espíritu me comunicaba no llegaban a otras personas a las que amo y por las que me preocupo.

Después de todo, el presidente Russell M. Nelson ha enseñado: “En los días futuros, no será posible sobrevivir espiritualmente sin la influencia guiadora, orientadora, consoladora y constante del Espíritu Santo”¹.

Sin embargo, estoy aprendiendo la importancia de hacer lugar para el Espíritu en todos los aspectos de mi vida y de ayudar a los demás a hacer lo mismo.

“Los convenios tienen la forma del abrazo de Dios”.

ÉLDER ROBERT M. DAINES

LUCHAR CONTRA LA TENTACIÓN

Después de graduarme de la escuela secundaria, afronté muchas dificultades. Por ejemplo, hay muchas actividades y conferencias para los miembros jóvenes adultos de la Iglesia donde vivo, pero después de esas actividades, algunos jóvenes adultos iban a discotecas o lugares que no estaban en armonía con nuestros valores.

¡Aquello me sorprendió!

Beber alcohol e ir a discotecas es común aquí, pero no esperaba que los amigos con los que me sentaba en la iglesia también hicieran esas cosas.

Estaba confundida.

Ver a mis amigos tomar esas decisiones hizo que fuera muy difícil saber quién me ayudaría a mantenerme fuerte espiritualmente. Con el tiempo, debido a que veía que otras personas vivían el Evangelio a la ligera, yo también me aparté de él. No iba a la iglesia ni oraba, y hacía cosas que no debería haber hecho.

Pero un día, cuando me sentía particularmente desdichada, oré al Padre Celestial y le expresé mis sentimientos. Le dije que quería que la Iglesia fuera verdadera y que quería entender Sus mandamientos, pero que era muy difícil hasta la idea misma de mantenerme fiel sola. Sin embargo, le dije que si podía hallar la confirmación de las verdades del Evangelio, haría caso y lo viviría de corazón de nuevo.

Unos días después, sentí una clara impresión espiritual de que debía servir en una misión.

La idea en verdad surgió de la nada, pero podía sentir que el Espíritu me señalaba en esa dirección. Sabía que

prepararme para la misión me permitiría recordar mi testimonio, reconstruir mi relación con el Padre Celestial y Jesucristo, y confiar en mi propia fe y no en la de otras personas.

Y ese era mi deseo.

Así que, empecé a cambiar. Requirió mucho esfuerzo espiritual. Tuve que dejar de pasar tiempo con ciertos amigos, rompí con la persona con la que salía y tuve que reemplazar mis malos hábitos por otros mejores. Me esforcé con la ayuda del obispo y confié en el poder habilitador de Jesucristo para ayudarme a seguir adelante.

UNA PERSPECTIVA DIFERENTE

Antes de la misión, no entendía los mandamientos ni los convenios. Mis amigos consideraban esas bendiciones como si fueran cargas y yo también había comenzado a verlas de esa manera. Pero después de servir en la misión y reedificar mi fe, ahora veo los convenios y los mandamientos como responsabilidades benditas que me ayudan a mantener una conexión divina y directa con el Padre Celestial y Jesucristo todos los días.

La presidenta Emily Belle Freeman, Presidenta General de las Mujeres Jóvenes, testificó recientemente sobre el poder de los convenios: “Quizás escuchen esas palabras y piensen en casillas que hay que marcar; tal vez todo lo que vean sea una senda de requisitos, pero si miran más de cerca, verán algo más atrayente. Un convenio no solo consiste en un contrato, aunque eso es importante; consiste en una relación”².

El élder Robert M. Daines, de los Setenta, también testificó que “los convenios tienen la forma del abrazo de Dios”¹³.

No importa dónde estemos —aunque estemos solos—, los convenios que hemos hecho nos ligan en unión a las relaciones que más importan.

A veces me entristece que otras personas no vean las supremas bendiciones del Evangelio de Jesucristo. A veces, ¡solo quiero sacudirlas de los hombros y recordarles el milagro que son sus convenios! ¡Quiero que se den cuenta de lo que el Salvador puede permitirles hacer y llegar a ser!

No obstante, aunque no puedo controlar a los demás, *sí puedo* mantener firme mi testimonio. Puedo saber cuándo alejarme de la influencia de algunas personas y también saber cómo ser una buena influencia para ellas.

Creo que eso es lo que me trajo de regreso después de tener dificultades con mi fe: el recordar el amor de mi Salvador, Jesucristo.

