



Sudoku,
p.3



Angel Tree,
p.4-5



Potencia,
p.6

Rendición Final Tras una Guerra Largamente Reñida

por S.C. Anthony

Mientras que algunos chicos de sexto curso eran adictos a los videojuegos, Israel, de 12 años, lo era a la heroína.

Los problemas lo rodeaban mientras crecía. Las drogas eran fáciles de conseguir en su barrio y las bandas corrían por las calles. Israel se vio influido por modelos de conducta poco saludables; su padre, su madre y sus tíos pasaron tiempo en la cárcel. El padre de Israel fue asesinado incluso antes de que Israel se graduara en el instituto.

Tras la muerte de su padre, Israel cayó profundamente en la drogadicción y en conductas



Foto por S. Thompson

Adicto a la heroína a los 12 años, Israel pasó de ser un líder de una pandilla que odiaba a Dios a un mentor en prisión que vive para Dios.

delictivas, y pronto se encontró entre rejas.

“No culpo a nadie de que yo haya ido a la cárcel”, dice Israel. “Tomé

mis propias decisiones”.

Estas elecciones le llevaron a San Quintín, que en su día fue el único centro de California

donde se llevaban a cabo ejecuciones y albergó a algunos presos notorios. Israel lo recuerda como una “fortaleza cubierta de musgo y de aspecto lúgubre”.

Israel fue enviado a la segregación por ser el líder de una banda, pero aun así encontró la manera de poner la diana sobre las espaldas de un grupo específico de personas.

“Si alguien venía diciendo que era cristiano, hacía que lo sacaran [de mi bloque de celdas]”, dice Israel. “Ese era yo haciendo activamente la guerra al Señor”.

Librando una batalla espiritual

Israel fue criado como católico, pero su difícil

infancia le llevó a tener una actitud negativa hacia Dios y la religión. Cuando ingresó a prisión, veía a Dios como su enemigo. Varios tatuajes, incluidos pentagramas, mostraban visiblemente su odio hacia Dios.

Israel fue trasladado a la prisión estatal de Pelican Bay, donde su afiliación a las bandas le llevó de nuevo a segregación. Durante el aislamiento de Israel, un pastor amigo suyo le enviaba cartas que contenían Escrituras inspiradoras.

Israel leía de vez en cuando estos versículos. Y con el tiempo, dejó de odiar a Dios. Su

Continúa en la página 2

7 Maneras de Empezar un Diario y Mantenerlo

por L. Haviland

Llevar un diario (escribir tus pensamientos y sentimientos) es una forma estupenda de explotar tu creatividad, superar experiencias difíciles y reflexionar sobre quién eres y quién quieres ser.

Para empezar, todo lo que necesitas es un bolígrafo o un lápiz y papel; cualquier cuaderno o papel de borrador servirá. Ahora, ¡comienza a escribir! No te preocupes por la gramática ni por la pulcritud, simplemente escribe.

Parece bastante fácil. Pero mucha gente empieza un diario y luego lo deja.

Entonces, ¿cómo puedes mantenerlo? La clave está en escribir con regularidad, aunque solo sean unos minutos al día y aunque no tengas ganas.

He aquí algunos tipos de diario que puedes probar:

1. Crea un diario de memorización de las Escrituras.

Memoriza tus versículos bíblicos favoritos escribiéndolos una y otra vez. Comienza con una Escritura a la semana, escribiéndola de tres a cinco veces cada día y pronunciándola mientras la escribes. Al final de la semana,

probablemente serás capaz de escribirla de memoria. Y al cabo de un año, tendrás un tesoro de Escrituras a tu alcance para animarte, reconfortarte y fortalecer tu fe.

2. Escribe tus miedos y frustraciones.

Utiliza tu diario para escribir tus pensamientos sobre una situación que te preocupe cada día. Ponerlo todo por escrito puede ayudarte a procesar tus pensamientos y a ver las cosas desde otra perspectiva. Al final de la entrada de

cada día, considera la posibilidad de añadir una cosa por la que te sientas agradecido (quizá un hermoso amanecer, un refrescante vaso de agua, un buen amigo) que te ayude a equilibrar las ansiedades de la vida.

3. Prueba con un diario de flujo de conciencia.

Para este tipo de escritura, escribe simplemente todos y cada uno de los pensamientos que te vengan a la mente, aunque sean tontos o aburridos. Por ejemplo: “Desayuné



Thai Liang Lim/Getty Images

avena. Me duele el dedo del pie derecho. Me encantan los gatos”. La escritura en flujo de conciencia puede ser un divertido alivio para el estrés o puede sacar a la luz asuntos que ni siquiera te habías dado cuenta de que te rondaban por la cabeza.

Continúa en la página 8

Cartas al Editor

Andrea en Virginia

Estoy buscando una Biblia de estudio. Me preguntaba si tienen alguna y si puedo recibir una, o simplemente una Biblia normal en caso contrario. Estoy buscando una Biblia a la que llamar hogar y con la que estudiar. Si tienes otros recursos, libros cristianos, devocionales, literatura que pueda ayudarme a fortalecerme durante este tiempo, por favor compártelos también. Gracias por

todo lo que hacen por las personas encarceladas.

