



MI PLAN

PARA MISIONEROS RETORNADOS



PARA FACILITADORES

Bajo la dirección de un líder del sacerdocio de la estaca, el coordinador de Instituto o el director de Instituto selecciona a un facilitador para guiar al grupo de misioneros retornados. El facilitador puede pedir a otro miembro del grupo que le ayude a actuar como facilitador del grupo cuando sea necesario.

El facilitador no es un maestro ni un experto. Su labor consiste en ayudar a los miembros del grupo a seguir los materiales, a participar y a invitar al Espíritu durante el análisis. Además, trabaja para crear un entorno seguro y alentar la participación de todos los miembros de grupo.

El facilitador tiene varias responsabilidades antes de cada reunión de grupo:

- Descargar en un dispositivo personal los videos pertinentes para cada capítulo y llevar dicho dispositivo a la reunión de grupo para reproducirlos.

- Llegar con 15 minutos de antelación para preparar el lugar de reunión y comprobar el funcionamiento de los videos. El espacio destinado a la reunión debe incluir hasta 18 sillas dispuestas en un círculo o un óvalo para que el grupo pueda comunicarse fácilmente como consejo. Si asistieran más de 18 participantes, se crearán varios grupos que se reunirán en espacios diferentes. La existencia de varios grupos requerirá la presencia de facilitadores adicionales.

- Llevar una reserva de manuales de *Mi plan para misioneros retornados* y bolígrafos. Por lo general el coordinador de Instituto o el director de Instituto tienen copias del manual. El manual *Mi plan para misioneros retornados* se encuentra también en la aplicación Biblioteca del Evangelio dentro de la carpeta Jóvenes adultos o se puede descargar de srs.lds.org/mcm-beta en forma de documento PDF.

- Saludar a los miembros del grupo según vayan llegando.

QUÉ HACER	QUÉ EVITAR
<p>Antes de cada reunión</p> <ul style="list-style-type: none"> • Repasar el capítulo brevemente. • Descargar los videos de srs.lds.org/mcm. • Comprobar que tanto el video como el audio se reproduzcan correctamente. • Disponer las sillas en un círculo para los miembros del grupo. <p>Durante cada reunión</p> <ul style="list-style-type: none"> • Comenzar a tiempo. • Anotar el nombre y la estaca de cada miembro del grupo (si corresponde). • Animar a todos a que participen. • Ser un miembro del grupo. Hacer compromisos y cumplirlos. • Procurar el Espíritu y seguir el manual. • Observar el grupo y mantener vivo el análisis. • ¡Divertirse! 	<p>Antes de cada reunión</p> <ul style="list-style-type: none"> • Preparar una lección. <p>Durante cada reunión</p> <ul style="list-style-type: none"> • Enseñar o actuar como el experto. • Hablar más que los demás. • Responder todas las preguntas. • Ser el centro de atención. • Sentarse a la cabecera de la mesa. • Ponerse de pie para actuar como facilitador. • Dar su opinión acerca de cada comentario.

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

© 2017 por Intellectual Reserve, Inc.
Todos los derechos reservados
Impreso en los Estados Unidos de América
Aprobación del inglés: 11/16
Aprobación de la traducción: 11/16
Traducción de *My Plan for Returned Missionaries*
Spanish
PD60003084 002

ÍNDICE DE TEMAS

1. Confiar en el Señor	1
2. Llegar a ser: Cumplir los convenios y el propósito de mi vida	5
3. Trabajar con un mentor	8
4. Lograr mis metas	12
5. La doctrina y las promesas de la autosuficiencia	16
6. Principios para llegar a ser autosuficiente	20
7. Vencer la oposición	25
8. Una vida de servicio	30



1 CONFIAR EN EL SEÑOR

Comiencen con una oración.

Los miembros del grupo deben turnarse para leer la información siguiente:

¿CÓMO FUNCIONA UN GRUPO DE MISIONEROS RETORNADOS?

Leer: Los grupos de misioneros retornados funcionan como un consejo; no hay maestros ni expertos. En lugar de ello, seguimos los materiales tal como se han redactado. Con la guía del Espíritu nos ayudaremos mutuamente de la siguiente manera:

- Contribuyendo por igual a los análisis y las actividades. Nadie debe dominar la conversación, ni siquiera el facilitador.
- Estimándonos y apoyándonos los unos a los otros. Demostrando interés, haciendo preguntas y aprendiendo los unos acerca de los otros. Demostrando respeto por los sentimientos de los demás y creando un ambiente seguro donde todos se sientan cómodos para compartir.
- Compartiendo comentarios positivos y relevantes.
- Haciendo compromisos y cumpliendo con ellos.

El presidente M. Russell Ballard enseñó: “No hay ningún problema en la familia, el barrio o la estaca que no pueda ser resuelto si buscamos soluciones a la manera del Señor al deliberar en consejo —consejo de verdad— el uno con el otro” (*Counseling with Our Councils*, edición revisada, 2012, pág. 4).

En Doctrina y Convenios 88:122 leemos: “Nombrad de entre vosotros a un maestro; y no tomen todos la palabra al mismo tiempo, sino hable uno a la vez y escuchen todos lo que él dijere, *para que cuando todos hayan hablado, todos sean edificados de todos* y cada hombre tenga igual privilegio” (cursiva agregada).

Analizar: ¿Qué ha aprendido en otros consejos acerca de la importancia de analizar y dejar que todos hablen?

Leer: El proceso de grupo es sencillo, solo tienen que seguir los materiales. Cuando vea estos mensajes, siga las siguientes instrucciones:

- **Leer:** Una persona lee en voz alta a todo el grupo.
- **Ver:** Todo el grupo ve un video (el facilitador lo descarga con antelación).
- **Analizar:** Los miembros del grupo comparten pensamientos sobre la pregunta planteada.
- **Actividad:** Los miembros del grupo trabajan de manera individual o con otros.
- **Meditar:** Cada persona, en silencio, considera, medita y escribe durante unos dos o tres minutos

- **Comprométase:** Los miembros del grupo prometen de manera individual cumplir durante la semana con los compromisos que les ayudarán a progresar.
- **Informar:** Los miembros del grupo comparten las experiencias que han tenido al esforzarse por cumplir con los compromisos.

Usted puede lograr grandes cosas con la ayuda de otras personas. Por ejemplo, los misioneros tienen compañeros que los apoyan. En nuestro grupo tenemos “compañeros de acción”. Cada semana elegiremos a un compañero de acción y trabajaremos con él. Los compañeros de acción se ayudan mutuamente a cumplir los compromisos al:

- Llamarse por teléfono o enviarse mensajes de texto durante la semana.
- Animarse mutuamente a cumplir con los compromisos.
- Deliberar juntos sobre los desafíos.
- Orar el uno por el otro.

El manual *Mi plan para misioneros retornados* se encuentra también en la aplicación Biblioteca del Evangelio, dentro de la carpeta Jóvenes adultos, o se puede descargar de srs.lds.org/mcm-beta en forma de documento PDF. Algunos grupos tal vez usen la aplicación de manera exclusiva en vez del manual impreso; otros tal vez la utilicen a modo de recurso adicional.

A lo largo de las reuniones de grupo y durante la semana se le pedirá que anote sus pensamientos, ideas e impresiones espirituales. **Lleve un diario de estudio a las reuniones de grupo cada semana;** podría ser un cuaderno o un dispositivo electrónico para anotar sus pensamientos e ideas.

¿CUÁL ES EL PASO SIGUIENTE EN MI VIDA?

Leer: Recientemente usted sirvió al Señor como misionero. La repercusión de su servicio es inconmensurable. Durante la misión usted participó activamente en enseñar la doctrina de Cristo, invitar almas a venir a Cristo y pedir a los investigadores que ejercieran gran fe.

Analizar: ¿Qué ejemplos vio en la misión de personas que actuaron con fe y confiaron en Dios? ¿Qué pueden enseñarle esos ejemplos acerca de cómo el confiar en Dios y el actuar con fe se aplican a un empleo, la educación y el matrimonio?

Leer: El Señor está dirigiendo “una obra grande y maravillosa” (D. y C. 6:1), la cual requiere de su servicio. El presidente Ballard hizo hincapié en esto con la siguiente declaración: “Lo que necesitamos actualmente es la generación más grandiosa de jóvenes adultos de la historia de la Iglesia. Necesitamos todo su corazón y toda su alma” (“La generación más grandiosa de jóvenes adultos”, *Liahona*, mayo de 2015, pág. 68). Aunque tal vez piense que los días de su misión pertenecen al pasado, en realidad no es así.

El Señor ha preparado Su plan de felicidad para usted. Él lo bendecirá a medida que usted lo acepte plenamente. Él lo ha bendecido con dones y talentos especiales que le permitirán llegar a ser todo lo que Él desea para usted. Usted puede cumplir con su misión aquí en la tierra si es diligente en su búsqueda para entender y obedecer Su voluntad. Este manual le ayudará a descubrir su propósito como discípulo de Jesucristo y a cumplir con él además de ayudarlo a llegar a ser autosuficiente espiritual y temporalmente.

El Salvador ha prometido ayudarlo con todo lo que sea necesario en su vida si tiene fe y obedece Su palabra. Él dijo a Sus discípulos: “. . . no podéis servir a Dios y a las riquezas”. Luego preguntó: “Y por el vestido, ¿por qué os afanáis?. . . vuestro Padre Celestial sabe que tenéis necesidad de todas estas cosas” (Mateo 6:24, 28, 32). Entonces procedió a señalar el camino, diciendo: “Mas buscad primeramente el reino de Dios y su justicia, y todas estas cosas os serán añadidas” (Mateo 6:33).

Analizar: ¿Cómo se integra el propósito de su vida en el plan de felicidad de Dios?

Leer: El élder Jeffrey R. Holland compartió lo siguiente acerca de su llamado como misionero retornado: “El llamado es para que regresen, para que permanezcan fieles, amen a Dios y den una mano de ayuda. En ese llamado a la fidelidad constante incluyo a todo misionero retornado. . . Nuestro Padre Celestial espera el amor y la lealtad de ustedes en toda etapa de su vida.

“A todos los que estén al alcance de mi voz, la voz de Cristo suena a través del tiempo preguntándonos a cada uno, mientras aún hay tiempo: ‘¿Me amas?’. Y por cada uno de nosotros, respondo con mi honor y con mi alma: ‘Sí, Señor, te amamos’. Y, habiendo puesto la ‘mano en el arado’, nunca miraremos atrás hasta que esta obra esté terminada y el amor por Dios y el prójimo prevalezca en el mundo” (véase “El primer y grande mandamiento”, *Liahona*, noviembre de 2012, pág. 85).

Analizar: ¿Qué significa para usted tener una “fidelidad constante”?



