

Para la Fortaleza de la

# Juventud

## SUBIR DE NIVEL

*La vida más allá de los videojuegos* pág. 16

*Un nuevo mensaje  
del ÉLDER COOK*  
pág. 2

*Tu* **KIT DE HERRAMIENTAS  
DE INTELIGENCIA  
EMOCIONAL**  
pág. 6

*El amor de Dios por ti,*  
**TU AMOR POR DIOS**  
págs. 8, 10, 12, 22

# ÍNDICE DE TEMAS

Agosto de 2025, vol. V, nro. 8



2

## 2 TU BÚSQUEDA DE LA VERDAD

Élder Quentin L. Cook

El Padre Celestial ha revelado con amor verdades acerca de las cosas como son, como eran y como han de ser.

## 6 TU KIT DE HERRAMIENTAS DE INTELIGENCIA EMOCIONAL

Consejos para interactuar con los demás.

## 8 DIOS TE AMA. ¿CÓMO PUEDES TÚ AMARLO A ÉL?

Aprende maneras sencillas en las que puedes amar a Dios.

## 9 CONÉCTATE



15



32



24

## 10 ¿CÓMO SIENTES TÚ EL AMOR DE DIOS? RESPUESTAS DE LOS JÓVENES

Los jóvenes comparten maneras en que perciben el amor del Padre Celestial en sus vidas.

## 12 QUIÉN NO ES DIOS

Podemos aprender mucho acerca de quién es Dios cuando entendemos quién no es.

## 15 CINCO VERDADES Y CINCO CONSEJOS PARA UNA ORACIÓN MÁS SIGNIFICATIVA

¿Sabes que Dios es real pero te preguntas si te escucha?

## 16 SOBRECARGA DE VIDEOJUEGOS

Un joven de Brasil tenía un hábito que le causó grandes problemas, pero entonces vislumbró quién es el Salvador.

## 20 LA HISTORIA NO ACABA AHÍ

Un relato ilustrado sobre el lenguaje corporal y la compasión.

## 22 AMOR EN AMBAS DIRECCIONES

Mira cómo Shinnah, de Kenia, aprendió acerca del amor de Dios y cómo le muestra su amor.

## 24 TESOROS ESCONDIDOS

Busca sabiduría en las Escrituras.

## 26 VOCES DE LOS JÓVENES

## 28 UNA PARADA DIVERTIDA

## 30 PREGUNTAS Y RESPUESTAS

## 32 ¿QUÉ PASA SI TENGO DIFICULTADES CON EL ORGULLO O LA IRA?

La historia de un joven.

## 33 PÓSTER



### MÁS EN INTERNET

¡Un mensaje del presidente Eyring, relatos adicionales de los jóvenes y más!

Ve a [fsy.ChurchofJesusChrist.org](https://fsy.ChurchofJesusChrist.org) o a la aplicación **Biblioteca del Evangelio**.

Mantente atento a las historias sobre cómo los jóvenes utilizan Para la Fortaleza de la Juventud: Una guía para tomar decisiones.



## ¿ESTÁN LISTOS PARA DISFRUTAR?

¡Hola, maravillosos amigos de todo el mundo!

Me encanta esta revista. Cuando yo tenía la edad de ustedes y vivía en Argentina, la revista *Liahona* era la única que llegaba a mi país; afortunadamente, incluía algunos artículos para los jóvenes. Por lo general, la leía antes de acostarme. Me encantaban los artículos porque me daban esperanza y sentía que el Espíritu testificaba de las verdades de Dios.

En la actualidad, ¡esta revista llega a casi todos los países del mundo! Aunque ya no la leo antes de acostarme, continúo leyéndola y aprendiendo de ella cada mes.

Hablando de aprender, me sorprende que a pesar de que podemos obtener más conocimiento hoy en día con la nueva tecnología que en los días de nuestros abuelos, ¡Dios continúa enseñando Su verdad de la misma manera! ¿Cuál es esa manera? ¡Lean lo que enseña el élder Quentin L. Cook en “Tu búsqueda de la verdad” (página 2)!

Estoy segura de que saben lo que es la inteligencia, pero ¿qué saben de la inteligencia emocional? ¡Echen un vistazo a “Tu kit de herramientas de inteligencia emocional” (página 6) para averiguarlo!

¿Están listos para disfrutar, aprender y sentir el Espíritu? ¡Entonces continúen leyendo!

Les mando un abrazo gigante. ¡Los amo!

*Andrea Muñoz Spannaus*

*Segunda Consejera de la Presidencia General de las Mujeres Jóvenes*



Conoce más sobre las conferencias FSY en [fsy.ChurchofJesusChrist.org](https://fsy.ChurchofJesusChrist.org).



Echa un vistazo a los mensajes de [@StrivetoBe](https://www.instagram.com/StrivetoBe) en Instagram y la aplicación **Vivir el Evangelio**, disponibles en español, inglés, portugués, francés y japonés.



**POR EL ÉLDER  
QUENTIN L. COOK**

Del Cuórum de los  
Doce Apóstoles

# Tu **BÚSQUEDA** de la **VERDAD**

*A fin de guiarte y bendecirte, el Padre Celestial ha revelado con amor verdades sobre las cosas como son, como eran y como han de ser.*





**H**oy en día hay más conocimiento disponible que nunca. En el pasado, si querías saber algo, tenías que ir a la biblioteca y buscarlo. Ahora, internet y los dispositivos portátiles proporcionan acceso a información casi infinita que se puede encontrar casi de inmediato.

El Señor se complace cuando haces un uso prudente de esos recursos, pero en tu búsqueda de la verdad recuerda acudir a Dios, que conoce todas las cosas (véase Doctrina y Convenios 88:41). De Él puedes recibir la verdad eterna, que es el conocimiento de “las cosas como son, como eran y como han de ser” (Doctrina y Convenios 93:24).

Entre las verdades que Dios te ha dado, una de las más importantes es que Él es tu Padre Celestial. Él te conoce y te ama de manera perfecta. Comprender y aceptar esta verdad eterna te brindó dirección y bendiciones en tu vida preterrenal y continuará haciéndolo ahora y para siempre.

**“ No tienes por qué afrontar las adversidades de la vida solo. Tu Padre Celestial te bendecirá, te elevará y te consolará.**

### **Tú estabas con el Padre Celestial en el principio**

La verdad de las cosas “como eran” (Doctrina y Convenios 93:24) nos dice que estábamos con nuestro Padre Celestial antes de que el mundo existiera (véase Doctrina y Convenios 93:21, 23).

Antes de nuestra vida en la tierra, el Padre Celestial presentó Su gran plan de felicidad. El profeta José Smith enseñó que el plan de Dios nos da “el privilegio de avanzar como Él lo había hecho [y] [...] ser exaltad[o]s con Él”. Su obra y Su gloria es “llevar a cabo la inmortalidad y la vida eterna del hombre” (Moisés 1:39).

Nosotros ejercimos nuestro albedrío y elegimos seguir el plan del Padre Celestial. Hemos sido bendecidos al nacer en esta vida en la que seguimos teniendo albedrío, podemos experimentar la vida terrenal, aprender y progresar hacia la vida eterna.

Durante tu jornada terrenal experimentarás desafíos y reveses, pero no tienes por qué afrontar las adversidades de la vida solo. Tu Padre Celestial te bendecirá, te elevará y te consolará (véase 2 Corintios 1:3). Como parte esencial de Su plan, el Padre Celestial ha proporcionado el camino para que regreses a Él.



“**Mediante la gracia y el sacrificio expiatorio del Salvador, puedes crecer hasta que un día recibas la plenitud y seas perfeccionado.**

### **Se te ha mostrado el camino hacia tu Padre**

La verdad de “las cosas como realmente son” (Jacob 4:13) es clara: nosotros solos no podemos alcanzar nuestro pleno potencial como hijos de nuestro Padre Celestial. Por esa razón, y debido a Su amor por nosotros, Dios envió a Su Hijo Unigénito, Jesucristo, para mostrarnos el camino para hallar felicidad, sentido y gozo en esta vida y en la eternidad (véanse Juan 3:16; Doctrina y Convenios 93:11).

