

Liahona

Marcándonos el camino hacia Jesucristo



**JESUCRISTO: LA
FUENTE DE SANACIÓN
Y ALIVIO, PÁG. 44**

EL GÁRMENT DEL SANTO SACERDOCIO

Un símbolo y un recordatorio, pág. 4

UN PROFETA PARA GUIARNOS

Por qué él conoce el camino que conduce a Jesucristo, págs. 12, 20



Hallar alivio por medio de Jesucristo

◀ “Entretanto que estoy en el mundo, luz soy del mundo.

“Dicho esto, [Jesús] escupió en tierra, e hizo lodo con la saliva, y untó con el lodo los ojos del ciego

“y le dijo: Ve, lávate en el estanque de Siloé [...]. Entonces fue y se lavó; y cuando regresó, ya veía”.

JUAN 9:5-7

Este mes, en nuestro estudio de *Ven, sígueme*, leemos acerca de una experiencia especial y singular: el Cristo resucitado visita el continente americano y extiende a los nefitas la invitación “Levantaos y venid a mí, para que metáis vuestras manos en mi costado, y para que también palpéis las marcas de los clavos en mis manos y en mis pies, a fin de que sepáis que soy el Dios de Israel, y el Dios de toda la tierra, y que he sido muerto por los pecados del mundo” (3 Nefi 11:14).

Tal como lo hizo con los nefitas, Jesucristo nos invita a cada uno de nosotros a venir a Él, a tener vivencias personales con Él y a cultivar una relación por convenio con Él. ¡Cuán agradecida estoy de que Él nos ame de ese modo y desee estar con nosotros! Gracias a Él, nunca estamos solos. En mi artículo, menciono que “se ha dispuesto que nos relacionemos con el Señor de una manera poderosa mediante nuestros convenios” (página 44). Al venir a Él por medio de nuestras decisiones diarias de guardar los sagrados convenios, cultivamos una relación con Jesucristo que nos brindará Su amor y socorro en nuestra vida y en la de nuestra familia.

El uso del gárment del templo después de ser investidos nos recuerda a Jesucristo, explica el presidente Jeffrey R. Holland en su artículo “El gárment del Santo Sacerdocio” (página 4), donde menciona la promesa de la Primera Presidencia de que guardar nuestros convenios y usar el gárment nos dará un mayor acceso a la protección y al poder del Salvador.

Testifico que nuestro Padre Celestial y nuestro Salvador los aman, y que Jesucristo vino con el preciso propósito de brindarnos el alivio que buscamos. Jesucristo es el alivio.

Atentamente,



Kristin M. Yee

Segunda Consejera de la Presidencia General de la Sociedad de Socorro



“Cuán reconfortante debe haber sido para Adán y Eva recordar una cosa: que se habían hecho promesas, algo sagrado y eterno llamado convenios”.

—Presidente Jeffrey R. Holland, pág. 4

ARTÍCULO ESPECIAL

Revista oficial de La Iglesia de Jesucristo de los Santos de los Últimos Días

Septiembre de 2024
Vol. 48, núm. 9
Liahona 19295 002

PORTADA



He Healed Many of Diverse Diseases [Sanó a muchos de diversas enfermedades], por J. Kirk Richards, prohibida su reproducción

ÍNDICE DE TEMAS

4 El gárgant del santo sacerdocio

Por el presidente Jeffrey R. Holland
El gárgant que recibimos como parte de la investidura del templo es un recordatorio de nuestros convenios y un símbolo del Salvador.

10 La Iglesia está aquí Reikiavik, Islandia

12 Russell M. Nelson: Un profeta para nuestros días

Por el presidente Dallin H. Oaks
Cómo el profeta conoce al Salvador y puede enseñarles a seguirlo en estos últimos días.

16 Décadas de dedicado servicio: Enseñanzas seleccionadas del presidente Russell M. Nelson

Recordamos algunas de las inspiradoras enseñanzas de su período como Presidente de la Iglesia.

18 Testificamos de nuestro profeta viviente

Miembros de todo el mundo expresan lo que el presidente Nelson ha significado para ellos.

20 El profeta nos guía hacia Jesucristo

Por el élder Isaac K. Morrison
La función sagrada de un profeta es guiarlos hacia las bendiciones eternas.

25 Retratos de fe Una impresión espiritual de creación

Por Stephan Seable

26 Voces de los Santos de los Últimos Días

Los miembros cuentan cómo el Espíritu los ha guiado.

36 Para los padres Agradecidos por el profeta

38 No volver a sentirse solo: Siete maneras de conectarse

Por Julianne Holt-Lunstad
La conexión social es una necesidad biológica y espiritual. Pruebe estas siete maneras de conectarse más con otras personas.

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 gerente: Jason J. Mitchell

Director de Revistas de la Iglesia: Adam C. Olson

Gerente de 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 Flitton, Mindy Selu

Ayudante de publicación: Nancy Sutton

Editores asociados: Garrett H. Garff, Chakell Wardleigh Herbert, Michael R. Morris, Alison R. Wood

Pasantes editoriales: 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 producción: Ammon Harris

Producción: Baylie Escamilla, Evany Pace, Marrison 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, EE. UU.

44 Hallar alivio en nuestra relación por convenio con Dios

Por Kristin M. Yee

Cómo Jesucristo puede ser nuestra fuente de consuelo y alivio.

JÓVENES ADULTOS

30 Cómo el estar desmoronada me ayudó a reconstruir mi fundamento de fe

Por Maren Kennedy

Por medio de Jesucristo, encontré sanación durante desafíos mentales, físicos y espirituales.

34 Tres maneras de sobrellevar la vida y disfrutarla

Por Emma Hebertson

Nuestro Padre Celestial desea que encontremos gozo en la vida.

VEN, SÍGUEME

40 Helamán 7-16; 3 Nefi

Artículos que respaldan su estudio del Libro de Mormón.

MÁS ARTÍCULOS NUEVOS DE LA REVISTA LIAHONA

Cada mes, puede encontrar más artículos de la revista *Liahona* en Liahona.LaIglesiaDeJesucristo.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, sobre los adultos solteros, sobre *Ven, sígueme*, sobre 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.

CONÉCTESE

Puede ver ejemplares de la revista en **Liahona**. LaIglesiaDeJesucristo.org. Utilice el vínculo que se halla en esa página para enviar preguntas, comentarios o experiencias.

Puede comunicarse con nosotros enviándonos un mensaje por correo electrónico a liahona@ChurchofJesusChrist.org o por correo postal a la siguiente dirección: Liahona, floor 23 50 E. North Temple Street Salt Lake City, UT 84150-0023, USA

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.



34

La revista *Liahona* (un término del Libro de Mormón que significa "brújula" o "director") se publica en español, albanés, alemán, armenio, búlgaro, camboyano, cebuano, checo, chino, chino (simplificado), coreano, croata, danés, eslovaco, esloveno, estonio, finés, fiyiano, 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, tahitiano, tailandés, 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 de la autoría. Las preguntas relacionadas con los derechos de autor deben dirigirse a Intellectual Property Office, 50 E. North Temple St., FL 5, Salt Lake City, UT 84150, EE. UU.; correo electrónico: cor-intellectualproperty@ChurchofJesusChrist.org.

For readers in the United States and Canada: September 2024 Vol. 48 No. 9. 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.



EL GÁRMENT DEL SANTO SACERDOCIO

*Como parte de la investidura del templo, se nos ha dado
un sagrado recordatorio físico de nuestros convenios:
un símbolo del Salvador mismo.*



Por el presidente Jeffrey R. Holland

Presidente en Funciones del Cuórum
de los Doce Apóstoles

Independientemente de la preparación que sin duda se les había proporcionado y de los consuelos que trataban de recordar, para Adán y Eva debe haber sido un golpe inesperado dejar su paradisíaco Jardín de Edén y adentrarse en un mundo caído.

Con solemne entendimiento, se dieron cuenta de lo que significaba cambiar su vida tranquila y despreocupada por un mundo de oposición y sudor, espinos y pesar, seguido finalmente de algo llamado muerte. Al principio no podían saber lo que todo aquello significaba, pero pronto aprendieron que cada día podía traer consigo nuevo dolor. De hecho, lo más doloroso de todo fue el entendimiento de que afrontarían todo eso separados de su Padre Celestial, “excluidos de su presencia”, escribiría Moisés más adelante¹.

Dada esa separación y esa soledad en un mundo frío y lúgubre, cuán reconfortante debe haber sido para Adán y Eva recordar una cosa: que se habían hecho promesas, algo sagrado y eterno llamado convenios. Ellos habían prometido que obedecerían al Padre todos los días de su vida, y Él les había prometido proporcionar un Salvador que aliviaría su dolor y pesar, que expiaría sus errores, y los llevaría a salvo de regreso a Su presencia.

Sin embargo, ¿cómo habrían de recordar estos seres mortales lo que habían prometido? ¿Cómo permanecerían conscientes de su peligrosa situación; conscientes todo el tiempo, día y noche?

Un recordatorio de sus convenios

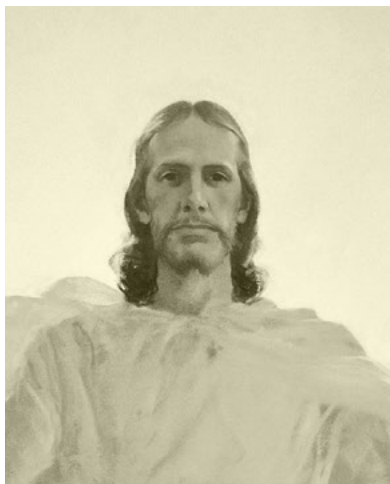
Como recordatorio de ello, Él les dio “túnicas de pieles”². ¡Qué gran don y cuán oportuno! Después de comer del fruto prohibido, Adán y Eva se dieron cuenta, casi al instante, de que estaban desnudos. Primero trataron de cubrir su desnudez con hojas de higuera, pero entonces, temiendo que eso no fuera suficiente, intentaron esconderse del Señor³ (¡un intento tan insensato era evidencia de que la condición mortal comenzaba a surtir efecto!). Desde ese momento hasta el presente, el amoroso Padre ha invitado a Sus hijos a salir de donde estén ocultos para venir a Él y, al igual que con las túnicas de pieles de entonces y diversas prendas de vestir desde aquel momento, Él, en Su misericordia, no nos ha dejado desnudos, sino que ha vestido a los obedientes con un “manto de justicia”, un recordatorio de nuestras promesas y convenios. Esas “vestiduras de salvación” simbolizan el mayor de todos los dones: la Expiación de Jesucristo⁴.



DECLARACIÓN DE LA PRIMERA PRESIDENCIA SOBRE EL GÁRMENT

El gárgment del santo sacerdocio nos recuerda el velo del templo y ese velo simboliza a Jesucristo. Cuando lleva puesto el gárgment, lleva un símbolo sagrado de Jesucristo.

El llevarlo puesto es una expresión exterior de su compromiso interior de seguirlo a Él. El gárgment también es un recordatorio de sus convenios del templo. Debe llevar puesto el gárgment día y noche a lo largo de su vida. Cuando se lo deba quitar para realizar actividades que por lógica no se puedan llevar a cabo con el gárgment puesto, procure volver a ponérselo lo antes posible. Al guardar sus convenios, incluso el sagrado privilegio de llevar el gárgment como se indica en las ordenanzas iniciatorias, tendrá mayor acceso a la misericordia, la protección, la fortaleza y el poder del Salvador.



El gárgment es un símbolo del Salvador

Ahora bien, todas estas consideraciones sobre Adán y Eva y los convenios y las prendas son, por supuesto, más que un simple ejercicio mental. No es difícil imaginar cómo se habrán sentido Adán y Eva, pues nosotros también afrontamos problemas en este mundo caído. Nosotros también hemos sido separados de la presencia de Dios y cada vez que transgredimos nos distanciamos más. Al igual que a Adán y a Eva, a nosotros se nos ha dado ese mismo Salvador, Jesucristo de Nazaret, el Alfa y la Omega, el Hijo del Dios viviente. Al igual que Adán y Eva, hemos hecho convenios con Dios y, como parte de la investidura del templo, se nos ha dado un sagrado recordatorio físico de tales convenios⁵: un símbolo del Salvador mismo. En nuestra dispensación, se llama el gárgment del santo sacerdocio⁶.

Usamos el gárgment debajo de nuestra ropa exterior. Sean cuales sean las responsabilidades que tenga, sean cuales sean las funciones que desempeñe en la vida, sean cuales sean los deberes que me requiera el diario vivir, debajo de todo ello están mis convenios, siempre y para siempre. Debajo de todo ello están esas promesas sagradas a las que me aferro desesperadamente. El gárgment no se ostenta ni se presume ante el mundo, como así tampoco mis convenios, pero mantengo a ambos cerca de mí, lo más cerca que puedo. Son profundamente personales y sumamente sagrados.

