

Para la Fortaleza de la

Juventud

Sigue la
luz,
sé una **luz,**

págs. 4, 14, 20

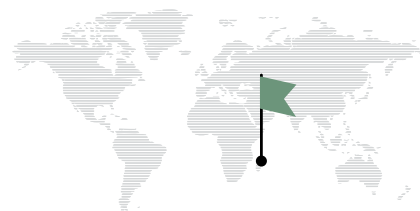
CUATRO MANERAS
EN QUE JESUCRISTO TE
FORTALECE A TI, pág. 2

ENCUENTRA EL CAMINO
DURANTE LA OSCURIDAD,
pág. 12

ESPERANZA, AYUDA
Y SANACIÓN DEL
ABUSO O MALTRATO, pág. 8

TOJONIRINA R.

17 AÑOS, MADAGASCAR



ME LLAMO TOJONIRINA y soy de Antananarivo, Madagascar. Me encanta escuchar música relajante, leer libros y jugar al baloncesto y al fútbol.

Cuando tenía ocho años, decidí ser bautizado y, al sumergirme en el agua, sentí una felicidad especial que provenía del Espíritu. Poco después de mi bautismo, falleció mi madre y me sentí triste, deprimido y frustrado. Ningún niño debería pasar por el sentimiento de perder a su madre.

Sin embargo, tres años después fuimos al templo y nos sellamos como familia. Ese día regresó el sentimiento especial del Espíritu y sentí que mi madre estaba a mi lado en el templo. Tengo fe en que algún día la volveré a ver.

Me esfuerzo por recordar siempre lo que sentí en el templo. Mantengo el Espíritu conmigo leyendo las Escrituras y estudiando acerca de las bendiciones del templo. Cuando

los mensajes del mundo tratan de confundirme, estudio las Escrituras y confío en las palabras de los profetas. Ellos me animan y fortalecen mi fe.



Comparte tu relato y lee relatos de otros jóvenes en Instagram, en **@StriveToBe**.

Índice de temas

2 CUATRO MANERAS EN QUE JESUCRISTO TE FORTALECE A TI

Por las Presidencias Generales de las Mujeres Jóvenes y de los Hombres Jóvenes

Conoce cómo el lema de los jóvenes de este año puede aplicarse a ti.

4 SIGUE LA LUZ VERDADERA

Por el presidente M. Russell Ballard

La luz de Jesucristo siempre está disponible para ti.

8 AVANZAR HACIA DÍAS MÁS BRILLANTES

Quienes han sobrevivido al abuso o maltrato pueden encontrar esperanza, ayuda y sanación.

10 MÁS SEMEJANTES A CRISTO

Mira cómo los jóvenes están creciendo por medio de metas.

12 FE EN LA OSCURIDAD

Por Jan E. Newman

Algunas sugerencias para ayudar con las preguntas y las dudas.

14 NUESTRA PROMESA DE SER UNA LUZ

Hagamos todo lo posible por compartir la luz de Jesucristo.

16 EL MILAGRO SUPREMO

Lee acerca de milagros antiguos y modernos, y del más importante de todos.

19 SER PACIFICADOR: TU NUEVO SUPERPODER

Un relato ilustrado que muestra la diferencia que puedes marcar en tu familia.

20 DONES DEL EVANGELIO EN GUAM

Una joven descubre la amistad y el consuelo por medio del Evangelio.

Además, en el interior...

25 Mis cosas favoritas

26 Firmes cimientos

28 Una parada divertida

30 Preguntas y respuestas

32 Lugares de las Escrituras

33 Póster del lema para los jóvenes 2023



Busca este ícono en el interior para descubrir artículos relacionados con el estudio de las Escrituras de Ven, sígueme de este mes.



La Primera Presidencia:

Russell M. Nelson, Dallin H. Oaks, Henry B. Eyring

El Cuórum de los Doce Apóstoles:

M. Russell Ballard, 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

Editor:

Randy D. Funk
Asesores: Rebecca L. Craven, Valeri V. Cordán, Michael T. Ringwood, Bradley R. Wilcox

Director administrativo:

Richard I. Heaton

Director de Revistas de la Iglesia:

Aaron Johnston

Gerente de equipo de publicación:

Lee Gibbons

Gerente administrativo:

Garff Cannon

Editor gerente:

Paul B. Murphy

Editor administrativo auxiliar:

David Dickson

Revisor de texto:

David A. Edwards

Redacción y revisión:

Eric B. Murdock, Jessica Zoey Strong

Pasante editorial:

Jessica Brousseau

Ayudante de publicación:

Priscilla Biehl Da Silva

Director de arte:

Jeanette Andrews

Diseño:

Mandie Bentley, C. Kimball Bott, Joshua Dennis, Kelsey Fackrell

Diseño interior:

Emily E. Jones

Coordinadora de propiedad intelectual:

Priscilla Biehl Da Silva

Gerente de producción:

Ammon Harris

Producción:

Ira Glen Adair, Julie Burdett, José Chávez, Bryan W. Gyg, Marissa M. Smith, Rohn Solomon

Director de impresión:

Steven T. Lewis

Director de distribución:

Nelson González

Coordinación de Para la Fortaleza de la Juventud:

Magally Escalante, Verónica Valeria Vargas

© 2023 por Intellectual Reserve, Inc. Todos los derechos reservados. Impreso en los Estados Unidos de América. Para la

Fortaleza de la Juventud (ISSN 0164-5285) es una publicación mensual de La Iglesia de Jesucristo de los Santos de los Últimos

Días, 50 E. North Temple St., Salt Lake City, UT 84150-0024, EE. UU. Los gastos de envío de la revista se pagan en Salt Lake City, Utah.

Salvo donde se indique lo contrario, el material de la revista Para la Fortaleza de la Juventud puede reproducirse para uso personal y sin fines de lucro (incluso para los llamamientos de la Iglesia). Este derecho puede revocarse en cualquier momento. El material visual no podrá reproducirse si hubiera restricciones en la línea de reconocimiento del mismo. Los

preguntas tocantes a los derechos de autor deben dirigirse a Intellectual Property Office, 50 E. North Temple St., FL 5, Salt Lake City, UT 84150, USA; o por correo electrónico a: cor-intellectualproperty@ChurchofJesusChrist.org.

Para suscribirse o modificar la dirección:

Dirígete a store.ChurchofJesusChrist.org o envía la información de la dirección anterior y de la nueva a: Distribution Services, Church Magazines, P.O. Box 26368, Salt Lake City, UT 84126-0368, USA. O bien llama al teléfono: +1-800-537-5971 (solo EE. UU.). Aguarda 60 días para que se verifiquen los cambios.

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.

Canada Post Information: Publication Agreement #40017431.

Dirígete a store.ChurchofJesusChrist.org o envía la información de la dirección anterior y de la nueva a: Distribution Services, Church Magazines, P.O. Box 26368, Salt Lake City, UT 84126-0368, USA. O bien llama al teléfono: +1-800-537-5971 (solo EE. UU.). Aguarda 60 días para que se verifiquen los cambios.

Dirígete a store.ChurchofJesusChrist.org o envía la información de la dirección anterior y de la nueva a: Distribution Services, Church Magazines, P.O. Box 26368, Salt Lake City, UT 84126-0368, USA. O bien llama al teléfono: +1-800-537-5971 (solo EE. UU.). Aguarda 60 días para que se verifiquen los cambios.

Dirígete a store.ChurchofJesusChrist.org o envía la información de la dirección anterior y de la nueva a: Distribution Services, Church Magazines, P.O. Box 26368, Salt Lake City, UT 84126-0368, USA. O bien llama al teléfono: +1-800-537-5971 (solo EE. UU.). Aguarda 60 días para que se verifiquen los cambios.

Dirígete a store.ChurchofJesusChrist.org o envía la información de la dirección anterior y de la nueva a: Distribution Services, Church Magazines, P.O. Box 26368, Salt Lake City, UT 84126-0368, USA. O bien llama al teléfono: +1-800-537-5971 (solo EE. UU.). Aguarda 60 días para que se verifiquen los cambios.

Dirígete a store.ChurchofJesusChrist.org o envía la información de la dirección anterior y de la nueva a: Distribution Services, Church Magazines, P.O. Box 26368, Salt Lake City, UT 84126-0368, USA. O bien llama al teléfono: +1-800-537-5971 (solo EE. UU.). Aguarda 60 días para que se verifiquen los cambios.

Dirígete a store.ChurchofJesusChrist.org o envía la información de la dirección anterior y de la nueva a: Distribution Services, Church Magazines, P.O. Box 26368, Salt Lake City, UT 84126-0368, USA. O bien llama al teléfono: +1-800-537-5971 (solo EE. UU.). Aguarda 60 días para que se verifiquen los cambios.

Dirígete a store.ChurchofJesusChrist.org o envía la información de la dirección anterior y de la nueva a: Distribution Services, Church Magazines, P.O. Box 26368, Salt Lake City, UT 84126-0368, USA. O bien llama al teléfono: +1-800-537-5971 (solo EE. UU.). Aguarda 60 días para que se verifiquen los cambios.

Dirígete a store.ChurchofJesusChrist.org o envía la información de la dirección anterior y de la nueva a: Distribution Services, Church Magazines, P.O. Box 26368, Salt Lake City, UT 84126-0368, USA. O bien llama al teléfono: +1-800-537-5971 (solo EE. UU.). Aguarda 60 días para que se verifiquen los cambios.

Dirígete a store.ChurchofJesusChrist.org o envía la información de la dirección anterior y de la nueva a: Distribution Services, Church Magazines, P.O. Box 26368, Salt Lake City, UT 84126-0368, USA. O bien llama al teléfono: +1-800-537-5971 (solo EE. UU.). Aguarda 60 días para que se verifiquen los cambios.

Dirígete a store.ChurchofJesusChrist.org o envía la información de la dirección anterior y de la nueva a: Distribution Services, Church Magazines, P.O. Box 26368, Salt Lake City, UT 84126-0368, USA. O bien llama al teléfono: +1-800-537-5971 (solo EE. UU.). Aguarda 60 días para que se verifiquen los cambios.