La experiencia terrenal del Salvador es importante. Él creció hasta que “recibió la plenitud de la gloria del Padre” y “todo poder, tanto en el cielo como en la tierra” (véase Doctrina y

Convenios 93:16–17). El Salvador nos ha enseñado que podemos “ven[ir] al Padre en [Su] nombre y, en el debido tiempo, recib[ir] de su plenitud”.

Y añadió: “Porque si guardáis mis mandamientos, recibiréis de su plenitud y seréis glorificados en mí como yo lo soy en el Padre; por lo tanto, os digo, recibiréis gracia sobre gracia” (Doctrina y Convenios 93:19–20).

En el Jardín de Getsemaní y en la cruz, Jesucristo tomó sobre Sí los pecados del mundo y sufrió todos los pesares, “dolores, aflicciones y tentaciones de todas clases” (Alma 7:11). Dicho sufrimiento “hizo que [Él ...], el mayor de todos,

temblara a causa del dolor y sangrara por cada poro” (Doctrina y Convenios 19:18). La salvación y la exaltación son posibles únicamente por medio de Jesucristo y de Su Expiación y Resurrección.

Mediante la gracia y el sacrificio expiatorio del Salvador, puedes crecer hasta que un día recibas la plenitud y seas perfeccionado. Al seguir el ejemplo del Salvador y obedecer Sus mandamientos, Él te conducirá y te guiará a la gloriosa presencia de nuestro Padre Celestial.

### **¿Recibirás Su don?**

Entre las verdades de “las cosas como realmente serán” (Jacob 4:13), aprendemos que nuestra experiencia en la eternidad está determinada por nuestra elección de seguir a Jesucristo y recibir los dones que Él ofrece.

Las Escrituras enseñan que “gozar[emos] de lo que est[emos] dispuestos a recibir” (Doctrina y Convenios 88:32; cursiva agregada). Mi presidente de misión, el élder Marion D. Hanks (1921–2011), enseñó a sus misioneros que preguntar qué estamos dispuestos a recibir y disfrutar es una manera de evaluar dónde estamos en nuestro trayecto espiritual. “Porque, ¿en qué se beneficia el hombre a quien se le confiere un don, si no lo recibe?” (Doctrina y Convenios 88:33).

**“ Nuestra experiencia en la eternidad está determinada por nuestra decisión de seguir a Jesucristo y recibir los dones que Él ofrece.**



Al recibir los dones del Salvador al buscarlo y seguirlo fervientemente, nos regocijaremos en la esperanza de la vida eterna y “en aquel que [nos] dio [esa] dádiva” (Doctrina y Convenios 88:33). Esa dádiva entregada con tanto amor “es el mayor de todos los dones de Dios” (Doctrina y Convenios 14:7).

Dios es tu Padre Celestial. Él te conoce y te ama. A medida que te dirijas a Él en tu búsqueda de la verdad, podrás recibir inteligencia, sabiduría, verdad, virtud y luz (véase Doctrina y Convenios 88:40) hasta que venga el día “en que comprender[ás] aun a Dios, siendo [vivificado] en él y por él” (Doctrina y Convenios 88:49).

Ese será un día glorioso y repleto de gozo. 🏔️

#### NOTAS

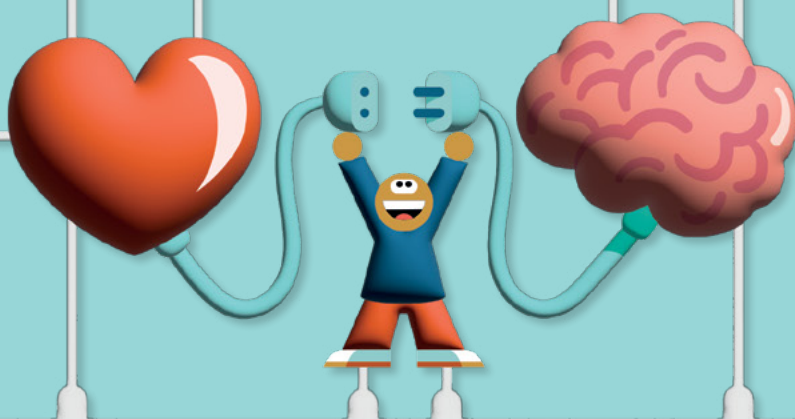
1. *Enseñanzas de los Presidentes de la Iglesia: José Smith*, 2007, pág. 221.

# TU KIT DE HERRAMIENTAS DE INTELIGENCIA EMOCIONAL

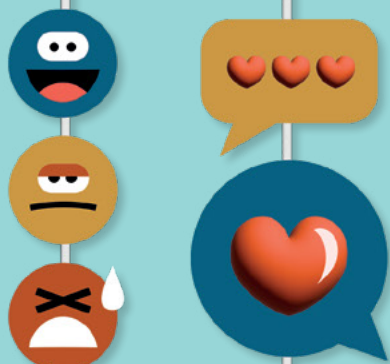
**Por Janae Castillo**  
Revistas de la Iglesia

**L**a inteligencia emocional es la capacidad de comprender las emociones de los demás y, al mismo tiempo, manejar las propias. Cuanto mejor lo hagamos, mejor podremos servir al Señor y a los demás. Para obtener consejos sobre cómo mejorar tus habilidades emocionales (sí, realmente son necesarias), ¡sigue leyendo!

*¡Estas habilidades y consejos sobre cómo interactuar con los demás pueden ayudarte con los estudios, la misión, el trabajo y la vida en general!*



## EMPATÍA



La empatía significa ser capaz de entender los sentimientos de otras personas, independientemente de si has experimentado las mismas cosas que ellas. El Padre Celestial nos ha mandado que nos “am[emos] los unos a los otros” (Juan 15:12), y podemos hacerlo al tratar de ponernos en el lugar de la otra persona.

### ***Ponlo en práctica:***

- Cuando alguien se sincere contigo, escucha especialmente bien sus sentimientos. Aunque tal vez no te identifiques con su situación, es probable que sí lo hagas con los sentimientos de frustración, tristeza o lo que sea que pueda estar sintiendo la persona.
- Hazle preguntas a la persona para entender mejor su situación. No ofrezcas soluciones.

## LENGUAJE CORPORAL

¡El lenguaje corporal y las expresiones faciales comunican tanto como las palabras! Cuando se habla con alguien es importante demostrar que estamos escuchando y que nos importa lo que tienen que decir.

En los tiempos bíblicos, a los leprosos no se les permitía ser tocados porque se los consideraba impuros, pero cuando Jesús sanó a uno de ellos, lo tocó y *luego* lo sanó. Si bien ser sanado fue un milagro asombroso, el leproso debe haberse sentido aún más amado al saber que Jesús no tuvo miedo de tocarlo (véase Marcos 1:40–42).

### **Ponlo en práctica:**

- Cuando alguien esté tratando de hablar contigo, deja de lado cualquier distracción como el teléfono, las tareas escolares o el dispositivo de juego.
- Gírate hacia la persona cuando hables con ella y mírala a los ojos.



## TENER CONVERSACIONES DIFÍCILES

El *conflicto* es inevitable, pero el Salvador ha dejado claro que debemos evitar la *contención* (véase 3 Nefi 11:29–30). Puede resultar arduo mantener la paciencia durante una conversación difícil, especialmente si la otra persona comienza a comportarse de manera inmadura o enojada.

### **Ponlo en práctica:**

- Sé respetuoso. Hacer todo lo posible para demostrar que tienes razón no es la manera del Salvador. Aun cuando defiendas la verdad, puedes “usa[r] valentía, mas no prepotencia” (Alma 38:12).
- Haz una pausa si la conversación se vuelve demasiado acalorada; a veces necesitamos un tiempo a solas para calmarnos y pensar por nuestra cuenta. Eso no significa que “te rindas”, simplemente estás aplazando la conversación para otro momento cuando todos estén tranquilos.

## ESCUCHAR

Escuchar es un principio importante del Evangelio. Nos esforzamos por escuchar al Salvador, al Espíritu, a los profetas y los apóstoles.

¡Escuchar también es importante en nuestras acciones diarias! El presidente Jeffrey R. Holland enseñó: “Pero quizás aún más importante que hablar sea el escuchar [...]. Si escuchamos con amor, no habrá necesidad de preguntarnos qué decir, pues nos será dado por el Espíritu y por nuestros amigos” (Conferencia General de abril de 2001, [*Liahona*, julio de 2001, pág. 16]).