A fin de recordar esos convenios, esas promesas mutuas, usamos el gárgment durante toda nuestra vida. Ese proceder refleja nuestro deseo de que el Salvador sea una influencia constante en nuestra vida. Otros estimados símbolos son periódicos: se nos bautiza una vez en la vida, tomamos la Santa Cena una vez a la semana, asistimos al templo según lo permitan las circunstancias, pero el gárgment del santo sacerdocio es diferente; a ese símbolo lo honramos cada día y cada noche.

Y así son los convenios: no se dejan de lado por conveniencia ni negligencia, ni se modifican para adaptarse a los estilos y modas de la sociedad. En la vida del discípulo de Jesucristo, las prácticas del mundo deben modificarse para que se alineen con nuestros convenios, y no a la inversa.

Cuando nos ponemos el gárgment, como ha enseñado la Primera Presidencia, nos vestimos de un sagrado símbolo de Jesucristo. Siendo este el caso, ¿por qué habríamos de buscar alguna excusa para quitarnos dicho símbolo? ¿Por qué habríamos de privarnos de la promesa de poder, protección y misericordia que el gárgment representa? Por el contrario, cada vez que tengamos que quitarnos el gárgment temporalmente, debemos estar ansiosos por volvérselo a poner tan pronto como sea posible, porque recordamos tanto las promesas como los peligros que dan sentido a nuestros convenios. Sobre todo, recordamos la cruz y el sepulcro vacío de Cristo.

Algunas personas podrían decir: “Tengo otras maneras de recordar a Jesús”, y yo respondería: Magnífico; cuanto más, mejor. Pensemos en tantas maneras como podamos de mantener nuestro compromiso de “recordarle siempre”⁷, pero, al hacerlo, sería poco sincero desatender intencionalmente el recordatorio que el Señor mismo ha dado a quienes están vestidos: el gárgment del santo sacerdocio.

Jesucristo y Su Evangelio significan todo para mí. Todas mis esperanzas y aspiraciones eternas, todo lo que considero preciado, dependen de Él. Él es “la roca de mi salvación”⁸, mi vía de acceso a mi Padre Celestial, mi único camino de regreso a lo que una vez tuve y ahora quiero volver a tener, además de muchísimas cosas más. Su don para nosotros es el más generoso que yo jamás haya recibido, el más generoso que jamás se haya dado, al haber sido comprado con sufrimiento infinito, extendido a un número infinito de personas, otorgado con amor infinito. Los espinos y cardos, el dolor y la angustia, el pesar y el pecado de este mundo caído son todos “consumido[s] en Cristo”⁹.

Así que he llevado el gárgment del santo sacerdocio — cada día y cada noche según correspondiese desde que fui vestido hace sesenta y cuatro años, a los diecinueve años— porque lo amo a Él y porque necesito las promesas que el gárgment representa.



¿Tienen preguntas en cuanto al uso del gárrment?

Algunos de ustedes tal vez estén leyendo este artículo con la esperanza de que responda alguna pregunta en particular sobre el gárrment. Tal vez esperen un “Así dice el Señor” —o incluso un “Así dicen Sus siervos”— sobre un tema que les preocupe. Su pregunta podría surgir de alguna circunstancia personal relacionada con el empleo, el ejercicio, la higiene, el clima, la modestia, las instalaciones sanitarias o incluso alguna afección médica.

Algunas respuestas a ese tipo de preguntas pueden encontrarse en Templos.LaIglesiaDeJesucristo.org y en la sección 38.5 del *Manual General*. Se puede consultar a familiares y líderes de confianza sobre alguna cuestión personal. Sin embargo, en las ordenanzas iniciatorias se dan instrucciones muy claras y nuestro Padre Celestial, quien los conoce y los ama y comprende todo lo referente a sus circunstancias, está al alcance por siempre y para siempre. A Él le encantaría que le hicieran esas preguntas personalmente.

No me malinterpreten. Al buscar la guía divina, el Espíritu *no* los inspirará a hacer nada diferente de seguir la instrucción recibida en el templo y el consejo profético que compartió la Primera Presidencia en su reciente declaración. Un Padre amoroso *no* los ayudará a justificar que hagan menos de lo que puedan para alinearse con Sus normas de devoción y modestia que los bendecirán ahora y para siempre. Pero, ¿entiende Él sus preguntas y los ayudará a recibir las bendiciones de respetar el gárrment y guardar sus convenios? ¡Sí! ¿Deben también consultar con profesionales médicos y de la salud competentes cuando sea necesario? ¡Por supuesto! ¿Deben ignorar el sentido común o traspasar lo señalado? Ruego que no lo hagan.

No puedo responder a cada pregunta que tengan; ni siquiera puedo responder a cada pregunta que yo tengo. Sin embargo, sí puedo, como apóstol del Señor Jesucristo, prometerles la ayuda de un Dios amoroso que procura cada uno de sus éxitos y bendiciones, de maneras que ahora no pueden imaginar ni prever, conforme guarden los convenios que han hecho con Él. ■

NOTAS

1. Moisés 5:4.
2. Moisés 4:27.
3. Véase Moisés 4:13–14.
4. Véanse Isaías 61:10; 2 Nefi 9:14; véanse también Apocalipsis 19:8; 2 Nefi 4:33; Mormón 9:5; Doctrina y Convenios 109:76.
5. Obviamente, el gárrment que usamos en la actualidad no es idéntico a las túnicas de pieles que se dieron a Adán y Eva. El gárrment ha cambiado de diversas maneras a lo largo de los años, así como su material y diseño, pero las cosas que realmente importan —la naturaleza sagrada del gárrment y los convenios que este representa— no cambian.
6. El nombre completo del gárrment, al igual que el nombre completo de la Iglesia, es instructivo. El sacerdocio es el poder de Dios y el uso del gárrment es un recordatorio del poder divino que tenemos a nuestro alcance cuando hacemos convenios con Dios y los guardamos.
7. Moroni 4:3; 5:2.
8. 2 Nefi 4:30.
9. Mosíah 16:8; véase también Alma 31:38.





LA IGLESIA ESTÁ AQUÍ



Reikiavik, Islandia

Los primeros misioneros de La Iglesia de Jesucristo de los Santos de los Últimos Días llegaron a Islandia en 1851. En el siglo XX, muchos miembros emigraron a otros países. Sin embargo, en la actualidad, los miembros de la Iglesia en Islandia provienen de diversos países, y muchos islandeses nativos han regresado para predicar el Evangelio de Jesucristo y ayudar a los conversos recientes a dirigir la Iglesia. Aunque son pocos, son una comunidad muy unida. La Iglesia en Islandia tiene:



**380 miembros
(aproximadamente)**



4 ramas (incluida una en español)



1 centro de FamilySearch

Una comunidad de santos

Los miembros de Islandia confían los unos en los otros. Cuando su esposo falleció, Bettina Gudnason halló consuelo en la familia de santos que la rodeaban: “Los miembros de la Iglesia siempre estuvieron cerca mío y conmigo. Sé en mi corazón que el Padre Celestial y Jesucristo saben todo lo que sucede a nuestro alrededor. Ellos nos conocen por nombre”.





El presidente Russell M. Nelson saluda a algunas personas en un devocional en Singapur el 20 de noviembre de 2019.

RUSSELL M.

UN PROFETA PARA NUESTROS DÍAS



Con un profeta para guiarnos en estos últimos días, somos en verdad un pueblo bendecido.

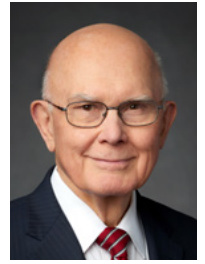
Cuando un entrevistador criticó a La Iglesia de Jesucristo de los Santos de los Últimos Días por ser “una iglesia dirigida por ancianos”, el presidente Gordon B. Hinckley (1910–2008) respondió: “¿No es maravilloso tener a un hombre de mente madura, a un hombre con buen criterio que no es llevado por doquiera de todo viento de doctrina?”¹.

El presidente Russell M. Nelson, el profeta viviente de más edad que ha servido en esta dispensación, es ese hombre. Cumplirá 100 años el 9 de septiembre de 2024. Es un líder de extraordinaria compasión y cordialidad, visión y vitalidad, calidez y sabiduría.

Amo al presidente Nelson. Hemos sido amigos durante sesenta años y compañeros apóstoles durante cuarenta. Desde enero de 2018, he tenido la bendición de servir bajo su dirección en la Primera Presidencia de la Iglesia.

Debido a que ha sido llamado a dirigir la Iglesia restaurada de Jesucristo y a ser su maestro preeminente, el presidente Nelson conoce al Salvador, de quien es profeta. A lo largo de un siglo de vida y aprendizaje, se ha destacado en prominentes servicios profesionales y militares. Con su numerosa familia, ha sido un líder familiar amoroso y eficiente. Mediante llamamientos de la Iglesia, incluidos los últimos seis años como profeta del Señor, ha sido un líder ejemplar en la Iglesia restaurada del Señor.

A lo largo de un siglo de vida, el presidente Nelson ha aprendido y practicado las claves de la felicidad en esta vida y en la vida venidera, lo que él ha llamado las “lecciones más cruciales” de la vida².



Por el presidente Dallin H. Oaks

Primer Consejero de la Primera Presidencia

NELSON:



Nos ha enseñado que debemos “empezar con el fin en mente”³.

Ama la Casa del Señor. Durante sus años como Presidente de la Iglesia, ha anunciado 168 nuevos templos, cerca de la mitad de los 350 templos totales de la Iglesia que se han construido, están en construcción o se han anunciado en esta dispensación.

Él nos ha enseñado que toda nuestra construcción de templos está acercando el templo, y las bendiciones de los convenios del templo, a más hijos de Dios⁴. Ese es el plan de Dios.

El presidente Nelson enseñó: “He aprendido que el plan del Padre Celestial para nosotros es *fabuloso*, que lo que hacemos en esta vida importa de verdad y que la Expiación del Salvador es lo que hace posible el plan de nuestro Padre”. La comprensión de ese plan, dijo él, “elimina el misterio de la vida y la incertidumbre de nuestro futuro; permite que cada uno de nosotros elija *cómo* vivirá aquí en la tierra y *dónde* vivirá para siempre”⁵.

Como Santos de los Últimos Días, somos verdaderamente un pueblo bendecido al ser guiados por el humilde siervo del Señor, el presidente Nelson, que está dedicado a preparar al mundo para la Segunda Venida de nuestro Salvador y Redentor, Jesucristo. Ruego que todos sigamos orando, testificando, sosteniendo y agradeciendo a Dios por nuestro profeta, el presidente Russell Marion Nelson. ■

NOTAS

1. Véase Gordon B. Hinckley, citado en David A. Bednar, “Escogidos para dar testimonio de mi nombre”, *Liahona*, noviembre de 2015, pág. 128.
2. Russell M. Nelson, “¡Piensen de manera celestial!”, *Liahona*, noviembre de 2023, pág. 117.
3. Russell M. Nelson, “Al avanzar juntos”, *Liahona*, abril de 2018, pág. 7.
4. Véase Russell M. Nelson, “Céntrense en el templo”, *Liahona*, noviembre de 2022, pág. 121.
5. Russell M. Nelson, “¡Piensen de manera celestial!”, pág. 117.
6. Véase Russell M. Nelson, “El nombre correcto de la Iglesia”, *Liahona*, noviembre de 2018, págs. 87–90.
7. Véase Russell M. Nelson, “Que Dios prevalezca”, *Liahona*, noviembre de 2020, págs. 92–95.
8. Russell M. Nelson, “¡Piensen de manera celestial!”, *Liahona*, págs. 117–120.
9. Véase Russell M. Nelson, “La participación de las hermanas en el recogimiento de Israel”, *Liahona*, noviembre de 2018, págs. 68–70; véase también Russell M. Nelson y Wendy W. Nelson, “Juventud de Israel” (devocional mundial para los jóvenes, 3 de junio de 2018), Biblioteca del Evangelio.
10. Véase Russell M. Nelson, “Ven, sígueme”, *Liahona*, mayo de 2019, pág. 91; véase también Russell M. Nelson, “Al avanzar juntos”, pág. 7.
11. Véase Russell M. Nelson, “Observaciones iniciales”, *Liahona*, noviembre de 2018, págs. 6–8.

ENTRE LAS ENSEÑANZAS MÁS IMPORTANTES DEL PRESIDENTE NELSON SE ENCUENTRAN LAS SIGUIENTES:

NOS HA EXHORTADO

A USAR EL NOMBRE CORRECTO DE LA IGLESIA DE JESUCRISTO DE LOS SANTOS DE LOS ÚLTIMOS DÍAS⁶.

NOS HA ACONSEJADO

DE QUÉ MANERA PODEMOS PERMITIR QUE DIOS PREVALEZCA EN NUESTRA VIDA⁷.

NOS HA ALENTADO

A “PENSAR DE MANERA CELESTIAL”⁸.