Dirígete a store.ChurchofJesusChrist.org o envía la información de la dirección anterior y de la nueva a: Distribution Services, Church Magazines, P.O. Box 26368, Salt Lake City, UT 84126-0368, USA. O bien llama al teléfono: +1-800-537-5971 (solo EE. UU.). Aguarda 60 días para que se verifiquen los cambios.

Dirígete a store.ChurchofJesusChrist.org o envía la información de la dirección anterior y de la nueva a: Distribution Services, Church Magazines, P.O. Box 26368, Salt Lake City, UT 84126-0368, USA. O bien llama al teléfono: +1-800-537-5971 (solo EE. UU.). Aguarda 60 días para que se verifiquen los cambios.

Dirígete a store.ChurchofJesusChrist.org o envía la información de la dirección anterior y de la nueva a: Distribution Services, Church Magazines, P.O. Box 26368, Salt Lake City, UT 84126-0368, USA. O bien llama al teléfono: +1-800-537-5971 (solo EE. UU.). Aguarda 60 días para que se verifiquen los cambios.

Dirígete a store.ChurchofJesusChrist.org o envía la información de la dirección anterior y de la nueva a: Distribution Services, Church Magazines, P.O. Box 26368, Salt Lake City, UT 84126-0368, USA. O bien llama al teléfono: +1-800-537-5971 (solo EE. UU.). Aguarda 60 días para que se verifiquen los cambios.

Dirígete a store.ChurchofJesusChrist.org o envía la información de la dirección anterior y de la nueva a: Distribution Services, Church Magazines, P.O. Box 26368, Salt Lake City, UT 84126-0368, USA. O bien llama al teléfono: +1-800-537-5971 (solo EE. UU.). Aguarda 60 días para que se verifiquen los cambios.

Dirígete a store.ChurchofJesusChrist.org o envía la información de la dirección anterior y de la nueva a: Distribution Services, Church Magazines, P.O. Box 26368, Salt Lake City, UT 84126-0368, USA. O bien llama al teléfono: +1-800-537-5971 (solo EE. UU.). Aguarda 60 días para que se verifiquen los cambios.

Dirígete a store.ChurchofJesusChrist.org o envía la información de la dirección anterior y de la nueva a: Distribution Services, Church Magazines, P.O. Box 26368, Salt Lake City, UT 84126-0368, USA. O bien llama al teléfono: +1-800-537-5971 (solo EE. UU.). Aguarda 60 días para que se verifiquen los cambios.

Dirígete a store.ChurchofJesusChrist.org o envía la información de la dirección anterior y de la nueva a: Distribution Services, Church Magazines, P.O. Box 26368, Salt Lake City, UT 84126-0368, USA. O bien llama al teléfono: +1-800-537-5971 (solo EE. UU.). Aguarda 60 días para que se verifiquen los cambios.

Dirígete a store.ChurchofJesusChrist.org o envía la información de la dirección anterior y de la nueva a: Distribution Services, Church Magazines, P.O. Box 26368, Salt Lake City, UT 84126-0368, USA. O bien llama al teléfono: +1-800-537-5971 (solo EE. UU.). Aguarda 60 días para que se verifiquen los cambios.

Dirígete a store.ChurchofJesusChrist.org o envía la información de la dirección anterior y de la nueva a: Distribution Services, Church Magazines, P.O. Box 26368, Salt Lake City, UT 84126-0368, USA. O bien llama al teléfono: +1-800-537-5971 (solo EE. UU.). Aguarda 60 días para que se verifiquen los cambios.

Dirígete a store.ChurchofJesusChrist.org o envía la información de la dirección anterior y de la nueva a: Distribution Services, Church Magazines, P.O. Box 26368, Salt Lake City, UT 84126-0368, USA. O bien llama al teléfono: +1-800-537-5971 (solo EE. UU.). Aguarda 60 días para que se verifiquen los cambios.

Dirígete a store.ChurchofJesusChrist.org o envía la información de la dirección anterior y de la nueva a: Distribution Services, Church Magazines, P.O. Box 26368, Salt Lake City, UT 84126-0368, USA. O bien llama al teléfono: +1-800-537-5971 (solo EE. UU.). Aguarda 60 días para que se verifiquen los cambios.

Dirígete a store.ChurchofJesusChrist.org o envía la información de la dirección anterior y de la nueva a: Distribution Services, Church Magazines, P.O. Box 26368, Salt Lake City, UT 84126-0368, USA. O bien llama al teléfono: +1-800-537-5971 (solo EE. UU.). Aguarda 60 días para que se verifiquen los cambios.

Dirígete a store.ChurchofJesusChrist.org o envía la información de la dirección anterior y de la nueva a: Distribution Services, Church Magazines, P.O. Box 26368, Salt Lake City, UT 84126-0368, USA. O bien llama al teléfono: +1-800-537-5971 (solo EE. UU.). Aguarda 60 días para que se verifiquen los cambios.

Dirígete a store.ChurchofJesusChrist.org o envía la información de la dirección anterior y de la nueva a: Distribution Services, Church Magazines, P.O. Box 26368, Salt Lake City, UT 84126-0368, USA. O bien llama al teléfono: +1-800-537-5971 (solo EE. UU.). Aguarda 60 días para que se verifiquen los cambios.

Dirígete a store.ChurchofJesusChrist.org o envía la información de la dirección anterior y de la nueva a: Distribution Services, Church Magazines, P.O. Box 26368, Salt Lake City, UT 84126-0368, USA. O bien llama al teléfono: +1-800-537-5971 (solo EE. UU.). Aguarda 60 días para que se verifiquen los cambios.

EN LA CUBIERTA: Dones del Evangelio en Guam, pág. 20
Fotografía por Cody Bell.

fsy Conoce más sobre las conferencias
FSY en fsy.ChurchofJesusChrist.org.

Enero de 2023, vol. III, núm. 1

CUATRO MANERAS

en que
Jesucristo te
fortalece *a ti*



Todo lo
puedo en
Cristo.

FILIPENSES 4:13

Por las Presidencias Generales de las Mujeres
Jóvenes y de los Hombres Jóvenes

EN TODO el mundo, los cristianos se regocijan con el pasaje de las Escrituras: “Todo lo puedo en Cristo que me fortalece” (Filipenses 4:13).

Cuando las personas escuchan esto, algunos de ellos pueden pensar que eso significa que pueden superar cualquier prueba, ganar cualquier juego y hacer que todo deseo se haga realidad; pero eso no es lo que enseña este pasaje de las Escrituras.

Fue escrito por el apóstol Pablo mientras estaba en prisión. Como prisionero, había mucho que Pablo *no* podía hacer, pero sabía que Jesucristo podía fortalecerlo para hacer lo que más importa.

¡Lo mismo sucede contigo!

1

Cristo te
fortalece para
SABER

Jesucristo te ha dado varias maneras importantes en que puedes llegar a saber lo que es verdadero. Él nos ha enseñado a todos a orar siempre (véase 3 Nefi 18:18) y a preguntar para saber lo que es verdadero (véase Moroni 10:4–5). También puedes encontrar y saber lo que es verdad por medio del estudio de las Escrituras.

La oración y el estudio de las Escrituras traen el Espíritu a tu vida. El Espíritu puede hablar a “tu mente y a tu corazón” (Doctrina y Convenios 8:2), “[llenar] tu alma de gozo” e “[iluminar] tu mente” (Doctrina y Convenios 11:13).

De esa manera, puedes “escucharlo”: escuchar las palabras del Salvador y seguir lo que Él ha dicho. El presidente Russell M. Nelson ha enseñado que este es “el patrón o modelo para tener éxito, felicidad y gozo en esta vida”¹.

2

Cristo te fortalece para HACER

A medida que te esfuerzas por guardar los mandamientos y tomar buenas decisiones que conducen a la paz y a la felicidad, recibes fortaleza. Jesucristo te fortalece para hacer eso aun cuando esas decisiones sean difíciles de tomar. A veces puede que tomes una mala decisión. Afortunadamente, la expiación del Salvador hace posible el arrepentimiento. Gracias a Jesucristo, puedes llegar a ser limpio y hallar gozo. Él puede fortalecerte para “actuar mejor y ser [mejor]”² cada día.

3

Cristo te fortalece para VENCER

En prisión, Pablo escribió: “... he aprendido a contentarme con lo que tengo. “Sé vivir humildemente, y sé tener abundancia; en todo y por todo estoy enseñado” (Filipenses 4:11–12).

En otras palabras, Pablo aprendió que, por medio de Cristo, puede vencer sus pruebas y desafíos y aprender de ellos. Jesucristo puede fortalecerte para que hagas lo mismo. El Salvador padeció “dolores, aflicciones y tentaciones de todas clases”. Tomó sobre Sí nuestras debilidades para que Él “sepa cómo socorrer [que significa ayudar] a los de su pueblo, de acuerdo con las debilidades de ellos” (Alma 7:11–12). No importa lo que afrontes, Jesucristo puede fortalecerte para perseverar y lograr cosas que no podrías hacer por ti mismo.

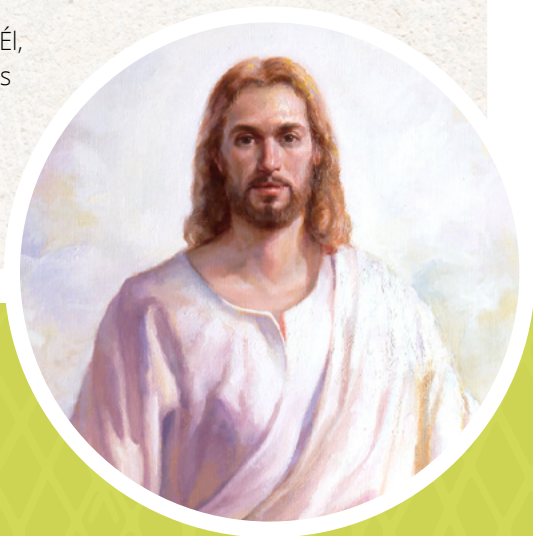
4

Cristo te fortalece para LLEGAR A SER

Jesucristo ha hecho que la resurrección sea una realidad para todos nosotros y Él hace posible la vida eterna para aquellos que se arrepienten, reciben ordenanzas esenciales y hacen y guardan convenios relacionados con ellas. Sin Cristo, no podríamos cumplir con lo que el Padre Celestial más desea: que lleguemos a ser más como Él y Su

Hijo Jesucristo, y que moremos con Ellos eternamente.