### **Ponlo en práctica:**

- Evita interrumpir a la otra persona mientras habla.
- Mientras la otra persona habla, no planifiques en la mente lo que vas a decir a continuación (véase *Predicad Mi Evangelio: Una guía para compartir el Evangelio de Jesucristo*, 2023, pág. 197).
- Pregúntale a la persona si solo quiere que la escuches o si quiere un consejo.



# Dios te ama.

## ¿Cómo puedes tú amarlo a Él?

Por Jessica Zoey Strong  
Revistas de la Iglesia

### Dios te ama a ti

Dios te ama de manera perfecta y para siempre. “Piensen en el amor más puro y ferviente que se puedan imaginar; ahora multipliquen ese amor por una cantidad infinita; esa es la medida del amor de Dios por ustedes”<sup>1</sup>.

Algunas personas piensan que, debido a que Dios las ama, pueden hacer lo que quieran, sin que haya consecuencias, pero esto no tiene mucho sentido. Dios da mandamientos por amor, para tu propio bien, y, *porque* Dios te ama, debes guardar Sus mandamientos. ¡También debes guardarlos porque tú lo amas a Él!

### Cómo tú puedes amarlo a Él

“¿No has de amarlo a Él, quien primero te amó a ti? Entonces, guarda Sus mandamientos. ¿No serás amigo de Él, quien dio Su vida por Sus amigos? Entonces, guarda Sus mandamientos. ¿No permanecerás en Su amor y recibirás todo lo que Él amorosamente te ofrece? Entonces, guarda Sus mandamientos”<sup>2</sup>.

La guía *Para la Fortaleza de la Juventud* lo resume así: “Dios da mandamientos para ayudarte a tomar buenas decisiones. Lo hace porque te ama, y el mejor motivo para obedecer los mandamientos de Dios es que tú lo amas a Él. **El amor es la esencia de los mandamientos de Dios**”<sup>3</sup>.

### NOTAS

1. Dieter F. Uchtdorf, “El amor de Dios”, Conferencia General de octubre de 2009 (*Liahona*, noviembre de 2009, pág. 22). Véanse también Mateo 1:39; Juan 3:16–17.
2. D. Todd Christofferson, Conferencia General de octubre de 2016 (*Liahona*, noviembre de 2016, pág. 51). Véanse también Juan 14:15; Mosiah 2:17.
3. *Para la Fortaleza de la Juventud: Una guía para tomar decisiones*, 2022, pág. 11, cursiva agregada.

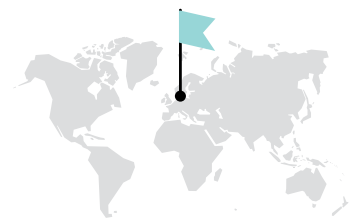
### Amor, amor, amor

¡Dios nos ama! Guardemos Sus mandamientos para demostrar que *nosotros* lo amamos a Él. Consulta las páginas 10–14 de la guía para los jóvenes para obtener más información.



# Aia O.

13 AÑOS, ØLSTYKKE, DINAMARCA



Cuando oro, solo  
somos Dios y yo.



FOTOGRAFÍA POR ASHLEE LARSEN

A veces me cuesta estar con otras personas, pero mi padre me ha ayudado a orar al respecto. Orar me ha ayudado a decir "Voy a intentarlo" en lugar de evitar ciertas situaciones como hacía antes.

La oración también me ha ayudado en otras ocasiones. Acabo de tomar mis exámenes anuales, y cada vez que tenía problemas con una pregunta le pedía ayuda a Dios.

En otra ocasión me pidieron que diera un discurso en la reunión sacramental. Pensé: "¿No podré hacer algo más que ponerme de pie y leer mi discurso?". Decidí preguntarle a Dios cómo podía dar un discurso que ayudara a las personas. Estaba nerviosa y no lo hice perfectamente, pero fue genial que Él me ayudara a descubrir cómo dar un mejor discurso.

La oración personal es algo en lo que puedes sentirte a salvo. No hay otras personas que vayan a venir y juzgarte, o a decirte: "Lo dijiste mal". Cuando oro, solo somos Dios y yo.

## Datos curiosos sobre Dinamarca:



Las bicicletas son más populares que los coches (¡el terreno llano ayuda!).

El Libro de Mormón en danés de 1851 fue la primera traducción después del inglés.



Es el hogar de los dos parques de atracciones más antiguos del mundo.

# ¿Cómo sientes **tú** el amor de Dios?

## Respuestas de los jóvenes



### La iglesia

**"Al ir a la iglesia y hacer convenios sagrados".**

*Jasmine V., 20 años, Cebú, Filipinas*

**"¡Al asistir a la iglesia y dirigir en las clases de las Mujeres Jóvenes!"**

*Adriana P., 13 años, Virginia, EE. UU.*



### Otras reuniones

**"¡Al asistir a Seminario y aprender más acerca de Jesucristo!"**

*Rebekah C., 16 años, Washington, EE. UU.*

**"Al asistir a reuniones de jóvenes como el campamento de las Mujeres Jóvenes, la FSJ y la conferencia de la juventud".**

*Sophia C., 15 años, California, EE. UU.*



### La naturaleza

**"En lugares tranquilos y al aire libre".**

*Katie G., 17 años, Idaho, EE. UU.*

**"Las tardes tranquilas en el coche con los vidrios bajados".**

*Karli S., 16 años, Utah, EE. UU.*



### La gratitud

**"Al ver los pequeños milagros cotidianos que Él me ha dado".**

*Sydney V., 15 años, Texas, EE. UU.*

**"Cuando algo va bien en mi vida que no podría haber logrado yo sola".**

*Abby H., 17 años, Utah, EE. UU.*



### El servicio

**"Cuando soy amable, ayudo y sirvo a los demás, siento el amor de Dios por ellos y una fracción de lo mucho que Él me ama a mí".**

*Naomi W., 17 años, Nueva York, EE. UU.*

**"Al servir a los demás; eso me permite actuar más como Él".**

*RJ E., 17 años, Carolina del Norte, EE. UU.*



### El templo

**"¡Lo siento cada vez que estoy en el templo! Sé que el templo es la Casa del Señor".**

*Luiza M., 16 años, Distrito Federal, Brasil*

**"Cada vez que voy al templo siento paz y el amor de nuestro Padre Celestial".**

*Alice O., 18 años, Alto Paraná, Paraguay*

Varios jóvenes comparten algunas maneras en que perciben el amor del Padre Celestial en sus vidas.



## El estudio del Evangelio

**"Al hablar de las Escrituras con mi familia".**

*Rose J., 15 años, Distrito de Lisburn y Castlereagh, Irlanda del Norte*

**"Al escuchar los discursos de la conferencia general".**

*Elijah B., 16 años, Oregón, EE. UU.*



## La oración

**"A través de la paz y la calidez que Él me da cada vez que oro para pedir Su ayuda".**

*Eli W., 16 años, Maine, EE. UU.*

**"Al orar por los demás".**

*Alexia D., 17 años, Utah, EE. UU.*



## Cómo se siente el amor de Dios

**"¡Cuando pienso en el amor de Dios, siento paz, calidez y seguridad!".**

*Ava H., 15 años, Idaho, EE. UU.*

**"Como un cálido abrazo o un sentimiento de paz".**

*Amelia C., 15 años, California, EE. UU.*

**"Me da esperanza".**

*Norma S., 18 años, Gauteng, Sudáfrica*

**"Cuando siento calma en las tormentas de la vida".**

*Brady M., 18 años, Carolina del Sur, EE. UU.*



## La música

**"¡A través de la música! Su belleza me recuerda la belleza de Dios y la gracia que Él nos muestra".**

*Tessa C., 18 años, Nuevo México, EE. UU.*

**"¡Siento el amor de Dios al escuchar la música de StrivetoBe!".**

*Ava C., 17 años, California, EE. UU.*

## Otras personas

**"Cuando tengo un mal día y Dios me envía un pequeño mensaje a través de otra persona".**

*Victoria R., 15 años, Utah, EE. UU.*

**"¡Siento el amor de Dios cuando estoy con las personas que más amo!".**

*Kylie T., 17 años, Idaho, EE. UU.*

**"[Saber que Dios los ama] cambia el modo en que se sienten en cuanto a ustedes mismos cuando cometen errores. Cambia el modo en que se sienten cuando sobrevienen dificultades. Cambia su modo de ver los mandamientos de Dios. Cambia su modo de ver a los demás y su capacidad para marcar una diferencia".**

*Presidenta Susan H. Porter, Presidenta General de la Primaria, Conferencia General de octubre de 2021 (Liahona, noviembre de 2021, pág. 33).*



Para obtener más información sobre cómo sentir el amor de Dios, consulta la aplicación **Vivir el Evangelio**.