Leer: En las Escrituras se nos enseña que debemos orar “con toda la energía de [nuestros] corazones” a fin de que lleguemos a ser más como nuestro Salvador (Moroni 7:48). Ciertamente, el Señor espera de nosotros que, para impulsar Su obra, lleguemos a ser como Él y ayudemos a los demás a hacer lo mismo. Como misionero retornado, esa debe ser su meta. Un fundamento esencial para lograrla es ser capaz de ser independiente, tanto temporal como espiritualmente, es decir: ser autosuficiente. Dios nos ha mandado que lleguemos a ser autosuficientes.

Ser autosuficiente consiste en ser responsable del desarrollo de sus aptitudes y proveer para usted mismo a la vez que sigue prestando servicio a los demás. Eso se consigue mediante el ejercicio de la fe y al confiar en el Salvador y Su expiación, obedecer Sus mandamientos, mejorar nosotros mismos y ayudar a los demás a ser mejores. Cuando llegamos a ser autosuficientes espiritual y temporalmente estamos más preparados para servir a los demás y ayudar al Señor a cumplir con Su obra de llevar a cabo la inmortalidad y la vida eterna del hombre (véase Moisés 1:39).

Meditar: ¿Qué puede hacer ahora para ser más autosuficiente espiritual y temporalmente?

Analizar: ¿Cómo puede usted demostrar una mayor confianza en el Señor?

Comprométase:

- Si participó en Mi plan durante la misión, repase su plan otra vez. En caso contrario, repase la hoja de trabajo que se encuentra al final de este manual. ¿Qué le invita a hacer el Espíritu? Dedique un momento a anotar esas impresiones y comprométase a cumplir con ellas.
- Comparta lo que haya aprendido hoy con otro misionero retornado, otro joven adulto soltero o un familiar.
- Lleve un diario de estudio a la reunión de grupo la próxima semana.

Seleccione un compañero de acción para esta semana y dediquen un par de minutos a compartir el uno con el otro los compromisos en los que han sentido que deben trabajar. Decidan cómo van a realizar el seguimiento el uno del otro durante la semana.

Ofrezcan la última oración.



“Anota las cosas importantes que aprendas del Espíritu y guarda esas anotaciones en un lugar seguro. Descubrirás que al anotar tus preciadas impresiones, a menudo se te ocurrirán más. Además, el conocimiento que obtengas estará a tu disposición por el resto de tu vida. Esfuérzate siempre para reconocer y seguir la dirección del Espíritu, sea de día o de noche, dondequiera que estés y sin importar lo que estés haciendo”.

Richard G. Scott, “Cómo adquirir conocimiento y la entereza de utilizarlo con sabiduría”, *Liahona*, agosto de 2002, págs. 13-14.

2 LLEGAR A SER: CUMPLIR LOS CONVENIOS Y EL PROPÓSITO DE MI VIDA

Comiencen con una oración.

Informar: Empecemos por presentarnos al grupo y compartamos las experiencias que tuvimos al cumplir con los compromisos de la semana pasada. Cuando se presenten, tengan a bien compartir lo siguiente:

- Su nombre
- Su misión
- Cuánto hace que terminaron la misión
- Una reflexión o una pregunta que tuvieron al cumplir con los compromisos de la semana pasada

¿QUÉ LLEGARÉ A SER?

Leer: Si empezó Mi plan en la misión, recuerde que, como misionero retornado, la oportunidad de crear una vida feliz y centrada en el Evangelio es ahora mayor que nunca. El presidente Dallin H. Oaks ha dicho: “A diferencia de las instituciones del mundo, que nos enseñan a *saber* algo, el evangelio de Jesucristo nos desafía a *llegar a ser* algo. . . No basta solo con actuar mecánicamente. . . Al final, lo que importa es lo que hemos llegado a ser mediante nuestras labores” (véase “El desafío de lo que debemos llegar a ser”, *Liahona*, noviembre de 2000, págs. 32, 34).

Analizar: ¿De qué manera la misión amplió su visión de lo que puede llegar a ser?

CREAR UNA VISIÓN: ¿QUÉ PROPÓSITO TIENE DIOS PARA MÍ?

Leer: El élder Richard G. Scott enseñó: “El Señor tiene un propósito para usted como individuo” (“Learning to Succeed in Life”, devocional de la Universidad Brigham Young, 15 de septiembre de 1998, speeches.byu.edu). Como hijo de Dios, usted tiene el potencial de recibir “lo que [el] Padre tiene” (D. y C. 84:38). Las preguntas que debe responder incluyen: “¿Qué haré con mi potencial? ¿Cómo puedo entender y lograr el propósito que Dios tiene para mi vida?”. Primero necesita una visión, luego metas y entonces un plan.

Meditar: ¿Qué cree que es capaz de llegar a ser tanto espiritual como temporalmente?

Analizar: ¿Por qué los convenios son una parte esencial del propósito de su vida?



“Cuando sabemos quiénes somos y lo que debemos hacer, resulta más fácil tomar decisiones importantes acerca de los estudios, la carrera y el matrimonio. Es más fácil hacer brillar nuestra luz en el ámbito familiar, entre los amigos y en cualquier otro lugar”.

Julie B. Beck, “Ustedes son de noble linaje”, *Liahona*, mayo de 2006, pág. 107.

LOS CONVENIOS SON UNA PARTE ESENCIAL DE LA MISIÓN Y EL PROPÓSITO DE SU VIDA

Leer: El pueblo de Dios es un pueblo que hace convenios. El Padre trabaja con nosotros por medio de los convenios que hacemos con Él. Lorenzo Snow, profeta y Presidente de la Iglesia, enseñó: “Creo que cuando ustedes y yo estábamos en la vida [preterrenal], hicimos ciertos convenios con quienes estaban al mando de que en esta vida. . . haríamos lo que habíamos hecho en esa vida [preterrenal]: procurar conocer la voluntad de Dios y actuar de conformidad con ella” (The Teachings of Lorenzo Snow, compiladas por Clyde Williams, 1984, págs. 118–119).

El élder LeGrand Richards enseñó: “Recibí mi bendición patriarcal cuando solo tenía ocho años. Entre otras cosas, decía: ‘No has venido a la tierra por casualidad, sino en cumplimiento de los decretos del Todopoderoso para llevar a cabo una gran obra’. Entonces procedía a detallar lo que podía hacer. Toda mi infancia oré para que, si no había venido aquí por casualidad, el Señor me ayudara a vivir de tal modo que no se me privara del privilegio de hacer la obra que Él me había enviado a hacer. No puedo imaginar nada más decepcionante que regresar después de esta vida y que el Señor me diga: ‘Bueno, LeGrand, esto fue a lo que te envié, pero no lo hiciste. Te fuiste por un desvío y tuvimos que mandar a otra persona a hacer tu trabajo por tí’” (“A Constructive Life”, *New Era*, junio de 1976, pág. 8).

Meditar: Pregúntese: “¿Cuál es el verdadero éxito en la vida? ¿Qué sé hasta ahora del propósito que tiene mi vida?”.

Analizar: ¿Cómo empezó a aprender acerca del propósito de su vida?

Leer: Al meditar y orar en cuanto a su propósito en la vida, el Señor lo bendecirá con un entendimiento mayor. Él lo ha bendecido con varios recursos, entre ellos las Escrituras y su bendición patriarcal, para guiarlo y ayudarlo a entender el propósito que tiene su vida.

UTILIZAR LA BENDICIÓN PATRIARCAL A MODO DE GUÍA

Leer: El presidente Thomas S. Monson instruyó en cuanto a recibir guía para la vida mediante la bendición patriarcal: “El mismo Señor que le proporcionó una Liahona a Lehi, nos brinda un don valioso y excepcional que nos da dirección en la vida, que indica los peligros que amenazan nuestra seguridad y que traza el camino, incluso un paso seguro, no hacia una tierra prometida, sino hacia nuestro hogar celestial. El don al cual me refiero es nuestra bendición patriarcal. Todo miembro digno de la Iglesia tiene a su alcance este tesoro preciado y personal” (véase “Vuestra bendición patriarcal: una Liahona de luz”, *Liahona*, enero de 1987, pág. 64).



“El hacer convenios y guardarlos alegremente da validez y vida a las vitales y sagradas ordenanzas de salvación que tenemos que recibir a fin de obtener ‘todo lo que [el] Padre tiene’”.

Linda K. Burton, “El poder, gozo y amor que provienen de guardar convenios”, *Liahona*, noviembre de 2013, pág. 113.

Busath.com

2 Llegar a ser: Cumplir los convenios y el propósito de mi vida

Analizar: ¿Cómo le proporcionó dirección su bendición patriarcal durante la misión?

Actividad: Durante la semana, y a fin de lograr un mejor entendimiento de la voluntad del Señor para usted, saque una copia de su bendición patriarcal y entonces haga lo siguiente:

Paso 1: Rodee con un círculo las palabras que lo describan a usted (por ejemplo: “humilde” o “sincero”). Escriba esas palabras en su diario de estudio bajo un encabezamiento con el título “Yo soy”.

Paso 2: Subraye todas las frases que describan acciones que deba hacer (por ejemplo: “estudiar las Escrituras con diligencia” o “procurar estudios superiores”). Escriba esas frases en su diario de estudio bajo un encabezamiento con el título “Yo haré”.

Paso 3: Observe las listas que escribió y pregúntese: “¿Qué me revela mi bendición patriarcal en cuanto al propósito que Dios tiene para mi vida?”.

Paso 4: Escriba una descripción de la persona que cree que su Padre Celestial desea que llegue a ser.

REVELACIÓN PERSONAL POR MEDIO DEL LIBRO DE MORMÓN

Leer: El presidente M. Russell Ballard testificó: “El Libro de Mormón, más que cualquier otro libro que conozco, es la fuente máxima para encontrar respuestas a los problemas de la vida” (véase “Agregamos nuestro testimonio”, *Liahona*, diciembre de 1989, pág. 13). El élder David A. Bednar recalcó la importancia de “leer, estudiar, escudriñar y meditar las Escrituras en general, y el Libro de Mormón en particular” (“El sueño de Lehi: Asidos constantemente a la barra”, *Liahona*, octubre de 2011, pág. 33). Al utilizar el Libro de Mormón a diario seremos bendecidos con mayor guía, propósito, protección y consuelo. El Señor nos guiará en lo temporal y lo espiritual. El élder Richard G. Scott dijo: “Doy testimonio de que [el Libro de Mormón] puede convertirse en un ‘Urim y Tumim’ personal en su vida” (“The Power of the Book of Mormon in My Life”, *Ensign*, octubre de 1984, pág. 11).

Analizar: ¿De qué manera le ha brindado revelación personal el Libro de Mormón?

Comprométase:

- Durante la misión usted invitó a otras personas a leer el Libro de Mormón y a encontrar respuestas. Esta semana estudie el Libro de Mormón a diario procurando aprender acerca de la obra que el Padre Celestial le ha enviado a cumplir. Escriba sus impresiones en su diario de estudio.
- Visite el templo o encuentre un lugar tranquilo y ore por tener una mayor comprensión de lo que usted ha sido preparado para lograr en esta vida.
- Comparta lo que haya aprendido hoy con otro misionero retornado, otro joven adulto soltero o un familiar.