NOS HA ENSEÑADO

UNA VISIÓN MÁS AMPLIA DEL RECOGIMIENTO DE ISRAEL A AMBOS LADOS DEL VELO⁹.

NOS HA INSPIRADO

A PROGRESAR EN LA SENDA DE LOS CONVENIOS Y NOS HA INVITADO CON AMOR A REGRESAR A ESA SENDA SI NOS HEMOS DESVIADO¹⁰.

HA EXHORTADO

A LOS MIEMBROS DE LA IGLESIA DE TODO EL MUNDO A SEGUIR UN MODELO DE APRENDIZAJE DEL EVANGELIO CENTRADO EN EL HOGAR Y APOYADO POR LA IGLESIA¹¹.

DÉCADAS

DE SERVICIO DEDICADO: ENSEÑANZAS SELECCIONADAS DEL PRESIDENTE RUSSELL M. NELSON

El presidente Nelson, que ya tiene cien años, ha servido cuarenta años como apóstol. Las siguientes son algunas de sus enseñanzas durante su época como Presidente de la Iglesia.

COMENZAR CON EL FIN EN MENTE

“El fin por el que cada uno nos esforzamos es ser investidos con poder en una Casa del Señor, ser sellados como familias, ser fieles a los convenios hechos en el templo que nos hacen merecedores del don más grande de Dios, que es la vida eterna. Las ordenanzas del templo y los convenios que ustedes hagan allí son clave para fortalecer su vida, su matrimonio y su familia, y su habilidad para resistir los ataques del adversario. Su adoración en el templo y el servicio que presten allí por sus antepasados los bendicirá con mayor revelación personal y paz, y los fortalecerá en su compromiso de mantenerse en el camino de los convenios”.

“Al avanzar juntos”, Liahona, abril de 2018, pág. 7.

ARREPENTIRSE A DIARIO

“Nada es más liberador, más ennobecedor ni más crucial para nuestro progreso individual que centrarse con regularidad y a diario en el arrepentimiento. El arrepentimiento no es un suceso; es un proceso; es la clave de la felicidad y la paz interior. Cuando lo acompaña la fe, el arrepentimiento despeja el acceso al poder de la Expiación de Jesucristo”.

“Podemos actuar mejor y ser mejores”, Liahona, mayo de 2019, pág. 67.



HACER Y GUARDAR CONVENIOS

“Toda mujer y todo hombre que hace convenios con Dios y los guarda, y que participa dignamente en las ordenanzas del sacerdocio, tiene acceso directo al poder de Dios. Quienes han sido investidos en la Casa del Señor reciben un don de poder del sacerdocio de Dios en virtud de ese convenio, junto con un don de conocimiento para saber cómo recurrir a ese poder”.

“*Tesoros espirituales*”, *Liahona*, noviembre de 2019, pág. 77.

ESCUCHAR AL SEÑOR

“Nuestro Padre sabe que lo que más nos ayudará cuando nos rodee la incertidumbre y el temor, es escuchar a Su Hijo.

“Porque cuando procuremos escuchar — verdaderamente escuchar— a Su Hijo, seremos guiados a saber lo que debemos hacer en toda circunstancia”.

“*Escúchalo*”, *Liahona*, mayo de 2020, pág. 89.

ELEGIR DEJAR QUE DIOS PREVALEZCA

“Teniendo en mente la definición hebrea de *Israel*, vemos que el recogimiento de Israel adquiere un significado adicional. El Señor está reuniendo a aquellos que están dispuestos a dejar que Dios prevalezca en sus vidas. El Señor está recogiendo a aquellos que elijan dejar que Dios sea la influencia más importante en su vida”.

“*Que Dios prevalezca*”, *Liahona*, noviembre de 2020, pág. 92.

VENCER AL MUNDO

“Vencer al mundo no es un acontecimiento que ocurra en un día o dos; se produce a lo largo de toda la vida, al aceptar repetidamente la doctrina

de Cristo. Cultivamos la fe en Jesucristo al arrepentirnos diariamente y al guardar los convenios que nos invisten de poder. Permanecemos en la senda de los convenios y somos bendecidos con fortaleza espiritual, revelación personal, una fe cada vez mayor y el ministerio de ángeles. Vivir la doctrina de Cristo puede producir el ciclo virtuoso más poderoso, generando ímpetu espiritual en nuestra vida”.

“*Vencer al mundo y hallar descanso*”, *Liahona*, noviembre de 2022, pág. 97.

ELEGIR SER PACIFICADORES

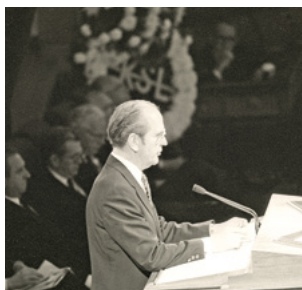
“La contención aleja al Espíritu, en todos los casos. La contención refuerza el concepto falso de que el enfrentamiento es la manera de resolver las diferencias, pero nunca lo es. La contención es una elección. Ser pacificador es una elección. Ustedes tienen su albedrío para elegir la contención o la reconciliación. Los insto a *elegir* ser pacificadores, ahora y siempre”.

“*Se necesitan pacificadores*”, *Liahona*, mayo de 2023, pág. 100.

PENSAR DE MANERA CELESTIAL

“Cuando tomen decisiones, los invito a adoptar una perspectiva a largo plazo: una perspectiva eterna. Pongan a Jesucristo en primer lugar, porque su vida eterna depende de la fe en Él y en Su Expiación, y depende también de su obediencia a Sus leyes. La obediencia les prepara el camino para una vida de gozo hoy en día y para una gran y eterna recompensa mañana”.

“*¡Piensen de manera celestial!*”, *Liahona*, noviembre de 2023, pág. 118.



Te damos, Señor, nuestras gracias.

TESTIFICAMOS DE NUESTRO PROFETA VIVIENTE

Sé que el presidente Russell M. Nelson es un profeta de Dios y estoy agradecida de que Dios le hable. El amor del presidente Nelson por nosotros es una manifestación del amor de Dios. Amo al presidente Nelson. Las promesas que hace son de Dios.

Justine Hinautan, Filipinas



El presidente Nelson me enseña que lo más importante hoy en día es escoger a Cristo al atesorar y honrar nuestros convenios.

Ryan Hulme, Nueva Zelanda

Estoy muy agradecido por el profeta, Russell M. Nelson. Testifico que él es un hombre llamado por Dios para guiarnos y fortalecernos en los últimos días. Si seguimos su consejo, todo estará bien.

Nelson Almeida, Cabo Verde



Gracias, presidente Nelson, desde lo más profundo del corazón, por darnos palabras de sabiduría de nuestro Padre Celestial. ¡Dios lo bendiga, nuestro querido profeta!

Brenda Boyle, Escocia



Gracias, presidente Nelson, por sus inspiradoras y edificantes enseñanzas. Lo amamos.

Thaong Putheary, Camboya

Estoy muy agradecida por el amor y el conocimiento que el presidente Nelson transmite como profeta. Su discurso sobre el templo me motivó a recibir mi investidura; su devocional para los jóvenes adultos me ha recordado que debo reconocer mi identidad primordial como hija de Dios, y su llamado a recoger al Israel disperso ha sido un tema de conversación constante en mi familia y entre los miembros de mi barrio. Lo más importante es que él me ha ayudado a acercarme más a mi Salvador.

Grace Burt, Estados Unidos



He meditado profundamente sobre las enseñanzas de nuestro amado profeta, Russell M. Nelson. Sus enseñanzas han inspirado mi vida. Sus palabras proféticas me han motivado a seguir adelante y a vivir el Evangelio más plenamente en este mundo caótico y conflictivo. Me siento muy segura al saber que tenemos un profeta en nuestros días que nos exhorta a tener un espíritu de paz y a evitar la contención con nuestros semejantes. Valoro sus grandes enseñanzas.

Ana Montoya, Honduras



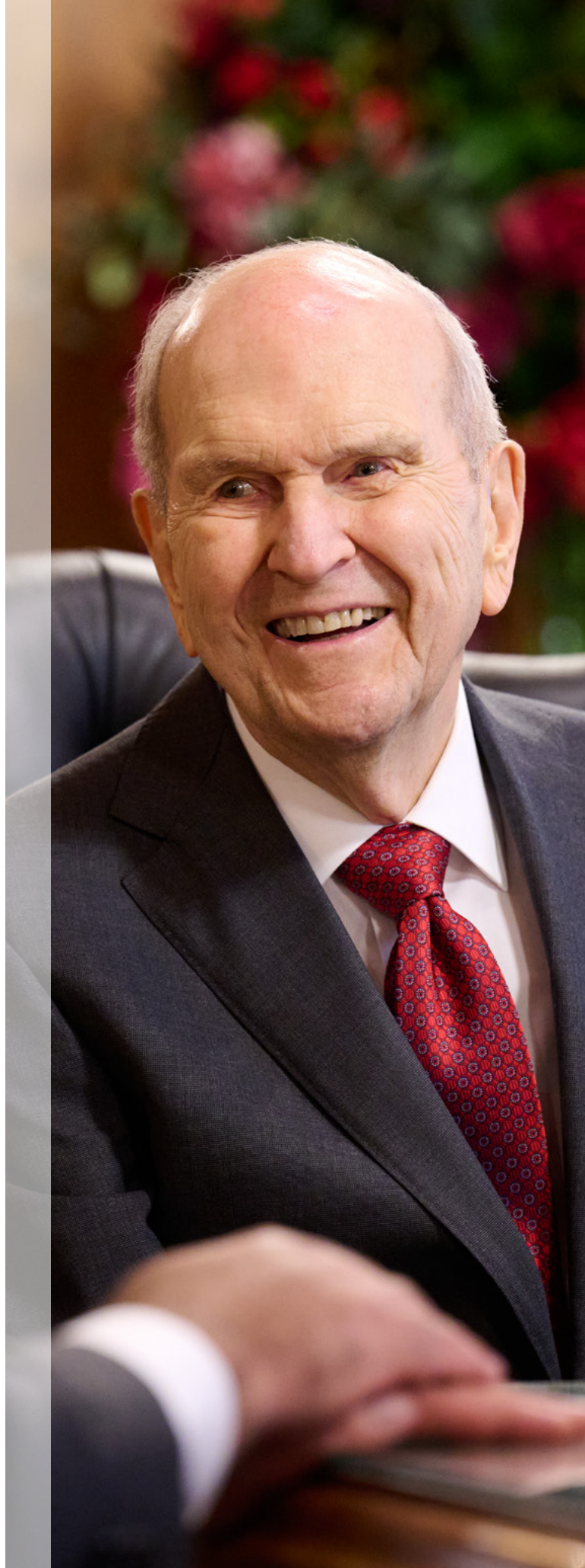
Tengo un firme testimonio de que el presidente Russell M. Nelson es el profeta de Dios para los últimos días. He tenido el privilegio de presenciar de cerca su humildad, su sencillez y el amor que siente por las personas. Ciertamente, él es el hombre escogido para dirigir el reino de Dios sobre la tierra en esta época singular. He escuchado y seguido su consejo, el cual me ha guiado a vivir una vida recta y a afrontar los desafíos de la vida terrenal. Siento un amor inmenso por el presidente Nelson y soy consciente de su extraordinaria contribución al avance del reino de Dios y al recogimiento de Israel por medio de su inspiración y de sus anuncios para la construcción de templos en todo el mundo.

David G. Fernandes, Brasil



El 24 de agosto de 2019, el profeta habló en español y nos enseñó en cuanto a guardar los mandamientos del Señor. Sentí muy fuertemente el amor de Jesucristo a través del esfuerzo del profeta por aprender nuestro idioma. Sé que, por medio del profeta viviente, Dios nos alienta, enseña, protege, guía y bendice.

Saúl Alfredo Rojas de León, Guatemala







Por el élder
Isaac K.
Morrison
De los Setenta

EL profeta

NOS GUÍA HACIA

Jesucristo

*El profeta
conoce
el camino
porque conoce
a Jesucristo,
que es
“el camino,
y la verdad
y la vida”
(Juan 14:6).*

Un día me encontraba almorzando en el comedor del Edificio Administrativo de la Iglesia con tres de mis colegas de los Setenta. Mientras comíamos, el presidente Russell M. Nelson vino a nuestra mesa con su plato de sopa y dijo: “¿Puedo acompañarlos?”.

“Por supuesto, presidente”, respondimos todos. ¿Quién no querría almorzar con el profeta?

Mientras comíamos, el presidente Nelson compartió algunas experiencias que ha tenido en los muchos países que ha visitado y habló de personas que lo han inspirado. Fue muy bondadoso, sabio y generoso.

Al terminar el almuerzo, me volví al presidente Nelson y le dije: “Presidente, no sé cuándo podré volver a sentarme a la misma mesa que usted, pero esta noche, voy a ver a mi esposa y a mis hijos y les diré que almorcé con el profeta. Sé que me preguntarán: ‘¿Qué te ha dicho que nos digas?’. Presidente, ¿qué desea que les diga a mi esposa y a mis hijos?”.