*Podemos aprender mucho acerca de quién es Dios cuando entendemos quién no es.*

# QUIÉN NO ES DIOS

*Cinco verdades acerca de nuestro Padre Celestial*

Por Brynn Wengler

Revistas de la Iglesia

**U**na de las bendiciones más grandes de la Restauración es que Dios se ha revelado nuevamente a Sí mismo y Su carácter como un amoroso Padre Celestial. Sin embargo, a veces tenemos pensamientos o ideas acerca de Dios que simplemente no son ciertos. Cuando eso sucede, podemos aprender mucho acerca de quién es Dios al comprender quién *no es*.

## **Dios no es alguien que te obligue a seguirlo.**

El élder Dale G. Renlund, del Cuórum de los Doce Apóstoles, enseñó en cierta ocasión: “La meta de nuestro Padre Celestial en la crianza de los hijos no es hacer que Sus hijos *hagan* lo correcto, sino que *elijan* hacer lo correcto y finalmente lleguen a ser como Él”<sup>4</sup>. Él te invitará, deliberará en consejo contigo y te enseñará la verdad, pero no te quitará tu albedrío obligándote a seguirlo.



### **Dios no es alguien que está demasiado ocupado para ti.**

De hecho, ayudarte a tener la vida eterna es Su obra y Su gloria<sup>3</sup>. ¡Tú eres Su enfoque número 1! Él no está limitado por el tiempo, como nosotros. Acércate a Él en oración en cualquier momento; luego, presta atención a las muchas maneras en que contesta.

### **Dios no es alguien que intente sorprenderte haciendo algo malo para poder castigarte.**

Por el contrario, como dijo el élder Patrick Kearon, del Cuórum de los Doce Apóstoles: “Dios [te] busca de manera incesante”<sup>5</sup>, lo que significa que nunca dejará de tratar de ayudarte a regresar a Él. Sabe que, naturalmente, todos afrontaremos cosas difíciles cuando cometamos errores, de modo que nos proporciona una manera para que seamos limpios del pecado y hallemos fortaleza por medio de la Expiación de Su Hijo.

### **Dios no es un desconocido sentado en un trono muy, muy lejano.**

Él es nuestro Padre, más maravilloso incluso que el mejor padre terrenal que puedas imaginar. Aunque no podemos recordar nuestra vida preterrenal a Su lado, Él nos conoce de manera individual y perfecta. Tiene un cuerpo perfecto de carne y huesos<sup>1</sup> y nosotros somos a Su imagen<sup>2</sup>.

Si te cuesta imaginar cómo es Dios, tienes un ejemplo perfecto: Su Hijo Jesucristo. Él dijo: “Yo soy el camino, y la verdad y la vida; nadie viene al Padre sino por mí. Si me conocierais, también a mi Padre conoceríais” (Juan 14:6–7). En otras palabras, si queremos saber cómo es el Padre Celestial, ¡podemos aprender cómo es Jesucristo! Ambos están perfectamente unidos en propósito.

## **Dios no es alguien que aguarda a que seas “suficiente” o “perfecto” para que Él te ame.**

Su amor por ti es infinito. ¡Él te ama ahora mismo, por más imperfecto que seas! El presidente Jeffrey R. Holland, Presidente en Funciones del Cuórum de los Doce Apóstoles, da una poderosa aclaración sobre esta verdad: “‘Vengan como son’, nos dice un amoroso Padre a cada uno de nosotros, pero añade: ‘No planeen permanecer como son’. Nosotros sonreímos y recordamos que Dios tiene la determinación de hacer de nosotros más de lo que pensábamos que podríamos llegar a ser”<sup>6</sup>. Con amor y ánimo perfectos, el Padre Celestial está tratando de ayudarte a llegar a ser como Él y recibir todo lo que Él tiene, un paso a la vez.

**“Un entendimiento correcto del carácter del Padre Celestial puede cambiar cómo nos vemos a nosotros mismos y a nuestros semejantes, y nos ayuda a comprender el extraordinario amor de Dios por Sus hijos y Su gran deseo de ayudarnos a llegar a ser como Él. Una visión incorrecta de Su naturaleza puede dejarnos sintiendo como si fuéramos incapaces de volver a Su presencia algún día”.**

Brian K. Ashton, quien fuera Segundo Consejero de la Presidencia General de la Escuela Dominical, Conferencia General de octubre de 2018 (*Liahona*, noviembre de 2018, pág. 94).

## **Quién sí ES Dios**

La mejor manera de llegar a conocer a tu Padre Celestial es seguir teniendo experiencias con Él. ¿Cómo? Aprende acerca de Él y de Su Hijo por medio de las Escrituras y las palabras de los profetas vivos. Ora a Él y guarda Sus mandamientos. Dedicar un tiempo personal y sereno a adorarlo en las reuniones de la iglesia, en el templo y en otros lugares santos. Haz convenios con Él y guárdalos. Él te ayudará a saber quién es y lo que siente por ti.

¿Cómo has llegado a conocer mejor a tu Padre Celestial? Envíanos un correo electrónico a **ftsoy@ChurchofJesusChrist.org** con tu historia.

### **NOTAS**

1. Véase Doctrina y Convenios 130:22.
2. Véase *Para la Fortaleza de la Juventud: Una guía para tomar decisiones*, 2022, pág. 23.
3. Véase Moisés 1:39.
4. Dale G. Renlund, Conferencia General de octubre de 2018 (*Liahona*, noviembre de 2018, pág. 104).
5. Patrick Kearon, Conferencia General de abril de 2024 (*Liahona* de mayo de 2024, pág. 87).
6. Jeffrey R. Holland, Conferencia General de abril de 2017 (*Liahona*, mayo de 2017, pág. 51).

# 5 VERDADES y CONSEJOS para una oración más significativa

*Sabía que Dios era real, pero a veces me preguntaba si Él me escuchaba.*

Por Michelle Wilson  
Revistas de la Iglesia

**D**e pequeña me enseñaron que podía hablar con Dios por medio de la oración, pero hubo momentos en los que sentí que no era muy buena orando; me costaba hablar con Él y escucharlo. Según iba creciendo, descubrí cinco verdades y cinco consejos que han hecho que mis oraciones sean más significativas y han servido para que me sienta más cerca de Dios.

## VERDADES

1. Dios es tu Padre Celestial con un cuerpo de carne y huesos (véase Doctrina y Convenios 130:22). Él es una persona real con la que hablas.
2. Dios contesta cada una de nuestras oraciones en el momento y de la manera que sean mejores para nosotros. “Dios escucha *cada* oración que ofrecemos y responde a cada una de ellas de acuerdo con la senda que Él ha trazado para nuestro perfeccionamiento”<sup>1</sup>.
3. Hay muchos tipos de oraciones, y todas son buenas. La oración puede ser formal, informal, llena de gratitud o de súplica, corta o larga, en voz alta<sup>2</sup> o en silencio, etcétera.
4. Puedes orar en cualquier momento y en cualquier lugar.
5. Orar no consiste en obtener lo que queremos de Dios, sino en descubrir (y aceptar) lo que Él quiere para nosotros<sup>3</sup>.

## CONSEJOS

1. Lleva un diario de oraciones. Anota las preguntas que tengas antes de orar y las impresiones que recibas después de (e incluso durante) tus oraciones.
2. Empieza y termina el ayuno con una oración<sup>4</sup>.
3. Arrodillarte sirve para que tu “oración trivial se vuelva poderosa”<sup>5</sup>.
4. Lleva una lista de las personas por las que puedas orar cada día.
5. Pide a otras personas que oren por ti y contigo.