Seleccione un compañero de acción para esta semana y dediquen un par de minutos a compartir el uno con el otro los compromisos en los que han sentido que deben trabajar. Decidan cómo van a realizar el seguimiento el uno del otro durante la semana.

Ofrezcan la última oración.



“La bendición patriarcal es una revelación para quien la recibe, aun una línea blanca en el medio de la carretera que lo protegerá, inspirará, ayudará y motivará a obrar en rectitud. Una bendición patriarcal contiene literalmente capítulos extraídos de su libro de posibilidades eternas. Digo eternas porque así como la vida es eterna, también lo es la bendición patriarcal”.

Thomas S. Monson, “Vuestra bendición patriarcal: Una Liahona de luz”, *Liahona*, enero de 1987, pág. 65

3 TRABAJAR CON UN MENTOR

Comiencen con una oración.

Informar: Empecemos por presentarnos al grupo y compartamos las experiencias que tuvimos al cumplir con los compromisos de la semana pasada. Cuando se presenten, tengan a bien compartir lo siguiente:

- Su nombre
- Su misión
- Cuánto hace que terminaron la misión
- Una reflexión o una pregunta que tuvieron al cumplir con los compromisos de la semana pasada

LA FUNCIÓN DE LOS MENTORES EN EL PLAN DE DIOS

Leer: Los buenos mentores son importantes para nuestro progreso espiritual y temporal. Nos ayudan a vernos como nos ve Dios y a hacer y observar compromisos para llegar a ser la persona que Él quiere que lleguemos a ser. Los mentores pueden ampliar nuestra visión, ayudarnos a superar los pensamientos y las conductas que no sean edificantes e inspirarnos para que lleguemos a ser mejores de lo que podríamos llegar a ser por nuestra cuenta. Las Escrituras contienen varios ejemplos de grandes mentores. Elí fue mentor de Samuel (véase 1 Samuel 3). Alma fue mentor de Amulek (véase Alma 8–16). Mormón fue mentor de Moroni (véase Moroni 9) y Noemí lo fue de Rut (véase Rut 1–4). Podemos encontrar muchos otros ejemplos de personas que llegaron a ser más importantes con un mentor de lo que habrían llegado a ser por su cuenta.

Jesucristo es el mejor mentor. A pesar de las imperfecciones de Pedro, Jesús fue su mentor paciente y lo ayudó a llegar a ser el líder en quien Él podía confiar para dirigir Su Iglesia (véase Mateo 16:18–19). Como su mentor, Cristo amó a Pedro, vio su potencial, le hizo preguntas que lo desafiaban a ver y pensar de manera diferente (véase Mateo 17:14–21) y lo invitó a hacer y cumplir compromisos que lo fortalecerían y lo moldearían (véase Juan 21:15–17).

Analizar: ¿Cómo podría ayudarle un mentor a sortear las dificultades y crecer espiritualmente?

Meditar: ¿A qué desafíos hará frente en los próximos años que un mentor podría ayudarle a sortear? ¿Cómo podría ayudarle un mentor a establecer hábitos espirituales firmes?

BUSCAR UN MENTOR

Ver: “Tus amigos te sostienen”. (¿No tiene el video? Lea el guion a continuación).

ÉLDER RONALD A. RASBAND: “Algunos amigos son mentores sabios y confiables; son amistades especiales, tienen más experiencia y conocen el camino. . . Personas con más experiencia y confiables sirven eficazmente de guía a otras con menos experiencia, ayudándoles a moldear su entendimiento y enseñándoles principios que les ayudarán a ser más eficientes, fuertes, sabias y valiosas como siervos de Dios. . .

“Permítanme darles un ejemplo de mi propia vida. . . Conocí a Jon Huntsman en 1975, cuando yo tenía 24 años y era presidente del cuórum de élderes de un barrio de estudiantes casados de la Universidad de Utah y él era mi asesor del sumo consejo. Nos hicimos amigos y durante mi último año de universidad me contrató como representante de ventas de su empresa de plásticos.

“Una de mis primeras asignaciones fue la cuenta de Avon, un gigante de los cosméticos con sede en Nueva York. Para ayudarme con ese importante cliente, el hermano Huntsman me acompañó personalmente a Nueva York para presentarme. Con la emoción del nuevo trabajo y ansioso por causar una buena impresión, me puse mi mejor traje estudiantil marrón, una corbata y unos mocasines del mismo color. Al reunirnos en el aeropuerto, noté que el Sr. Huntsman me observaba de forma peculiar, ¡pero no me comentó nada!

“Cuando llegamos a Nueva York me dijo que teníamos que pasar por un lugar antes de ir a las oficinas de Avon, y nos dirigimos directamente a la famosa tienda de ropa para caballeros Brooks Brothers, en la exclusiva avenida Madison. En el camino, recuerdo que él dijo: ‘Mira Ron, si vas a trabajar de vendedor en mi empresa y si me vas a representar con Avon, vas a tener que aprender a vestirse, a comportarte y a saber cómo actuar en tus nuevas funciones’. Y luego agregó: ‘En un ambiente empresarial como el de Nueva York, uno no se pone traje marrón!’. ¡Nada menos que representar a Jon Huntsman!

“Jon conocía a los empleados de Brooks Brothers y observaba mientras me probaba un hermoso traje gris a rayas, el mejor traje que jamás había visto y sin duda el mejor que he tenido. Después que se lo llevaron para ajustarlo, escogimos una camisa, unas corbatas, un cinturón y todos los demás complementos. Enseguida fuimos al departamento de zapatos donde Jon me compró mi primer par de zapatos negros de vestir de marca. . .

“Recuerdo la gratitud que sentí hacia Jon por salvarme de la vergüenza innecesaria de presentarme con mi ropa universitaria. . . Después nos dirigimos a Avon, donde me presentó como el nuevo representante financiero de su empresa. Jon me estaba enseñando mucho más que la importancia de la apariencia; me estaba dando a conocer una nueva forma de pensar, de hacer las cosas y de presentarme ante los demás. Estaba siendo mi mentor. Aquella fue la primera de muchas lecciones valiosas que aprendí de él” (véase “Tus amigos te sostienen”, devocional del Sistema Educativo de la Iglesia, 7 de marzo de 2010; si.lds.org).



Elder Ronald A. Rasband

Meditar: ¿De qué manera el mentor aceleró el progreso del élder Rasband? ¿Cuándo ha sentido que alguien de verdad entendió las circunstancias por las que usted estaba pasando? ¿Cómo le guio, corrigió o inspiró esa persona?

Actividad: Invite a alguien a ser su mentor. La siguiente es una manera de cómo podría establecer una relación con un mentor.
(10 minutos)

1. Dedique ahora cinco minutos a anotar en su diario de estudio el nombre de algunas personas que podrían ser su mentor. Piense en personas que entiendan el mundo en el que usted trata de manejarse y que ejemplifiquen rasgos y características que usted valore.
2. Cuando esté en casa, ore acerca de las personas de la lista y pida a su Padre Celestial que le ayude a seleccionar a alguien que podría ser un mentor positivo para su vida. Deje que el Espíritu lo guíe.
3. Después de elegir a alguien que considere que puede ayudarlo, pídale que sea su mentor. Comparta sus metas con esa persona y pídale ayuda y guía para lograrlas.
4. Si la persona accede a ayudarlo, analicen las expectativas de ambos. Por ejemplo, podrían comentar cuán a menudo se comunicarían para analizar las metas.

Analizar: ¿Cómo encontró buenos mentores en el pasado? ¿Qué funcionó para establecer una relación exitosa con su mentor?



3 Trabajar con un mentor

Tal vez su estaca cuente con grupos de autosuficiencia que se centran en la educación, el empleo, las pequeñas empresas o las finanzas personales. Participar en uno de ellos podría ayudarle a encontrar mentores. Para más información acerca de estos grupos, comuníquese con el especialista de estaca en autosuficiencia.

Comprométase:

- Piense en los misioneros y miembros que tuvieron un efecto positivo en usted durante la misión. Anote en su diario de estudio cómo le ayudó lo que vio en ellos.
- Seleccione a alguien e invítelo a ser su mentor.
- Ore para saber de quién podría ser mentor usted.
- Comparta lo que haya aprendido hoy con otro misionero retornado, otro joven adulto soltero o un familiar.

Seleccione un compañero de acción para esta semana y dediquen un par de minutos a compartir el uno con el otro los compromisos en los que han sentido que deben trabajar. Decidan cómo van a realizar el seguimiento el uno del otro durante la semana.

Ofrezcan la última oración.

4 LOGRAR MIS METAS

Comiencen con una oración.

Informar: Empecemos por presentarnos al grupo y compartamos las experiencias que tuvimos al cumplir con los compromisos de la semana pasada. Cuando se presenten, tengan a bien compartir lo siguiente:

- Su nombre
- Su misión
- Cuánto hace que terminaron la misión
- Una reflexión o una pregunta que tuvieron al cumplir con los compromisos de la semana pasada

FIJAR METAS DE ALTA PRIORIDAD

Leer: Considere sus prioridades al crear metas. Muchas metas pueden ayudarnos a mejorar, pero con la guía del Señor podemos seleccionar las mejores metas para la vida.

El presidente Oaks dijo: "Debemos [reconocer] que el solo hecho de que algo sea *bueno* no es razón suficiente para hacerlo. El número de cosas buenas que podemos hacer es mucho mayor que el tiempo disponible para lograrlas. Algunas cosas son mejores que buenas, y merecen que les demos prioridad" (véase "Bueno, mejor, excelente", *Liahona*, noviembre de 2007, pág. 104).

Las metas son más eficaces cuando nos animan, desafían y motivan. Cuando cree o mejore sus metas, sea específico en cuanto a lo que quiere lograr, cree alguna manera de medir su progreso y establezca un plazo para lograrlo.

Actividad: Dedique un momento a solas y repase las metas que se fijó en Mi plan durante la misión. Si no empezó Mi plan en la misión, repase la hoja de trabajo que está al final de este manual. (3 minutos)



"Estoy plenamente convencido de que si no nos fijamos metas en nuestra vida ni aprendemos a dominar las técnicas de vivir para lograrlas, llegaremos a la vejez, miraremos hacia atrás en la vida y nos daremos cuenta de que hemos logrado tan solo una pequeña porción de nuestro pleno potencial".