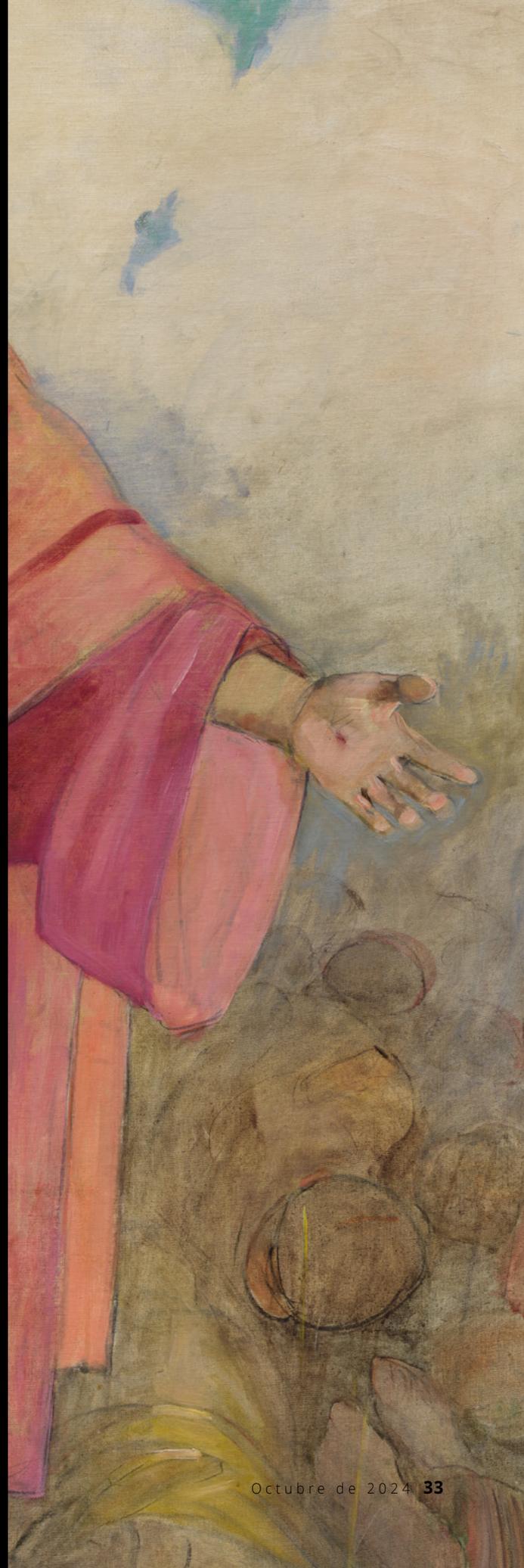
Sé que no habría ido a la misión si no hubiera pedido guía divina al Padre Celestial en un momento de profunda confusión. Por mucho que deseara no haber tenido que pasar por esas experiencias dolorosas, aprendí mucho sobre el arrepentimiento, sobre el amor perfecto del Padre Celestial y sobre la importancia de dar prioridad a las buenas relaciones (en especial, con Él y con nuestro Salvador) que nos mantienen conectados con el Espíritu.

A pesar de las partes que fueron difíciles, reedificar mi fe en Él valió la pena todo el esfuerzo. ■

La autora vive en Idaho, EE. UU.

NOTAS

1. Russell M. Nelson, “Revelación para la Iglesia, revelación para nuestras vidas”, *Liahona*, mayo de 2018, pág. 96.
2. Emily Belle Freeman, “Caminar con Cristo en una relación por convenio”, *Liahona*, noviembre de 2023, págs. 77–78.
3. Robert M. Daines, “Señor, nos gustaría ver a Jesús”, *Liahona*, noviembre de 2023, pág. 14.



Abandoné la Iglesia y no me di cuenta de lo que me estaba perdiendo.



¿Te estás perdiendo el milagro del Evangelio?

Por Enkhchimeg (Enku) Zorigt

Alguna vez has dado algo por sentado, sin darte cuenta de cómo te beneficiaba hasta que desapareció?

Yo lo hice una vez con el Evangelio de Jesucristo. Mientras crecía en Mongolia, mi familia y yo éramos miembros de la Iglesia. Sin embargo, con el tiempo, la asistencia de mis padres a la iglesia se tornó cada vez menos frecuente. Poco a poco, yo también empecé a sentirme indiferente hacia el Evangelio.

Nunca tomaba en serio lo que aprendía y finalmente dejé de ir por completo. No pensaba que extrañaría el Evangelio, porque de todos modos nunca había parecido beneficiar mi vida.

Ver la luz

Cuando yo ya era joven adulta, mi hermana mayor se encontró con unos misioneros. La detuvieron para preguntarle si podía traducirles algo en mongol. Conversaron brevemente y, cuando regresó a casa, se dio cuenta de quiénes eran.

Ella quería ir a la iglesia aquella semana misma y me invitó a ir con ella.

Al principio, yo estaba totalmente en contra de la idea, ¡pensaba que me iba bien en la vida sin la Iglesia!, pero me convenció de que la acompañara solo una vez.

Cuando entré en la reunión sacramental por primera vez en años, no estaba muy contenta de estar allí. Sin embargo, al mirar a mi alrededor, vi a algunos amigos con los que había crecido. Casi podía tocarse la luz que irradiaban. Mientras los observaba, recordé vagamente algunas experiencias espirituales que había tenido en la Iglesia al crecer.

Muchas verdades que había dejado de lado volvieron como una oleada y de repente me sentí vacía y triste. “No soy como ellos”, pensé. “¿Por qué dejé todo esto?”.

Me di cuenta de que me había convertido en una persona diferente en los últimos años. Tenía una sensación de oscuridad en mi vida que había estado ignorando, pero mientras estaba sentada allí, escuché una voz apacible en la mente que parecía decir: “Tú también puedes brillar. No es demasiado tarde”.

Pensé en la parábola de la oveja perdida. La oveja que el Salvador trajo de vuelta al redil (véase Lucas 15:4-7).

Yo era esa oveja. Y el Salvador venía amorosamente a buscarme porque me amaba tanto como a Sus otras ovejas.

Él me quería de regreso.

Eso me hizo sentir mucha gratitud por mi Salvador. Al sentir el Espíritu por primera vez en años, tomé la decisión de regresar a la Iglesia y, esta vez, tomarla en serio.

El élder Dieter F. Uchtdorf, del Cuórum de los Doce Apóstoles, testificó recientemente: “En el momento en que decidan regresar y caminar en la senda de nuestro Salvador

y Redentor, Su poder entrará en su vida y la transformará [véase Alma 34:31]”¹.

Sentí esa verdad y supe que si ponía el corazón en el Evangelio, mi vida iba a cambiar.

No mirar más allá de Jesucristo

Al comenzar a vivir el Evangelio, volví a hallar propósito en mi vida. Finalmente llegué a creer que el Padre Celestial ama a cada uno de Sus hijos y que el Evangelio de Jesucristo es la clave para regresar a nuestro hogar celestial.

Aquello significa todo para mí ahora.

El élder Dale G. Renlund, del Cuórum de los Doce Apóstoles, enseñó:

“También nosotros podemos tender a ver más allá de lo señalado. Debemos cuidarnos de esa tendencia, no sea que no veamos a Jesucristo en nuestra vida ni reconozcamos las muchas bendiciones que Él nos ofrece. Lo necesitamos a Él [...].