Puedes llegar a ser más como Jesucristo al aprender de Él, confiar en Él y seguir Su ejemplo. Eso te conducirá a vivir con más fe, esperanza, caridad, paciencia, humildad, pureza y obediencia. Todos estos son atributos del Salvador.



A medida que te esfuerces por seguir a Jesucristo, Él será tu esperanza y tu luz y te guiará para llegar a ser todo lo que Él sabe que puedes llegar a ser. Y con Pablo, podrás decir: “Todo lo puedo en Cristo que me fortalece”. 🙏

NOTAS

1. Russell M. Nelson, “Escúchalo”, Conferencia General de abril de 2020 (*Liahona*, mayo de 2020, pág. 89).
2. Russell M. Nelson, “Podemos actuar mejor y ser mejores”, Conferencia General de abril de 2019 (*Liahona*, mayo de 2019, pág. 67).

Sigue la LUZ verdadera

EN 1948, el sol se ponía un domingo más, mientras yo me encontraba caminando junto al río Trent, en Nottingham, Inglaterra. Era un misionero de veinte años en ese momento y había tenido un día largo y agotador, pero estaba feliz y satisfecho con la obra.

Al ir caminando junto al río hice una oración en silencio. Con la esperanza de sentir la guía del Señor, pregunté: “¿Estoy haciendo lo que Tú quieres?”.

De repente me sobrevino un sentimiento abrumador de paz y comprensión. En ese preciso momento, llegué a saber que Jesucristo me conocía y me amaba. No tuve una visión ni oí una voz, pero no podría haber sabido de la realidad y la divinidad de Cristo con más poder que si Él mismo hubiese estado ante mí y me hubiera llamado por mi nombre.

Desde ese día hasta hoy, toda decisión importante que he tomado ha sido influenciada por mi conocimiento de que Jesucristo es el Hijo de Dios. Lo amo más profunda y poderosamente de lo que las palabras pueden expresar. Él es mi Señor, mi Salvador, mi Redentor y mi amigo.

A lo largo de los años y en casi todo del mundo, he testificado del Salvador. Sé que Él es la luz verdadera y sempiterna que “resplandece en tinieblas” (Juan 1:5). Es un privilegio para nosotros venir a Él, seguirlo y sentir Su luz en nuestra vida.

Un mensaje del



**PRESIDENTE
M. RUSSELL
BALLARD**

Presidente en Funciones
del Cuórum de los Doce
Apóstoles

CONSIDER THE LILIES [CONSIDERAD LOS LIRIOS], POR HALEY MILLER; ILUSTRACIONES POR ADAM NICKEL.



*La luz de Jesucristo siempre está
disponible para ti: ayer, hoy y siempre.*



La verdad sobre la luz

Cada veinticuatro horas, el día se convierte en noche y la noche se convierte en día. Cuando experimentamos la oscuridad de la noche, no nos preocupa que el sol se haya ido. Sabemos que la tierra rotará y que el sol brillará sobre nosotros de nuevo. Tal vez no siempre podamos ver o sentir la luz, pero *siempre* está ahí.

Lo mismo ocurre en el aspecto espiritual. Recuerdo esto de hace muchos años, cuando mi esposa Barbara y yo contemplábamos con asombro el cielo nocturno. Millones de estrellas lucían excepcionalmente brillantes y hermosas y mis pensamientos se volvieron con asombro hacia Jesucristo.

Él estuvo “en el principio con Dios” (Juan 1:2-2). Bajo la dirección del Padre Celestial, creó la tierra y los incontables mundos (véase Moisés 1:33). Él es el poder que ilumina el sol, la luna y las estrellas (véase Doctrina y Convenios 88:7-10). Él es la fuente de la luz y la vida de todas las cosas (véanse Juan 1:3-4; Doctrina y Convenios 93:10). Él declaró: “Yo soy la luz del mundo; el que me sigue no andará en tinieblas, sino que tendrá la luz de la vida” (Juan 8:12).

En la actualidad Satanás está trabajando horas extras para apagar la luz del Salvador, pero no puedes estar en un lugar tan oscuro en el que la luz de Jesucristo no te pueda iluminar si vienes a Él. Su luz está *siempre* ahí.

Él ilumina nuestro camino

Como Hijo de Dios, Jesucristo tuvo gloria con Dios el Padre “antes que el mundo fuese” (Juan 17:5). Fue perfectamente obediente a Su Padre (véase Juan 5:30) y vino voluntariamente a la tierra. Renunció a Su gloria para nacer en un humilde establo donde Su madre “lo envolvió en pañales y lo acostó en un pesebre” (Lucas 2:7).

Durante Su juventud, anduvo en “los asuntos de [Su] Padre” (Lucas 2:49) y dejó maravillados a quienes escucharon Sus enseñanzas. En Su ministerio, Él tuvo el poder de efectuar milagros, bendecir y sanar a los enfermos, dar vida a los muertos y, finalmente, proporcionar la Expiación infinita.

En todo lo que el Salvador ha dicho y hecho, especialmente en Su sacrificio expiatorio, Él nos ha mostrado el camino a nuestro Padre Celestial. Su ejemplo y Sus enseñanzas iluminan el camino que debemos seguir para regresar a nuestro hogar celestial.



Comparte Su luz

Una vez que sentimos la luz del Hijo de Dios en nuestra vida, debemos esforzarnos por compartir esa luz con los demás. Me encantó ser misionero en Inglaterra. Me encantó ser presidente de misión en Canadá. Me encanta mi llamamiento actual como miembro del Cuórum de los Doce Apóstoles, lo cual me permite testificar de Jesucristo en todo el mundo.

El Salvador enseñó: “He aquí, yo soy la luz que debéis sostener en alto: aquello que me habéis visto hacer” (3 Nefi 18:24).

La luz del Salvador brilla dentro de nosotros cada vez que oramos y buscamos Su palabra en las Escrituras. Su luz brilla

cuando amamos como Él ama, compartimos nuestro testimonio y prestamos servicio desinteresado. Esto saca las tinieblas de nuestra vida y atrae a otras personas que buscan Su luz.



Su luz perdura para siempre

La luz de Jesucristo siempre está disponible para ti. Nada, absolutamente nada, puede vencer ni extinguir Su luz, perdurará para siempre. Jesucristo “es la luz y la vida del mundo [...], una luz que es infinita, que nunca se puede extinguir” (Mosíah 16:9).

Estoy eternamente agradecido por la experiencia que tuve cuando,

siendo un joven misionero, llegué a saber esto por mí mismo. Lo sé con mayor certeza hoy, ya que he experimentado la vida con todas sus pruebas y gozos.

Si no sabes a dónde ir o qué hacer, fíjate en la luz verdadera del Hijo de Dios. Si estás dispuesto a venir a Él y seguir Su luz, Él iluminará tu camino. 🏠

Conoce al PRESIDENTE BALLARD



Conoció a su esposa, Barbara Bowen, en el baile “**Hello Day Dance**”, de la Universidad de Utah.



Trabajó en el **concesionario de autos** de su padre a principios de la década de 1950 y fue el **mejor vendedor**.



Tiene **7** hijos,
43 nietos,
91 bisnietos.



Sirvió como **presidente de misión** en la

Misión Canadá Toronto desde 1974 hasta 1977.

AVANZAR HACIA DÍAS MÁS BRILLANTES

La esperanza, la ayuda y la sanación están disponibles para quienes han sobrevivido al abuso o maltrato.

Por Marissa Widdison

Revistas de la Iglesia

UNA VEZ VOLÉ por entre un espacio lleno de humo proveniente de un incendio forestal cercano. Al despegar el avión, atravesamos la bruma de cenizas hasta emerger hacia un cielo despejado y soleado. Me di cuenta de que el sol brillante y el aire limpio habían estado allí todo el tiempo, pero mi capacidad para disfrutar de ellos había quedado bloqueada por algo fuera de mi control. El incendio no había sido culpa mía, pero había afectado mi vida.

El abuso o maltrato es así. Los que sufren abuso o maltrato nunca tienen la culpa, pero deben lidiar con las consecuencias. El abuso puede nublar nuestro sentido de autoestima y hacer que sea difícil sentir el amor de Dios. Puede tomar un tiempo para que los sobrevivientes emerjan de la nube de mentiras de Satanás y vuelvan a conectarse con las verdades eternas. ¡Pero hay espe-

ranza, ayuda y sanación disponibles en cada paso del camino!

UNA HISTORIA

El papá de Stacie¹ era abusivo. Le dijo que no sería buena en nada cuando creciera. La hacía sentir que no valía nada.

Cuando Stacie se mudó a la universidad, pudo pensar con más claridad. Comenzó a ir a la Iglesia de nuevo y sintió el amor de Dios por ella y por su familia. Con el tiempo, encontró una paz cada vez mayor en el Evangelio y en su relación con el Salvador.

Se estima que mil millones de niños en todo el mundo sufrirán algún tipo de abuso este año². Tal vez tú u otras personas que conozcas estén pasando por una experiencia como la de Stacie. Los siguientes recursos te pueden servir de ayuda.

SI ESTÁS EXPERIMENTANDO ABUSO O MALTRATO

Si estás siendo lastimado, por favor, cuéntale a alguien lo que te está sucediendo. ¡Debes saber que Dios te ama! Y los miembros justos de tu familia, los amigos y los miembros de la Iglesia que hay en tu vida también te quieren. Ellos te apoyarán y te ayudarán a superar esto.

Y, por favor, recuerda: “El abuso o maltrato no fue, ni es, ni jamás será culpa de ustedes [...], no son ustedes quienes tienen que arrepentirse. Ustedes no son los responsables”³.

El Dr. Sheldon Martin, terapeuta de los Servicios para la Familia de la Iglesia, dice que puede ser útil que los supervivientes se centren en las verdades eternas de su pasado, presente y futuro.