M. Russell Ballard, "Do Things That Make a Difference", *Ensign*, junio de 1983, págs. 69–70.

Meta de alta prioridad: Salir con jóvenes del sexo opuesto y el matrimonio

Leer: El matrimonio eterno es una parte esencial del plan de Dios para Sus hijos. Si participó en Mi plan durante la misión, recordará cómo uno de los propósitos más importantes de la misión era prepararse para tener una familia eterna. De todas sus metas, el matrimonio sellado en el templo debe ser la de mayor prioridad. Cuando uno se centra en actividades personales dignas, como metas de formación académica y profesionales, puede ser fácil dejar que otras prioridades se interpongan en el camino. El matrimonio brinda oportunidades de crecimiento personal y espiritual que no están disponibles de ninguna otra manera. Esa es la razón por la que los profetas aconsejan a los misioneros que se centren activamente en el matrimonio.

El presidente Thomas S. Monson dijo: "Soy consciente de que hay muchas razones por las cuales pueden estar dudando en cuanto a [dar] el paso de casarse. . . Tal vez tengan miedo a tomar la decisión equivocada, a lo cual les digo que tienen que ejercer fe" (véase "El poder del sacerdocio", *Liahona*, mayo de 2011, pág. 67).

El presidente Ballard declaró: "Adultos solteros, tienen que salir con jóvenes del sexo opuesto y casarse. ¡Dejen de posponerlo! . . . muchos de los problemas que encuentren se evitarán si se hallan 'anhelosamente consagrados' a salir en citas de forma recta, al cortejo y al matrimonio" (véase "La generación más grandiosa de jóvenes adultos", *Liahona*, mayo de 2015, pág. 69).

El élder Richard G. Scott enseñó: "Si eres una persona soltera y aún no cuentas con un firme candidato para un matrimonio celestial, vive para lograrlo. Ora por ello. Espéralo en el debido tiempo del Señor. . . Sus profetas han dicho que obtendrás tal bendición si eres constante al vivir de manera tal que lo merezcas. No sabemos si sucederá en este lado o en el otro lado del velo, pero vive para lograrlo. Ora por ello" ("Recibe las bendiciones del templo", *Liahona*, julio de 1999, pág. 31).

Meditar: ¿Cómo puede ejercer mejorar la fe para procurar un compañero o una compañera con quien casarse? ¿Qué significa "espéralo en el debido tiempo del Señor"?

Analizar: ¿Qué impresiones ha recibido al orar, estudiar las Escrituras o ir al templo en cuanto a cómo prepararse para casarse en el templo?

LOGRAR SUS METAS

Leer: Aun cuando tenemos metas buenas, no siempre las logramos. Podría haber muchas razones para ello, pero tal vez haya aprendido, en la misión o por medio de otras experiencias, algunas maneras de ceñirse a lo planeado. Anote sus ideas en el diario de estudio.



"Un matrimonio en el templo por el tiempo de esta vida y toda la eternidad merece que ustedes hagan su mayor esfuerzo y que le den la máxima prioridad. Fue solo después de que Nefti había terminado el templo en el desierto que dijo: 'Y. . . vivimos de una manera feliz'. La 'manera feliz' se halla en el templo; es guardar los convenios".

Elaine S. Dalton, "Amar a su madre", *Liahona*, noviembre de 2011, pág. 77.

Escriba las metas

Leer: El presidente M. Russell Ballard ofreció el consejo siguiente sobre cómo seguir adelante con lo que se tiene planeado: “Mi sugerencia es que, si quieren tener éxito con el proceso de ponerse metas, aprendan a . . . ponerlas en un lugar prominente: en un espejo o en la puerta del refrigerador. Tengan las metas frente a ustedes, por escrito. Luego, con el deseo de lograr las metas que han escrito, estarán más dispuestos a pagar el precio que deben pagar las personas exitosas que se ponen metas” (“Do Things That Make a Difference”, *Ensign*, junio de 1983, pág. 70).

Actividad: Formen grupos de tres y analicen la pregunta siguiente: ¿Cuál creen que es la mejor manera de tener “las metas frente a ustedes”, como aconsejó el presidente Ballard?
(5 minutos)

Ejerza fe, arrepentimiento y autodisciplina

Leer: Para lograr sus metas debe ejercer fe en Dios y en usted mismo, así como ejercer autodisciplina al trabajar en su consecución.

El presidente Ballard también enseñó: “Debemos tener fe. Debemos tener fe en Dios. Debemos tener fe en el Señor Jesucristo. ¡Ah, y cuán desesperadamente debemos tener fe en nosotros mismos!. . . Cuando se ponen una meta y se comprometen a tener la autodisciplina necesaria para alcanzarla, eliminarán la mayoría de los problemas de la vida. Esfuércense por hacer aquello que marque una diferencia” (“Do Things That Make a Difference”, págs. 71, 72).

Meditar: ¿Qué significa tener fe en usted mismo? ¿De qué manera el tener fe en usted cambia la forma en la que invierte el tiempo?

Analizar: ¿Cómo puede ayudarnos el principio del arrepentimiento a lograr nuestras metas?

Sea diligente y paciente

Leer: El presidente Dieter F. Uchtdorf dio el siguiente consejo:

“Aprendí que la paciencia era más que sencillamente esperar a que algo pasara. La paciencia exigía esmerarse de forma activa por lograr metas dignas y no desalentarse cuando los resultados no se dieran de inmediato o sin esfuerzo.

Aquí tenemos un concepto importante: la paciencia no es ni una resignación pasiva ni es dejar de actuar por causa de nuestros temores. Ser paciente significa esperar y perseverar de forma activa. Significa persistir en algo y hacer todo cuanto podamos: trabajar, tener esperanza, ejercer la fe y enfrentar las dificultades con fortaleza, incluso cuando los deseos de nuestro corazón se ven demorados. ¡La paciencia no es simplemente sobrellevar las cosas, sino hacerlo bien!” (“Continuemos con paciencia”, *Liahona*, mayo de 2010, pág. 57).

Meditar: ¿Tiene metas que sabe que tardará bastante tiempo en lograr? ¿Cuáles son algunas cosas que puede hacer para mantenerse motivado?

Analizar: ¿Qué es lo que más le ha ayudado a llegar a ser resiliente y diligente en alcanzar sus metas?

Haga planes específicos

Leer: Para aumentar las probabilidades de lograr sus metas, haga planes específicos con pasos claramente definidos.

Lea los ejemplos de metas en la tabla siguiente. Fíjese en cómo cada meta tiene un plan, un plazo y una persona específica a la que presentar informes.

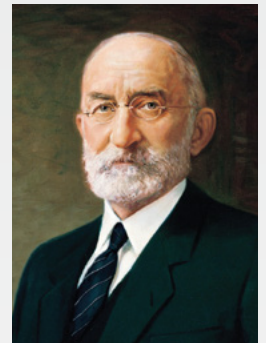
META	PASOS ESPECÍFICOS PARA LOGRAR LA META	PLAZO	A QUIÉN PRESENTARÉ INFORMES
Estudiaré las Escrituras durante 30 minutos diarios.	<ol style="list-style-type: none"> Despertarme cada día a las 6 de la mañana. Leer las Escrituras antes de desayunar. Anotar el progreso en una tabla. 	Evaluaré mi progreso en un mes.	Compartiré la tabla de progreso con un mentor.
Ganaré dinero suficiente para empezar a estudiar en seis meses.	<ol style="list-style-type: none"> Seleccionaré 10 empresas en las que me gustaría trabajar. Visitaré cada empresa y preguntaré si hay oportunidades de empleo. 	Visitaré cada empresa en los próximos tres días.	Daré un informe a mi mentor.

Comprométase:

- Dedique un momento a repasar las metas que se fijó en Mi plan durante la misión. Si no empezó Mi plan en la misión, repase la hoja de trabajo que se encuentra al final de este manual.
- Cree una meta para algo que quiera lograr este mes. Estudie la meta y los planes específicos a diario. Siga las impresiones que reciba y trabaje diligentemente para alcanzar la meta.
- Comparta lo que haya aprendido hoy con otro misionero retornado, otro joven adulto soltero o un familiar.

Seleccione un compañero de acción para esta semana y dediquen un par de minutos a compartir el uno con el otro los compromisos en los que han sentido que deben trabajar. Decidan cómo van a realizar el seguimiento el uno del otro durante la semana.

Ofrezcan la última oración.



“Aquellos en los que perseveramos se vuelve más fácil de realizar no porque su naturaleza haya cambiado, sino porque nuestra capacidad para realizarlo ha aumentado”.

Cita atribuida a Ralph Waldo Emerson, en *Enseñanzas de los Presidentes de la Iglesia: Heber J. Grant*, 2002, pág. 36.

5 LA DOCTRINA Y LAS PROMESAS DE LA AUTOSUFICIENCIA

Comiencen con una oración.

Informar: Empecemos por presentarnos al grupo y compartamos las experiencias que tuvimos al cumplir con los compromisos de la semana pasada. Cuando se presenten, tengan a bien compartir lo siguiente:

- Su nombre
- Su misión
- Cuánto hace que terminaron la misión
- Una reflexión o una pregunta que tuvieron al cumplir con los compromisos de la semana pasada

LA IMPORTANCIA DE LA AUTOSUFICIENCIA EN LA OBRA DE DIOS Y EN SU PLAN

Leer: La autosuficiencia es la capacidad de proveer para sus necesidades temporales y espirituales.

Sin importar cuáles sean sus circunstancias o su nivel de instrucción académica, tendrá que aprender los principios de autosuficiencia y vivir según ellos a fin de lograr cumplir con el plan que el Señor tiene para usted.

Ser autosuficiente es una doctrina; es parte del Plan de Salvación de Dios. Él espera que usted, al confiar en Él, aprenda a ser autosuficiente e independiente tanto espiritual como temporalmente, lo cual es parte de la obra y la gloria de Dios.

Analizar: ¿Por qué la autosuficiencia forma parte del propósito que Dios tiene para usted?

PROMESAS EN CUANTO A LLEGAR A SER AUTOSUFICIENTE

El Señor le ayudará en sus labores cotidianas

Leer: En Alma leemos la siguiente admonición: “. . . sí, [implorad] misericordia [al Señor], porque es poderoso para salvar. . . Clamad a él por las cosechas de vuestros campos, a fin de que prosperéis en ellas. Clamad por los rebaños de vuestros campos para que aumenten” (Alma 34:18, 24–25).

Actividad: Formen grupos de tres y analicen las preguntas siguientes:

(5 minutos)

- ¿Por qué el Señor nos pide que “clamemos”, u oremos, por nuestra instrucción académica o nuestros trabajos?
- ¿Qué promesas están al alcance de quienes hacen eso con fe?

El Señor proveerá

Ver: “Abasteceré a mis santos”. (¿No tiene el video? Lea la carta de la Primera Presidencia en los manuales *Mi fundamento* o *Mi camino* en LDS.org).

Leer: El Señor declaró: “Y es mi propósito abastecer a mis santos, porque todas las cosas son mías. Porque la tierra está llena, y hay suficiente y de sobra; sí, yo prepararé todas las cosas, y he concedido a los hijos de los hombres que sean sus propios agentes” (D. y C. 104:15, 17).