“Él es lo señalado. Si nos imaginamos erróneamente que necesitamos algo más allá de lo que Él nos ofrece, negamos o reducimos el alcance y el poder que Él puede tener en nuestra vida”².

Había estado mirando más allá de lo que Jesucristo me ofrece, y ahora no puedo imaginar renunciar al gozo que siento gracias a Él.

Si sientes que eres indigno, si luchas con preguntas aún sin contestar o si piensas que ser discípulo de Cristo requiere demasiado de ti, observa bien los milagros que nuestro Salvador nos ofrece. Sé que el Padre Celestial te tiene presente. Él te ayudará a aferrarte a tu fe a medida que acudas a Él.

No renuncies al mayor don y milagro del Salvador por algo de menor valor. Eres lo más valioso para Él.

He visto lo mucho que el Evangelio de Jesucristo en verdad enriquece la vida de quienes lo siguen a Él.

El Evangelio sigue enriqueciendo la mía. ■

La autora vive en Ulán Bator, Mongolia.

NOTAS

1. Dieter F. Uchtdorf, “El hijo pródigo y el camino que conduce a casa”, *Liahona*, noviembre de 2023, pág. 88.
2. Dale G. Renlund, “Jesucristo es el tesoro”, *Liahona*, noviembre de 2023, pág. 96.



PARA LOS PADRES



Somos discípulos de Jesucristo

Estimados padres:

El Señor ama a sus hijos y quiere que puedan escucharlo a Él. Los artículos de este ejemplar pueden guiarlos cuando enseñen a sus hijos cómo recibir y reconocer la revelación personal. Pueden utilizar estas ideas para ayudar a sus hijos a cultivar una relación más estrecha con el Padre Celestial y el Salvador.

CONVERSACIONES SOBRE EL EVANGELIO

¿Cómo logramos la unidad?

El artículo del presidente Nelson de la página 2 describe siete principios que nos ayudarán a cumplir el mandamiento del Señor de “se[r] uno” (Doctrina y Convenios 38:27). ¿Cuáles de estos principios podrían analizar con sus hijos? Por ejemplo, ¿de qué manera el hacer y guardar convenios crea unidad con otras personas?

Tomar Su nombre sobre nosotros mediante la ministración

El artículo del élder Villar, en la página 8, enseña cómo ministró el Salvador durante Su tiempo en la tierra. Como familia, podrían orar para saber quién necesita ayuda y cómo necesita que se le ministre. Analicen con sus hijos cómo se sienten después de la oración. Ayúdenlos a reconocer las respuestas que recibieron.

El Señor quiere hablarles

Utilicen el artículo “A causa de tu fe has visto” (página 20) para enseñar a sus hijos acerca de cómo recibir revelación. El autor menciona cómo el Señor puede darnos guía para nuestra misión en la vida por medio de la bendición patriarcal. Podrían explicar el modo en que a ustedes los ha guiado su bendición patriarcal.

DIVERSIÓN EN FAMILIA CON VEN, SÍGUEME

3 Nefi 12:6; 21:2; 28:11

Jesucristo enseñó que necesitamos la guía del Espíritu Santo en nuestra vida. Esta actividad de figuras hechas con sombras de las manos ayuda a los niños a visualizar este principio.

1. En tiras de papel diferentes escriban o dibujen figuras que se puedan hacer, tales como figuras hechas con sombras de las manos (por ejemplo, un pájaro, un lobo, una serpiente, etc.).
2. Pidan a cada niño que tome un trozo de papel. Apaguen las luces del lugar donde se encuentren y pidan a una persona que ilumine la pared con una linterna, para simbolizar la Luz de Cristo.
3. Pidan a los niños que se turnen para colocar las manos frente a la luz a fin de que la sombra de sus manos forme la figura que se indica en el papel. Permitan que traten de hacerlo sin su ayuda.
4. Como símbolo de la voz guiadora del Espíritu, ofrézcanse para ayudar a enseñar a sus hijos, paso a paso, a saber cómo colocar las manos para hacer las figuras hechas con sombras de las manos.
5. Una vez que cada niño haya tenido su turno, lean algún pasaje de las Escrituras sobre el Espíritu Santo, tal como 3 Nefi 12:6. Pregunten a los niños si fue más fácil formar la figura con la ayuda de ustedes o sin ella. Ayúdenles a ver los paralelismos entre esta actividad y la guía del Espíritu Santo.

Análisis: ¿Cómo podemos mejorar nuestra capacidad para reconocer cuando el Espíritu nos habla?

DE LA REVISTA PARA LA FORTALEZA DE LA JUVENTUD

Cómo lograr la unidad y ser felices

El presidente Nelson enseña siete claves que ayudaron a las personas del Libro de Mormón a llegar a ser uno.

Aventuras con la modestia

Una joven habla de su recorrido espiritual para encontrar la razón del vestir con modestia y las maneras en que el Señor le enseñó y la transformó a lo largo del proceso.

Llegar a conocer al sexo opuesto

Los puntos de vista y ejemplos de otros jóvenes sobre las maneras en que los jóvenes y las jovencitas llegan a conocerse.

DE LA REVISTA EL AMIGO

¡Cinco consejos de historia familiar!

Aprendan cinco maneras en que sus hijos pueden participar en la obra de historia familiar.

Manualidad de Ven, sígueme

Hagan una manualidad para ayudar a su familia a recordar la Santa Cena durante la semana.

Cómo incluir a otras personas

Busquen relatos y actividades para enseñar a sus hijos a ser inclusivos y bondadosos.

Pioneros modernos

Lean un relato sobre un niño adoptado que fue la primera persona de su familia biológica en ser bautizada.