- **Pasado:** “Más personas de las que te imaginas se preocupan por ti”, dice el Dr. Martin, señalando que uno es ante todo hijo de padres celestiales. Tu familia eterna se extiende mucho más allá de tus relaciones terrenales. Además de la fortaleza y el consuelo del Padre Celestial, de Jesucristo y del Espíritu Santo, en el otro lado del velo hay antepasados amorosos que se preocupan por ti y pueden ministrarle.
- **Presente:** “Está bien que te ames a ti mismo en este momento”, dice el Dr. Martin, sin importar dónde estés en el proceso de sanación. Es normal sentirse enojado, quebrantado o confundido. Ten paciencia contigo mismo.

- **Futuro:** “Las cosas mejorarán”, dice el Dr. Martin. “Lo sé porque conozco al Salvador. Él se preocupa por ti”. Haz lo que puedas para mantenerte cerca de Él. Al hacerlo, llegarás a ser capaz de distanciarte de relaciones tóxicas y serás cada vez más capaz de sentir Su paz y amor.

SI CREES QUE UN AMIGO ESTÁ SUFRIENDO ABUSO O MALTRATO

- Pregúntale directamente: “¿Te está haciendo daño alguien?”.
- Escucha atentamente lo que te diga. Demuéstrale bondad y compasión.
- Cuéntale a alguien que pueda ayudar, como un maestro, un padre, un consejero escolar o un líder de la Iglesia.
- Continúa siendo su amigo. Trátalo con normalidad. Ayúdalo a hacer otras amistades saludables.

SEGUIR AVANZANDO

En la actualidad, Stacie es una profesional de éxito y tiene su propia familia amorosa. Algunos días todavía son difíciles, pero ella siente mucha felicidad y un gran deseo de perdonar a los demás.

“Sé que Jesucristo puede sanar todas nuestras heridas”, dice Stacie. Si hay algo que compartiría con otros sobrevivientes, es mantener la esperanza.

“Siempre hay esperanza en Cristo”, dice ella, “incluso en medio de pruebas que parecen que nunca terminarán”.

No importan los desafíos por los que estés pasando, sigue avanzando. Llena tu vida de bondad y fe de cualquier manera que puedas. ¡Te esperan días más brillantes! 🙏

En Abuse.ChurchofJesusChrist.org hay ayuda para sobrevivientes, amigos y familiares.

NOTAS

1. Se han cambiado los nombres.
2. Véanse las hojas de datos de “Violencia contra los niños”, Organización Mundial de la Salud, <https://www.who.int/health-topics/violence-against-children>.
3. Patrick Kearon, Conferencia General de abril de 2022 (Liahona de mayo de 2022, pág. 38).



MÁS SEMEJANTES A CRISTO



UNA PARTE DEL programa Niños y Jóvenes consiste en esforzarse por llegar a ser más semejantes a Cristo mediante el crecimiento espiritual, social, físico e intelectual (véase Lucas 2:52). Lo creas o no, trabajar en metas no tiene que ser tan difícil como piensas. ¡Mira cómo los jóvenes de todo el mundo están progresando para ser más semejantes a Cristo!

ESPIRITUAL

Nombre: Catalina

Ubicación: Chile

Meta: Leer las Escrituras y orar todos los días

“Trato de mantenerme cerca del Espíritu al orar. Yo oro cada noche antes de acostarme y después leo las Escrituras. Me estoy esforzando mucho por entenderlas mejor. Cuando leo y oro a diario siento paz y me siento más cerca de Dios”.



SOCIAL

Nombre: Raisa

Ubicación: Samoa

Meta: Llegar a conocer mejor a las mujeres jóvenes de su clase

“Puede que haya sabido el nombre de cada mujer joven de mi barrio, pero no sabía quiénes eran ni lo que les gustaba. Así que comencé con cada mujer joven, una por una, y aunque soy introvertida, disfruté al darme cuenta de que tenemos muchas cosas en común. Cuanto más tiempo dedicaba a conocerlas, más veía a esas hermosas jóvenes de la manera en que el Padre Celestial las ve”.



INTELLECTUAL

Nombre: Jackson

Ubicación: Carolina del Sur, EE. UU.

Metas: *A largo plazo:* Tener un camión de comida algún día; *a corto plazo:* Aprender a preparar alimentos

"Le dije a uno de mis líderes de los Hombres Jóvenes acerca de una meta mía de tener un camión de comida. Él dijo: 'Cada año hago una fiesta de regreso a clases, ¿por qué no vienes a cocinar para nosotros?'. Y así lo hice. Preparé unos cincuenta perros calientes y hamburguesas en 45 minutos. Me encantó estar con los muchachos de mi cuórum y recibí excelentes comentarios de la experiencia y algunos cumplidos. Y aprendí mucho".



FÍSICO

Nombre: Eugene

Ubicación: Kenia

Meta: Mejorar en el fútbol

"Comencé a practicar con un equipo de amigos el mes pasado. La experiencia me ha ayudado a comprender que Dios no desea que hagamos esto solos. Podemos hacer que nuestros amigos se unan a nosotros en nuestras metas para ser semejantes al Salvador. Él sabe que nos necesitamos unos a otros para tener éxito. Si oramos, Él pondrá a personas en nuestra vida para ayudarnos a ser lo mejor que podamos ser".

¿Qué estás haciendo para llegar a ser más semejante a Cristo? ¿Has trabajado en alguna meta divertida o significativa? ¡Envía un correo electrónico a ftsoy@ChurchofJesusChrist.org para tener la oportunidad de aparecer en un próximo ejemplar!



Estas son algunas sugerencias que me han ayudado con mis preguntas y dudas.

FE en la

Por Jan E. Newman

Segundo Consejero de la Presidencia
General de la Escuela Dominical

CUANDO ERA NIÑO, mi familia solía visitar a menudo el Parque nacional de la Gran Cuenca en Nevada, EE. UU. Una de las cosas extraordinarias del parque son las cuevas Lehman.

Un guía te conduce a lo profundo de la cueva y, en cierto momento, apaga todas las luces. Se experimenta una oscuridad total. Es una sensación agobiante y la idea de encontrar la salida de la cueva sin ninguna luz es abrumadora. Afortunadamente, el guía siempre vuelve a encender la luz y te guía hasta la salida de manera segura.

A veces nos enfrentamos a preguntas e incluso dudas en cuanto a la Iglesia y nuestro testimonio. Puede que se sientan abrumados e inseguros, como si estuvieran en una cueva oscura.

Está bien tener preguntas e inquietudes; lo que marcará la gran diferencia es la manera en que las traten.

Estas son algunas sugerencias que me han ayudado.



oscuridad

Ejercer la fe

Me he dado cuenta de que si trato las preguntas e inquietudes con actitud de fe, siempre puedo encontrar la manera de avanzar. “La fe no es tener un conocimiento perfecto de las cosas” (Alma 32:21). Y “aunque no sea más que un deseo de creer, dejad que este deseo obre en vosotros” (Alma 32:27).

El mundo les dirá que si no pueden probar algo, según una norma científica, no puede ser verdad. Esa no es la manera del Señor. Tal como el Salvador le dijo a Tomás, quien no habría creído si no hubiera palpado por sí mismo las heridas del Salvador resucitado: “No seas incrédulo, sino creyente” (Juan 20:27).

Pedid, buscad, llamad

La frase “pedid, buscad, llamad” se repite en las Escrituras (véanse Mateo 7:7; Doctrina y Convenios 88:63). La manera en que el Señor nos ayuda con nuestras preguntas es permitiendo que le hagamos esas preguntas.

“Y si alguno de vosotros tiene falta de sabiduría, pídala a Dios” (Santiago 1:5). Acudan directamente

a la fuente de toda verdad; Dios los ama y los ayudará.

Ser buscador de la verdad

He descubierto que quienes buscan la verdad con sinceridad y humildad a menudo encuentran las respuestas a sus preguntas con el tiempo. Por otro lado, quienes buscan criticar solo se alejarán cada vez más de la verdad.

Sean buscadores de la verdad. La verdad sí existe y la pueden encontrar.

Hacer una caja con el nombre “Para responderse más adelante”

Entonces, ¿qué hacen si han buscado respuestas con humildad y sinceridad y parece que no las recibieran?

Una vez más, escojo tratarlo con fe. He creado en mi mente una pequeña caja en un estante, como un hermoso cofre del tesoro, en la que se leen las palabras “PARA RESPONDERSE MÁS ADELANTE”.

Cada vez que tengo una pregunta o inquietud que no puedo resolver, la escribo en una hoja imaginaria de papel, la doblo cuidadosamente y la

pongo en la caja. Luego la pongo de vuelta en el estante.

Al hacerlo, estoy actuando con fe en que un día el Señor la responderá. Tal vez lo hará, tal vez no. Eso depende de Él en Su infinita sabiduría.

Por cierto, algunas de mis preguntas *han* sido respondidas, pero muchas todavía están en la caja y me siento conforme con eso.

Mis queridos amigos en Cristo, sean buscadores de la verdad.

A medida que su fe aumente, el Señor estará con ustedes, y si se acercan a Él con fe, les revelará las cosas que deben saber en el momento adecuado. 🙏



NUESTRA PROMESA DE SER UNA LUZ



Jesucristo es la luz del mundo. Hagamos todo lo posible por compartir Su luz.

Por Eric B. Murdock

Revistas de la Iglesia

MULTITUDES DE PERSONAS venían de todas partes para ver al hombre en el desierto que usaba ropa hecha de pelo de camello y que comía langostas y miel. Estaban interesadas en escuchar sus enseñanzas acerca del Salvador, el arrepentimiento y el bautismo. Después de escucharlo, muchas personas quisieron ser bautizadas. Él bautizó a los que se habían arrepentido. El nombre de este hombre era Juan el Bautista.

Un día, cuando Juan bautizaba a unas personas en el río Jordán, Jesucristo llegó y pidió ser bautizado. Juan estaba sorprendido; él sabía que Jesús siempre había obedecido los mandamientos de Dios y que no tenía necesidad de arrepentirse. ¡De hecho, pensaba que Jesús debía bautizarlo a él! (véase Mateo 3:14). Jesús le explicó que Dios había mandado que todas las personas fueran bautizadas, así que Él también tenía que ser bautizado para dar el ejemplo. Juan estuvo de acuerdo y bautizó a Jesús en el río Jordán.