El presidente Nelson me miró por un momento. ¡Estaba ansioso de oír lo que tenía que decir! “Solo tengo tres palabras para usted”, dijo él. “Dígale a su familia que yo le dije: ‘Guarden los mandamientos’”.

Todos hemos escuchado antes este consejo del presidente Nelson, pero en ese momento sentí un testimonio personal y fuerte de que el presidente Nelson es verdaderamente el profeta. Le di las gracias y más tarde ese día le conté a mi familia lo que había sucedido. Más adelante, nuestros hijos hicieron etiquetas autoadhesivas que decían “Guarden los mandamientos” y las colocaron en el refrigerador y los espejos para recordar lo que había dicho el presidente Nelson.

**Samuel
el Lamanita mostró
su compromiso
total con Jesucristo
cuando se subió
a una muralla
y declaró a los
nefitas las cosas que
el Señor había puesto
en su corazón.**



Desde entonces, he meditado en el consejo del presidente Nelson. Cuando guardamos los mandamientos, demostramos nuestro amor por el Padre Celestial y el Salvador. Nos acercamos más a Ellos y permanecemos en Su amor (véanse Juan 14:21; 15:10).

Esa experiencia con el profeta me ha confirmado una verdad profunda y espiritualmente significativa. En la Primaria cantamos: “Sigue al profeta, lo que él dice manda el Señor”¹. ¡Él sí conoce el camino! El profeta conoce el camino porque conoce al Salvador, que *es* “el camino, y la verdad y la vida” (Juan 14:6). Cuando seguimos al profeta, se nos guía a Jesucristo.

La función sagrada de los profetas

El Señor ha dado una función importante y sagrada a los profetas tanto en la antigüedad como en nuestros días. En las Escrituras leemos: “Porque no hará nada Jehová el Señor *sino hasta* que revele su secreto a sus siervos los profetas” (Traducción de José Smith, Amós 3:7 [en Amós 3:7, nota *a* al pie de página]).

En el libro de Ezequiel aprendemos más acerca de lo que se requiere de los profetas. El Señor le dijo al profeta Ezequiel: “A ti, pues, oh hijo de hombre, te he puesto como atalaya de la casa de Israel, y oirás la palabra de mi boca y les advertirás de mi parte” (Ezequiel 33:7).

Los profetas, al igual que los atalayas en una torre, tienen el mandato especial de ser portavoces del Señor y declarar lo que Él les ha revelado. El Señor requiere que Sus profetas sean hombres de fe, íntegros y valientes.

Samuel el Lamanita, por ejemplo, mostró su compromiso total con Jesucristo cuando se subió a una muralla y declaró a los nefitas las cosas que el Señor había puesto en su corazón (véase Helamán 13:4).

“Y he aquí, un ángel del Señor me lo ha declarado”, dijo Samuel, “y él impartió alegres nuevas a mi alma. Y he aquí, fui enviado a vosotros para declarároslo también, a fin de que recibieseis buenas nuevas; pero he aquí, no quisisteis recibirme” (Helamán 13:7).

Para mí es extraordinario que Samuel testificara osadamente de la verdad, aun cuando los nefitas “le arrojaron piedras [...] y [...] lanzaron flechas contra él mientras se hallaba sobre la muralla” (Helamán 16:2). Vemos esa valentía en los profetas, videntes y reveladores de la actualidad.

Hacer del mundo un lugar mejor

No hace mucho conocí a una pareja durante una conferencia de estaca en Nashville, Tennessee, EE. UU. La esposa había sido miembro de la Iglesia toda su vida. El esposo no era miembro.

Se me acercaron y él dijo: “Estoy listo para ser bautizado”.
¡Sentí una gran felicidad al escuchar eso! Le pregunté: “¿Qué ha cambiado?”.

Me respondió: “Cuando escuché el mensaje del presidente Nelson en la conferencia general², me conmovió mucho. Supe que era un profeta. Obtuve un testimonio y ahora estoy listo para ser bautizado”.

También conozco a una mujer de Costa del Cabo, Ghana, que de alguna manera sintonizó la conferencia general. Nunca había oído hablar de La Iglesia de Jesucristo de los Santos de los Últimos Días, pero se quedó pegada a lo que vio y oyó de profetas, videntes y reveladores. Después, buscó la Iglesia, encontró una capilla y conoció a los misioneros. Finalmente, fue bautizada. Hace poco, me envió fotografías de ella en el templo para recibir su investidura.

¡Estos dos ejemplos muestran lo poderoso que es el mensaje del profeta para el mundo! Si todos hicieran caso a su mensaje, el mundo sería muy pacífico. Todos nos centraríamos en lo que más importa, que incluye el desarrollar una relación con el Padre Celestial y Su Hijo Jesucristo, y edificar familias fuertes y eternas. También seríamos lo mejor que pudiéramos porque guardaríamos los dos grandes mandamientos: amar a Dios y amar a nuestro prójimo (véase Mateo 22:37–39). Estableceríamos Sion, una sociedad en la que prevalecerían el amor, la rectitud y la armonía, reflejando el espíritu del discipulado (véase Doctrina y Convenios 82:14).

Cuando seguimos al profeta, podemos estar seguros de que estamos haciendo lo que Dios desea que hagamos porque el profeta sigue a Jesucristo y nos ayuda a seguirlo. Gracias a Jesucristo, todo en la vida adquiere sentido. “Podemos sentir gozo independientemente de lo que esté sucediendo —o no esté sucediendo— en nuestra vida”³. Al seguir al profeta, en verdad podemos hacer del mundo un lugar mejor.

Al prestar atención al consejo del profeta, podemos hallar paz, gozo y guía en nuestra vida a medida que nos esforzamos por llegar a ser más como Jesucristo.

Buscar las bendiciones prometidas

Cuando los santos fueron expulsados de Kirtland, Ohio, la Primera Presidencia encomendó a Oliver Granger que vendiera las propiedades de los santos y saldara las deudas de la Iglesia. Oliver, un hombre común y corriente, casi ciego debido a la exposición al frío, aceptó esa difícil tarea porque el profeta José Smith y otros líderes se lo habían pedido. Oliver perseveró en medio de muchas dificultades y el Señor valoró su sacrificio y sus esfuerzos.

“Tengo presente a mi siervo Oliver Granger”, declaró el Señor. “He aquí, de cierto le digo que su nombre se guardará en memoria sagrada de generación en generación para siempre jamás [...].

“Y cuando caiga, se levantará nuevamente, porque su sacrificio será más sagrado para mí que su ganancia” (Doctrina y Convenios 117:12–13).

Oliver y su esposa Lydia sostuvieron al profeta, y el Señor reconoció que Oliver había hecho lo mejor que podía, aunque no siempre tuviera éxito. El Señor destacó el valor de sus esfuerzos por encima de sus logros⁴.

Como misionero e incluso ahora, no recuerdo haber oído mucho acerca de Oliver Granger, pero su nombre se menciona en las Escrituras porque obedeció la guía del profeta y recibió las bendiciones prometidas; su nombre sí se guarda en memoria sagrada. De Oliver Granger aprendemos que, aunque la dirección proviene de una fuente divina (por medio de profetas), no garantiza un camino llano y desprovisto de obstáculos; sin embargo, las promesas son seguras (véase Alma 37:17).

¿Cómo sería nuestra vida sin profetas? El profeta viviente y Presidente de la Iglesia representa una línea directa de comunicación de Dios con Su pueblo y es la única persona sobre la tierra que recibe revelación para guiar a toda la Iglesia. También proporciona revelación continua de Dios para ayudarnos a afrontar los desafíos de nuestra época. Al prestar atención al consejo del profeta, podemos hallar paz, gozo y guía en nuestra vida a medida que nos esforzamos por llegar a ser más como Jesucristo (véase Doctrina y Convenios 21:4–6).

Aceptemos las enseñanzas y el ejemplo de los profetas modernos, sabiendo que son instrumentos en las manos de Dios y que nos guían hacia las bendiciones eternas. Los amo y oro por ellos. Estoy agradecido de saber que son inspirados y que nos guían a nosotros y a nuestras familias hacia nuestro Salvador Jesucristo. ■

NOTAS

1. “Sigue al Profeta”, *Canciones para los niños*, pág. 58.
2. Véase Russell M. Nelson, “Se necesitan pacificadores”, *Liahona*, mayo de 2023, págs. 98–101.
3. Russell M. Nelson, “El gozo y la supervivencia espiritual”, *Liahona*, noviembre de 2016, pág. 82.
4. Véase Boyd K. Packer, “Mis hermanos más pequeños”, *Liahona*, noviembre de 2004, pág. 86.



Una impresión espiritual de creación

Por Stephan Seable, Oregón, EE. UU.

La Expiación de Jesucristo cobró un significado más profundo para mí a medida que esculpía la historia de Abraham e Isaac.

Escanee el código
para leer más



El bien que el Evangelio me ha dado

Por Tom Yellowman, Nuevo México, EE. UU.

*Gracias a las personas de la Iglesia,
sentí el Espíritu Santo.*

Cuando era niño, mi héroe era mi abuelo materno, mi *acheii*. Él era fuerte en su fe. Fui a muchas iglesias diferentes con él, pero la religión no era para mí.

Cuando conocí a Gina, quien llegó a ser mi esposa, ella era una fiel miembro de La Iglesia de Jesucristo de los Santos de los Últimos Días. Ella deseaba que yo aprendiera acerca de la Iglesia para que pudiéramos casarnos en el templo, pero ese no era mi deseo. Yo no era una persona religiosa.

Con el tiempo, nos casamos civilmente. Después de tener una hija, yo seguía sin estar interesado en la Iglesia, pero Gina continuó asistiendo.

Finalmente decidí ir a otras iglesias para demostrar que la suya estaba en error. Hice esto durante varios años, pero nunca me sentía cómodo, fuera donde fuera.

Entonces, un domingo, mientras Gina preparaba a nuestra hija para ir a la iglesia, yo comencé a prepararme también. Ella me miró y me preguntó: “¿Qué haces?”. Y yo respondí: “Voy a ir a la iglesia contigo”. Miró a nuestra hija y le dijo: “¡Prepárate, rápido! ¡No queremos que cambie de opinión!”.



Así que nos fuimos. Sentí el Espíritu Santo por medio de las personas de la iglesia, quienes fueron esenciales para mi conversión. Después de ese día, los misioneros vinieron a nuestra casa. Ellos eran increíbles, las enseñanzas que compartían eran hermosas para mí y el Espíritu colmaba mi corazón (véase Moroni 10:4-5).

Cuando visité a mi abuelo para decirle lo que había encontrado, a él no le pareció bien. Sin embargo, yo sabía que debía seguir mi corazón.

Me uní a la Iglesia, y pronto Gina y yo fuimos sellados en el templo. Nuestra hija se selló a nosotros y ahora tenemos tres hijos más que nacieron en el convenio.

Pasaron diez años antes de que mi *acheii* finalmente respetara lo que creemos en la Iglesia. En la graduación de la escuela secundaria de mi hijo, les dijo a todos en navajo: “Me gusta estar con esta familia. Apoyo lo que ellos creen. Sus hijos realmente saben orar”.

Soy el único miembro de la Iglesia entre todos mis parientes, pero sé que ellos aceptan que mi conversión fue genuina y reconocen el bien que el Evangelio nos ha dado a mi esposa, a nuestros hijos y a mí. ■

El Libro de Mormón me brindó paz

Por Américo Chantre Fernandes, Cabo Verde

Llegué a comprender que el Libro de Mormón era deseable para cambiar mi vida y acercarme más a Jesucristo.

A finales de 2013, dos jóvenes con camisa blanca y corbata comenzaron a visitar a mi hermana dos veces a la semana. De inmediato supe que pertenecían a una iglesia. Para mí, ser parte de una iglesia no entraba en mis planes, así que decidí no hablar con ellos.

Con cada una de sus visitas, me aseguraba de no estar en casa cuando llegaban. Sin embargo, algo en particular me llamó la atención: siempre llevaban un libro azul. Nunca lo había visto y me parecía extraño.

Un día, en la sala de estar, mi hermana comenzó a hablarme acerca de ese libro cuando, de pronto, llegaron los dos jóvenes. Lamentablemente, no pude esconderme de ellos. Nos vieron con el libro azul, el Libro de Mormón, y comenzaron a preguntarme lo que sabía acerca de Jesucristo.

Al escuchar a los misioneros desde ese día en adelante, me impresionó la forma en que relacionaban sus enseñanzas con el Libro de Mormón. Como resultado, el libro azul se volvió menos extraño para mí.

Todavía tenía serias dudas sobre él, pero empecé a leerlo y llegué a comprender que el Libro de Mormón no era un sustituto de la Biblia, sino que era deseable para cambiar mi vida y acercarme más a Jesucristo. Aprendí que el Libro de Mormón se centra en el Salvador. Sus enseñanzas me ayudaron a saber quién es Él y quién es el Padre Celestial.