Analizar: ¿Cómo provee el Señor para Sus santos? ¿Cuál es mi parte a la hora de proveer para mí mismo con la ayuda del Señor?

Actividad: Escriba a continuación algunas de las necesidades temporales y espirituales de su vida:
(3 minutos)

Leer: El presidente Dieter F. Uchtdorf enseñó: “Como las dos caras de una moneda, lo temporal y lo espiritual son inseparables” (“El proveer conforme a la manera del Señor”, *Liahona*, noviembre de 2011, pág. 53).

Actividad: Formen nuevos grupos de tres y analicen la pregunta siguiente: ¿De qué manera el encontrar un empleo y ganarse la vida pueden ser una cuestión tanto temporal como espiritual?
(5 minutos)

Basta Su gracia: Usted puede llegar a ser cualquier cosa que el Señor desee que sea

Leer: El presidente Thomas S. Monson enseñó: “Si hubiera alguien que se siente demasiado débil para cambiar los altibajos de su vida, o si hay alguien que no se decide a mejorar debido al más grande de los temores —el temor al fracaso—, no existe una seguridad más reconfortante que estas palabras del Señor: ‘Basta mi gracia a todos los hombres que se humillan ante mí; porque si se humillan ante mí, y tienen fe en mí, entonces haré que las cosas débiles sean fuertes para ellos’” (“Tu jornada eterna”, *Liahona*, julio de 2000, págs. 58–59).

Meditar: Cristo prometió: “Si tenéis fe en mí, tendréis poder para hacer cualquier cosa que me sea conveniente” (Moroni 7:33). ¿Cuándo ha sentido el poder habilitador de Cristo en su vida?

Analizar: ¿De qué manera ha visto la gracia de Cristo bendecir su vida, la de sus amigos y familiares?

Leer: El Señor nos suplica que aceptemos la siguiente verdad: “A quien el Señor llama, el Señor prepara y capacita” (Thomas S. Monson, “Llamados a servir”, *Liahona*, julio de 1996, pág. 47). Él nos creó y es capaz de darnos los medios para llegar a ser cualquier cosa que desee de nosotros, lo cual será todo lo que necesitemos para permitirnos volver a Su presencia.

Recuerde cómo el Señor llamó a Moisés para que sacara a Su pueblo “de la aflicción de Egipto” (Éxodo 3:17), pero Moisés dudaba que pudiera llegar a ser el líder que necesitaba el Señor y dijo: “¡Ay, Señor! Yo no soy hombre de fácil palabra. . . porque soy tardo en el habla y torpe de lengua”. Y el Señor le respondió: “¿Quién dio la boca al hombre? ¿O quién hizo al mudo y al sordo, al que ve y al ciego? ¿No soy yo, Jehová? Ahora pues, ve, que yo estaré en tu boca, y te enseñaré lo que has de decir” (Éxodo 4:10–12).

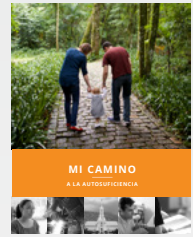
Meditar: ¿Cómo llegó Moisés a ser el líder de Israel? ¿Qué significa eso para usted personalmente?

Analizar: ¿Qué aprendió en la misión acerca de la verdad de que “a quien el Señor llama, el Señor prepara y capacita”?

Ver: “Él dio brillo al dedo de mi pie”. (¿No tiene el video? Lea el guion a continuación).

ÉLDER ENRIQUE R. FALABELLA: “Mientras crecía como niño, no teníamos muchos beneficios materiales o temporales. Yo recuerdo un día que me acerqué un poco preocupado a mi padre, y le dije: ‘Papá, necesito un nuevo par de zapatos; estos ya están rotos’. Él se quedó viendo mis zapatos y efectivamente vio que estaban rotos, y me dijo: ‘Bueno, creo que eso lo podemos arreglar’. Y tomó un poco de pasta negra y lustró mis zapatos y les dio brillo y quedaron muy bien, y me dijo: ‘Bueno, ya está arreglado, hijo’. Yo le dije: ‘No, todavía no. Todavía se mira el dedo afuera de mi zapato’. Y él me dijo: ‘Bueno, también eso lo podemos arreglar’. ¡Tomó un poco de pasta adicional y dio brillo al dedo de mi pie!

“Aquel día yo aprendí que hay una solución para todos los problemas de la vida. Y yo estoy convencido que este principio de autosuficiencia y esta iniciativa es una manera de acelerar la obra de Dios. Es parte de la obra de salvación. Todos podemos llegar a ser mejores de lo que somos. Hay que eliminar el conformismo. Muchas veces nos conformamos con lo que ya tenemos y eso destruye nuestro progreso. Cada día es un día de progreso si yo decido hacer algo diferente para mejorar lo que no he hecho bien en el pasado. Si lo hace con fe, ejerciendo esa fe y esa esperanza en Cristo de que Él estará con usted ayudándole, usted encontrará el camino en su progreso, tanto en las cosas temporales como espirituales, porque Dios vive y porque usted es un hijo y una hija de Él”.



Mi camino a la autosuficiencia le ayuda a entender las aptitudes y los hábitos que necesita desarrollar para llegar a ser más autosuficiente. Para participar, comuníquese con el especialista en autosuficiencia de su estaca.

5 La doctrina y las promesas de la autosuficiencia

Meditar: ¿Qué desea el Señor que usted entienda acerca de ser autosuficiente?

Analizar: ¿Qué impresiones ha tenido en cuanto a cómo puede llegar a ser más autosuficiente?

Comprométase:

- Repase el objetivo y las metas de la vida que usted estableció en Mi plan al final de la misión. Si no empezó Mi plan en la misión, empiece por llenar la hoja de trabajo que se encuentra al final de este manual.
- ¿Que tenía que hacer en la misión para ser merecedor de las bendiciones del Señor? ¿Qué debería hacer ahora para ser merecedor de Su ayuda? Comparta sus respuestas a estas preguntas y lo que haya aprendido hoy con otro misionero retornado, otro joven adulto soltero o un familiar.

Seleccione un compañero de acción para esta semana y dediquen un par de minutos a compartir el uno con el otro los compromisos en los que han sentido que deben trabajar. Decidan cómo van a realizar el seguimiento el uno del otro durante la semana.

Ofrezcan la última oración.

6 PRINCIPIOS PARA LLEGAR A SER AUTOSUFICIENTE

Comiencen con una oración.

Informar: Empecemos por presentarnos al grupo y compartamos las experiencias que tuvimos al cumplir con los compromisos de la semana pasada. Cuando se presenten, tengan a bien compartir lo siguiente:

- Su nombre
- Su misión
- Cuánto hace que terminaron la misión
- Una reflexión o una pregunta que tuvieron al cumplir con los compromisos de la semana pasada

COMPROMISOS PARA TODA LA VIDA

Leer: A medida que asuma la responsabilidad de su bienestar temporal y espiritual mediante una vida de servicio, necesitará vivir ciertas normas como fiel discípulo de Cristo. Algunos compromisos incluyen lo siguiente:

- Santificar el día de reposo y participar dignamente de la Santa Cena cada semana.
- Ayunar, orar y deleitarse en la palabra de Dios.
- Pagar diezmos y ofrendas.
- Ser fiel a los convenios del templo, incluso aceptar llamamientos para servir, cumplir la ley de castidad y evitar la pornografía.
- Trabajar y obtener toda la instrucción académica necesaria para llegar a ser autosuficiente.
- Ayudar a su familia a vivir el Evangelio.

Meditar: ¿Por qué necesita cada uno de estos compromisos en su vida? ¿Qué otros compromisos serían útiles para usted?

Analizar: En Alma 37:6 leemos acerca del poder que tienen las “cosas pequeñas y sencillas”. ¿Cómo ha experimentado usted el poder y la promesa de las cosas pequeñas y sencillas?

CUATRO PRINCIPIOS PARA LLEGAR A SER AUTOSUFICIENTE

Leer: Llegar a ser autosuficiente, tanto temporal como espiritualmente, requiere obediencia a principios fundamentales clave. Si bien hay ciertos principios que se deben llegar a aprender, hay cuatro principios primordiales que sustentan las promesas de Dios para ayudarnos a llegar a ser autosuficientes.

1. Ejercer fe en Jesucristo

Leer: Cuando ejercemos fe en Jesucristo, confiamos en que Él perdone nuestras faltas y nos posibilite llegar a ser lo que quiere que seamos. El camino del discipulado es riguroso y requiere perseverancia. El presidente Henry B. Eyring enseñó que “si no tenemos arraigado en nuestro corazón el cimiento de la fe, el poder para perseverar se desmoronará” (“Montañas que ascender”, *Liahona*, mayo de 2012, pág. 33).

Actividad: Formen grupos de tres y analicen la pregunta siguiente: ¿Por qué es esencial tener un cimiento de fe en Jesucristo? (5 minutos)

Leer: El Salvador enseñó que con fe “. . . todo. . . es posible” (Marcos 9:23), pero debemos recordar que la fe es una elección. El élder L. Whitney Clayton enseñó que “. . . el creer, el testimonio y la fe no son principios pasivos. . . El creer es algo que elegimos: tenemos esperanza, obramos y nos sacrificamos por ello. No llegaremos a creer en el Salvador y Su evangelio por accidente, al igual que no oramos ni pagamos el diezmo por casualidad. Elegimos activamente creer, del mismo modo que elegimos guardar otros mandamientos” (véase “Elijamos creer”, *Liahona*, mayo de 2015, pág. 38).

Meditar: ¿Qué está haciendo para nutrir su fe? ¿Qué más podría hacer para “allegarse” al Señor (D. y C. 88:63)?

Leer: Aun cuando escojamos mostrar fe, no siempre recibimos las respuestas cuándo y cómo las esperamos. El élder Neal A. Maxwell enseñó: “Por tanto, la verdadera fe en Dios incluye no solo la fe en Él, sino en Su tiempo, una de las cosas en la que más nos cuesta tener fe” (“If Thou Endure It Well”, discurso de devocional de la Universidad Brigham Young, 4 de diciembre de 1984, speeches.byu.edu).

Analizar: ¿Qué significa tener fe en el tiempo del Señor?

2. Ser obediente

Leer: El Señor declaró: “He aquí, esta es tu obra: Guardar mis mandamientos, sí, con todo tu poder, mente y fuerza” (D. y C. 11:20). Las Escrituras contienen varios ejemplos de las bendiciones que se reciben al obedecer los mandamientos del Señor con todo nuestro “poder, mente y fuerza”. Los hijos de Helamán fueron preservados y salieron victoriosos de sus batallas porque permanecieron “firmes e impávidos” y escogieron “[obedecer] y [procurar] cumplir con exactitud toda orden” (Alma 57:20–21). De igual modo, usted puede recibir protección y guía mediante la obediencia a los mandamientos de Dios y las impresiones del Espíritu Santo.