## NOTAS

1. Jeffrey R. Holland, Conferencia General de abril de 2024 (*Liahona*, mayo de 2024, pág. 8).
2. Véase Jeffrey R. Holland, Conferencia General de abril de 2024 (pág. 8).
3. Véase la Guía para el Estudio de las Escrituras, “Oración”.
4. Véase Joaquín E. Costa, Conferencia General de octubre de 2023 (*Liahona*, noviembre de 2023, pág. 39).
5. Tamara W. Runia, Conferencia General de octubre de 2023 (*Liahona*, noviembre de 2023, pág. 67).





# SOBRECARGA

## de videojuegos



*Gracias al ejemplo de mi papá, pude vislumbrar quién es Jesucristo y lo que Él hizo por mí.*

Por Isaac S., 16 años

Cuando el COVID-19 llegó a Brasil, comencé a jugar juegos de computadora con mis amigos entre las clases en línea. Al principio jugaba una hora al día pero con el tiempo eso se convirtió en diez horas diarias. Esto continuó durante días y meses.

Usaba la computadora del trabajo de mi padre para jugar, aunque se suponía que no debía usarla para eso, mientras mis padres pensaban que estaba en clase o estudiando. Si bien estaba con amigos en línea, estar solo en la computadora me hacía sentir aislado, cansado y menos feliz.

### CHOCANDO CONTRA LA REALIDAD

Un día, durante una clase, me llamó un compañero. Nos dimos cuenta de que habíamos jugado los 100 juegos que tenía y queríamos algo nuevo, pero la computadora del trabajo de mi padre tenía una memoria limitada. Cuando intenté instalar un nuevo juego, la computadora colapsó.

Me alarmé, pues tenía miedo de que mis padres se enteraran. Desarmé la computadora pieza por pieza pero no vi ningún problema, así que volví a colocar todo en su lugar e intenté encenderla. Sabía que necesitaba limpiar la computadora, por lo que pasé horas desinstalando juego tras juego; pero nada cambió.



FOTOGRAFÍAS POR ALEXANDRE BORGES Y POR CORTESÍA DE ISAAC S.

Más tarde ese día, mi papá tenía que hacer algo de trabajo en su computadora; yo estaba muy nervioso. Después de un rato, me llamó. Allí estaba la computadora frente a él: dañada.

No podía seguir mintiéndole a mi papá, así que confesé lo que había hecho.

Al día siguiente, mi papá se puso a trabajar con la computadora dañada. En lugar de culparme a mí, él asumió la responsabilidad de lo que hice. Nada de aquello era culpa suya, pero eligió perder credibilidad con su jefe y asumir toda la culpa sin que yo se lo pidiera. Eso me partió el corazón.

### **CORRER HACIA CRISTO**

Estaba tan avergonzado por lo que había hecho que me empecé a agobiar mentalmente. No quería despertarme ni tenía valor para hablar con mis padres.

Sin embargo, ese sábado mi padre me despertó alrededor de las cuatro y media de la mañana y me invitó a salir a correr. Mientras corría, me dijo que me había

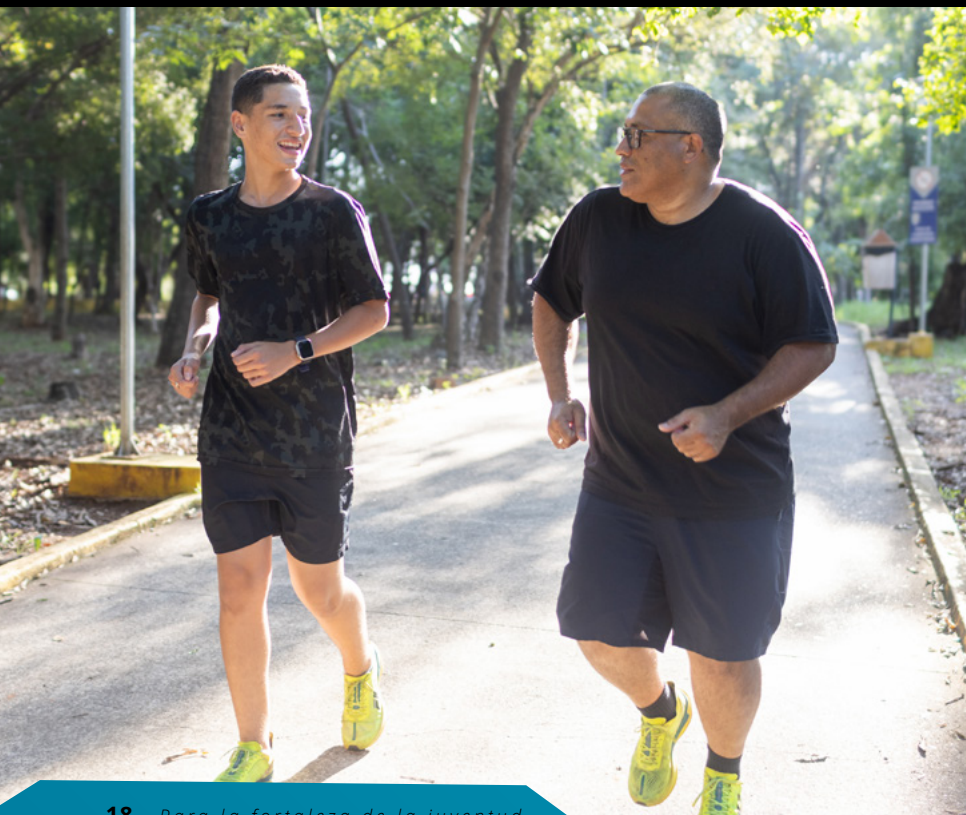
pedido que lo acompañara para que pudiera aprender algo que él nunca quería que olvidara: resiliencia. Me dijo que la resiliencia era la capacidad de resistir o recuperarse rápidamente de las dificultades, de resolver el problema y, después de resolverlo, ponerse de pie y seguir adelante.

Gracias al ejemplo de mi papá en el trabajo y a lo que me enseñó sobre la resiliencia, pude vislumbrar quién es Jesucristo y lo que hizo por mí. Cristo me dio la oportunidad de ser perdonado de mis pecados. Aprendí que el perdón es un don y que lo que el Salvador espera de mí es que sea resiliente en la senda de la rectitud.

### **CAMBIAR MI MANERA DE PENSAR**

Después de correr aquel día, comencé a cambiar mi mentalidad y mis hábitos. Me di cuenta de que hay mucho más en la vida que jugar todo el día.

Los tres años siguientes fueron difíciles mientras trabajaba en mis nuevos hábitos pero, con ayuda de





mis padres, gradualmente comencé a centrarme en mi futuro. También descubrí que tengo talento para la comunicación y que disfruto ayudando a los demás.

En lugar de dedicar todo el tiempo a los videojuegos, empecé a aprender sobre la posibilidad de convertirme en emprendedor. Comencé un canal de Instagram y una página de YouTube, y ahora enseño a las personas lo que he aprendido sobre cómo llegar a ser financieramente exitosos e invertir en nuestra mejor inversión: nosotros mismos.

A través de todas esas experiencias, vi la mano del Señor muchas veces, en especial al encontrar el perdón en el sacrificio de mi Salvador. Habrá momentos en los que fracasaré, pero con resiliencia y la Expiación de Jesucristo puedo llegar a ser más semejante a Él.

*El autor vive en São Paulo, Brasil.* 📶



### Esto va en serio

La tecnología y los medios de comunicación son geniales y muy divertidos, pero no podemos permitir que tomen el lugar de las relaciones reales. Para obtener más ideas sobre cómo mantener el equilibrio en todos los aspectos de tu vida, consulta la página 21 de *Para la Fortaleza de la Juventud: Una guía para tomar decisiones*.



# La historia **NO ACABA** ahí

POR JANAÉ CASTILLO;  
ILUSTRACIONES POR KAYELA LARSEN





“Al esforzarnos de manera deliberada por incorporar una actitud compasiva en nuestro modo de vida, tal como lo ejemplificó el Salvador, llegaremos a ser más sensibles a las necesidades de las personas”.

Élder Ulisses Soares, del Cuórum de los Doce Apóstoles, Conferencia General de octubre de 2021 (*Liahona*, noviembre de 2021, págs. 14–15).