LA IGLESIA ESTÁ AQUÍ



Preston, Reino Unido

Heber C. Kimball (1801–1868) fue uno de los seis misioneros llamados a predicar el Evangelio en Inglaterra en 1837. Aquella fue la primera misión de La Iglesia de Jesucristo de los Santos de los Últimos Días fuera de Norteamérica. La obra comenzó en Preston y para cuando el élder Kimball regresó a casa en 1838, más de 1500 personas se habían unido a la Iglesia. Actualmente, la Iglesia en el Reino Unido tiene:



Más de 186 000 miembros



317 barrios y ramas



2 templos en funcionamiento, 1 anunciado



Las bendiciones de *Ven, sígueme*:

Margaret Jest, de Reading, Inglaterra, dice: “Estoy disfrutando del programa *Ven, sígueme* y me parece muy motivador. Me está ayudando a aprender más acerca de las Escrituras y a entenderlas mejor. Me acerca más al Padre Celestial y a Jesucristo y me ayuda a comenzar el día de manera relajada”.





¿De qué modo ministramos como el Salvador?



El Salvador invitó a Sus discípulos a ministrar a los demás como Él lo hizo (véase 3 Nefi 18:30; 27:21). Cuando visitó a los nefitas, los ministró uno por uno (véase 3 Nefi 11; 17). Los ministró porque los amaba y deseaba sinceramente que ellos —y cada uno de nosotros— fuéramos felices, tuviéramos esperanza y recibiéramos Su socorro.

Así que, al tratar de llegar a ser mejores ministros y discípulos de Jesucristo, ¿por dónde debemos empezar?

El ejemplo perfecto del Señor nos muestra que, en esencia, ministrar es mucho más que una simple asignación de la Iglesia. Ministrar es cuidar de los demás como lo haría el Salvador. La ministración forma parte de guardar nuestro convenio bautismal (véanse 2 Nefi 31:13–14; Mosíah 18:10, 13; Doctrina y Convenios 20:37). El presidente Russell M. Nelson nos ha enseñado que “una de las maneras más sencillas de reconocer a un *verdadero seguidor* de Jesucristo es fijarse en qué medida trata a los demás con compasión” (“Se necesitan pacificadores”, *Liahona*, mayo de 2023, pág. 98).

A medida que nos esforcemos por llenar nuestro corazón con una compasión más genuina, descubriremos que nos hemos acercado más al Salvador y que estamos más cerca de ser como Él. ¿Cómo puede cultivar su compasión, orar por los demás y ministrar como el Salvador?

Maneras en que el Salvador ministró	¿Puede emular al Salvador al...
“Mis entrañas rebosan de compasión por vosotros” (3 Nefi 17:6).	... tener verdadera compasión hacia las personas a las que sirve?
“Traedlos aquí y yo los sanaré” (3 Nefi 17:7).	... sostener a los enfermos y afligidos?
“Lo oímos rogar por nosotros al Padre” (3 Nefi 17:17).	... orar por los demás?
“Benditos sois a causa de vuestra fe. Y ahora he aquí, es completo mi gozo” (3 Nefi 17:20).	... ser feliz cuando aquellos a quienes ministra reciben y responden a su servicio?
“Tomó a sus niños pequeños, uno por uno, y los bendijo” (3 Nefi 17:21).	... preocuparse por las personas individualmente y servirles una por una?

¿CÓMO MINISTRABA EL SALVADOR?

“[El Salvador] [...] sonrió, habló, caminó, escuchó, dedicó tiempo, animó, enseñó, alimentó y perdonó a los demás. Dio servicio a familiares y amigos, vecinos y extraños por igual, e invitó a conocidos y seres queridos a disfrutar de las abundantes bendiciones de Su Evangelio. Esos ‘sencillos’ actos de servicio y amor proporcionan un modelo de cómo debemos ministrar hoy en día”

Jean B. Bingham, “Ministrar como lo hace el Salvador”, *Liahona*, mayo de 2018, pág. 104.