“Allegaos a mí, y yo me allegaré a vosotros; buscadme diligentemente, y me hallaréis; pedid, y recibiréis; llamad, y se os abrirá”.

Doctrina y Convenios 88:63

Las Escrituras enseñan: “Hay una ley, irrevocablemente decretada en el cielo antes de la fundación de este mundo, sobre la cual todas las bendiciones se basan; y cuando recibimos una bendición de Dios, es porque se obedece aquella ley sobre la cual se basa” (D. y C. 130:20–21).

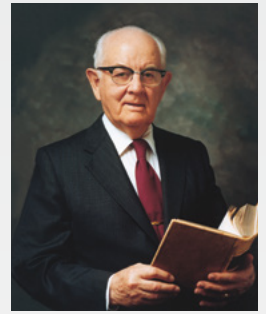
Dicho con sencillez, nadie puede recibir las bendiciones necesarias de Dios a menos que obedezca las leyes relacionadas con la bendición que se desea.

Analizar: ¿Qué llevó a los hijos de Helamán a obedecer con exactitud? ¿Qué le llevaría a usted a hacer lo mismo?

Leer: La obediencia conlleva grandes promesas, especialmente en lo que se refiere a cumplir con la misión y las metas de la vida.

Nefi escribió: “Y así vemos que los mandamientos de Dios se deben cumplir. Y si los hijos de los hombres guardan los mandamientos de Dios, él los alimenta y los fortifica, y provee los medios por los cuales pueden cumplir lo que les ha mandado; por tanto, él nos proporcionó lo necesario mientras permanecemos en el desierto” (1 Nefi 17:3).

Meditar: ¿Qué testificó Nefi que hará Dios si lo obedecemos? ¿Hay mandamientos que debe obedecer de manera más estricta para recibir en su vida las tan necesarias bendiciones espirituales y temporales?



“Ningún fiel Santo de los Últimos Días que esté física o emocionalmente capacitado pasará voluntariamente a otra persona la carga de su propio bienestar ni el de su familia”.

Spencer W. Kimball, “Welfare Services: The Gospel in Action”, *Ensign*, noviembre de 1977, pág. 77.

3. Solucionar problemas; actuar por sí mismo

Leer: Como hijos de nuestro Padre Celestial, tenemos el poder para elevarnos por encima de nuestras circunstancias actuales y progresar hasta alcanzar grandes alturas. Cuando aprovechamos esta capacidad para actuar, asumimos la responsabilidad de venir a Cristo y confiar en Él mientras labramos nuestra salvación temporal y espiritual (Mateo 11:28–29). El presidente Marion G. Romney enseñó: “La salvación es un asunto individual y cada quien debe labrar la suya en las cosas temporales y en las espirituales” (acta de reunión de los Servicios de Bienestar, octubre de 1976, pág. 13).

Actividad: Formen nuevos grupos de tres y analicen la pregunta siguiente: ¿Por qué el tener iniciativa para resolver nuestros problemas es uno de los principios esenciales para llegar a ser autosuficientes?
(5 minutos)

Leer: El élder Robert D. Hales enseñó: “El Señor espera que ayudemos a resolver nuestros propios problemas. . . Somos seres humanos que razonamos y pensamos, tenemos la habilidad de [determinar] nuestras necesidades, de planear, fijar metas y resolver nuestros problemas” (véase “Los mejores dones”, *Liahona*, diciembre de 1984, págs. 39–40).

Meditar: ¿Por qué el Señor quiere que trabajemos para solucionar los problemas?
¿De qué manera ha sido bendecido al solucionar problemas difíciles?

Analizar: ¿Qué ejemplos observó en su misión sobre la importancia de tomar la iniciativa para solucionar problemas?

4. Llegar a ser uno; servir a los demás

Leer: La pobreza espiritual y temporal se supera cuando nos servimos unos a otros y llegamos a ser “uno en corazón y voluntad” (Moisés 7:18).

En Doctrina y Convenios 104:15–16 se declara: “Y es mi propósito abastecer a mis santos. . . Pero es preciso que se haga a mi propia manera; y he aquí, esta es la forma en que yo, el Señor, he decretado abastecer a mis santos, para que los pobres sean exaltados, de modo que los ricos sean humildes”. Eso significa que el Señor solo puede proveer para nuestras necesidades cuando el rico y el pobre llegan a ser uno. Cada uno de nosotros debe estar dispuesto a poner su tiempo y talentos al servicio de los demás a fin de recibir todas las bendiciones temporales y espirituales del Señor.

El élder Jeffrey R. Holland enseñó que cada uno de nosotros tiene la responsabilidad de servir a los demás: “Ricos o pobres, debemos ‘hacer lo que podamos’ cuando los demás tienen necesidad” (“¿No somos todos mendigos?”, *Liahona*, noviembre de 2014, pág. 41).

Amulek enseñó a los discípulos zoramitas pobres y necesitados: “Y he aquí, amados hermanos míos, os digo que no penséis que esto es todo; porque si después de haber hecho todas estas cosas, volvéis la espalda al indigente y al desnudo, y no visitáis al enfermo y afligido, y si no dais de vuestros bienes, si los tenéis, a los necesitados, os digo que si no hacéis ninguna de estas cosas, he aquí, vuestra oración es en vano y no os vale nada, y sois como los hipócritas que niegan la fe” (Alma 34:28; véanse también Mosíah 4:16; D. y C. 44:6; 88:123).

Meditar: ¿Qué enseñó Amulek a los discípulos zoramitas en cuanto al servicio?
¿Cómo fortalece nuestra fe el servicio al prójimo?

Actividad: Formen grupos de dos y completen la actividad siguiente: Lean en 1 Nefi 16:21–32 el relato de cómo el Señor ayudó a Nefi a conseguir comida en el desierto. ¿Qué se enseña en este pasaje acerca de los cuatro principios de la autosuficiencia? (10 minutos)

PRINCIPIO	ENSEÑANZAS EN 1 NEFI 16:21–32
Ejercer fe en Jesucristo	
Ser obediente	
Solucionar problemas; actuar por sí mismo	
Llegar a ser uno; servir a los demás	

Analizar: ¿Qué le parece más destacable del ejemplo de Nefi en 1 Nefi 16?

Comprométase:

- Considere un problema que esté intentando solucionar en su vida. ¿Cómo ayudó a las personas de su misión a solucionar sus propios problemas? Anote en su diario de estudio las preguntas que tenga en cuanto al problema, así como los recursos que Dios ha dispuesto para ayudarlo. Válgase de esos recursos para responder al menos una de sus preguntas.
- Comparta lo que haya aprendido hoy con otro misionero retornado, otro joven adulto soltero o un familiar.
- Si participó en Mi plan durante la misión, repase lo que aprendió y escribió acerca del llegar a ser autosuficiente espiritual y temporalmente. En caso contrario, use la hoja de trabajo que se encuentra al final de este manual.

Seleccione un compañero de acción para esta semana y dediquen un par de minutos a compartir el uno con el otro los compromisos en los que han sentido que deben trabajar. Decidan cómo van a realizar el seguimiento el uno del otro durante la semana.

Ofrezcan la última oración.



Mi fundamento ayuda a los miembros de la Iglesia a aprender y poner en práctica principios de fe, instrucción académica, trabajo arduo y confianza en el Señor para que lleguen a ser autosuficientes espiritual y temporalmente. Descargue el manual en srs.lds.org.

7 VENCER LA OPOSICIÓN

Comiencen con una oración.

Informar: Empecemos por presentarnos al grupo y compartamos las experiencias que tuvimos al cumplir con los compromisos de la semana pasada. Cuando se presenten, tengan a bien compartir lo siguiente:

- Su nombre
- Su misión
- Cuánto hace que terminaron la misión
- Una reflexión o una pregunta que tuvieron al cumplir con los compromisos de la semana pasada

LAS BENDICIONES DEL SEÑOR

Leer: El presidente Thomas S. Monson enseñó lo siguiente:

“Ninguno de nosotros pasa por esta vida sin problemas ni desafíos, y a veces tragedias e infortunios. . . Aunque las nubes se arremolinen, aunque las lluvias descendan sobre nosotros, nuestro conocimiento del Evangelio y el amor que tenemos por el Padre Celestial y nuestro Salvador nos consolarán y nos sostendrán, y darán gozo a nuestro corazón al caminar con rectitud y guardar los mandamientos. No hay nada en este mundo que pueda derrotarnos. Mis queridos hermanos y hermanas, no teman. Sean de buen ánimo. El futuro es tan brillante como su fe” (“Sed de buen ánimo”, *Liahona*, mayo de 2009, págs. 89, 92).

El Señor nos ha enseñado que enfrentar la oposición es una parte necesaria de nuestra experiencia terrenal. Las pruebas y la oposición nos brindan la oportunidad de edificar la fe y forjar una personalidad fuerte. Sin pruebas jamás podemos llegar a ser lo que nuestro Padre Celestial necesita que seamos.

Ver: “Soy mormón, atleta, amputado y me hice una prótesis”. (¿No tiene el video? Lea el guion a continuación).

JAREM FRYE: “Se me descubrió cáncer de hueso [en la rodilla]. Todo fue rápido. Me llevaron al hospital, me hicieron pruebas. No sabía qué pasaría. . . Me dieron tres opciones: una rodilla artificial, un reemplazo de hueso o una amputación. Lo evalué y escogí la amputación.

“Recibí una llamada telefónica. Llevaba un solo día desde que había vuelto del hospital. Era de mi mejor amigo. Contesté y me preguntó si iría al baile. Le dije: ‘Acabo de perder mi pierna’. Él me contestó: ‘Ah, cierto. Lo olvidé. ¿Vas a venir?’. Desde entonces, me levanté y dije: ‘Voy a vivir la vida. No voy a parar’. Me dijeron que no podría andar en bicicleta en la montaña; que no podría escalar ni hacer lo que quisiera. Pero he hecho todo eso; no me di por vencido. Nunca acepté que no podría hacer algo.



“Las misericordias y las bendiciones vienen de diferentes maneras; a veces como cosas difíciles. Sin embargo, el Señor dice: ‘Darás las gracias al Señor tu Dios en todas las cosas’ (D. y C. 59:7). Todas las cosas significa precisamente eso: las cosas buenas y las cosas difíciles, no solo algunas cosas. Él nos ha mandado que seamos agradecidos porque sabe que el serlo nos hará felices, lo cual es otra evidencia de Su amor”.

Véase Bonnie D. Parkin, “Gratitud: Un sendero hacia la felicidad”, *Liahona*, mayo de 2007, pág. 35.

“Que te digan que en cualquier momento puedes morir y ver que los amigos del hospital ya no están, porque fallecieron; el ver que la vida es realmente frágil puede ser duro para un niño. Pero me enseñó algo que nunca olvidaré: cuando hay dificultades y piensas que no hay respuestas lógicas, yo tengo la respuesta que se ha comprobado por la experiencia: todo va a estar bien. Dios me ama y desea lo mejor para todos nosotros. Si solo confiamos en Él, todo estará bien. Estaremos bien”.