El bautismo de Jesús nos enseña que nosotros también debemos ser bautizados. Cuando tú fuiste bautizado, hiciste un convenio y mostraste tu disposición de seguir el ejemplo del Salvador, no solo al momento de tu bautismo, sino *siempre*.

Promesas y oportunidades

En el bautismo, tú haces un convenio con Dios y prometes tomar sobre ti el nombre de Jesucristo (véase Mosíah 5:8–10). También prometes guardar Sus mandamientos, ser testigo de Dios “en todo tiempo, y en todas las cosas y en todo lugar” (Mosíah 18:9) y servirlo (véanse Mosíah 18:8–10; Doctrina y Convenios 20:37).

Cada semana, en la Iglesia, renuevas este convenio cuando tomas la Santa Cena (véase Doctrina y Convenios 20:77, 79). “Por tanto, debéis seguir adelante con firmeza en Cristo, teniendo un fulgor perfecto de esperanza y amor por Dios y por todos los hombres” (2 Nefi 31:20).

A lo largo del camino, tendrás muchas oportunidades de seguir el ejemplo del Salvador y de mostrar tu amor por Él y por las personas a tu alrededor. El élder Jeffrey R. Holland, del Cuórum de los Doce Apóstoles, ha dicho: “Tenemos vecinos a quienes bendecir, niños a quienes proteger, pobres a quienes elevar y la verdad que defender. Tenemos errores que rectificar, verdades



que compartir y bienes que hacer. En una palabra, tenemos una vida de discipulado devoto que dar¹.

Una luz para los necesitados

Nuestro ejemplo perfecto, el Salvador, siempre amó y sirvió a los demás y “anduvo haciendo bienes” (Hechos 10:38).

En tiempos difíciles, Jesucristo es la Luz que “resplandece en las tinieblas” (Juan 1:5). También *nos* ha enseñado a ser una luz. Él dijo: “He aquí, yo soy la luz que debéis sostener en alto: aquello que me habéis visto hacer” (3 Nefi 18:24).

Como parte de tu convenio bautismal, prometes estar “dispuesto a llevar las cargas los unos de los otros para que sean ligeras”, a “llorar con los que lloran” y a “consolar a los que necesitan de consuelo” (véase Mosíah 18:8–9).

Cuando te encuentras con alguien que se siente triste o desanimado, la manera de ayudar *puede* ser obvia. Sin embargo, hay otras ocasiones en que no sabrás qué decir o hacer. En esos momentos, puedes abrir el corazón, puedes escuchar a la persona y apoyarla.

Al amar y servir a los demás, la luz del Salvador se hará más resplandeciente dentro de ti e iluminará el camino que tienes por delante. También atraerá a otras personas que estén buscando la luz del Salvador. Al seguir adelante y guardar las promesas que hiciste cuando fuiste bautizado, encontrarás muchas maneras de hacer que este mundo sea mejor y más brillante. 🏰

NOTA

1. Jeffrey R. Holland, Conferencia General de octubre de 2012, *Liahona*, noviembre de 2012, págs. 83–85.

EL MILAGRO SUPREMO

Hay un milagro que es más importante que todos los demás.

Por Jessica Zoey Strong
Revistas de la Iglesia

PARA DIOS TODAS las cosas son posibles (véanse Lucas 1:37; Filipenses 4:13). Pero, ¿puedes orar literalmente por *cualquier cosa* y hacer que suceda? ¿Por qué algunas personas experimentan milagros mientras que parece que otras no? ¿Qué significa realmente todo esto para ti?

Tres milagros antiguos, tres milagros modernos y un milagro supremo nos enseñan un poco más.



MILAGRO MODERNO

Dos misioneras que prestaban servicio en México cruzaban una calle muy transitada todos los días. A veces esperaban hasta diez minutos antes de tener la oportunidad de cruzar ¡y por lo general tenían que cruzar corriendo! Luego, conocieron a una miembro menos activa de edad muy avanzada y que caminaba muy *lentamente*. Ella quería ir a la Iglesia con las misioneras, pero —aquí viene la parte imposible— tendría que cruzar la transitada calle. Y no, las misioneras no podían cargarla hasta el otro lado (¡aunque ciertamente lo pensaron!), pero entonces experimentaron un milagro. “Cuando llegamos a la calle”, dice una de las misioneras, “no venían autos y pudimos caminar *muy lentamente* y cruzar de manera segura”.



MILAGRO ANTIGUO

Es probable que María haya estado más que solo un poco sorprendida, cuando el ángel Gabriel le dijo que ella sería la madre del Salvador. Eso no debía ser posible, pero el ángel Gabriel explicó que Jesús sería el Hijo de Dios y dijo: “Ninguna cosa es imposible para Dios” (Lucas 1:37). Y tenía razón, María dio a luz al Salvador del mundo.

¿IMPOSIBLE? ¡PIÉNSALO
OTRA VEZ!

Para Dios todas las cosas son posibles (¡incluso las cosas imposibles!).



2



MILAGRO ANTIGUO

Había un hombre que “estaba paralítico” o paralizado. Él creía que Jesús podía sanarlo, pero Jesús estaba rodeado de mucha gente y era difícil llegar hasta Él. Entonces, ¿qué hizo el hombre? Sus amigos lo bajaron en su lecho por el tejado de una casa para así llegar al Salvador. No, probablemente no fue muy fácil, pero él y sus amigos debieron haber tenido mucha fe. Y valió la pena: Jesús perdonó los pecados del hombre y lo sanó (véase Lucas 5:17-26).

3

MILAGRO ANTIGUO

Elisabet y Zacarías llevaban casados muchos años, pero no tenían hijos. Puede que a veces, ellos hayan sentido que sus fervientes oraciones no eran contestadas y, con el tiempo, se hicieron demasiado mayores para tener hijos. Entonces un ángel se apareció a Zacarías y le dijo que Elisabet iba a tener un bebé. (Dato curioso: con el tiempo, ¡ese bebé llegó a ser Juan el Bautista!). Al final, lo imposible llegó a ser posible, pero Elisabet y Zacarías tuvieron que esperar mucho, mucho tiempo (véase Lucas 1).



LOS MILAGROS OCURREN DE ACUERDO CON LA VOLUNTAD DE DIOS

MILAGRO MODERNO

Ella W. estaba jugando con sus amigas en el parque cuando algunas de ellas perdieron el camaleón que tenían de mascota. Puede que esto no suene como gran cosa, pero recuerda que los camaleones *cambian de color* para mimetizarse con su entorno. Después de buscar por un tiempo, Ella decidió que era hora de orar con fe. ¡Pronto pudieron encontrar el camaleón en un árbol! “Una vez que la mascota estuvo en brazos de alguien, hicimos una oración de agradecimiento al Padre Celestial”, dice Ella.



Lo imposible siempre es posible para Dios, pero debemos tener fe en el Salvador (o al menos un deseo de creer) y actuar de acuerdo con esa fe para que sucedan los milagros.

Dios puede hacer todas las cosas. Puede que tengas una gran fe, pero los milagros ocurren de acuerdo con el tiempo y la voluntad del Padre Celestial y a Su manera. Busca otros milagros a lo largo del camino, como la paz y la fortaleza para perseverar.

MILAGRO MODERNO

Lindsey M. padecía de epilepsia. "Todas las mañanas suplicaba a mi Padre Celestial que me quitara las convulsiones", dice Lindsey, pero no desaparecían. Mientras esperaba a ser sanada, recibió bendiciones del sacerdocio, las cuales le brindaron paz y esa paz fue un milagro en sí. "Cuando acudamos a nuestro Padre Celestial, sin duda Él estará allí para nosotros, propagando milagros y ofreciendo consuelo", dice. Con el tiempo, a Lindsey se le practicó una cirugía que la ayudó con las convulsiones.



EL MILAGRO SUPREMO

Hemos hablado mucho acerca de milagros, pero hay un milagro que es más grande y más importante que todos los demás. Ese milagro ocurrió cuando el Hijo de Dios vino a la tierra como bebé, después enseñó y sanó, y luego dio Su propia vida. Jesucristo tomó sobre Sí nuestros pecados, pesares y enfermedades. Su milagro incluye tres días en un sepulcro y luego una resurrección que trajo consigo vida después de la muerte para todos nosotros. *Ese milagro lo cambia todo.*

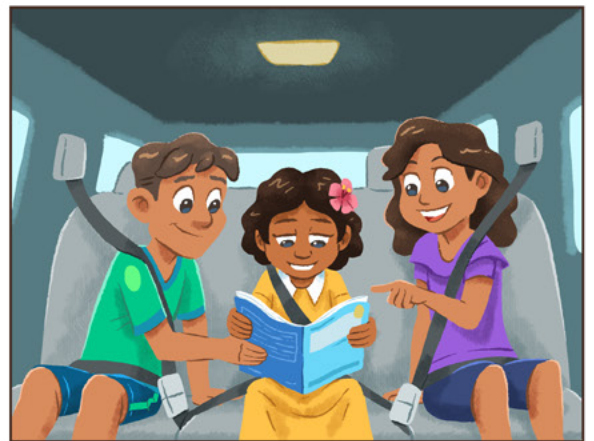
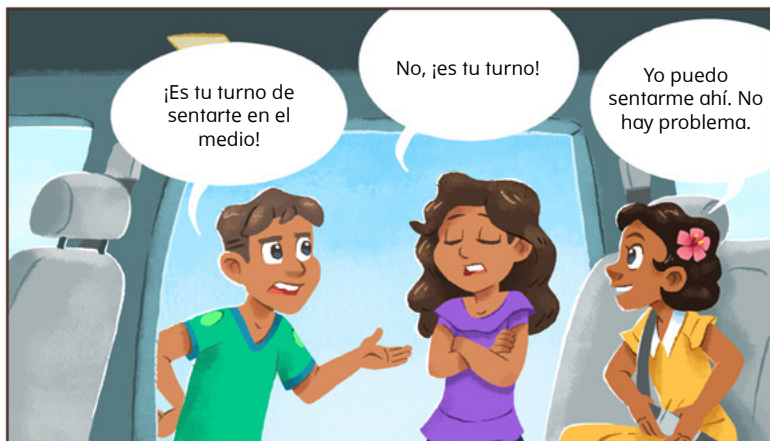
Es fácil quedarse atascado tratando de tener fe en un milagro específico y eso puede ser difícil cuando no conocemos la voluntad del Padre Celestial. Así que, en lugar de centrar tu fe en un milagro que desees, céntrala en el milagro de la expiación del Salvador. Ten fe en que nada es imposible para Dios, incluso aquello por lo que estás orando; pero también ten fe en que Su voluntad es superior a la tuya. Si tus oraciones no son contestadas de la manera que esperas, Él te fortalecerá y te ayudará a perseverar.