El Libro de Mormón pronto me ayudó a llegar a ser una mejor persona, un verdadero discípulo de Jesucristo. También me ayudó a mejorar mi actitud al afrontar los

desafíos diarios. Por mi experiencia al estudiarlo, sé que ayuda a las personas a venir a Cristo y a vivir el Evangelio (véase Moroni 10:32). Nos alienta a seguir las enseñanzas de Cristo y a ponerlas en práctica en nuestra vida cotidiana, nos da el conocimiento de que somos hijos e hijas de Dios y nos brinda paz.

Después de varias semanas de reunirme con los misioneros y leer el Libro de Mormón, fui bautizado. Doy testimonio con todo mi corazón de que el Libro de Mormón es verdadero y que leerlo brinda esperanza y luz en los momentos más oscuros, y nos ayuda a sentir el amor y la protección del Señor. Estoy agradecido por tener el Libro de Mormón en mi vida. ■



Dios tenía algo mejor para nosotros

Por Ronald Baa, Mindanao del Norte, Filipinas

Cuando los misioneros me enseñaron que yo era hijo de Dios, supe que Él tenía más bendiciones reservadas para mi familia y para mí.

Me crié en una pequeña aldea rural de Filipinas. Mi familia era pobre y, en Filipinas, si no tienes dinero, no puedes ir a la escuela. A pesar de ese obstáculo, yo era un joven ambicioso.

Les dije a mis padres que quería ser médico, maestro o algún tipo de profesional, pero ellos siempre me decían que dejara de soñar. No teníamos dinero para que yo fuera a la universidad. Mis padres querían que lo aceptase y no me sintiese decepcionado con mi vida.

“Los títulos universitarios no son para nosotros”, decían. No creían que hubiera nada mejor reservado para nuestra familia que lo que ya teníamos.

No obstante, eso fue antes de que nos uniéramos a La Iglesia de Jesucristo de los Santos de los Últimos Días.

Vivíamos lejos de cualquier ciudad, pero los misioneros nos encontraron y continuaron regresando. Hicieron muchos sacrificios para enseñar a mi familia, pero cambiaron nuestra vida para siempre.

Cuando nos unimos a la Iglesia, aprendí que yo era un hijo de Dios con potencial para progresar, aprender y cambiar (véanse Moisés 1:39; “La Familia: Una Proclamación para el Mundo”, Biblioteca del Evangelio). Con el conocimiento del Evangelio, supe que era el momento de elevar la posición de mi familia. Ya no éramos solamente personas pobres de una pequeña aldea: éramos hijos e hijas de Dios dignos que merecían las bendiciones que Él ha prometido a Sus seguidores fieles.

Los misioneros trajeron el Evangelio a mi vida, el Evangelio trajo la música a mi vida y la música me dio una beca para asistir a la universidad. Obtuve una licenciatura en Educación Secundaria y luego un título en Música, con especialización en Dirección Coral. Ahora enseño música en la Universidad Liceo de Cagayán y dirijo el grupo musical de la escuela secundaria Liceo U. También dirijo un coro de miembros de la Iglesia. Nuestra misión es compartir la verdad de Dios por medio de la música.

Graduarme de la universidad me dio una nueva vida. No sé dónde estaría hoy sin el Evangelio de Jesucristo.

Todos merecen la oportunidad de aprender, como yo, que tienen un Padre Celestial y que Él los ha bendecido con el potencial para progresar, aprender y cambiar. ■



El Espíritu compensó la diferencia

Por Lisa Nielsen Young, Carolina del Sur, EE. UU.

Pude sentir el amor de los miembros de mi barrio cuando cantaron sin mi acompañamiento.

Vivíamos en un pequeño pueblo de Georgia, EE. UU., cuando mi padre murió con solo cincuenta y cinco años. La mayoría de nuestros familiares vivían en otro estado. Los 3200 km (2000 millas) que nos separaban nunca me parecieron más lejanos que en esa época.

Mi esposo era el obispo y yo la organista de nuestro pequeño barrio. Con todas las emociones y el estrés de ayudar con los planes del funeral, me sentía especialmente agotada ese domingo cuando llegó la hora del último himno de la reunión sacramental: “Para siempre Dios esté con Vos” (*Himnos*, nro. 89).

A mitad de la segunda estrofa, el dolor me superó. De alguna manera, toqué hasta el final de esa estrofa, pero me temblaban las manos y tenía los ojos tan llenos de lágrimas que tuve que detenerme cuando todavía faltaba una estrofa completa. No podía dejar de llorar.

Después de una breve pausa, la congregación se dio cuenta de que el órgano había dejado de sonar; pero, entonces, los miembros del barrio comenzaron a cantar a capela. El canto no era perfecto. Después de todo, éramos pocos, pero el Espíritu compensó la diferencia. En medio de las lágrimas y la vergüenza, pude sentir el amor de muchas personas mientras cantaban:

*Para siempre Dios esté con Vos;
que os guíe su bandera;
que la muerte no os hiera;
para siempre Dios esté con Vos.*

Cuando el himno terminó, la líder de música me sostuvo mientras yo sollozaba durante la última oración. Varias personas se acercaron al órgano con lágrimas en los ojos para expresar su pesar por el fallecimiento de mi padre.

Más tarde le dije a la líder de música que yo tocaría el piano en el funeral. Probablemente no parecía una buena idea después de lo que acababa de suceder, pero a mi papá le gustaba mucho escucharme tocar el piano, y yo quería tocar para él. Entonces me di cuenta de lo cerca que lo había sentido durante el último himno.

Estoy muy agradecida por los himnos. Testifico que la música puede enseñarnos y consolarnos de maneras que las palabras a menudo no pueden. Como escribió la Primera Presidencia en el prólogo del himnario: “Los himnos [...] nos consuelan cuando nos sentimos tristes o desesperanzados y nos inspiran a perseverar hasta el fin”. También estoy agradecida por el amor de un buen barrio cuando estaba tan lejos de mi familia. Sé que mi padre y yo realmente nos volveremos a ver. ■



CÓMO EL ESTAR DESMORONADA ME AYUDÓ A RECONSTRUIR MI FUNDAMENTO DE FE

Después de serios desafíos mentales, físicos y espirituales, descubrí lo que significa encontrar sanación por medio de nuestro Salvador Jesucristo.

Por Maren Kennedy





Estaba sirviendo como misionera en Francia cuando el mundo se derrumbó y el COVID-19 dejó a todo el país en un estricto confinamiento. He luchado contra la depresión a lo largo de mi vida, así que me preocupaba que las circunstancias del aislamiento me hicieran caer en un episodio depresivo. Sin embargo, la primera semana de cuarentena, la semana previa a la histórica Conferencia General de abril de 2020, fue una de las más espirituales de mi vida.

En retrospectiva, creo que, por medio de las experiencias que tuve esa semana, el Señor me estaba fortaleciendo para atravesar una tormenta.

En esa conferencia, el élder Gary E. Stevenson, del Cuórum de los Doce Apóstoles, dio un discurso sobre las reparaciones que se harían a los cimientos del Templo de Salt Lake. Comparó esa remodelación con nuestra vida y nos pidió que consideráramos esta pregunta:

“¿Cuáles son los elementos fundacionales de mi carácter espiritual y emocional que nos permitan, a mí y a mi familia, permanecer firmes e inamovibles, e incluso resistir los impactantes y tumultuosos terremotos que con certeza tendrán lugar en nuestra vida?”¹.

Al escuchar su discurso, recibí la impresión de que, al igual que el templo, yo iba a desmoronarme en cierto modo durante la siguiente etapa de mi vida. Sin embargo, también sentí que, si acudía al Señor durante esos desafíos, Él me ayudaría a fortalecer mi fundamento de fe.

“LA SANACIÓN [...] CON FRECUENCIA ES UN PROCESO DE RECUPERACIÓN Y CRECIMIENTO QUE DURA TODA LA VIDA A PESAR DE AGRESIONES FÍSICAS, EMOCIONALES O ESPIRITUALES CONSTANTES, O TAL VEZ A CAUSA DE ELLAS. REQUIERE TIEMPO”.

SENTIRME DESMORONADA

Tal como esperaba, pronto me deprimí y no tardé en sentirme atrapada en un ciclo interminable de pensamientos suicidas. Me sentía destrozada mental, emocional y espiritualmente.

Después de dos meses de cuarentena, las cosas mejoraron un poco. Gracias a los cambios en mis circunstancias, como la medicación antidepresiva y el final del confinamiento, empecé a sentirme mejor mentalmente, pero poco después comencé a sentirme enferma y noté tres grandes bultos en la base de la garganta.

Al principio, ignoré los bultos, pero cuando los síntomas empeoraron se hizo evidente que no podía permanecer en el campo misional. Regresé a casa, donde pronto me diagnosticaron cáncer en la sangre: un linfoma de Hodgkin.

Como los antidepresivos tenían un efecto emocional adormecedor, al principio de los seis meses de quimioterapia me sentí bastante apática.

Sin embargo, aun así, comencé a desmoronarme físicamente.

RECONSTRUIR MI FUNDAMENTO ESPIRITUAL

Un año después de terminar el tratamiento de quimioterapia, comencé a sentirme mejor físicamente. Volví a la universidad y estaba haciendo planes, pero el agudo dolor y entumecimiento espirituales que había sentido en la misión y durante la quimioterapia se habían convertido en un sentimiento general de indiferencia hacia el Padre Celestial y Jesucristo.

Luchaba con mis sentimientos sobre lo que había vivido y sentía como si Ellos me hubieran abandonado cuando me encontraba en mi peor momento.

Sin embargo, el Padre Celestial sabía cuáles eran los caminos que yo debía tomar para poder sanar.

Sentía como si estuviera aferrándome a los escombros y los restos de mi fe, que antes había sido fuerte, y de mi personalidad, que antes había sido alegre. Me sentía muy desconectada de mí misma. Mi corazón se enternecía ante los intentos del Señor de

tenderme la mano, pero me sentía culpable, ansiosa e indigna espiritualmente por mi indiferencia hacia el Evangelio.

Después de meditar sobre mi salud espiritual durante algunos meses, me sentí inspirada a hacer pequeños cambios en el ámbito espiritual de mi vida. Durante un tiempo, había ignorado el dolor que sentía en el alma a causa de los desafíos que había experimentado, pero deseaba hacerle frente.

Pronto, pude ver la mano del Padre Celestial en mi vida. Sin saber lo espiritualmente entumecida que me sentía, algunos amigos y seres queridos me hablaron acerca de la sanación. Uno de ellos incluso me compartió un discurso que Elaine S. Marshall dio en un devocional.

Sin ganas, lo leí.

Como enfermera, Elaine señaló algunos paralelismos entre la sanación física y la sanación espiritual, ella dijo: “La sanación no es la cura. La cura es limpia y rápida y a menudo se realiza bajo anestesia [...]. La sanación [...] con frecuencia es un proceso de recuperación y crecimiento que dura toda la vida a pesar de agresiones físicas, emocionales o espirituales constantes, o tal vez a causa de ellas. Requiere tiempo”².

No creo que fuera una coincidencia que el tratamiento para mi cáncer requiriera seis meses de quimioterapia. Los efectos de la quimio son drásticos, dramáticos y agotadores. Curiosamente, el aprender a dejar que mi cuerpo sanara físicamente me enseñó un principio clave de sanación espiritual: cómo recurrir a la gracia de Jesucristo y darme el tiempo y el espacio para sanar mi relación con Él y con el Padre Celestial.

RECIBIR LA GRACIA DEL SALVADOR

La gracia es ayuda divina, poder habilitador y fortalecedor, y sanación espiritual. Es un don de nuestro Padre Celestial, “que recibimos a través de la expiación del Señor Jesucristo”³.

Mi ejemplo favorito de alguien que accedió al poder sanador de Jesucristo por medio de Su Expiación es el de Alma, hijo. Mientras estuvo en estado de coma durante tres días, atormentado con “las penas de un alma condenada”,



recordó las enseñanzas de su padre acerca de Jesucristo (véase Alma 36:16–17). Primero deseó ayuda y luego acudió a Cristo, lo cual cambió su trayectoria y le permitió ser sanado espiritualmente (véase Alma 36:18–22).

El primer paso que di hacia la sanación espiritual fue encontrar el deseo de conectarme con Dios. Alma me enseñó el modo de comenzar cuando dijo: “Ejercit[ad] un poco de fe, sí, aunque no sea más que un deseo de creer, [y] dejad que este deseo obre en vosotros, sí, hasta creer de tal modo que deis cabida a una porción de mis palabras” (Alma 32:27).

Por experiencia propia, testifico que esta enseñanza es verdadera.

Podemos desarrollar un deseo, plantar una semilla (la palabra de Dios) y nutrirla hasta que se convierta en algo real y concreto. Con el tiempo, se producen los frutos de nuestra fe en Jesucristo cuando vemos cambios en nuestras acciones, opiniones, creencias, en el corazón, la mente y luego el alma. Nuestro fundamento llega a establecerse en Él (véase Helamán 5:12).