Analizar: ¿Qué función tienen las pruebas y la oposición en el plan del Padre Celestial? ¿Cómo puede prepararse para enfrentar los retos y las pruebas que le impiden lograr sus metas y planes?

Leer: A veces, cuando suplicamos alivio de las dificultades físicas, mentales emocionales o espirituales, quizás Él aumente nuestra resolución y capacidad para perseverar (véase Mosíah 24:14–15). Por un tiempo, tal vez permita que padezcamos aun siendo inocentes, como Job, a fin de convertirnos en oro (véase Job 23:10). Las bendiciones que recibamos de los cielos tal vez nos den una mayor capacidad para que nosotros cambiemos nuestras circunstancias en lugar de esperar que alguien o algo las cambie (véase Malaquías 3:10).

Meditar: ¿Cómo lo ha bendecido el Señor durante las pruebas y dificultades?

Actividad: Formen grupos de tres y analicen la pregunta siguiente: ¿Qué bendiciones han recibido por medio de sus pruebas y dificultades? (5 minutos)

OPOSICIÓN DEL ADVERSARIO

Ver: “No perdáis, pues, vuestra confianza”. (¿No tiene el video? Lea el guion a continuación).

ÉLDER JEFFREY R. HOLLAND: “Recordarán ustedes que el libro de Moisés comienza cuando él es llevado a ‘una montaña extremadamente alta’ donde, dice la Escritura, ‘vio a Dios cara a cara, y habló con él, y la gloria de Dios cubrió a Moisés’ . . .

“Esta experiencia es notable en todos los aspectos; es una de las grandes revelaciones dadas en la historia de la humanidad y es uno de los registros más gloriosos que tenemos de la experiencia de cualquier profeta con la Divinidad.

“Pero el mensaje de Moisés para nosotros en la actualidad es: no bajen la guardia; no piensen que una gran revelación, un momento maravilloso e iluminador, el descubrir un sendero inspirado, sea el fin de todo. Recuerden: el partido no ha terminado hasta que no suena el silbato final. Lo que a continuación le acontece a Moisés *tras* ese momento tan espiritual sería algo absurdo de no ser tan peligroso y algo que era de esperarse. . .

“Satanás gritó en alta voz y bramó sobre la tierra, y mandó y dijo: Yo soy el Unigénito, adórame a mí. . .

“Moisés empezó a temer grandemente; y al comenzar a temer, vio la amargura del infierno. No obstante, clamando a Dios [la misma frase utilizada por José Smith], recibió fuerza’. . .

“No podemos enrolarnos en una batalla de significado y de consecuencias tan eternas sin saber que habrá una lucha, una lucha bien dura y en la que resultaremos vencedores, pero una lucha al fin y al cabo. . .

“En su carta a los hebreos, el apóstol Pablo estaba intentando animar a los nuevos miembros que se acababan de unir a la Iglesia y que, sin duda, habían tenido experiencias espirituales y recibido la luz pura del testimonio para descubrir que sus problemas no solo no habían terminado, sino que más bien algunos de ellos apenas habían empezado. . .

“Y a continuación sigue este gran consejo, la esencia de mi consejo para ustedes. . .: *‘No perdáis, pues, vuestra confianza, que tiene gran recompensa, porque la paciencia os es necesaria, para que, habiendo hecho la voluntad de Dios, obtengáis la promesa. . .’*

“En el argot de los Santos de los Últimos Días equivaldría a decir: ‘Claro que es difícil; lo fue antes de unirse a la Iglesia, mientras estaban en el proceso de unirse y después de haberlo hecho’. . .

“No cedan ante la presión. . . y, *sobre todo, no se rindan a ese ser que está laborando concienzudamente para destruir su felicidad. . .* Hagan frente a las dudas; controlen sus temores. ‘No perdáis, pues, vuestra confianza’. Manténganse fieles y admiren la belleza de la vida que se despliega ante ustedes” (véase “No perdáis, pues, vuestra confianza”, Liahona, junio de 2000, págs. 37, 38).

Analizar: ¿Qué ha hecho para mantener el curso durante las dificultades y la oposición?

Leer: Satanás trabaja constantemente para desviarnos del camino e impedir que llevemos a cabo la obra y el plan del Señor. Él desea engañarlo, confundirlo, distraerlo y disuadirlo. Él quiere justificar el pecado y lo hace apelando a cualquier debilidad de la carne, incluso el orgullo y los deseos de lucro y ambición personales. Él lo confrontará e intentará que cuestione sus creencias y su identidad como un hijo o una hija de nuestro Padre Celestial. Al esforzarse por hacer y observar compromisos espirituales en su vida, él lo atacará como hizo con Moisés (véase Moisés 1:12–22, Jesucristo (véase Mateo 4:1–11), José Smith (véase José Smith—Historia 1:15) y muchos otros.

Meditar: ¿Cómo puede prepararse para defenderse de las diversas maneras en que Satanás lo atacará?

Actividad: Formen nuevos grupos de tres y analicen la pregunta siguiente: ¿Qué medidas tienen la intención de tomar para protegerse de las mentiras y los ataques de Satanás? (5 minutos)

Actividad: Lea las doctrinas de la tabla siguiente y medite en ellas. (15 minutos)

1. Lea “Mentiras de Satanás en cuanto a la doctrina” para entender los diversos métodos que usa para atacar la fe en estas preciadas verdades o impedir que tengamos fe en ellas.
2. Lea las enseñanzas adicionales que hay en la tercera fila de la tabla acerca de cómo evitar las mentiras de Satanás.
3. Anote en su diario de estudio otras mentiras que Satanás usa para engañarnos, distraernos y disuadirnos a no abrazar las doctrinas del Señor.

	Ejemplo 1	Ejemplo 2	Ejemplo 3
DOCTRINA	Dios es mi Padre; Él me conoce y me ama.	Cristo tiene poder para llevarme de regreso a mi Padre.	Dado que soy un hijo de Dios, puedo ser bendecido con todos los dones y talentos necesarios para volver a vivir con Él.
MENTIRAS DE SATANÁS ACERCA DE LA DOCTRINA	Dios no contesta mis oraciones. Es muy difícil conocer la diferencia entre el Espíritu y mis propios pensamientos y emociones.	Necesito hacer esto por mi cuenta. Así es como soy; no hay necesidad de arrepentirse.	No soy nadie especial y no tengo muchos talentos. No soy una persona realmente espiritual y no encajo con los miembros de la Iglesia. El Señor se preocupa más por los hombres que por las mujeres.
LEA ENSEÑANZAS SOBRE CÓMO EVITAR LAS MENTIRAS DE SATANÁS	Moisés 1.	David A. Bednar, “En la fuerza del Señor”, <i>Liahona</i> , noviembre de 2004, págs. 76–78.	Sheri L. Dew, “You Were Born to Lead, You Were Born for Glory”, devocional de la Universidad Brigham Young, 9 de diciembre de 2003, speeches.byu.edu. Moisés 7.

Analizar: ¿Qué impresiones recibió durante la actividad?

EL SALVADOR Y CÓMO VENCER LA OPOSICIÓN

Leer: Del Salvador mismo procede gran sabiduría acerca de cómo sobrellevar la oposición en el relato de las Escrituras de cuando el Padre le pidió que descendiera debajo de todo. En las Escrituras se enseña que, a medida que se aproximaba a Getsemaní, “comenzó a afligirse” (Marcos 14:33) por el sacrificio que se requería de Él. Finalmente, deseó “no tener que beber la amarga copa y desmayar”. Sin embargo, perseveró, glorificó al Padre y “bebió”, es decir, se sometió y acabó todo lo que el Padre había requerido de Él (D. y C. 19:18–19).

A fin de cumplir con el plan que el Padre tiene para su vida y lograr su gran potencial, necesitará confiar en Jesús —que venció todas las cosas— para perseverar y lograr todo lo que el Padre requiera de usted.

Desarrolle hábitos que lo fortalezcan y así se preparará para las dificultades que se avecinen.

Meditar: ¿Qué puedo hacer esta semana para establecer o mantener hábitos que me faculten a fin de confiar en el Salvador y vencer la oposición que afronte?

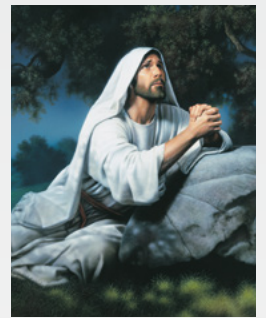
Analizar: ¿Qué medida siente que debe tomar para estar más cerca del Salvador y vencer la oposición?

Comprométase:

- ¿Qué hizo durante la misión para ayudar a otras personas a fortalecer su fe? Cree un plan para protegerse espiritualmente de la oposición a su fe.
- Comparta lo que haya aprendido hoy con otro misionero retornado, otro joven adulto soltero o un familiar.

Seleccione un compañero de acción para esta semana y dediquen un par de minutos a compartir el uno con el otro los compromisos en los que han sentido que deben trabajar. Decidan cómo van a realizar el seguimiento el uno del otro durante la semana.

Ofrezcan la última oración.



8 UNA VIDA DE SERVICIO

Comiencen con una oración.

Informar: Empecemos por presentarnos al grupo y compartamos las experiencias que tuvimos al cumplir con los compromisos de la semana pasada. Cuando se presenten, tengan a bien compartir lo siguiente:

- Su nombre
- Su misión
- Cuánto hace que terminaron la misión
- Una reflexión o una pregunta que tuvieron al cumplir con los compromisos de la semana pasada

TRES CLAVES PARA UNA VIDA PLENA

1. Una clave para tener éxito

Leer: El presidente Dieter F. Uchtdorf enseñó que quienes “están procurando alcanzar sus nobles metas de obtener una carrera y hallar a una compañera eterna” deben recordar que “el trabajar diligentemente en la viña del Señor mejorará enormemente su currículum y aumentará sus probabilidades de éxito en esos dos dignos cometidos” (“Dos principios para cualquier economía”, *Liahona*, noviembre de 2009, pág. 57).

Meditar: ¿Por qué el servir en la viña del Señor aumentará su probabilidad de tener éxito en otros aspectos de la vida? ¿Cómo puede mejorar su servicio?

Analizar: ¿Qué ejemplos ha visto de servicio fiel al Señor que hayan bendecido otros aspectos de su vida?

2. Una clave para ser felices

Leer: Considere el ejemplo siguiente de un misionero retornado que aprendió el valor del servicio:

Un día, un joven misionero retornado acudió a su antiguo presidente de misión, el élder Don R. Clarke, de los Setenta, en busca de consejo. Aquel joven había sido un misionero excelente, trabajador, fiel y dedicado; pero ahora, varios meses después de la misión, se sentía infeliz. Después de explicar todos sus problemas y preocupaciones, el presidente Clarke le dijo: “Élder, vaya cada semana al hospital a visitar a los enfermos y a servir a otras personas”.