LA CONCLUSIÓN SUPREMA

Al centrar tu fe en Jesucristo, entenderás lo que significa que todas las cosas son posibles para Dios. Creerás que el Padre Celestial puede contestar tus oraciones, y confiarás en Su voluntad y recibirás Su paz cuando las cosas no salgan como habías planeado. Así que pon tu fe en Jesucristo. Él es *el* milagro y todas las cosas son posibles para Él. 🏰

SER **PACIFICADOR:** TU NUEVO **SUPERPODER**


POR DAVID DICKSON;
ILUSTRACIONES POR
LANCE FRY



SÉ UN PACIFICADOR

"[Debemos] ser pacificadores y vivir en paz, como matrimonios, familias y vecinos".

Presidente Russell M. Nelson,
Conferencia General de
octubre de 2002, *Liahona*,
noviembre de 2002, pág. 41.



En una isla del mar, Francesca encuentra amistad y consuelo por medio del Evangelio.

Por Jessica Brousseau
Revistas de la Iglesia

CON SUS PLAYAS, aguas tranquilas y cuevas antiguas, la isla de Guam suena como un lugar para unas vacaciones de ensueño, ¡pero se trata de un día normal en la vida de Francesca N. de quince años! A ella le encantan las hermosas playas. “Es divertido salir y explorar la naturaleza”.

Ella nació y se crió en Guam, y le encanta hacer cosas al aire libre. “Soy una persona a la que le gusta estar al aire libre, en realidad no me gusta estar entre

DONES DEL EVANGELIO EN GUAM

cuatro paredes", dice. A ella le encanta remar en tabla en el mar, practicar esnórquel y hacer senderismo con sus padres y dos hermanas. A ellos les encanta hacer caminatas a un lugar con cuevas antiguas.

"Estoy muy unida a mis hermanas. Ellas son mis mejores amigas", dice. Su hermana mayor asiste a la escuela en Hawái. "Las redes sociales son de gran ayuda para comunicarnos", explica Franchesca. A ella le gusta mantenerse cerca y conectada.

UN EJEMPLO PARA LOS DEMÁS

Franchesca es estudiante de segundo año en una escuela católica solo para niñas, donde es la única miembro de La Iglesia de Jesucristo de los Santos de los Últimos Días. Ser la única miembro de la Iglesia en su escuela fue un poco intimidante al principio, pero ella está acostumbrada a que la vean de manera diferente. Además, otras personas a su alrededor piensan que es genial que ella forme parte de una religión diferente.

Por ejemplo, un día, sus amigas estaban tomando café durante el almuerzo y Franchesca pudo explicarles la Palabra de Sabiduría.

Franchesca también decide no decir malas palabras a pesar de que otras personas de la escuela sí lo hacen. Ella dice: "Me sentí tentada muchas veces antes, pero algo que me mantiene fuerte es mi relación personal con el Padre Celestial por medio de la oración". Ella agrega: "No debería estar haciendo esas cosas, porque está mal y porque amo al Padre Celestial y a Jesucristo".



ENCONTRAR AMIGOS

A veces puede ser solitario ser el único miembro de la Iglesia en su escuela. Cuando estaba en el primer año de secundaria, Francesca se sentía muy sola durante la pandemia y no tenía muchos amigos. Se sentía nerviosa de hablarle a sus padres de eso, pero cuando oró, sintió la impresión de decirles cómo se sentía.

Como familia, ellos decidieron orar para que ella pudiera encontrar amigos con los que pudiera contar. Milagrosamente, tan pronto como terminaron su oración, escucharon que alguien llamaba a su puerta. Resultó ser una de sus amigas de otro barrio, ¡y traía galletas! Francesca sabía que el Padre Celestial había escuchado su oración.

La estaca de Francesca abarca a miembros de Guam y de varias islas más. Su barrio solo tiene un pequeño grupo de jóvenes, pero ellos son como una familia. Los miembros son muy unidos y eso la anima a ir a la Iglesia cada domingo. Ellos son sus grandes influencias y modelos en su vida.

Francesca también ha hallado fortaleza en su clase de Seminario. “Seminario es uno de los momentos más importantes de mi semana”, dice. “Cuando asisto a Seminario, siento que todas mis preocupaciones desaparecen”.

A ella le encanta asistir a Seminario, ya sea en línea o en persona, y nunca se pierde una clase a menos que tenga que hacerlo. Dice que las semanas son mucho mejor porque decide asistir a Seminario. Si ha tenido una semana estresante, se asegura de ir a Seminario porque allí siente paz.

Los jóvenes también tienen actividades dos a tres veces al mes. Francesca incluso planeó una de ellas: una noche de juegos con muchos juegos de mesa divertidos y un juego de las Escrituras. Ellos no han podido reunirse mucho durante la pandemia, así que cuando se reúnen, lo pasan muy bien.

Las jóvenes incluso hicieron un video musical en el que actúan con sonido pregrabado de la canción para los jóvenes de la Iglesia “Buenos días”, y lo publicaron para compartir amor y elevar a los demás. “Las redes sociales realmente pueden unir a todos, especialmente en momentos en los que no podemos vernos”.





A LA ESPERA DEL TEMPLO

En la Conferencia General de octubre de 2018, se anunció el Templo de Yigo Guam. Franchesca dice: “Los jóvenes estábamos muy emocionados; todos oramos por ello”. Después de eso, ella observó con entusiasmo la construcción y esperó por su templo, que se terminó de construir en mayo de 2022.

En el pasado, ellos siempre habían tenido que viajar a Filipinas para ir al templo. Para pagar los viajes, recaudaban dinero con ventas de pasteles y lavados de autos. Debido a que es un viaje largo, lo planeaban para que durara alrededor de una semana. Franchesca está entusiasmada por poder ir al templo con más frecuencia y recibir las bendiciones que vienen al bautizarse por sus antepasados.

CONSUELO MEDIANTE LA ORACIÓN

Franchesca dice que tiende a preocuparse mucho, pero la oración la ha ayudado. “La oración es muy poderosa. El simplemente hablar con el Padre Celestial realmente me consuela. Él escucha y puede ayudar”.

“Cuando oro, la respuesta no siempre me llega así nomás”, dice ella. “Es solo el sentimiento de guía lo que me ayuda; ese sentimiento de Su presencia y amor. Me consuela y me hace sentir mucho mejor”.

Su consejo para otros jóvenes es: “Ora al Padre Celestial, acude a Él, eso ayuda mucho”.

Ella dice que su mamá también tiende a preocuparse, pero ella también es un gran apoyo. “Mi madre es una bendición del Padre Celestial y me ha guiado mucho”.

“La familia es una gran bendición”, dice. “Creo que es importante hablar con tu familia o un amigo si estás pasando por algo difícil”.

Franchesca desea que todos vean las bendiciones diarias del Señor. “Las bendiciones diarias pueden ser muy sencillas. Ir a la escuela es una gran bendición. Hay muchos milagros geniales si nos tomamos el tiempo para notarlos. Estoy muy agradecida por tener el Evangelio en mi vida”. 🙏



LUGAR PARA MEDITAR

¿Tienes un lugar favorito en el que te guste meditar?

Cuando meditas, obtienes una perspectiva más eterna. También puede ayudarte a mejorar tu salud mental al quitarte de la cabeza la confusión y el estrés que provienen de las tentaciones y distracciones de la vida cotidiana. Algunas personas incluso tienen un lugar especial donde les gusta meditar. ¡Echa un vistazo a algunos de estos lugares para meditar que compartieron otros jóvenes!

ENCONTRAR TIEMPO A SOLAS

Para mí, el mejor lugar para meditar es cuando estoy a solas. Reflexiono todo el tiempo, en la ducha o en un lugar tranquilo como en casa durante mi estudio de las Escrituras. Salgo a pasear en bicicleta y a veces escucho un pódcast de *Ven, sígueme*. Me doy tiempo a solas para sentarme entre la hermosa naturaleza y meditar allí también.

Grant R., 14 años, Texas, EE. UU.



MEDITAR:

Meditar significa abrir tu mente y tu corazón a las impresiones del Espíritu Santo mientras estudias y piensas en el Evangelio. La verdadera meditación, que puede hacerse en cualquier lugar, requiere que hagas algo de esfuerzo espiritual al procurar revelación.

¡COMPARTE TUS COSAS FAVORITAS!

¡Tendremos más artículos de "Mis cosas favoritas" en el futuro! Envíanos una foto y tu breve respuesta a los siguientes temas:

¿Cuál es tu comida favorita?

¿Cuál es el consejo favorito que has recibido?

¡Envía tu foto y respuestas a fitoy@ChurchofJesusChrist.org para tener la oportunidad de compartir tu historia en nuestra revista!



EN EL AGUA

Mi lugar favorito para meditar es en cualquier extensión de agua, como un lago o el mar. En esta foto, estaba en el bote de mi abuelo. Me encanta estar allí porque me siento cerca del Espíritu, especialmente al amanecer o al atardecer. Tiendo a recibir inspiración y a recibir mis mejores ideas allí.

Macey M., 16 años, Texas, EE. UU.

CONSTRUIR SOBRE TERRENO FIRME

OBSERVÉ CONFUNDIDA mientras mi familia y yo regábamos los cimientos de cemento de nuestra casa. Me sentí ridícula. ¿Quién ha oído hablar alguna vez de regar una casa? Cuando nos mudamos a Texas, EE. UU., nuestro vecino nos explicó que en esa zona en particular necesitábamos regar los cimientos de nuestra casa para que el clima no hiciera que la casa se asentara y se agrietara. Así que regué la casa, a pesar de que me hizo sentir que estaba loca al hacerlo.