De manera similar a la experiencia de Alma, mi deseo de volver a sentir el Espíritu y el gozo del Evangelio dio lugar a un completo cambio de rumbo que me llevó por el proceso de sanación. Desde entonces, el Salvador me ha ayudado a reconciliar mis sentimientos del pasado a medida que he aprendido a dejar de lado mis resentimientos hacia Él, Dios y mis propias debilidades.

Gracias a Él, partes de mí misma que pensé que había perdido en la bruma de mis pruebas, como mi personalidad, mis deseos y mi amor por el Evangelio, han regresado a mí y me han hecho sentir sanada, renovada y restaurada.

UN FUNDAMENTO MÁS FIRME

El dolor y los desafíos me cambiaron, pero al hallar sanación por medio de Jesucristo, verdaderamente reconstruí mi fundamento de fe en Él. A medida que pasa el tiempo y voy sanando, veo que, gracias a Jesucristo, puedo aprender a tener gozo a pesar de mis dificultades. Ahora entiendo que la parte más importante de atravesar una prueba no es lo que nos hace pedazos ni el dolor que sentimos, sino lo que viene después a medida que experimentamos la sanación y la reconstrucción por medio de la gracia del Salvador.

El élder Patrick Kearon, del Cuórum de los Doce Apóstoles, enseñó: “Queridos amigos que han [...] sufrido las injusticias de la vida [...], pueden tener un nuevo comienzo y volver a empezar. En Getsemaní y en el Calvario, Jesús ‘tomó sobre Sí [...] toda angustia y sufrimiento que experimentemos alguna vez ustedes y yo’ [Russell M. Nelson, “El nombre correcto de la Iglesia”, *Liahona*, noviembre de 2018, pág. 88] ¡y lo ha vencido todo!”⁴.

Así que, a los que se sientan deshechos, les ruego que sean valientes, que perseveren y confíen en el Señor y en Su poder sanador. Con tiempo, paciencia e incluso el más mínimo deseo, Su gracia puede transformarlos, reconstruir su fundamento y ayudarlos a sentirse plenos de nuevo.

Ese es el don que Él nos ofrece a cada uno de nosotros. ■

La autora vive en Carolina del Norte, EE. UU.

NOTAS

1. Gary E. Stevenson, “Un buen fundamento para [el tiempo que está] por venir”, *Liahona*, mayo de 2020, pág. 50.
2. Elaine S. Marshall, “Learning the Healer’s Art”, devocional de la Universidad Brigham Young, 8 de octubre de 2002, pág. 4, speeches.byu.edu.
3. Temas y preguntas, “Gracia”, Biblioteca del Evangelio.
4. Patrick Kearon, “Ha nacido con sanidad en sus alas: Podemos ser más que vencedores”, *Liahona*, mayo de 2022, pág. 39.



GUIDO, DE ALEMANIA



RASOANANDRIANINA, DE MADAGASCAR



ARACELI, DE PARAGUAY

JÓVENES ADULTOS

TRES MANERAS DE **SOBRELLEVAR LA VIDA Y DISFRUTARLA**

Por Emma Hebertson

Revistas de la Iglesia

El Padre Celestial desea que hallemos gozo en la vida que se nos ha dado.

¿Cuándo fue la última vez que fuiste verdaderamente feliz?
¿Te costó responder esta pregunta?

En los momentos difíciles, tal vez nos abrumen tanto nuestras pruebas que realmente no podamos recordar lo que es el gozo. Como dijo la hermana Reyna I. Aburto, quien fue Segunda Consejera de la Presidencia General de la Sociedad de Socorro: "En la vida podrían formarse nubes negras que nos impidan percibir la luz de Dios y hasta ocasionar que nos preguntemos si aún existe".

Para muchos jóvenes adultos, la vida a veces puede parecernos algo que simplemente hay que sobrellevar, algo que nos resulta difícil hasta que finalmente recibamos esas bendiciones que se nos han prometido.

Lo que en ocasiones olvidamos es que también es algo para *disfrutar*. La bendición de la felicidad eterna puede comenzar *ahora*.

Estas son algunas maneras en que podemos reavivar la luz y el gozo en nuestra vida.

RECUERDA LAS VERDADES SENCILLAS

En lugar de entrenar los ojos para ver en la oscuridad, podemos buscar los rayos de luz que el Evangelio de Jesucristo trae a nuestra vida.

El presidente Russell M. Nelson nos ha recordado que “el gozo proviene de [Jesucristo]. Él es la fuente de todo gozo”². Cuando tengas dificultades para encontrar la luz en tu vida, el primer paso siempre debe ser acudir a Jesucristo.

También puedes pedir al Padre Celestial que te ayude a recordar la importancia de tu identidad divina.

El élder Gary B. Sabin, de los Setenta, enseñó: “Para nuestra felicidad, es crucial que recordemos que somos hijos e hijas de un amoroso Padre Celestial”³. El saber *verdaderamente* que Dios está al tanto de ti y desea lo mejor para ti puede iluminar tu vida.

A pesar de los desafíos que afrontes, recordar estos principios básicos del Evangelio puede ayudarte a invitar la luz del Salvador a tu vida.

DESCUBRE QUÉ TE HACE FELIZ

A veces puede ser difícil recordar que nuestra felicidad no siempre se parece a la de los demás. De hecho, como jóvenes adultos, es difícil no comparar nuestra vida con la de quienes nos rodean, pero recuerda que tú tienes control sobre tu *propia* felicidad.

Pregúntate ¿qué te hace feliz a ti?

¿Qué te hace sonreír?

Tal como aconsejó el entonces presidente Dieter F. Uchtdorf cuando era Segundo Consejero de la Primera Presidencia, “reduzcan la prisa y tomen un poco de tiempo extra para llegar a conocerse mejor”⁴. Busca la belleza en las cosas pequeñas: sal a caminar; visita el templo; inscríbete en un proyecto de servicio; busca un nuevo pasatiempo o retoma uno del pasado.

En una ocasión, el élder Richard G. Scott (1928–2015), del Cuórum de los Doce Apóstoles, habló de cómo la creatividad puede iluminar nuestra vida: “Elige un campo como el de la música, la danza, la escultura o la poesía; eso te ayudará a disfrutar de la vida, despertará en ti un sentimiento de gratitud, te desarrollará un talento latente, te agudizará la capacidad de razonar, de actuar, de encontrar motivación para vivir; te disipará la soledad y el dolor; te renovará y te encenderá la chispa del entusiasmo por la vida”⁵.

Descubrir lo que te llena el corazón de felicidad puede ayudar a reavivar la luz en tu vida cuando te sientas estancado.

CÉNTRATE EN LO QUE MÁS IMPORTA

Si la vida se vuelve demasiado agobiante y sientes que simplemente superar cada día requiere toda tu energía, dedica un momento de quietud a centrarte en lo que *más* importa.

Para ello, el presidente Uchtdorf sugirió que “simplifiquemos un poco nuestra vida”⁶. Vuelve a centrar tu vida en el amor del Padre Celestial y en el hermoso don de la Expiación de Cristo. Prioriza tu relación con tu familia, con tus amigos y contigo mismo.

Combate lo negativo con lo positivo, la oscuridad con la luz de Jesucristo y Su Evangelio.

Tal como nos alentó el presidente Nelson: “No simplemente *soportemos* esta época actual con resignación. ¡*Acojamos el futuro con fe!*”⁷. Mientras sobrellevas las dificultades de la vida, aprende también a disfrutar de su belleza. La felicidad eterna que promete el Evangelio no comienza en algún momento futuro; ¡comienza ahora! ■

NOTAS

1. Reyna I. Aburto, “En sol y sombra, Señor, acompáñame”, *Liahona*, noviembre de 2019, pág. 57.
2. Russell M. Nelson, “El gozo y la supervivencia espiritual”, *Liahona*, noviembre de 2016, pág. 82.
3. Gary B. Sabin, “Características distintivas de la felicidad”, *Liahona*, noviembre de 2023, pág. 57.
4. Dieter F. Uchtdorf, “De las cosas que más importan”, *Liahona*, noviembre de 2010, pág. 22.
5. Richard G. Scott, “Cómo hallar gozo en la vida”, *Liahona*, julio de 1996, pág. 28.
6. Dieter F. Uchtdorf, “De las cosas que más importan”, pág. 22.
7. Russell M. Nelson, “Acoger el futuro con fe”, *Liahona*, noviembre de 2020, pág. 76.



El presidente Russell M. Nelson saluda a Santos de los Últimos Días en Kona, Hawái, el 16 de mayo de 2019, durante su viaje de ministración por el Pacífico.

Estimados padres:

Este mes, el presidente Russell M. Nelson celebra su cumpleaños número cien. Los artículos de este ejemplar hacen hincapié en la forma en que él y otros profetas nos marcan el camino hacia Jesucristo

Una manera en que los jóvenes pueden seguir al profeta es respondiendo a su invitación de asistir a Seminario con regularidad y leer las Escrituras a diario. Él ha prometido bendiciones maravillosas a quienes lo hagan, entre ellas, aprender a recibir revelación personal, encontrar respuesta a las preguntas difíciles de la vida y llegar a conocer al Salvador. ¿Han escuchado sus hijos adolescentes esa invitación profética? Vayan a seminary.ChurchofJesusChrist.org para obtener más información.

CONVERSACIONES SOBRE EL EVANGELIO

Recuerden sus convenios

En el artículo del presidente Jeffrey R. Holland, en la página 4, aprendemos que guardar nuestros convenios y usar el gárbment del santo sacerdocio después de ser investidos nos brindará protección y nos mantendrá cerca del Espíritu. Podrían compartir con la familia alguna cita del artículo y hablar del modo en que el uso del gárbment “es una expresión exterior de [un] compromiso interior”. ¿Cuáles son otras expresiones externas que empleamos para mostrar nuestro compromiso de ser discípulos?

Guarden los mandamientos

El élder Isaac K. Morrison pidió al presidente Nelson un mensaje personal para su esposa e hijos. La respuesta del profeta fue: “Guarden los mandamientos” (véase la página 20). Podrían preguntar a sus hijos: ¿En qué sentido cambiarían sus decisiones si el profeta se sentara a la mesa con ustedes y les pidiera que guardasen los mandamientos?

Sigan al profeta

¡El presidente Nelson cumple cien años este mes! El presidente Dallin H. Oaks comparte algunas de las lecciones que ha aprendido del profeta (véase la página 12). ¿Qué han aprendido sus hijos del profeta? ¿Ha habido algún discurso o devocional concreto que les haya llamado la atención? Compartan sus ideas. Podrían ver algún mensaje del profeta en video.

DIVERSIÓN EN FAMILIA CON VEN, SÍGUEME

Escuchar la voz de Dios

3 Nefi 11:5

En 3 Nefi 11, leemos que los nefitas no pudieron oír la voz de Dios hasta que volvieron sus ojos hacia la voz y abrieron sus oídos.

1. Párense frente a otra persona y dense la vuelta de manera que no se miren el uno al otro.
2. Uno será el que hable y otro el que escuche. El que escuche debe taparse los oídos.
3. El que hable dirá alguna frase en voz baja, por ejemplo “Yo trato de ser como Cristo”.
4. Fíjense si el que escucha puede repetir lo que ha dicho quien habla.
5. Ahora el que escucha se destapa los oídos y se vuelve hacia el que habla.
6. Este repite la misma frase.

Análisis: ¿Fue más fácil escuchar la voz cuando quien escuchaba estaba de frente a quien hablaba? Lean 3 Nefi 11:5. ¿Cómo pueden fijar la vista y aguzar los oídos para escuchar la voz de Dios hoy en día?

DE LA REVISTA PARA LA FORTALEZA DE LA JUVENTUD

Andemos en la luz del Salvador

Aprendan del élder Dieter F. Uchtdorf el modo en que el poder sanador y fortalecedor del Salvador puede sacarlos de las tinieblas a medida que se arrepienten.

Una mejor salud mental

La hermana Tamara W. Runia comparte algunas ideas para mejorar y mantener una buena salud mental y permanecer cerca del Espíritu.

No siempre populares, pero siempre proféticos

Como enseñó Samuel el Lamanita, los profetas no siempre son populares, pero nos enseñan lo que necesitamos oír.



DE LA REVISTA EL AMIGO

Aprender a arrepentirse

Lean un mensaje del presidente Dallin H. Oaks para ayudar a sus hijos a aprender acerca del arrepentimiento.

¡Hola desde Zimbabue!

Conozcan a nuestra amiga Sariah, de Zimbabue, y descubran cómo sigue a Jesucristo.

Ayuda para Ven, sígueme

Encuentren divertidas actividades semanales para ayudar a la familia a aprender del Libro de Mormón.

Mente y corazón saludables

En la sección para niños mayores, encuentren relatos y recursos acerca de la salud mental adecuados para los niños.