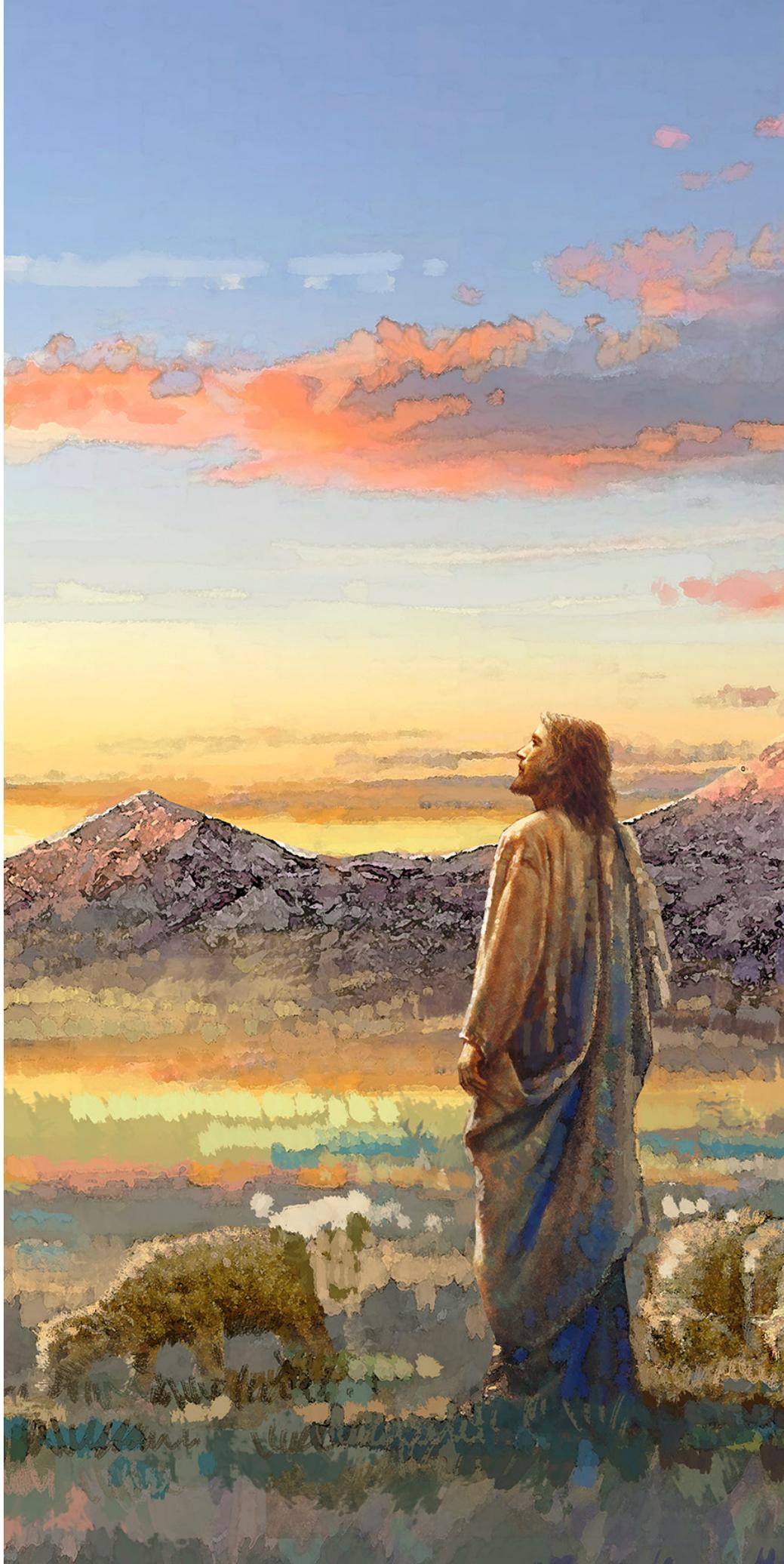


Somos los hijos del convenio

En 3 Nefi 20–21, leemos acerca de los convenios que Dios ha hecho con Sus hijos. Jesucristo enseñó a Sus discípulos en las Américas:

“Sois del convenio que el Padre concertó con vuestros padres, diciendo a Abraham: Y en tu posteridad serán benditas todas las familias de la tierra [...]; sois los hijos del convenio” (3 Nefi 20:25–26).

El presidente Russell M. Nelson ha recalcado repetidamente la importancia de recordar esta gran verdad¹.



¿Qué significa ser hijos del convenio?

Los hijos del convenio hacen los mismos convenios, es decir, promesas sagradas, con el Padre Celestial y Jesucristo que Ellos hicieron con Abraham (véase Abraham 2:8-11).

En 1843, el Señor le dijo a José Smith:

“Abraham recibió promesas en cuanto a su posteridad y a la del fruto de sus lomos —de cuyos lomos eres tú— [...] y en cuanto a Abraham y su posteridad [...], tanto en el mundo como fuera del mundo, continuarían tan innumerables como las estrellas [...].

“Esta promesa es para ti también, pues eres de Abraham” (Doctrina y Convenios 132:30-31).

Las bendiciones prometidas también se aplican a nosotros. El presidente Nelson enseñó que las promesas incluyen “el derecho de recibir la plenitud del Evangelio, disfrutar de las bendiciones del sacerdocio y llegar a ser dignos de recibir la mayor bendición de Dios: la vida eterna”².

¿Qué pasa si no soy descendiente de Abraham?

Cuando somos bautizados y confirmados miembros de La Iglesia de Jesucristo de los Santos de los Últimos Días, pasamos a formar parte de la familia de Abraham. Entonces, “llega[mos] a ser hijos e hijas de Jesucristo mediante la [...] obediencia [al Evangelio]”³.

¿Qué convenio hace el Padre Celestial con Sus hijos?

El Padre Celestial hace convenio de que, mediante la redención y Resurrección de Jesucristo, podemos regresar a vivir con Él y llegar a ser semejantes a Él. Ese es el propósito del Plan de Salvación. El presidente Nelson ha enseñado: “El plan del Padre Celestial para Sus hijos nos permite vivir donde y como Él vive y, finalmente, llegar a ser cada vez más semejantes a Él. Su plan pone a nuestra disposición las más ricas bendiciones de toda la eternidad, incluyendo el potencial de llegar a ser ‘coherederos con Cristo’ [Romanos 8:17]”⁴.

¿Por qué hacemos convenios con el Padre Celestial?

Regresamos con el Padre Celestial cuando hacemos convenios con Él y los guardamos. Eso es a lo que los profetas se refieren cuando hablan de andar por la senda de los convenios. El élder D. Todd Christofferson, del Cuórum de los Doce Apóstoles, explicó: “Nos embarcamos en esa senda desde la puerta del bautismo [...]. En el curso de la senda de los convenios [...], recibimos todas las ordenanzas y convenios pertenecientes a la salvación y la exaltación”⁵.

¿Qué es el nuevo y sempiterno convenio?

Otro nombre del convenio abrahámico es el nuevo y sempiterno convenio. Es nuevo en el sentido de que fue restaurado por medio de José Smith como la plenitud del Evangelio de Jesucristo⁶. Es sempiterno porque es el mismo convenio que Dios ha



hecho con Sus hijos cada vez que las personas han estado dispuestas a recibirlo⁷.