*Dios ama a Shinnah, y Shinnah ama a Dios.*

# AMOR EN AMBAS

# DIRECCIONES

EL AMOR DE DIOS  
POR SHINNAH



Por Jessica Zoey Strong  
Revistas de la Iglesia

**S**hinnah B., de Nairobi, Kenia, sabe que el Padre Celestial la ama, pero no lo supo realmente hasta hace un par de años, cuando escuchó por primera vez sobre La Iglesia de Jesucristo de los Santos de los Últimos Días a través de su tía.

“Los misioneros me enseñaron cosas que no sabía; me enseñaron que el Padre Celestial me ama y me enseñaron cómo orar”, dice Shinnah. Después de ser bautizada, algunas experiencias la ayudaron a comprender mejor el amor que Dios tiene por ella. Ahora se esfuerza por demostrar su amor por el Padre Celestial y Jesucristo.



## **Ir a la Iglesia**

Shinnah y su hermano menor, Acram, viajan en autobús y luego caminan solos a la capilla cada semana. A veces es difícil levantarse temprano pero saben que es lo que el Padre Celestial querría que hicieran. “Cuando me bauticé, tomé la decisión de santificar el día de reposo”, dice Shinnah.

EL AMOR DE SINNAH  
POR DIOS



### **Ayuda en la escuela**

Shinnah tenía dificultades en la escuela, hasta que un día habló con la presidenta de las Mujeres Jóvenes al respecto. “Me dijo que debía acudir al Padre Celestial, porque Él me ayudaría”, dice Shinnah. En efecto, ¡Él la ayudó! Después de orar, Shinnah sintió impresiones del Espíritu sobre cosas que podía cambiar. “Después de eso, comencé a ver que mi rendimiento mejoraba”.



### **Conocer su identidad divina**

A Shinnah le gusta mucho el primer renglón del lema de las Mujeres Jóvenes: “Soy una hija amada de padres celestiales, con una naturaleza divina y un destino eterno”. Ella dice: “No tienes que sentirte solo, porque el Padre Celestial está a tu lado”.



### **Fortaleza en su llamamiento**

“Cuando me uní a la Iglesia, no tenía confianza para hablar con las personas”, dice Shinnah. “Cuando recibí el llamamiento para servir como presidenta de clase de las Mujeres Jóvenes, me sorprendió mucho: nunca había sido líder. Tuve que practicar cómo hablar frente a otras personas y cómo compartir mi testimonio. Un día mi obispo me llamó a su oficina y me dijo que soy muy amada y que el Padre Celestial me fortalecerá en todo lo que haga”.



### **Escoger lo correcto**

Sinnah se esfuerza por seguir al Salvador. “Antes de unirme a la Iglesia, no sabía quién era yo misma”, dice. “Los amigos me invitaban a ir a fiestas, y eran situaciones donde no debía estar, pero ahora elijo no ir”.



### **Prestar servicio a los demás**

“Quiero ayudar a las personas que necesitan mi ayuda”, dice Shinnah. “Puedo ayudarlas cuando se sienten solas o atraviesan momentos difíciles. Ser discípulo de Jesucristo significa que debo guardar Sus mandamientos, seguir Su ejemplo y ser un ejemplo para los demás”.

### **La bendición del Evangelio**

Shinnah vive su vida de la manera en que lo hace debido a su amor por el Padre Celestial. “Dios quiere que yo sea así”, dice. “He aprendido quién soy; estoy agradecida porque algún día puedo regresar a la presencia del Padre Celestial. Unirme a la Iglesia realmente ha cambiado mi vida”.

# TESOROS ESCONDIDOS

*Mira la riqueza de conocimiento que puedes encontrar si profundizas en las Escrituras.*

Por Eric D. Snider

Revistas de la Iglesia



## **La Iglesia necesita la contribución de todos**

*Doctrina y Convenios 84*

**S**i la Iglesia fuera una máquina, sería enorme y con muchas partes; algunas serían más visibles y parecerían más “importantes” que otras, pero incluso los pequeños engranajes y tornillos ocultos tendrían una función.

El Señor dijo: “Por tanto, ocupe cada hombre su propio oficio, y trabaje en su propio llamamiento; y no diga la cabeza a los pies que no tiene necesidad de ellos; porque sin los pies, ¿cómo podrá sostenerse el cuerpo? También el cuerpo tiene necesidad de cada miembro, para que todos se edifiquen juntamente, para que el sistema se conserve perfecto” (Doctrina y Convenios 84:109–110).

Nuestros barrios y ramas necesitan personas que sean buenas oradoras, así como personas que sepan escuchar. Necesitamos obispos y presidentes de la Sociedad de Socorro, así como secretarios de la Escuela Dominical y líderes de guardería. Necesitamos personas tranquilas, personas audaces, personas divertidas, personas taciturnas; introvertidos, extrovertidos, ingenieros, artistas... La Iglesia necesita los diferentes talentos y fortalezas de *todos*.

No importa cuán “prestigioso” sea el trabajo; cada responsabilidad en la Iglesia es importante para el Señor.





## ¿Dónde están los “lugares santos” en los que debemos permanecer?

*Doctrina y Convenios 87*

Cuando el Señor reveló que “se derramar[ía] la guerra sobre todas las naciones” (Doctrina y Convenios 87:3), también dijo a los santos lo que debían hacer al respecto:

“Permaneced en lugares santos y no seáis movidos” (Doctrina y Convenios 87:8).

¿Cuáles son los “lugares santos”? Los templos, por supuesto (si asistimos dignamente). Lo mismo se aplica a las capillas. Nuestros líderes también nos han dicho que hagamos de nuestros hogares un lugar santo. Lo hacemos al mostrar amor y armonía en el hogar, al estudiar el Evangelio y al invitar al Espíritu.

Sin embargo, el Señor no quiere que nos escondamos en nuestros hogares, capillas y templos todo el tiempo. Él quiere que salgamos al mundo para difundir gozo y servir a los demás.

Es por eso por lo que tenemos el Espíritu Santo: casi *cualquier* lugar puede ser un “lugar santo” si el Espíritu puede morar allí.

Eso incluye los salones de clase, campos de juego, oficinas, automóviles, salas de espera y gimnasios; cualquier lugar al que vayas puede ser un lugar de inspiración si eres humilde, fiel y sincero.

Por supuesto, debemos ser prudentes y no buscar entornos negativos o peligrosos, pero el mensaje central del Señor es que no tenemos que preocuparnos demasiado por los desastres de los últimos días; podemos ocuparnos de nuestros asuntos (la escuela, el trabajo, la recreación, la vida) y aun así estar protegidos si seguimos la guía del Espíritu.

## Un poco más de amor mejora el momento de reprender

*Doctrina y Convenios 93*

¿Alguna vez has tenido que regañar a alguien a quien amabas? ¡Es difícil! Como con la mayoría de las cosas, podemos fijarnos en el ejemplo del Salvador. El Señor reprende bastante en Doctrina y Convenios, pero siempre con amor.

Por ejemplo, tenemos la sección 93: José Smith, Frederick G. Williams y Sidney Rigdon necesitaban ser corregidos en algunas cosas. El Señor se dirige a ellos como “siervos” (versículos 41, 44, y 45), pero luego aclara: “En otras palabras, os llamaré amigos, porque sois mis amigos, y tendréis una herencia conmigo” (versículo 45). Más adelante, el Salvador llama a todo el grupo Sus “amigos” (en el versículo 51).

¿Por qué es importante esto? Bueno, duele ser reprendido, ¿verdad? El Señor muestra mayor amor al recordarle a José y a los demás que, a pesar de sus errores y debilidades, ellos son, después de todo, Sus amigos.

¡Sus amigos! ¡Personas que le agradan y con las que desea estar! Él también siente lo mismo por ti; todos somos Sus amigos.



## “VA A ESTAR BIEN”



Extraño a Dawson  
todos los días, pero sé  
que lo volveré a ver  
gracias a Jesucristo.

Un viernes, mi mejor amigo, Dawson, no fue a la escuela. Un par de chicos dijeron que habían visto ambulancias en su casa y empecé a preocuparme. Más tarde, ese mismo día, nuestro director nos dijo que Dawson había sido llevado al hospital con una hemorragia cerebral.

Dawson y yo nos habíamos hecho amigos apenas mi familia se mudó a Carolina del Sur, EE. UU. Él había sido una de las primeras personas en saludarme; encontraba a cualquier niño recién llegado y lo hacía sentirse amado.