NO VOLVER A SENTIRSE SOLO: Siete MANERAS DE CONECTARSE

La soledad es un desafío que se puede conquistar con algo de esfuerzo, energía emocional y ayuda del Salvador.

Por Julianne Holt-Lunstad

Profesora de Psicología, Universidad Brigham Young

Es probable que todos experimentemos soledad a veces. En realidad, los sentimientos ocasionales de soledad pueden ser saludables y productivos, una señal biológica de que debemos establecer relaciones más fuertes. Sin embargo, la soledad constante a menudo es un gran obstáculo para la felicidad.

El plan de felicidad del Padre Celestial implica que nos reunamos en familias y congregaciones. Eso nos ayuda no solo en nuestro progreso eterno, sino también en nuestra necesidad humana de estar rodeados de otras personas, de sentir que pertenecemos, de dar y recibir apoyo emocional. La ciencia está empezando a reconocer la conexión social como una necesidad biológica vinculada a nuestra salud y supervivencia¹.

También es una necesidad espiritual. Para nuestro bienestar y crecimiento espirituales, nos necesitamos los unos a los otros, y un cielo lleno de relaciones eternas es una idea particularmente gozosa (véase Doctrina y Convenios 130:2).

Considere las siguientes ideas para combatir la soledad en su vida:

1. **Confíe en el Salvador.** Su Padre Celestial y Jesucristo conocen su soledad y desean ayudar. Saber que el Salvador conoce el dolor de la soledad puede ayudarlo a entender que Él comprende lo que siente. Acercarse más al Padre Celestial y al Salvador por medio de la oración, el estudio de las Escrituras y la adoración en el día de reposo y en el templo lo ayudará a saber que nunca está solo. El presidente Russell M. Nelson ha enseñado: “Si centramos nuestra vida en [...] Jesucristo y Su Evangelio, podemos sentir gozo independientemente de lo que esté sucediendo —o no esté sucediendo— en nuestra vida”².
2. **Sea amigable.** La soledad a veces puede hacernos dudar de que hacer un esfuerzo nos ayudará a aliviar nuestro dolor. Haga una autoevaluación para ver si está siendo pesimista. Mientras busca amistades, recuerde que a menudo es necesario ser amigable. El simple hecho de saludar a un vecino

puede marcar la diferencia, y buscar oportunidades de bendecir la vida de otras personas que también luchan con la soledad puede ser la actitud más poderosa de todas.

3. **Edifique sobre intereses comunes.** Busque personas y grupos cuyos intereses, perspectivas y normas sean similares a los suyos. Podría buscar (o incluso considerar comenzar) un club de lectura, un club de servicio, un club de senderismo, un grupo de canto, un grupo de noche de hogar o un grupo de nidos vacíos.
4. **Fortalezca sus relaciones actuales.** La mayoría de las personas ya tienen relación con familiares, amigos, vecinos y miembros del barrio. Nutrir esas relaciones que ya existen es un excelente punto de partida para combatir la soledad. Entablar amistades de manera natural requiere tiempo, así que sea paciente a medida que forje esas relaciones. Recuerde que la calidad de sus relaciones es más importante que la cantidad.
5. **Busque oportunidades de prestar servicio y compartir sus talentos y dones espirituales.** Hay oportunidades casi ilimitadas de ministrar y servir en la Iglesia, en nuestra familia y en la

comunidad. El sentir que nuestros esfuerzos tienen una influencia positiva en otras personas puede producir un sentimiento de significado y propósito en nuestra vida. Sentir que nuestra vida tiene significado para los demás es un poderoso elemento disuasorio de la soledad.

6. **Haga planes para los momentos difíciles.** Los días festivos y las fechas significativas, como el aniversario de la muerte de un ser querido, pueden ser difíciles. Trate de planificar actividades con amigos o familiares para esos días, a fin de evitar pensar demasiado en los vínculos que desearía tener.
7. **Participe en la obra del templo y de historia familiar.** Esta es una poderosa manera de sentir consuelo y pertenencia. El élder Dale G. Renlund, del Cuórum de los Doce Apóstoles, prometió numerosas bendiciones que podemos recibir, entre ellas “más amor y aprecio por nuestros antepasados y familiares vivos, lo que hace que ya no nos sintamos solos”³.

Para la mayoría de las personas, la soledad es un desafío que se puede conquistar con algo de esfuerzo, energía emocional y ayuda del Salvador. ■



NOTAS

1. Véase Julianne Holt-Lunstad, “Social Connection as a Public Health Issue: The Evidence and a Systemic Framework for Prioritizing the ‘Social’ in Social Determinants of Health”, *Annual Review of Public Health*, tomo XVIII, 2022, págs. 193–213.
2. Russell M. Nelson, “El gozo y la supervivencia espiritual”, *Liahona*, noviembre de 2016, pág. 82.
3. Dale G. Renlund, “La obra del templo y de historia familiar: Sellamiento y sanación”, *Liahona*, mayo de 2018, pág. 47.



¿Cómo puedo fortalecer mi testimonio del profeta?

La conferencia general puede ayudarnos a fortalecer nuestro testimonio de los profetas vivientes.

En el libro de Helamán, el profeta Samuel el Lamanita testifica de Jesucristo y da advertencias e invitaciones a los nefitas (véanse Helamán 13–14). En nuestros días también tenemos la oportunidad de escuchar las advertencias oportunas de nuestro profeta y de otros líderes de la Iglesia. El hacer caso a sus invitaciones nos ayuda a seguir la senda de los convenios.

La conferencia general es una oportunidad perfecta para escuchar las palabras más recientes de nuestros líderes inspirados y acercarnos más a Jesucristo. Estas son algunas maneras en que podría considerar usar la conferencia general para aumentar su testimonio de los profetas vivientes:



1

Antes de la conferencia general, medite con espíritu de oración acerca de por qué es importante para usted tener un profeta. Considere orar para recibir la confirmación del Espíritu de que el actual Presidente de la Iglesia es el profeta, vidente y revelador de Dios en la actualidad sobre la tierra. “El saber por revelación que existe un profeta viviente en la tierra lo cambia todo”¹.



2

Investigue lo que significa apoyar y sostener al profeta y a las Autoridades Generales. Durante la sesión del sábado, participe en el sostenimiento de ellos en sus llamamientos.



3

“Por el poder del Espíritu Santo podréis conocer la verdad de todas las cosas” (Moroni 10:5). Al escuchar los mensajes de los líderes de la Iglesia, preste atención al Espíritu que testifica que sus palabras son verdaderas.

4



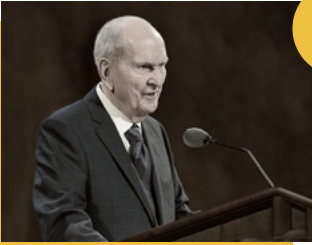
Una de las funciones principales del profeta es testificar de Jesucristo y enseñarnos a “mira[r] al Hijo de Dios con fe” (véase Helamán 8:13–16). Si lo desea, fíjese en lo que el profeta y los demás discursantes enseñan acerca del Salvador.

5



“Por medio de[l presidente Russell M. Nelson] hemos recibido innumerables invitaciones y se nos han prometido gloriosas bendiciones si centramos nuestra vida en nuestro Salvador”². Considere la posibilidad de hacer una lista de las invitaciones que extienda el profeta y otros discursantes durante la conferencia. Consulte esa lista para ayudarlo a esforzarse por llegar a ser más como Cristo.

6



Recuerde la invitación del presidente Nelson: “Los exhorto a que estudien con frecuencia los mensajes de esta conferencia, incluso repetidas veces, durante los próximos seis meses”³. Al escuchar o leer los mensajes de nuevo, marque las cosas que le llamen la atención.

7



El presidente Nelson nos invita a “procur[ar] y esper[ar] milagros”⁴. Al obedecer el consejo del profeta y hacer cambios en su vida, preste atención a las bendiciones que reciba y a los milagros que vea (véase Helamán 16:4–5).

A medida que siga estos pasos para desarrollar su testimonio del profeta, vidente y revelador, recurra a su fe en Jesucristo y en un amoroso Padre Celestial. Con amor, Dios nos ha dado profetas para guiarnos de regreso a Él, profetas que actúan como portavoces de Él para revelar Su voluntad al mundo (véanse Doctrina y Convenios 1:38; 21:5–6). Si escogemos seguir el consejo de Sus siervos, escogemos seguirlo a Él. ■

NOTAS

1. Allen D. Haynie, “Un profeta viviente para los últimos días”, *Liahona*, mayo de 2023, pág. 25.
2. Bonnie H. Cordon, “Nunca dejen pasar la oportunidad de testificar de Cristo”, *Liahona*, mayo de 2023, pág. 10.
3. Russell M. Nelson, “Trabajemos hoy en la obra”, *Liahona*, mayo de 2018, pág. 118.
4. Russell M. Nelson, “El poder del ímpetu espiritual”, *Liahona*, mayo de 2022, pág. 99.



Helamán 10;
3 Nefi

¿Cómo puedo prepararme para recibir al Salvador?

Estas son cuatro maneras en las que puede recibir al Salvador en su vida.

Los nefitas tuvieron que prepararse para recibir físicamente al Salvador entre ellos. ¿Qué podemos aprender de su ejemplo para ayudarnos a recibir espiritualmente al Salvador en nuestra vida?

Meditar sobre las cosas de Dios

Entonces: Cuando el profeta Nefi se sintió “desanimado”, meditó “sobre las cosas que le había manifestado el Señor” (Helamán 10:2-3).

Ahora: Recordar lo que Dios ha hecho por nosotros, tanto en los buenos como en los malos momentos, nos dará fortaleza y valor para permanecer cerca de Él y afrontar el futuro con fe.

El presidente Henry B. Eyring, Segundo Consejero de la Primera Presidencia, sugirió que reflexionemos a diario y anotemos nuestras impresiones. Él dijo: “Esta noche y mañana por la noche, ruego que oren, mediten y pregunten: ‘¿Me envió Dios algún mensaje que era exclusivamente para mí? ¿Vi Su mano bendecir mi vida o la vida de mis hijos?’”¹.

¿De qué maneras ha visto el amor, la inspiración o las bendiciones de Dios hoy en su vida?



Tomar sobre nosotros el nombre de Cristo

Entonces: Mormón fue valiente al declarar que era “discípulo de Jesucristo” (3 Nefi 5:13).

Ahora: El élder Jonathan S. Schmitt, de los Setenta, ha indicado que podemos centrarnos en Jesucristo al tomar sobre nosotros Sus diferentes títulos. Por ejemplo, Jesús es “el mismo ayer, hoy y para siempre” (1 Nefi 10:18). El élder Schmitt propone que podemos tomar sobre nosotros este título al ser constantes en vivir el Evangelio².

¿Qué otros nombres o títulos de Jesucristo se le ocurren y que podría aplicar a sí mismo?

Permitir que el Salvador nos recoja

Entonces: En 3 Nefi 10:4-6, Jesucristo se compara a Sí mismo con una gallina que junta a sus polluelos. Es un hermoso simbolismo porque Él siempre nos invita a venir a Él para protegernos y nutrirnos, pero nosotros debemos escoger venir a Él. Él dijo: “¡Cuántas veces os hubiera juntado como la gallina junta sus polluelos, y no quisisteis!” (versículo 5).

Ahora: Jesús continúa recogiéndonos hoy en día, pero debemos dejar que nos recoja. ¿Está permitiendo que el Salvador lo recoja y está hallando protección en Él, o se está rehusando y permaneciendo expuesto al peligro?

¿Qué invitación le extiende el Salvador y qué debe hacer para aceptarla?



Mirar hacia el cielo

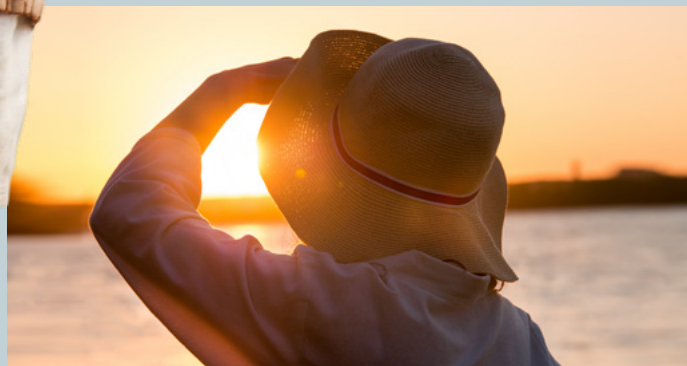
Entonces: Los nefitas necesitaron tres intentos para escuchar la voz de Dios. “Y nuevamente por tercera vez oyeron la voz, y aguzaron el oído para escucharla; y tenían la vista fija en dirección del sonido; y miraban atentamente hacia el cielo” (3 Nefi 11:5).

Ahora: Una manera en que podemos “mira[r] atentamente hacia el cielo” es, en palabras del presidente Russell M. Nelson, “pensar de manera celestial”. Él explica que uno de los aspectos de pensar de manera celestial es “ser de mente espiritual”³.