Cada convenio que hacemos es parte del nuevo y sempiterno convenio, incluidos el bautismo, el recibir el Sacerdocio de Melquisedec en el caso de los hombres, y la investidura y el sellamiento en el templo (el matrimonio eterno). ■

NOTAS

1. Véase Russell M. Nelson, “Decisiones para la eternidad”, devocional mundial para los jóvenes adultos, 15 de mayo de 2022, Biblioteca del Evangelio; “Convenios”, *Liahona*, noviembre de 2011, págs. 86-89; “Los hijos del convenio”, *Liahona*, julio de 1995, págs. 36-40.
2. Russell M. Nelson, “Convenios”, pág. 88.
3. Véase Guía para el estudio de las Escrituras, “Adopción”.
4. Russell M. Nelson, “Decisiones para la eternidad”.
5. D. Todd Christofferson, “El porqué de la senda de los convenios”, *Liahona*, mayo de 2021, pág. 116.
6. Véanse Doctrina y Convenios 66:2; D. Todd Christofferson, “El poder de los convenios”, *Liahona*, mayo de 2009, pág. 20.
7. Véase Guía para el Estudio de las Escrituras, “Nuevo y sempiterno convenio”, Biblioteca del Evangelio.



YO QUERÍA REGRESAR A DIOS, PERO ¿PODÍA?

Se ha omitido
el nombre

Me senté en mi habitación de motel en una nevada noche de enero, profundamente desanimado. Hacía poco que había terminado de cumplir más de treinta y cuatro años de cárcel por algunos delitos y lesiones graves, y estaba considerando hacer algo que me hubiera enviado directamente de vuelta a donde acababa de haber estado. Mis planes desde mi liberación se habían desmoronado y como tenía pocos recursos y mis oraciones parecían no recibir respuesta, las opciones parecían limitadas.

Un sonido del exterior me llamó la atención. Miré por la ventana y vi al dueño del motel quitando él solo la nieve con una pala en el estacionamiento. “Eso no está bien”, pensé, así que fui a ayudarlo. No pensé mucho en mi acto de servicio aquella noche, pero, para mi sorpresa, al día siguiente el dueño redujo el precio de mi habitación. Y mientras permanecí allí durante las siguientes cinco semanas, jamás me pidió que pagara el precio completo.

Su generosidad fue más que una bendición económica que necesitaba enormemente, su bondad también fue la respuesta a mi oración cuando estaba perdiendo la esperanza. Por medio de él, entendí que Dios me tenía presente y que debía dar algunos pasos para regresar a Él.

*Aunque creía en Jesucristo,
estaba convencido de que no era
posible que se me perdonara
por lo que había hecho.*



El camino de regreso

Décadas antes de esa noche de enero, no quería tener nada que ver con Dios. Cuando ingresé a la penitenciaría estatal siendo un joven de veintidós años enojado, amargado y confundido, hacía todo lo que podía para que los demás reclusos me temieran y respetaran. Además, creía que nadie podía ni debía amarme, ni siquiera Dios, pues estaba convencido de que había llegado al punto en que no había vuelta atrás y que no tenía esperanzas de redención.

Ahora sé que estaba equivocado; siempre podemos arrepentirnos y regresar a Dios. El élder Dieter F. Uchtdorf, del Cuórum de los Doce Apóstoles, enseñó lo siguiente:

“Satanás quiere que pensemos que al pecar hemos rebasado el ‘punto sin retorno’ y que ya es demasiado tarde para cambiar de rumbo [...]”.

“Cristo vino para salvarnos. Si hemos tomado el camino equivocado, la Expiación de Jesucristo nos brinda la seguridad de que el pecado *no* es un punto sin retorno. Si seguimos el plan de Dios para nuestra salvación, es posible lograr un retorno seguro”¹.

Mi regreso a Dios comenzó después de haber estado en la cárcel durante más de una década. Un amigo que me visitó en la penitenciaría durante años me dio el Libro de Mormón y me invitó a leerlo. Aunque había prometido que lo haría, lo posponía continuamente. Un fin de semana, mi amigo me visitó y me preguntó si siquiera había tocado el libro. ¡Claro que sí! Lo tocaba cada vez que limpiaba mi celda, pero no lo había leído, y no fue hasta una conversación seria con mi amigo, quien me recalcó lo importante que era que cumpliera mi promesa, que finalmente comencé a leerlo.

Encontré muchos relatos interesantes en el Libro de Mormón, pero me dije a mí mismo que eran solo eso, relatos. Luego llegué a Moroni 10:4. Admito que no quería preguntar “con un corazón sincero, con verdadera intención, teniendo fe en Cristo” si el libro era verdadero; no quería pensar en las consecuencias para alguien como yo si lo era. Además, si esa era la palabra de Dios, entonces la Expiación de Jesucristo era real, y detestaba pensar en cómo mis acciones habían contribuido a Su sufrimiento.

Sin embargo, oré. No vi una visión ni escuché una voz que dijera que el libro era verdadero, pero al mirar por la ventana en un día despejado de verano, una enorme nube de tormenta cruzó el cielo. No llovió, solo fue un viento muy fuerte y tan rápidamente como había llegado, la nube volvió a irse; y entonces lo supe. Tal como Moroni lo había prometido, el Espíritu me testificó al corazón que el Libro de Mormón era verdadero y que yo tenía que cambiar.

Empecé a estudiar las Escrituras más fervientemente y se me permitió comenzar un grupo de estudio del Libro de Mormón con otros reclusos. Además, los misioneros también se reunieron conmigo y con otras personas que estaban encarceladas. Durante los siguientes quince años, escuché las lecciones de los misioneros y, durante el resto del tiempo que estuve en la cárcel, traté de vivir de manera diferente, lo cual no era fácil en ese entorno. Sin embargo, fue posible gracias a mi Salvador, quien me apoyó y me guio a lo largo de aquella situación y en el siguiente capítulo de mi vida (véase Mosíah 24:15).

Hallar el perdón

Nunca olvidaré el día en que conocí a mi obispo después de aquella noche solitaria de enero en mi habitación de motel. El amigo que me había dado el Libro de Mormón me ayudó a ponerme en contacto con él. Cuando me reuní con el obispo en su oficina antes de ir a la iglesia, le hablé de mi pasado y estaba preparado para que me dijera que no necesitaban a alguien como yo en el barrio.