La noche después de que llevaron a Dawson al hospital, mientras nuestra familia oraba para que mejorara, escuché una voz suave y apacible que dijo cuatro palabras: “Va a estar bien”. Tan pronto como las escuché, supe que Dawson estaría bien y que viviría.

Pero luego comencé a pensar: “¿Y si Dios quiso decir que estaría bien ya fuera que Dawson estuviera aquí en la tierra o en el cielo?”.

Mi estaca llevó a cabo un ayuno de veinticuatro horas por Dawson y su familia. Después recibimos la noticia de que Dawson había fallecido.

Nunca antes había tenido una experiencia difícil en la que sintiera que debía orar, pero cuando Dawson murió, orar fue la única forma en que pude sentir consuelo. Dios me ayudó a sentir paz y sentí que Él debía tener algún encargo para Dawson.

Sé que cada vez que paso por algo difícil, puedo hablar con Dios. Me ayuda a saber que Él siempre estará allí para mí y para quienes me rodean. Extraño a Dawson todos los días, pero sé que lo volveré a ver gracias a Jesucristo.

**Josh P., 14 años, Utah, EE. UU.**

*Le encanta el fútbol, el longboard, el snowboard y el ciclismo.*



Lee más Voces de los  
jóvenes en línea aquí.

**H**ubo una vez una situación en la que algunos miembros de nuestro barrio nos juzgaron equivocadamente a mi amigo y a mí. Los dos pasábamos mucho tiempo juntos, sirviendo y participando en actividades, y comenzaron los rumores de que estábamos saliendo en citas y haciendo algo malo.

Los rumores también afirmaban que mi familia estaba siendo grosera con mi amigo. Aunque sabíamos que no era cierto, yo estaba molesta porque él siempre recibía un buen trato en mi casa. No quería ir a la capilla ni ver a las personas que difundían los falsos rumores ni hablar con ellas.

Sin embargo, recordé que vamos a la Iglesia por el Evangelio de Jesucristo, no solo por las personas que están allí. A veces las personas critican a los demás sin saber lo que realmente está pasando, y yo sabía que ese momento quedaría atrás y que podría perdonarlas. Compartí esos pensamientos con mi amigo y, al mirar hacia Jesucristo, ambos encontramos paz.

Jesucristo es nuestra Salvación. Él es amor y verdad, es todo lo bueno y es el camino de salvación, la senda en la que puedo tener felicidad eterna.

**Lara L., 16 años, Ceará, Brasil**  
*Le encanta jugar al fútbol y al voleibol.*

## LA VEZ QUE LAS PERSONAS ME JUZGARON ERRÓNEAMENTE EN LA CAPILLA



## ESQUIAR CON UNA ORACIÓN

**M**e perdí en un viaje en el que iba a esquiar en Suecia con mi familia. Empecé a sentir pánico y no sabía qué hacer; no tenía mi teléfono. Cuando estaba desesperado por conseguir ayuda, me quité los esquís, me arrodillé y oré para que Dios me ayudara a encontrar el camino de regreso a mis padres.

Sentí una voz en la cabeza que parecía decir: "Este es el camino que debes seguir." "Estás en el camino correcto". Sentí mucha calma y ya no tenía tanto pánico; sentí que mi corazón se calmaba y pensé: "Este tiene que ser un mensaje del cielo".

Me volví a poner los esquís y simplemente empecé a esquiar. Cuando llegué a donde estaban mis padres, me sorprendí mucho. Había encontrado un camino por medio de Jesucristo.

Si estás pasando por un momento difícil, ora al Padre Celestial en el nombre de Jesucristo. Ambos te ayudarán si realmente crees en Ellos.

**Edvin H., 13 años, Uusimaa, Finlandia**  
*Le gusta tocar la guitarra eléctrica, andar en patineta y pasar tiempo con sus amigos.*

# UNA PARADA DIVERTIDA



VAL CHADWICK BAGLEY



VAL CHADWICK BAGLEY

## DESCIFRA EL CÓDIGO DE LA CASA

En Doctrina y Convenios 93:43 se manda a los líderes de la Iglesia “poner [s]u propia casa en orden”. Para este juego de ingenio, “po[n ...] en orden” tu “casa” descifrando el código para entrar por la puerta principal.

Cada fila contiene tres números posibles que podrían formar el código final. ¡Para resolver el juego, lleva un registro de cuáles van (o cuáles no) en cada lugar!

*Pista:* Fíjate en el 694, donde dos números son correctos. Uno de ellos se repite en algún lugar anterior.



**CÓDIGO DE LA CASA:**

--	--	--

**3 6 1**

Un número es correcto, pero está en el lugar equivocado.

**3 7 2**

Un número es correcto y está en el lugar correcto.

**1 8 5**

No hay nada correcto.

**6 9 4**

Dos números son correctos, pero están en los lugares equivocados.

**1 9 7**

Un número es correcto, pero está en el lugar equivocado.

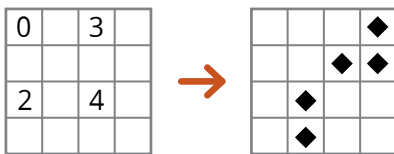
## BUSCACIZAÑA

En Doctrina y Convenios 86:1–7, el Señor explica la parábola del trigo y la cizaña.

¿Puedes marcar correctamente 20 “cizañas” en este juego de números?

### INSTRUCCIONES:

- Cada recuadro numerado indica la cantidad de cizaña que lo rodea. La cizaña puede estar en cualquier recuadro que comparta un lado o una esquina con el recuadro numerado.
- Los recuadros numerados no contienen cizaña.



						3		2	
2		4		4			4		
2		3		3					1
					4	3			1
1			4	2	3		2		
			3		3			2	1
		3							
	2			2		0	1	1	
			3	2			1	1	
1		1	2			0			



“Existen los hombres para que tengan gozo” (2 Nefi 2:25). Trae un poco de alegría a tu vida creando un subtítulo divertido para esta imagen y envíanoslo a [fitsoy@ChurchofJesusChrist.org](mailto:fitsoy@ChurchofJesusChrist.org) antes del 15 de septiembre.



¡Mira algunos subtítulos del concurso de febrero de 2024!

- Ryan P.:** “Yo cuando me doy cuenta de que me levanté demasiado temprano para ir a Seminario”.
- Maybree y Tate L.:** “Solo 7 000 569 pasos más hasta la tierra prometida, pero ¿quién lleva la cuenta?”.
- Austin S.:** “Arrepiéntete y apártate del lado oscuro. Un paso más cerca del cielo”.
- Eden R.:** “¡Iré y haré!”.
- James A.:** “Lo que vieron sus hermanos cuando Nefi caminaba de regreso a ellos con la armadura de Labán puesta”.
- Ella M.:** “El peculiar hijo de Ismael que se dio cuenta de que se había quedado atrás”.





# PREGUNTAS Y RESPUESTAS



“Me pongo un objetivo fijo y oro antes de usar la tecnología para no distraerme. Puedo lograr cosas importantes mientras uso la tecnología, incluyendo compartir el Evangelio, sin desviarme del camino”.

**Elijah U., 20 años, Lagos, Nigeria**

**“¿CÓMO PUEDO  
DISFRUTAR DE LOS  
BENEFICIOS DE LA  
TECNOLOGÍA A LA  
VEZ QUE EVITO SUS  
DESVENTAJAS?”**



“Tómate el tiempo para aprender cómo funcionan tus dispositivos y cómo pueden afectar a tu vida espiritual. Sé consciente del tiempo que pasas en ellos y de las aplicaciones que utilizas. Establece límites claros sobre cómo usarás la tecnología”.

**Martin K., 25 años, Kolwezi,  
República Democrática del Congo**



“Haz las pequeñas cosas que nos acercan a Dios, como leer las Escrituras, hacer oraciones personales o participar de la Santa Cena. Invita al Espíritu a estar contigo”.

**Ella C., 16 años, Alabama, EE. UU.**



“Debemos aprovechar la tecnología para difundir la luz del Salvador a todos. Ser discípulo de Cristo significa ser como Él, por lo que debemos tener fe y seguir el camino de la luz”.

**Julia B., Pernambuco, Brasil**



“La clave es seguir al Espíritu. Hay malas maneras de usar la tecnología, pero también hay buenas maneras de usarla. Una de las maneras positivas en que utilizo la tecnología es en mi llamamiento como presidente del cuórum de diáconos. Me comunico con los otros diáconos a través de mensajes de texto o llamadas telefónicas”.