Analizar: ¿Cómo podría ayudar a ese misionero retornado el consejo del élder Clarke? ¿Cómo se relaciona el servicio con su propio progreso espiritual?

3. Una clave para retener la remisión de los pecados

Leer: En las Escrituras se explica aún más la importancia de servir al prójimo.

Cuando el rey Benjamín enseñó a su pueblo, él quería que entendieran el poder de la expiación de Jesucristo y que prestar servicio a los demás les ayudaría a recibir el poder pleno de la Expiación en su vida:

“Y ahora bien, por causa de estas cosas que os he hablado —es decir, a fin de retener la remisión de vuestros pecados de día en día, para que andéis sin culpa ante Dios— quisiera que de vuestros bienes dieseis al pobre, cada cual según lo que tuviere, tal como alimentar al hambriento, vestir al desnudo, visitar al enfermo, y ministrar para su alivio, tanto espiritual como temporalmente, según sus necesidades” (Mosíah 4:26; véase también Alma 34:29).

Analizar: ¿Qué bendición proveniente del servicio prometió el rey Benjamín? ¿Por qué se recibe esa bendición por medio del servicio?

UNA INVITACIÓN A SEGUIR PRESTANDO SERVICIO

Leer: El presidente Thomas S. Monson enseñó:

“El Salvador enseñó a Sus discípulos: ‘Porque todo el que quiera salvar su vida, la perderá; y todo el que pierda su vida por causa de mí, este la salvará’.

“Creo que el Salvador nos está diciendo que a menos que nos perdamos en dar servicio a los demás, nuestra propia vida tiene poco propósito. Aquellos que viven únicamente para sí mismos al final se marchitan y, en sentido figurado, pierden la vida, mientras que aquellos que se pierden a sí mismos en prestar servicio a los demás progresan y florecen. . . y en efecto salvan su vida” (“¿Qué he hecho hoy por alguien?”, *Liahona*, noviembre de 2009, pág. 85).

Después de volver a casa, muchos misioneros retornados creen que tienen que volver al “mundo real”, pero eso es erróneo. Usted nunca va a formar parte de este mundo; tiene que elevarse por encima del mundo y su luz debe alumbrar delante de él (véase Mateo 5:16). Repase los planes que hizo al final de la misión para seguir prestando servicio a los demás.

Analizar: ¿Qué aprendió en la misión acerca de la importancia de perderse en el servicio a los demás?

Leer: Considere el ejemplo siguiente de un misionero retornado llamado Francis: Francis vive en África. Después de volver a casa al término de la misión quería avanzar su instrucción académica, pero no tenía dinero. También quería casarse, pero no podía mantener un hogar.

Ideó un plan y pidió prestado dinero para empezar un negocio y así ganar lo que necesitaba. Sin embargo, el negocio fracasó. Francis tenía tan poco dinero que acabó viviendo en la calle, y no solo estaba desempleado, sino que tenía deudas. No sabía qué hacer. Fue al templo en busca de guía y allí oyó tres palabras: “¡Confía en mí!”.

Luego, Francis tuvo la impresión de ir a presentarse a un líder de la Iglesia. Le habló de sus problemas y sus sueños, y el líder lo ayudó a encontrar un empleo de medio tiempo. Francis trabajó arduamente y lo hizo tan bien, que el empleador le ofreció un puesto a tiempo completo. Siguió siendo diligente en el trabajo y muy pronto lo ascendieron. Su empleador siguió estando impresionado por su diligencia y accedió a ayudarlo a terminar de costearse los estudios universitarios y seguir la carrera de abogacía mientras trabajaba.

Cuando Francis empezó a trabajar a medio tiempo, también tuvo la impresión de que debía casarse en el templo. Ayudó a su esposa a encontrar trabajo y juntos saldaron las deudas y planificaron el comienzo de su familia. Además, Francis sintió que necesitaba ayudar a otras personas como él. Oró diligentemente para decidir qué hacer y el Espíritu le comunicó la impresión de que usase su tiempo libre y sus talentos para escribir dos libros que llegarían a formar parte del currículo de la escuela local, así como el libro de texto para contribuir a la alfabetización de las personas en todo el país. Más adelante llegó a ser obispo y siguió sirviendo fielmente en la Iglesia.

Meditar: ¿Qué principios empleó Francis para mejorar su vida?

Actividad: Formen grupos de tres y analicen la pregunta siguiente: ¿Qué principio les llamó la atención mientras leían la experiencia de Francis? (5 minutos)

Leer: El Señor desea que siga viviendo los principios que le acercaron a Él durante la misión. Haga todo lo posible por evitar llegar a tener una relación casual con Él. Usted se ha embarcado en una misión de toda la vida para llegar a ser la persona que Cristo quiere que sea y ayudar a otras personas a hacer lo mismo. A medida que procure Su guía con diligencia, el Señor le bendecirá con un mayor entendimiento del propósito que tiene su vida. Él le bendecirá con oportunidades de servir y edificar a otras personas.

Actividad: Elabore un plan individual para prestar servicio a otras personas. (10 minutos)

1. Durante la clase, anote en su diario de estudio algunas maneras específicas en las que puede prestar servicio a otras personas cada semana bajo el encabezado "Plan semanal de servicio". Considere lo siguiente mientras redacta el plan: ¿Cuánto tiempo puede dedicar cada semana a prestar servicio a otras personas? ¿Qué habilidades adquirió en la misión y qué experiencias tuvo que le prepararon para ayudar y servir a otras personas?
2. Durante la clase, comparta con su compañero de acción sus ideas en cuanto al plan semanal de servicio.

3. En casa, ore para saber si hay otras maneras en las que su Padre Celestial quiere que preste servicio en este momento de su vida. Anote en el Plan semanal de servicio cualquier idea adicional que reciba en sus oraciones.
4. En casa, comprométase a cumplir con el Plan semanal de servicio.

Comprométase:

- Complete el plan para servir a alguien cada semana y cumpla con él.
- Complete la hoja de trabajo Mi plan que se encuentra al final de este manual y repásela con regularidad. Si aún no lo ha hecho, tal vez quiera compartirla con un familiar.
- Comparta lo que haya aprendido hoy con otro misionero retornado, otro joven adulto soltero o un familiar.

Seleccione un compañero de acción para esta semana y dediquen un par de minutos a compartir el uno con el otro los compromisos en los que han sentido que deben trabajar. Decidan cómo van a realizar el seguimiento el uno del otro durante la semana.

Ofrezcan la última oración.



“Por favor, utilicen las habilidades que adquirieron en la misión para bendecir la vida de quienes los rodean a diario. No cambien el enfoque de servir al prójimo por centrarse exclusivamente en los estudios, el trabajo o las actividades sociales. En vez de eso, equilibren su vida con experiencias espirituales que les recuerden continuar ministrando a los demás diariamente y los preparen para ello”.

M. Russell Ballard, “La generación más grandiosa de jóvenes adultos”, *Liahona*, mayo de 2015, pág. 69.

COMPROMISOS

Las acciones siguientes le ayudarán a venir a Cristo y a seguir en el camino del discipulado toda la vida.

1. **Sea fiel y leal a sus convenios.**
2. **Busque revelación personal acerca de la misión de su vida.** Busque y reciba guía del Señor mediante el estudio diario del Libro de Mormón, al repasar con frecuencia su bendición patriarcal y al adorar en el templo.
3. **Sea obediente a los mandamientos del Señor y siga las impresiones del Espíritu Santo.**
4. **Busque un mentor.** Analice sus metas con esa persona y procure su consejo con regularidad.
5. **Póngase metas y trabaje diligentemente para lograrlas.**
6. **Planifique y trabaje para llegar a ser autosuficiente.** Comprométase a ser responsable de su propio bienestar espiritual y temporal a lo largo de la vida. Empiece por trazar un curso hacia la autosuficiencia. Si en su localidad hay un centro de recursos de autosuficiencia de estaca, únase a un grupo de autosuficiencia.
7. **Busque oportunidades para prestar servicio.**





HOJA DE TRABAJO DE MI PLAN

Durante las próximas semanas se valdrá de esta hoja de trabajo para repasar el plan que preparó en la misión o crear un plan para su vida ahora que ya está en casa.

1. ¿Cuáles fueron las lecciones más importantes que aprendí en la misión?

2. ¿Cuáles son algunas de las prioridades más fundamentales de mi vida?

3. ¿Qué propósito tiene Dios para mi vida? ¿Qué haré con mi potencial?

4. ¿Qué dificultades enfrento al tratar de lograr mi propósito?

5. ¿Qué me motiva a vencer la tentación y a vivir rectamente para que el Señor pueda guiarme y fortalecerme?

6. ¿Cómo me ayudarán estas aptitudes a tener éxito en los estudios y en mi empleo futuro?

7. ¿Cuánto dinero al mes necesita una familia en mi región para vivir con tranquilidad y modestia?

8. Anote tres empleos que le interesen. Intente hablar con personas que trabajan en esos empleos y pregúnteles: “¿Qué estudios, formación y experiencia necesitaron para que les contratasen? ¿Qué es lo más interesante y lo más difícil de este trabajo? ¿Se gana lo suficiente para mantener una familia?”.

9. ¿Dónde quiero estar espiritual y temporalmente dentro de un año? ¿Y en cinco años? ¿Por qué?

10. ¿Cómo estoy trabajando con el Señor para solucionar mis problemas?

11. ¿Qué hábitos de la misión quiero seguir teniendo ahora que estoy en casa? ¿Quién puede ayudarme y hacer que rinda cuentas?

12. ¿Qué consejos recibí de mi presidente de misión?

13. ¿Qué hago a diario para sentir el Espíritu en mi vida?

DETERMINE ALGUNAS DE LAS APTITUDES QUE DESARROLLÓ O FORTALECIÓ EN LA MISIÓN.

Habilidades lingüísticas	Tratar con desconocidos	Actitud positiva
Disciplina	Persistencia (capacidad de manejar el rechazo)	Enseñar ideas nuevas
Capacitar a otras personas	Liderazgo	Trabajar en equipo
Llevarse bien con los demás	Ser responsable de otras personas	Encontrar personas para enseñar
Solucionar problemas	Preparar un presupuesto	Servicio
Valor	Resistencia y vigor físicos	Creatividad
Establecer relaciones de confianza	Fiabilidad	Buen carácter
Dirigir reuniones	Hablar en público	Fijar metas
Ingenio	Planificar y organizar	Administrar el tiempo
Escuchar bien	Ética laboral	Paciencia
Técnicas de lectura	Técnicas de estudio	Humildad
Recibir revelación	Confiar en el tiempo del Señor	Otra:

LA IGLESIA DE
JESUCRISTO
DE LOS SANTOS
DE LOS ÚLTIMOS DÍAS