El agua que regábamos ayudó por un tiempo, pero tarde o temprano, nuestra casa comenzó a agrietarse. Pronto descubrimos que no estaba construida sobre un terreno firme. La habían construido sobre un basurero, lo cual hizo que se hundiera a medida que la basura enterrada se descomponía con el paso del tiempo. Regamos los cimientos, pero nuestra casa seguía agrietándose. Así que, finalmente, nos mudamos.

Esa experiencia me recuerda la importancia de edificar mi cimiento espiritual sobre el terreno firme del evangelio de Jesucristo. Ha habido ocasiones en que no he sentido una convicción lo suficientemente fuerte en cuanto al Evangelio. Al elegir creer, “regué el cemento” de mi fe hasta que pude construir un testimonio sobre el terreno firme del Evangelio. Al elegir vivir el evangelio de Jesucristo, he construido un firme cimiento que no se agrietará.

Ann J., Maryland, EE. UU.





ENCONTRAR GOZO EN EL SERVICIO A TRAVÉS DE LA MÚSICA

COMENCÉ A TOMAR CLASES de piano cuando tenía siete años. Al principio, era difícil leer las notas musicales y prestar atención durante mis lecciones. Simplemente no me gustaba practicar el piano.

Entonces mi mamá me pidió que tocara “Cuando me bautice” (*Canciones para los niños*, pág. 53) en mi bautismo. Esa fue la primera vez que toqué en la Iglesia. Me sentía nervioso, pero orgulloso de mí mismo cuando lo hice.

Al poco tiempo me ocupé con la escuela y quería dejar el piano, pero mis padres me animaron a seguir aprendiendo. Ellos dijeron que, si seguía tocando, podría encontrar gozo al servir al Señor.

Desde entonces, me encanta tocar el piano. Comencé a tocar en la reunión sacramental y, cuando cumplí doce años, me llamaron oficialmente para ser el pianista del barrio. ¡Me sentí muy feliz! Toqué en presentaciones de la Primaria y acompañé al coro de nuestro barrio durante las conferencias de barrio y los devocionales. Incluso me llamaron como pianista del coro de estaca y toqué durante la conferencia de estaca.

Agradezco a mis padres por alentarme a dar lo mejor de mí. Estaré eternamente agradecido al Padre Celestial por el talento que me ha dado. Sé que algún día podré utilizar mis talentos en la misión y al servir de otras maneras. En verdad encuentro gozo al servir al Señor.

Jyle S., Región de la Capital Nacional, Filipinas

EL DESAFÍO DEL TÉ

UN DÍA DE INVIERNO, caminaba por los jardines de la escuela con mis amigos Alice y Trevor cuando encontramos un cartel que decía: “Ya tenemos té disponible”. Con emoción, Trevor se ofreció a comprarnos una taza de té. “No, gracias”, le respondí.

Todos los días, Trevor me ofrecía té y yo continué rechazándolo. Finalmente, me preguntó por qué yo no bebía té. Le hablé de la Palabra de Sabiduría, con la esperanza de que entendiera; pero él lo convirtió en una gran broma. Él trató de hacer que yo quebrantara la Palabra de Sabiduría.

“No es como si estuvieras drogándote”, decía él. “¡Una taza de té es inofensiva!”.

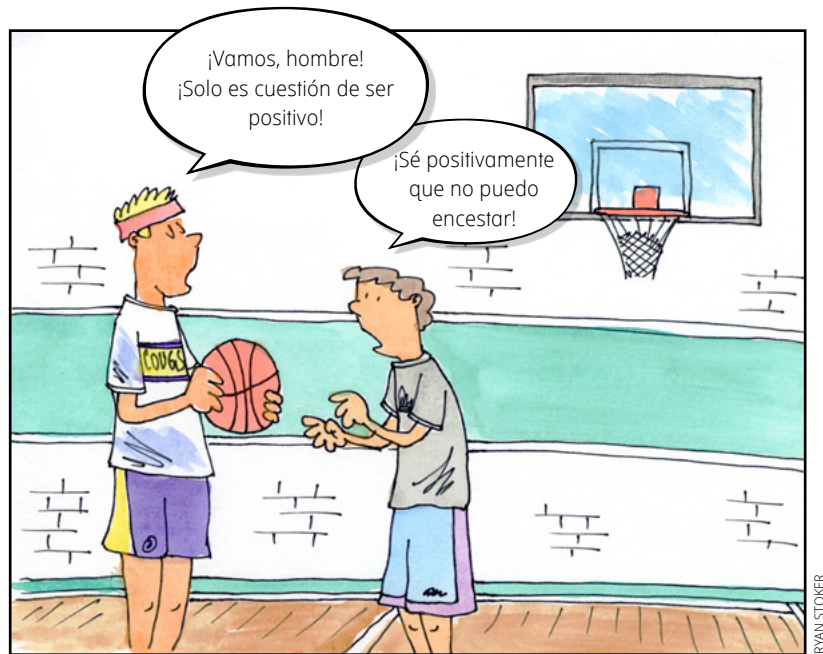
La siguiente semana, él y sus amigos comenzaron a burlarse aún más de mí. Traté de sostener la cabeza en alto, aunque no era fácil.

Con el tiempo, ellos se sintieron mal por sus acciones y dejaron de burlarse de mí. Un día, mi maestra me dijo: “Siempre has sido un ejemplo de tu fe y religión. Estoy orgullosa de ti”.

Yo también estoy orgullosa de mí. No siempre es fácil, pero sé que seré bendecida por defender mis normas.

Nicolé M., West Midlands, Reino Unido

UNA PARADA DIVERTIDA



TODO LO PUEDO EN CRISTO

El lema para los jóvenes de este año es de Filipenses 4:13: "Todo lo puedo en Cristo que me fortalece". Dinos lo que este pasaje de las Escrituras significa para ti. ¿De qué manera todo lo *puedes* en Cristo? Envía por correo electrónico tus ideas y una foto a ftsoy@churchofjesuschrist.org para tener la oportunidad de aparecer en un próximo ejemplar.



¡UN LLAMADO PARA TODOS LOS LECTORES DEL NUEVO TESTAMENTO!

Este año estamos estudiando el Nuevo Testamento. ¿Eres experto en el Nuevo Testamento? o tal vez, ¿tienes suerte al adivinar? Veamos cuántos de los veintisiete libros del Nuevo Testamento puedes colocar en el orden correcto (¡sin hacer trampa!). Si tienes diez o más correctos, ¡ganas! Hay un par de pistas allí para ayudarte. (Y si no lo haces muy bien, tienes un año entero para llegar a ser experto).

- ___ Filipenses
- ___ Gálatas
- ___ Hebreos
- ___ Marcos. *Pista: Es uno de los Evangelios (cerca del inicio).*
- ___ Lucas. *Pista: Es uno de los Evangelios (cerca del inicio).*
- ___ Judas
- ___ 2 Tesalonicenses
- ___ 1 Pedro
- ___ Mateo. *Pista: Es uno de los Evangelios (cerca del inicio).*
- ___ 2 Pedro
- ___ 1 Juan. *Pista: No debe confundirse con Juan, 2 Juan o 3 Juan.*
- ___ Hechos. *Pista: Busca Hechos justo después de los Evangelios.*

- ___ Efesios
- ___ 2 Corintios
- ___ Tito
- ___ Juan. *Pista: Es uno de los Evangelios (cerca del inicio).*
- ___ Santiago
- ___ Filemón. *Pista: Haz la cuenta, este libro está en su lugar correcto.*
- ___ Romanos
- ___ 1 Corintios
- ___ 2 Timoteo
- ___ 3 Juan
- ___ 1 Tesalonicenses
- ___ Apocalipsis. *Pista: Las revelaciones en este libro son a menudo acerca del FIN del mundo (y quizás también se encuentren al final de algo más).*
- ___ Colosenses
- ___ 1 Timoteo
- ___ 2 Juan

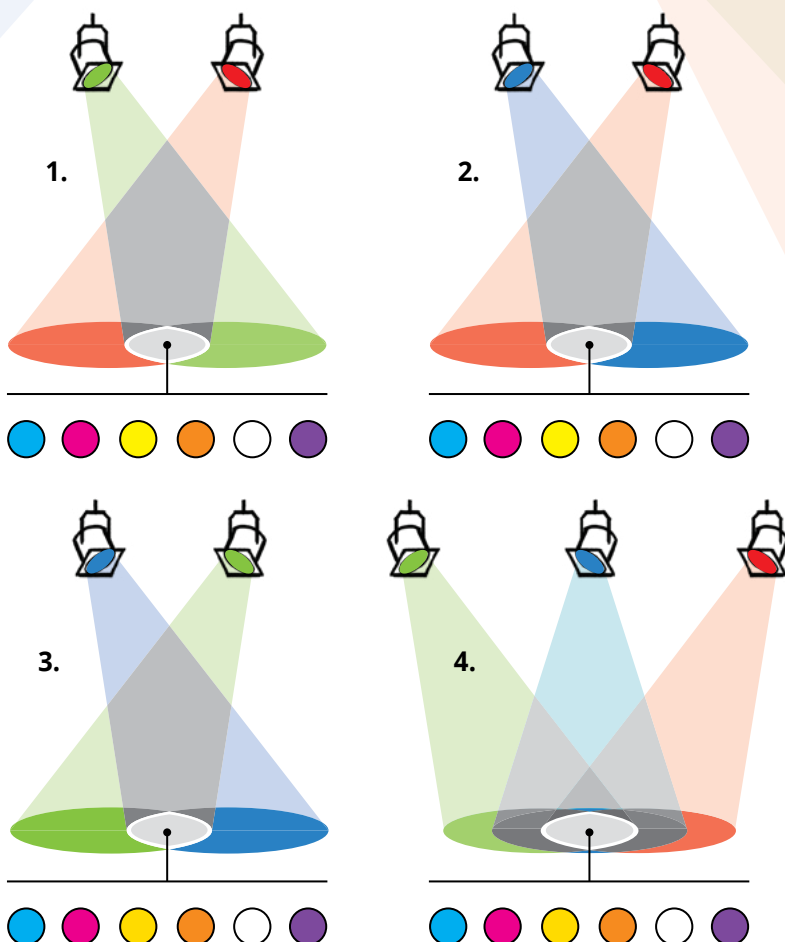


PINTAR CON LUZ

Jesucristo es la Luz del Mundo. Averigüemos cómo se combina la luz de color.