¿Qué puede hacer para tener una mente más espiritual y “mira[r] atentamente hacia el cielo”? ■

NOTAS

1. Henry B. Eyring, “¡Oh recordad, recordad!”, *Liahona*, noviembre de 2007, pág. 69.
2. Véase Jonathan S. Schmitt, “Que te conozcan a Ti”, *Liahona*, noviembre de 2022, pág. 105.
3. Russell M. Nelson, “¡Piensen de manera celestial!”, *Liahona*, noviembre de 2023, pág. 117.





**Por la hermana
Kristin M. Yee**

Segunda
Consejera de
la Presidencia
General de la
Sociedad de
Socorro

DETALLE DE "HE COMES AGAIN TO RULE AND REIGN" (ÉL VIENE DE NUEVO A GOBERNAR Y REINAR), POR MARY R. SAUER.



HALLAR ALIVIO

EN NUESTRA RELACIÓN POR
CONVENIO CON DIOS

Jesucristo es la fuente de amor puro, sanación, felicidad y alivio.



Hallar alivio mediante nuestra relación por convenio con Dios ha estado en mi mente y en mi corazón durante algún tiempo. A medida que el profeta del Señor nos ha enseñado y exhortado a aprender sobre los convenios, los templos y el poder del sacerdocio, me he hallado escudriñando, amando y deleitándome en las verdades rejuvenecedoras que se hallan en los convenios.

Se ha dispuesto que nos asociemos con el Señor de una manera poderosa mediante nuestros convenios. Él desea estar con nosotros en nuestras preocupaciones y decisiones. No tenemos que atravesar los desafíos, pesares, inseguridades y aflicciones de la vida solos. Él estará a nuestro lado. Él ha dicho: “No os dejaré huérfanos; vendré a vosotros” (Juan 14:18).

El presidente Russell M. Nelson describió el carácter de Dios y Su gran amor por nosotros cuando enseñó: “La senda de los convenios se trata ante todo de nuestra relación con Dios”¹. Y además declaró: “Una vez que ustedes y yo hemos hecho un convenio con Dios, nuestra relación con Él se vuelve mucho más estrecha que antes del convenio. Ahora estamos unidos. Debido a nuestro convenio con Dios, Él jamás cejará en Sus esfuerzos por ayudarnos, y nunca agotaremos Su misericordiosa paciencia para con nosotros. Cada uno de nosotros tiene un lugar especial en el corazón de Dios. Él tiene grandes esperanzas en cuanto a nosotros”².

Por medio de Jesucristo, al enfrentarnos solos a

Mi mayor fuente de paz

Como hermana que aún no se ha casado, esta amorosa y misericordiosa relación por convenio con mi Padre Celestial y mi Salvador tiene un lugar poderoso en mi vida y ha sido y *es* mi mayor fuente de alivio y paz. Sea cual sea nuestro estado civil u origen, el Señor desea que nos asociemos con Él de una manera poderosa, que seamos “uno” (3 Nefi 19:23) con Él en “todos [nuestros] hechos” (Alma 37:37). Cuando clamamos al Señor para que sea nuestro apoyo y “*deja[mos]*” que los afectos de [nuestro] corazón se funden en [Él] para siempre” (Alma 37:36; cursiva agregada), ese hermoso vínculo del convenio puede llenar nuestra vida.

Por medio de nuestro Salvador Jesucristo, podemos recibir alivio al enfrentarnos solos a los desafíos de la vida.

Todos tenemos preocupaciones y necesidades en las que podemos sentirnos solos. A Él le importan nuestras preocupaciones, por grandes o pequeñas que sean. He sentido la necesidad de Su ayuda cuando me preocupan cosas aparentemente pequeñas, como el amigo siempre presente a quien llamo “reparaciones de la casa”. Sin un cónyuge a quien consultar, puedo preocuparme sola por el contratista adecuado, los costos justos, el tiempo

que le quito al trabajo para estar en casa y por ser una buena administradora de mis finanzas y mi hogar. ¡Fue un triunfo arreglar la puerta de mi garaje el otro día! El Señor escuchó mi preocupación, y aunque era algo pequeño desde una perspectiva más amplia, Él contestó mi oración. ¿Cómo? Por medio de un amable vecino, la ayuda del Espíritu y un video de YouTube, tuve la bendición de saber qué hacer para arreglar la puerta.

Si el Señor está atento a las necesidades pequeñas, imaginen Su deseo de bendecirnos y sostenernos en los asuntos más importantes del corazón y del alma, que no son pocos: abuso, adicción, relaciones familiares difíciles, pérdida y desilusión, problemas físicos y de salud mental continuos, dificultades económicas, preocupación constante como progenitor, preocupación constante en el cuidado de un padre o una madre, desafíos con la fe personal, un hijo o cónyuge que decide no participar en el Evangelio.

A lo largo de las intensidades y debilidades de la vida, me he apoyado mucho en mi relación por convenio con Dios y me he aferrado a ella. Al confiar en Su amoroso cuidado y esforzarme al máximo por consagrarle mi vida, Él me ha brindado alivio mediante Su poder del sacerdocio y ha sido mi Proveedor en mis necesidades

podemos recibir alivio los desafíos de la vida.

espirituales y temporales. Me ha brindado alivio del temor, alivio de las inseguridades, alivio del orgullo, alivio del pecado, alivio de la soledad, alivio del pesar.

El presidente Nelson enseñó con claridad y seguridad: “La recompensa por guardar los convenios con Dios es poder celestial, un poder que nos fortalece para soportar mejor nuestras pruebas, tentaciones y pesares”³.

Por medio de Jesucristo, *podemos* recibir alivio al enfrentarnos solos a los desafíos de la vida.

Hermanas “en las islas del mar”

Al reflexionar sobre las bendiciones del vínculo del convenio que tenemos con Dios, pensé en mi asignación de visitar el Área Asia Norte.

Tuve el privilegio de viajar a las pequeñas islas de Chuuk, en Micronesia, a unos 2400 kilómetros (1500 millas) al sureste de Japón. Dos de las hermanas de Weno, Chuuk, han dedicado su vida a criar niños que han sido abandonados por sus padres. Estas dos hermanas sintieron que era importante criar a esos niños en el Evangelio. Una de estas hermanas es soltera y trabaja a tiempo completo como consejera escolar.

Compartí con ellas el mensaje del presidente Nelson a las hermanas de la Iglesia, que es que las hermanas son queridas, necesarias y apreciadas⁴.

La hermosa hermana soltera que está criando a sus sobrinas y sobrinos rompió a llorar y dijo que últimamente no se había sentido apreciada, sino olvidada, pero testificó que sentía el amor y el reconocimiento de Dios por ella en las palabras del profeta de que en verdad era “apreciada” y sabía que era verdad. Sintió el amor sanador de Dios, sintió alivio.



La hermana Yee con dos hermanas de Micronesia que crían a niños abandonados por sus padres.

El Señor ha dicho: “¿No sabéis que yo, el Señor vuestro Dios, he creado a todos los hombres, y que me acuerdo de los que viven en las islas del mar?” (2 Nefi 29:7).

Esas hermanas son conocidas por su Padre Celestial y su Salvador. No están solas, como tampoco lo estamos ni ustedes ni yo en nuestras pruebas y desafíos. El Señor me hizo recorrer unos 13 700 km (8500 millas) en avión, tren, automóvil y barco para llevar el amor y el alivio de Dios a “la persona en particular” en las islas del mar. Y así Él nos encontrará a ustedes y a mí en nuestras islas personales, donde podríamos sentirnos solos en las preocupaciones y las cargas que llevamos en nuestro corazón. Él está presente y preparado para bendecirnos, guiarnos y consolarnos.

“Yo puedo ir a ti”

El presidente Gordon B. Hinckley (1910–2008) en una ocasión describió la experiencia de una joven divorciada, “madre de siete hijos, entre siete y dieciséis años de edad. Dijo que una noche cruzó la calle para llevarle algo a su vecina”. Estas son las palabras de ella, como él las recordó:

“Al volverme para regresar a casa, vi la casa toda alumbrada; podía escuchar el eco de las voces de mis hijos que me habían dicho al salir hacía unos minutos: ‘Mamá, ¿qué vamos a cenar?’. ‘¿Me puedes llevar a la biblioteca?’. ‘Necesito ir a comprar una cartulina esta noche’. Cansada y agotada, miré la casa y vi la luz encendida en cada una de las habitaciones. Pensé en todos los niños que estaban en casa esperando que yo llegara para atender sus necesidades. Mis cargas parecían más pesadas de lo que podía soportar.

“Recuerdo haber mirado al cielo a través de mis lágrimas, y dije: ‘Querido Padre, hoy no lo puedo hacer; estoy demasiado cansada. No puedo afrontarlo. No puedo ir a casa y atender sola a todos mis hijos. ¿No podría ir a quedarme contigo solo una noche? [...]’.

“En verdad, no escuché la respuesta con los oídos, pero sí con la mente. Y la respuesta fue: ‘No, pequeña, no puedes venir ahora conmigo [...]. Pero yo puedo ir a ti’”⁵.

“Yo puedo ir a ti”. Él fue a ella, y Él vendrá a ustedes y a mí, tal como el Salvador se acercó a la mujer en el pozo donde trabajaba y se afanaba día a día (véase Juan 4:3–42). Él la animó, le enseñó, le declaró Su carácter de Mesías y la amó cuando quizás ella misma no se amaba. Jesucristo está listo para brindar alivio a la mujer junto al pozo, a la joven madre de siete hijos, a ustedes y a mí. Testifico que podemos recibir alivio mediante nuestro vínculo por convenio con un Dios amoroso.

Tal vez, como yo, hayan suplicado ayuda para no quedarse solos durante algunas de las épocas más difíciles de su vida desde el punto de vista emocional, físico y espiritual. Estas intensas épocas de crecimiento han dejado en el alma lo que yo llamo “estrías espirituales”. Pero doy testimonio de que Él me ha llevado y los llevará a ustedes. Cristo los ha grabado en las palmas de Sus manos (véanse Isaías 49:16; 1 Nefi 21:16). Él ha estado a su lado mientras han procurado “ser recto[s] en la oscuridad”⁶. Él no me ha desamparado ni los desampará a ustedes⁷, y lo amaré para siempre por ello.

Queridas hermanas y hermanos, la fuente de amor puro, sanación, felicidad y alivio *se encuentra* en Jesucristo. Testifico que Jesucristo es nuestro socorro⁸.

Él desea cuidar de ustedes, bendecirlos y perdonarlos. Vino con ese preciso propósito, para brindarles el tan necesario alivio que anhelan. Él es el Redentor del mundo y testifico que Él vive y que los ama. ■

Tomado de un discurso pronunciado en la Conferencia de la Universidad Brigham Young para mujeres el 3 de mayo de 2023.

NOTAS

1. Russell M. Nelson, “El convenio sempiterno”, *Liahona*, octubre de 2022, pág. 11.
2. Russell M. Nelson, “El convenio sempiterno”, pág. 6.
3. Russell M. Nelson, “Vencer al mundo y hallar descanso”, *Liahona*, noviembre de 2022, pág. 96.
4. Russell M. Nelson, “La participación de las hermanas en el recogimiento de Israel”, *Liahona*, noviembre de 2018, págs. 68–70.
5. Véase Gordon B. Hinckley, “Entre los brazos de su amor”, *Liahona*, noviembre de 2006, pág. 117.
6. Véase Brigham Young, en James E. Faust, “La luz que ilumina sus ojos”, *Liahona*, noviembre de 2005, pág. 22.
7. Véase Doctrina y Convenios 88:83.
8. Camille N. Johnson, “Jesucristo es [nuestro] socorro”, *Liahona*, mayo de 2023, págs. 81–84.

Cristo bendice a los nefitas

“¿Tenéis enfermos entre vosotros? [...]. Traedlos aquí y yo los sanaré [...].

“Y sucedió que cuando hubo hablado así, toda la multitud, de común acuerdo, se acercó, con sus enfermos, y sus afligidos, y sus cojos, y sus ciegos, y sus mudos, y todos los que padecían cualquier aflicción; y los sanaba a todos”.

3 Nefi 17:7, 9



CHRIST BLESSES THE NEPHITES AT THE BOUNTIFUL TEMPLE (CRISTO BENDICE A LOS NEFITAS EN EL TEMPLO DE ABUNDANCIA), POR MINERVA TEICHERT



JÓVENES ADULTOS

Después de meses de desafíos mentales, físicos y espirituales, descubrí lo que significa hallar sanación por medio de Jesucristo.

30

¿SE SIENTE SOLO?

**PRUEBE ESTAS
MANERAS DE
CONECTARSE**

38

CONFERENCIA GENERAL

**SIETE MANERAS
DE PREPARARSE**

40

HALLAR ALIVIO

**NUESTRA RELACIÓN
POR CONVENIO
CON DIOS**

44