Pero, en vez de ello, me invitó a asistir a la reunión sacramental, y así lo hice. Estaba convencido de que tenía tatuada la palabra *preso* en la frente y que cuando entrara, todos me evitarían, pero no fue así. En cambio, encontré a las personas más acogedoras que jamás había conocido. Al domingo siguiente, regresé. No mucho después de comenzar a asistir a la iglesia, un consejero del obispado me preguntó si podría hablar sobre el perdón en la reunión sacramental.

“¿Yo? ¿Hablar sobre el perdón?”, pregunté. No obstante, cuando él afirmó que lo decía en serio, acepté la asignación. Al hablar a la congregación, estaba seguro de



que solo me verían como un exconvicto, pero cuanto más hablaba, más confianza tenía y después no recibí más que amor de parte de esos miembros que me saludaron con un abrazo o un apretón de manos. Ese día realmente sentí lo que era “ama[r] a tu prójimo como a ti mismo” (Mateo 22:39).

Y lo que es más importante, por fin entendí que cuando el Salvador padeció en el Jardín de Getsemaní y sangró por cada poro (véanse Mosías 3:7; Doctrina y Convenios 19:18–19), también sangró por mí. Aquel fue un momento decisivo: aunque había aceptado la veracidad del Libro de Mormón y había invitado a Jesucristo a mi vida, estaba convencido de que no se me invitaría al cielo; no habría perdón para mí. Su Expiación era para todos los demás, pero no para mí, debido a lo que había hecho.

No obstante, en ese momento, me di cuenta de que podía ser perdonado. Ese conocimiento me ayudó a seguir adelante con mi vida. Después de más reuniones con los misioneros, fui bautizado en marzo de 2012, lo cual fue mi primer paso en la senda de los convenios. Aunque antes no lo hubiera creído posible, pude casarme con una maravillosa mujer de mi barrio. Nos sellamos en el Templo de Salt Lake en junio de 2013.

Mi esposa y yo hemos aprendido a depositar nuestra fe en Jesucristo. Confiamos en Su Expiación, pues creemos que “debido a que Jesús caminó totalmente solo por el largo y solitario sendero, *nosotros* no tenemos que hacerlo”². Como seres humanos, somos imperfectos. A veces tropezaremos, e incluso caeremos, pero, más allá de cuán indignos creamos que somos o cuán imposibles de salvar nos consideremos, Cristo no se da por vencido con nosotros; Él siempre está dispuesto y presto a ayudarnos a regresar a casa a salvo. ■

NOTAS

1. Dieter F. Uchtdorf, “El punto de retorno seguro”, *Liahona*, mayo de 2007, pág. 99.
2. Jeffrey R. Holland, “Nadie estuvo con Él”, *Liahona*, mayo de 2009, pág. 88.

SIEMPRE AL ALCANCE DEL AMOR DIVINO

“Por más errores que piensen que hayan cometido, sean cuales sean los talentos que piensen que no tengan, o por más distancia que piensen que hayan recorrido lejos del hogar, de la familia y de Dios, testifico que *no* han viajado más allá del alcance del amor divino. No es posible que se hundan tan profundamente que no los alcance el brillo de la infinita luz de la Expiación de Cristo”

Presidente Jeffrey R. Holland, Presidente en Funciones del Cuórum de los Doce Apóstoles, “Los obreros de la viña”, *Liahona*, mayo de 2012, pág. 33.

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

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

Editor: Randall K. Bennett

Editor auxiliar: Ricardo P. Giménez

Asesores: Jan E. Newman, Michael T. Ringwood, Kristin M. Yee

Director administrativo: Jason J. Mitchell

Director de Revistas de la Iglesia: Adam C. Olson

Gerente del equipo de publicación: Lee Gibbons

Gerente administrativo: Garff Cannon

Coordinadores: Dillon Boss, Clark Miles

Editor administrativo: Martin Baron

Editores administrativos auxiliares: Brittany Beattie,

Ryan Carr, C. Matthew Flittton, Mindy Selu

Ayudante de publicación: Nancy Sutton

Editores asociados: Garrett H. Garff, Chakell Wardleigh

Herbert, Michael R. Morris, Alison R. Wood

Pasantes de editorial: London Brimhall, Olivia E. Grayson,

Isabelle Justice

Director de arte: Michael Dunford

Diseñadores: Ira Glen Adair, Fay P. Andrus, Julie Burdett,

David Green, Bryan W. Gygi, Colleen Hinckley, Stephen Neilsen

Pasante de diseño: Marlee Palmer

Gerente de operaciones de producción: Ammon Harris

Producción: Baylie Escamilla, Evany Pace, Marrisaa M. Smith,

Derek Washburn

Director de impresión: Steven T. Lewis

Director de distribución: Nelson González Coordinación

de Liahona: Verónica Valeria Vargas

Dirección postal: Liahona, Fl. 23, 50 E. North Temple St.,

Salt Lake City, UT 84150-0023, USA.

La revista *Liahona* (un término del Libro de Mormón que significa "brújula" o "director") se publica en español, albanés, alemán, armenio, bislama, búlgaro, camboyano, cebuano, checo, chino, chino (simplificado), coreano, croata, danés, eslovaco, esloveno, estonio, fiyiano, finés, francés, gilbertino, griego, húngaro, indonesio, inglés, islandés, italiano, japonés, letón, lituano, malgache, marshalés, mongol, neerlandés, noruego, polaco, portugués, rumano, ruso, samoano, serbio, suajili, sueco, tagalo, tailandés, tahitiano, tongano, ucraniano, urdu y vietnamita (la frecuencia de las publicaciones varía según el idioma).

© 2024 por Intellectual Reserve, Inc. Todos los derechos reservados. Impreso en los Estados Unidos de América.