**Hyrum M., 13 años, Georgia, EE. UU.**

**“El divino propósito de la tecnología es apresurar la obra de salvación. Como integrantes de la generación escogida, ustedes entienden la tecnología [...]. El Señor espera que usen estas magníficas herramientas para llevar Su obra al siguiente nivel”.**

Randall L. Ridd, quien fue Segundo Consejero de la Presidencia General de los Hombres Jóvenes, Conferencia General de abril de 2014 (*Liahona*, mayo de 2014, pág. 58).

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

## ¿DEBO HACER SOLO LO QUE ME RESULTA NATURAL? ¿ES ESO LO QUE DIOS QUIERE QUE HAGA?

Algunas verdades básicas que permiten responder esta pregunta.

Dios es el Padre de tu espíritu. Él no te “creó” de la nada. Fuiste concebido con una naturaleza divina: el potencial de llegar a ser como Él. También tú “fu[iste] en el principio con Dios. La inteligencia, o sea, la luz de verdad, no fue creada ni hecha, ni tampoco lo puede ser” (Doctrina y Convenios 93:29). Antes de esta vida, tú también tenías albedrío y tomabas decisiones.

Tu cuerpo físico es un don de Dios y es necesario para experimentar la vida terrenal y llegar a ser más semejante a Él<sup>1</sup>. Debido a la Caída, *cada* persona experimenta debilidades, incluso *algunas* tendencias “naturales” que no concuerdan con los mandamientos de Dios (véase Mosíah 3:19). Sin embargo, debemos procurar “refrenar todas [nuestras] pasiones” (Alma 38:12), humillarnos, tratar de obedecer a Dios, arrepentirnos cuando no lo hacemos, y buscar fortaleza y ayuda por medio de Jesucristo y Su Expiación. Experimentamos debilidad en esta vida para que seamos humildes y nos volvamos a Dios (véase Éter 12:27).

Durante esta vida, el uso del albedrío es clave. Elige a Dios y Sus caminos; elije progresar; elije el gozo.

### NOTAS

1. Para obtener más información sobre el cuerpo, véase Russell M. Nelson, “El cuerpo: Un don magnífico que debemos apreciar”, *Liahona*, agosto de 2019, págs. 50–55.



**¿Y tú qué piensas?**

**“¿Qué puedo hacer para sacar más provecho de la reunión sacramental si tengo dificultades para concentrarme?”**

Mádanos tu respuesta y fotografía antes del 15 de septiembre de 2025.

Envíalas por correo electrónico a [fitsoy@ChurchofJesusChrist.org](mailto:fitsoy@ChurchofJesusChrist.org) o ve a [fitsoy.ChurchofJesusChrist.org](https://fitsoy.ChurchofJesusChrist.org) y haz clic en “Enviar”. Inicia sesión con tu cuenta de la Iglesia y después selecciona “Para la Fortaleza de la Juventud” en el apartado “Selecciona la revista”. Haz clic en “Agregar archivo” para seleccionar tu archivo y tus fotografías, y luego haz clic en “Enviar” para cargar y enviarnos tu archivo.

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

RESPUESTAS A UNA PARADA DIVERSIDA: Descríbela el código de la casa 476

**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:** Robert M. Daines

**Editor auxiliar:** Jonathan S. Schmitt

**Asesores:** Tamara W. Runia, Michael T. Ringwood, Bradley R. Wilcox

**Director gerente:** Jason J. Mitchell

**Director de Revistas de la Iglesia:** Adam Olson

**Director de equipo de publicación:** Lee Gibbons

**Gerente de equipo de publicación:** Daniel Melazzo

**Gerente administrativo:** Garff Cannon

**Editor gerente:** Paul B. Murphy

**Editor administrativo auxiliar:** David Dickson

**Revisor de texto:** David A. Edwards

**Redacción y revisión:** Eric B. Murdock, Jessica Zoey Strong, Brynn Wengler

**Pasante editorial:** Janae Castillo

**Ayudante de publicación:** Priscilla Biehl Motta

**Directora de arte:** Jeanette Andrews

**Diseño:** Mandie Bentley, Krystal Cutler, Joshua Dennis, Kelsey Fackrell, Frank Lusk, Derek L. Smith, Daniel Reid Tueller

**Coordinadora de propiedad intelectual:**

Priscilla Biehl Motta

**Gerente de operaciones de producción:**

Ammon Harris

**Producción:** Ashley Malili, Evany Pace, Derek Washburn

**Director de impresión:** Steven T. Lewis

**Director de distribución:** Nelson Gonzalez

© 2025 por Intellectual Reserve, Inc. Todos los derechos reservados. Impreso en los Estados Unidos de América. *Para la Fortaleza de la Juventud* (ISSN 0164-5285) es una publicación mensual de La Iglesia de Jesucristo de los Santos de los Últimos Días, 50 E. North Temple St., Salt Lake City, UT 84150-0024, USA. Los gastos de envío de las publicaciones periódicas se pagan en Salt Lake City, Utah.

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

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

POSTMASTER: Send all UAA to CFS (see DMM 507.1.5.2). NONPOSTAL AND MILITARY FACILITIES: Send address changes to Distribution Services, Church Magazines, P.O. Box 26368, Salt Lake City, UT 84126-0368, USA.

Canada Post Information: Publication Agreement #40017431.

**Para enviar manuscritos o dibujos:**

**En línea:** Dirígete a [fsjoy.ChurchofJesusChrist.org](http://fsjoy.ChurchofJesusChrist.org) y haz clic en "Envía tu obra, material o artículo".

**Correo electrónico:** [fsjoy@ChurchofJesusChrist.org](mailto:fsjoy@ChurchofJesusChrist.org).

**Correo postal:** For the Strength of Youth Editorial, 50 E. North Temple St., Rm. 2377, Salt Lake City, UT 84150-0024, USA. No se devolverá el material enviado.



## ¿Qué pasa si tengo dificultades con el orgullo o la ira?

**M**e enoja fácilmente. He escuchado muchos mensajes de conferencia que hablan sobre el enojo y he aprendido que cuando estamos enojados, a menudo somos orgullosos, y el orgullo nos separa de Dios. La ira es, entonces, un desafío que estoy tratando de superar.

Un maestro de Seminario me dijo que para superar la ira puedo intentar reemplazarla con un atributo semejante a los de Cristo. Decidí intentar reemplazar mi ira con la capacidad de perdonar.

Durante la clase de Seminario, uno de mis compañeros me lanzó unas Escrituras a la pierna. En ese momento me enojé y le grité, pero entonces recordé el perdón semejante al de Cristo. Cuando terminó la clase, me acerqué a él y le dije que lamentaba haberle gritado. Lo perdoné y luego él también se disculpó.

A medida que he practicado el mirar hacia Cristo por medio del perdón, he visto cómo he cambiado. Trato de ver las cosas con una perspectiva eterna en lugar de enojarme. Cuando me centro en Cristo y asisto a Seminario, se fortalece mi testimonio de Él y también puedo ayudar a los demás a fortalecer su propio testimonio.

**Por Emmanuel B., 13 años, estado de Cross River, Nigeria**

*Le encanta dibujar y hacer manualidades.*



# Él *perdona*

---

Cuando la ira conduzca  
a la contención,  
*mira hacia  
Cristo*

“Mediante nuestros convenios con el Señor,  
cada uno puede recibir el poder fortalecedor,  
la guía y la ayuda que necesitamos tanto para  
perdonar como para ser perdonados”.

Kristin M. Yee, Conferencia General de octubre de 2022  
(*Liahona*, noviembre de 2022, pág. 37).

# LA INVITACIÓN DEL SALVADOR A VENIR A ÉL ES UN OFRECIMIENTO DE PAZ



Presidente Henry B. Eyring, Conferencia General de  
abril de 2023 (*Liahona*, mayo de 2023, pág. 31).

THE LIGHT OF LIFE [LA LUZ DE VIDA], POR YONGSUNG KIM



LA IGLESIA DE  
JESUCRISTO  
DE LOS SANTOS  
DE LOS ÚLTIMOS DÍAS

SPANISH



4 021961 16002 3