Cuando pintas o coloreas, los colores primarios son rojo, amarillo y azul. Para ser exactos, los colores primarios de la luz son rojo, verde y azul; y combinar la luz te da colores diferentes de los que podrías esperar. ¿Puedes adivinar qué colores crean las combinaciones de la luz?

Estos son los colores que puedes elegir:



Respuestas en la página 31.



La sinceridad sana

Una conversación buena y sincera puede resolver todo tipo

de conflictos. Siéntate con tus padres y habla con ellos. Diles lo que te hace daño y escucha qué es lo que los pone triste o los decepciona. Pasen más tiempo juntos y cultiven el amor y la paz en su relación y en el hogar. Cuando te enojas, pide al Padre Celestial que calme tu corazón.

Rafaela P., 17 años, São Paulo, Brasil



Pasen tiempo juntos

Tus padres te ofrecen consejo y corrección porque te aman y

desean ayudarte a tener éxito. Cuando esa corrección parezca injusta, dedica tiempo a analizarla con tus padres, en un momento cuando todos se sientan tranquilos. Puedes encontrar un momento en que todos estén haciendo algo que les guste hacer juntos, como cocinar o hacer ejercicio. Esto ayuda a invitar al Espíritu a la conversación.

Rebekah M., 17 años, Maryland, EE. UU.



Recuerda que ellos te aman

Si recuerdas que tus padres te corrigen y te aconsejan

porque te aman, es mucho más fácil aceptar su corrección. Hacer una breve oración para pedir al Espíritu que te ayude a mantenerte respetuoso y humilde te ayudará a comunicarte mejor con ellos.

Lauren M., 16 años, Texas, EE. UU.

“A veces creo que mis padres son excesivamente críticos conmigo. ¿Cómo puedo responderles con respeto?”.



Ellos ven tu potencial

Dios espera lo mejor de nosotros y puede ver nuestro verdadero

potencial. Esa es la razón por la que Él requiere tanto de nosotros. ¡Tus padres también ven tu potencial, desean lo mejor para ti y que tengas éxito! Tal vez ellos no sean perfectos al alentar tu progreso y tú no seas perfecto en lograrlo. Ten una conversación sincera y amorosa con tus padres y el Espíritu te guiará para que encuentres entendimiento.

Brooke T., 18 años, Arizona, EE. UU.



Diles que los amas

Puedes responder con respeto, aunque sea difícil. Dile a tus

padres que los amas, que te importan y que sabes que te aman. Hazles saber que lo que dicen daña tu estado emocional, espiritual y mental. Ora con frecuencia. El Padre Celestial sin duda te ayudará

Wellie S., 13 años, Luanda, Angola

“Invitar al Señor a ser parte de nuestro consejo familiar a través de la oración mejorará nuestras relaciones. Con la ayuda del Padre Celestial y de nuestro Salvador, podemos llegar a ser más pacientes, considerados, serviciales, indulgentes y comprensivos a medida que pedimos ayuda en oración”.

Presidente M. Russell Ballard, Presidente en Funciones del Cuórum de los Doce Apóstoles, Conferencia General de abril de 2016 (Liahona, mayo de 2016, pág. 65).

Las respuestas tienen por objeto servir de ayuda y exponer un punto de vista, y no deben considerarse declaraciones oficiales de doctrina de la Iglesia.

¿Quiénes eran los magos?

LAS ESCRITURAS INDICAN que los “magos vinieron del oriente” (Mateo 2:1) buscando al Salvador. El término *magos* proviene de una palabra persa, *magi*. Aunque no se nos dice exactamente quiénes eran dichos hombres, hay algunas cosas que podemos decir que sabemos acerca de ellos por lo que *sí* se nos dice.

Tradicionalmente, las personas han pensado que eran tres magos, porque llevaban tres regalos, pero no está claro en las Escrituras cuántos magos había en realidad. También entendemos que visitaron a Jesús cuando ya era un niño pequeño y no un bebé (véase Mateo 2:11).

Los magos claramente eran personas justas que conocían algunas profecías sobre el nacimiento del Mesías. Es posible que hayan sido de una rama del pueblo del Señor. Ellos buscaron diligentemente al Hijo de Dios y fueron guiados por el Espíritu hacia Él. Le ofrecieron presentes y luego regresaron para dar testimonio de Su nacimiento a su pueblo. También se les advirtió en un sueño que no le dijeran a Herodes dónde estaba el niño.

Su fidelidad y diligencia pueden ser un ejemplo inspirador para nosotros en nuestra jornada personal para acercarnos más al Salvador.



¿Y tú qué piensas?

“Necesito consejos que me ayuden a planificar actividades para los jóvenes. ¿Cuáles son algunas buenas ideas?”

Mándanos tu respuesta y fotografía antes del 15 de febrero de 2023.

Envíanos un correo electrónico a ftsoy@ChurchofJesusChrist.org o dirígete a PFDJ.LaIglesiaDeJesucristo.org y haz clic en “Envía tu artículo”. Inicia sesión con tu cuenta de la Iglesia y después selecciona “Para la Fortaleza de la Juventud”, debajo de “Selecciona la revista”. Haz clic en “Añadir archivo” para seleccionar tu archivo y tus fotos, y luego haz clic en “Enviar” para cargar y enviarnos tus archivos.

Es posible que las respuestas se modifiquen para abreviarlas o darles más claridad.

RESPUESTAS A “UNA PARADA DIVERSIDAD” (PÁGINAS 28-29): Pintar con luz: 1. Amarillo 2. Magenta 3. Turquesa 4. Blanco **Un llamado para todos los lectores del Nuevo Testamento:** 1. Mateo 2. Marcos 3. Lucas 4. Juan 5. Hechos 6. Romanos 7. 1 Corintios 8. 2 Corintios 9. Gálatas 10. Efesios 11. Filipenses 12. Colosenses 13. 1 Tesalonicenses 14. 2 Tesalonicenses 15. 1 Timoteo 16. 2 Timoteo 17. Tito 18. Filemón 19. Hebreos 20. Santiago 21. 1 Pedro 22. 2 Pedro 23. 1 Juan 24. 2 Juan 25. 3 Juan 26. Judas 27. Apocalipsis

EL RÍO JORDÁN

¿Qué sucedió aquí y qué podemos aprender de él?



¿DÓNDE SE ENCUENTRA?

Su fuente se encuentra en el **monte Hermón**, en el norte.

Fluye hacia el sur en el **mar de Galilea** y sale de este.

Termina desembocando en el **mar Muerto**.

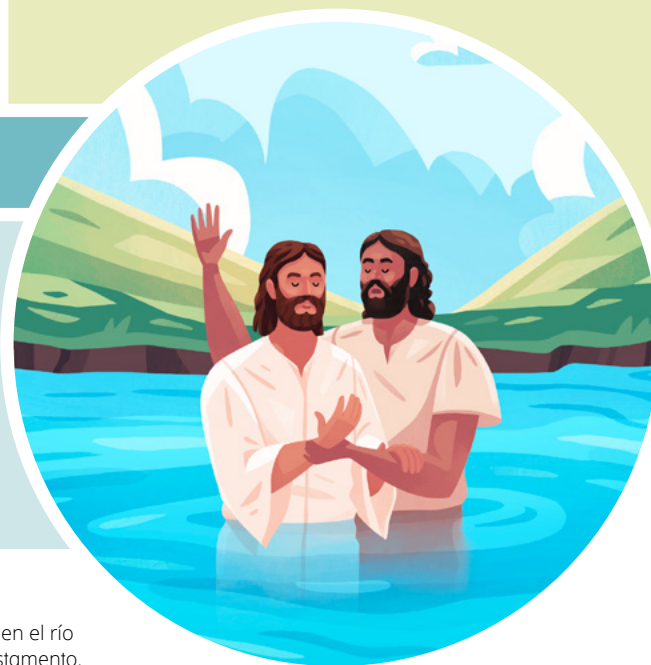
La mayor parte de su recorrido se encuentra por debajo del nivel del mar.

Es el río más importante de esta región.

¿QUÉ SUCEDIÓ AQUÍ?

Josué condujo a los hijos de Israel a través del río Jordán sobre tierra seca para entrar en la tierra prometida (véase Josué 3–4).

Jesucristo fue bautizado en el río Jordán por Juan el Bautista (véase Mateo 3).



¿SABÍAS QUE...?

El nombre *Jesús* es la forma griega del nombre *Josué*. Los acontecimientos en el río Jordán son una conexión entre Jesucristo y Josué, el profeta del Antiguo Testamento.

JOSUÉ	JESUCRISTO
Vino después de Moisés.	Vino a cumplir la ley de Moisés.
Condujo a los hijos de Israel a la tierra prometida.	Nos mostró el camino para entrar en el Reino Celestial.
Cruzó el río Jordán sobre tierra seca.	Entró en el río Jordán y fue bautizado.
Hizo que los sacerdotes llevaran el arca del convenio al río para separar las aguas.	Fue bautizado por Juan el Bautista, quien tenía la autoridad del sacerdocio. Eso nos mostró el primer paso para concertar convenios con Dios.



Todo lo puedo
en Cristo.

FILIPENSES 4:13

COMPARTE CÓMO



**“TODO LO
PUEDES EN
CRISTO”.**

¡DESEAMOS ESCUCHAR TU OPINIÓN!

Al explorar y vivir el lema de los jóvenes para 2023, envíanos tus historias inspiradoras de cómo encuentras guía al seguir a Jesucristo, así como la manera en que recibes fortaleza y consuelo para superar los desafíos con Su ayuda. Envíanos tus historias por correo electrónico a ftsoy@ChurchofJesusChrist.org.

Visita ChurchofJesusChrist.org/youth/childrenandyouth/youth para obtener estos recursos y más:

- Imágenes que se pueden descargar para pósters y camisetas
- Álbum de música para los jóvenes y otra música inspiradora
- Aplicación Vivir el Evangelio



Síguenos en las redes sociales - Sigue [@StrivetoBe](https://www.instagram.com/StrivetoBe) en Instagram y en YouTube.