Información de derechos de autor: Salvo donde se indique lo contrario, el material de la revista *Liahona* puede copiarse para uso personal y sin fines de lucro (incluso para llamamientos en la Iglesia). Este derecho se puede revocar en cualquier momento. El material gráfico no podrá reproducirse si hubiera restricciones en la línea de reconocimiento del mismo. Las preguntas que tengan que ver con derechos de autor deben dirigirse a Intellectual Property Office, 50 E. North Temple St., FL 5, Salt Lake City, UT 84150, USA; correo electrónico: cor-intellectualproperty@ChurchofJesusChrist.org.

For readers in the United States and Canada:

October 2024 Vol. 48 No. 10. LIAHONA (USPS 311-480) English (ISSN 1080-9554) is published monthly by The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints, 50 E. North Temple St., Salt Lake City, UT 84150-0024, USA. Periodicals Postage Paid at Salt Lake City, Utah. Sixty days' notice required for change of address.

Include address label from a recent issue; old and new address must be included. **Subscription helpline: 1-800-537-5971.** (Canada Post Information: Publication Agreement #40017431)

POSTMASTER: Send all UAA to CFS (see DMM 507.1.5.2).

NONPOSTAL AND MILITARY FACILITIES: Send address changes to Distribution Services, Church Magazines, P.O. Box 26368, Salt Lake City, UT 84126-0368, USA.



MÁS INFORMACIÓN EN LA BIBLIOTECA DEL EVANGELIO EN MUCHOS IDIOMAS

ARTÍCULOS DE LA REVISTA *LIAHONA* SOLO EN FORMATO DIGITAL

Cada mes, se puede encontrar más artículos de la revista *Liahona* en liahona.ChurchofJesusChrist.org o en la aplicación Biblioteca del Evangelio. Los temas van cambiando e incluyen relatos de miembros y reflexiones acerca de la crianza de los hijos, adultos solteros, *Ven, sígueme*, cómo afrontar los desafíos de la vida con fe y mucho más.

PUBLICACIÓN SEMANAL PARA JÓVENES ADULTOS

Puedes encontrar más artículos en la *Publicación semanal para jóvenes adultos*, la cual se halla en la Biblioteca del Evangelio, en Revistas o en Adultos > Jóvenes adultos.

NOTIFICACIONES DE LA APLICACIÓN BIBLIOTECA DEL EVANGELIO

Puede configurar la aplicación Biblioteca del Evangelio para que se le avise cuando haya un nuevo ejemplar de la revista *Liahona*. Para ello, pulse el ícono de menú, luego Configuración, Notificaciones y Nuevo contenido.

COMUNÍCATE CON NOSOTROS

Utiliza el vínculo que se halla en liahona.ChurchofJesusChrist.org para enviar preguntas, comentarios o experiencias.

Puedes ponerte en contacto con nosotros enviándonos un mensaje por correo electrónico a liahona@ChurchofJesusChrist.org o por correo postal a:

Liahona, Floor 23
50 E. North Temple Street
Salt Lake City, UT
84150-0023, USA

Cristo bendice y reparte la Santa Cena a los nefitas

“Y cuando los discípulos hubieron llegado con pan y vino, [Jesús] tomó el pan y lo partió y lo bendijo; y dio a los discípulos y les mandó que comiesen.

“Y cuando hubieron comido y fueron llenos, mandó que dieran a la multitud [...].

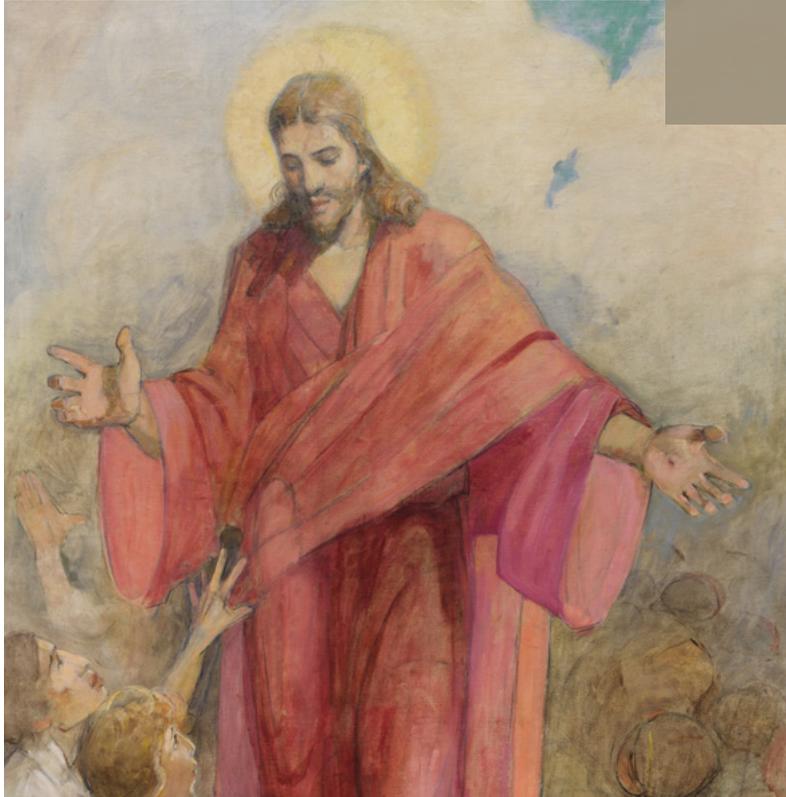
“Y sucedió que cuando hubo dicho estas palabras, mandó a sus discípulos que tomaran del vino de la copa y bebieran de él, y que dieran también a los de la multitud para que bebiesen”.

3 Nefi 18:3-4, 8



*¿Cómo pueden mis
convenios mantenerme
conectado con lo
que más importa?*

30



EL ABUSO O MALTRATO
EMOCIONAL

**RECURSOS
Y AYUDA**

14

VEN, SÍGUEME

**LA MINISTRACIÓN
Y LOS CONVENIOS**

40

34 AÑOS EN LA CÁRCEL

**¿HABRÍA PERDÓN
PARA MÍ?**

44



SPANISH