Querida Andrea:

Para recibir gratuitamente una Biblia de recuperación de la vida (Nueva Traducción Viviente) y el libro de ejercicios que la acompaña, ambos disponibles en inglés y en español, revisa el anuncio en esta. Y para más recursos gratuitos en español, pídele a tu capellán que visite prisonfellowship.org/storehouse y haga clic

en la pestaña “Recursos en español” en la parte superior de la página. Hay panfletos, libros y folletos en español, todos gratuitos para que tu capellán los pida al por mayor.

José en Nueva Jersey

Aprendí que se puede encontrar gente negativa dondequiera que vayas. Sé que esto es cierto no solo en el sistema penitenciario, sino en todas partes, incluso en la iglesia actual. Por eso la Palabra de Dios nos prepara dándonos una idea de ella y de dónde viene. Efesios 6:10-18 habla de ponernos toda la armadura de Dios para estar firmes contra las artimañas del diablo, y que luchamos contra poderes,



contra potestades de las tinieblas, contra maldades espirituales en las regiones celestes. Necesitamos ponernos toda la armadura de Dios para permanecer firmes.

Querido José:

Leer la Biblia y ponerse la armadura de Dios de verdad y justicia son tan importantes, especialmente en el difícil ambiente de la prisión. He aquí algunos versículos para animarte cuando te sientas solo o

asustado: Salmo 23, Isaías 41:10, Josué 1:9, Santiago 1:2-3; cuando estés en peligro: Salmo 32:7, Salmo 91:11, Génesis 15:1; o cuando estés preocupado o ansioso: Filipenses 4:6-7, Mateo 6:25-34, Juan 14:27. Sigue apoyándote en las Escrituras y en la oración, y sigue siendo un alentador en medio de todo lo negativo que puedas encontrar en la vida.

Sinceramente,
El Equipo Editorial ■

PIDE TU BIBLIA GRATIS

¡Recibe una Biblia NTV Renacer de Inside Journal de forma gratuita!

NUEVA: UNA GUÍA DE ESTUDIO!

ESCRIBE A:

Tyndale House Publishers
Attn: Inside Journal Bible
351 Executive Drive
Carol Stream, IL 60188

Incluye esta información para asegurarte de que se pueda entregar tu Biblia y/o guía:

- ✓ Tu nombre completo y número de identificación como prisionero.
- ✓ El nombre de tu institución.
- ✓ La direccón de tu institución para la entrega de paquetes.
- ✓ Si deseas una Biblia, guía, o ambas, y tambien si prefieres en inglés o en español.*

*Límite de un pedido por persona. Los pedidos pueden tardar varias semanas en procesarse y enviarse.



Rendición Final

Viene de la pág. 1

corazón se ablandaba. Pero la transformación no ocurriría de la noche a la mañana. Salió de la prisión estatal en 2012, pero los viejos comportamientos volvieron a aparecer y pronto se encontró en una prisión federal por un nuevo cargo. Para empeorar las cosas, su madre también falleció.

A pesar de todo, Israel seguía creyendo que podía cambiar, al igual que algunas personas de su vida. Una mujer que más tarde se convertiría en su esposa le compró una Biblia encuadernada en cuero, con la esperanza de que fuera menos propenso a tirarla porque era de mayor calidad.

Por aquel entonces, Israel fue invitado a la iglesia y escuchó una canción sobre la gracia. Le corrieron lágrimas por el rostro y cayó de rodillas cuando la letra le golpeó el alma.

“Luché contra Dios toda mi vida, y fue [hasta] el punto en que empecé a convencerme de las cosas que hacía”, dice Israel.

Abandonar el campo de batalla

Tras su liberación en 2020, Israel pensó que iba por buen camino. Pero aunque había aceptado a Jesús como su Salvador, seguía librando una batalla con sus viejos patrones pecaminosos de egoísmo. Empezó a perseguir el dinero y a ser infiel a su novia.

Tras el asesinato de su hermano en 2021, Israel volvió a la vida de las bandas. Sufrió más de 25 sobredosis de fentanilo en menos de un año.

Había una orden de detención contra él en 2022 cuando vio pasar un vehículo del sheriff por su motel.

“Estacionó el auto, caminó directamente hacia mí [y] me dijo: ‘Levanta las manos. Te voy a llevar a la cárcel; te estoy salvando la vida’”, recuerda Israel.

Israel llevaba una pistola y drogas, pero el agente que lo detuvo vio su potencial y rezó por él tras detenerlo.

“Ese fue el día en que me entregué completamente a Dios”, dice Israel.

Israel fue liberado en 2023. Se internó en un programa porque no

quería volver en esas andadas. La mujer con la que había estado saliendo de forma intermitente durante ocho años no tardó en acercarse a él. Siete meses después, se casaron.

“Hace falta mucho para aguantar a alguien como yo”, dice Israel.

Hoy en día, Israel trabaja como mentor de sus iguales con un programa que enseña en prisiones de California, cárceles del condado e instalaciones juveniles. Se centra en mantener a los jóvenes alejados del camino que él recorrió. Espera fundar algún día una organización sin fines de lucro con su esposa.

Además, asiste regularmente a una iglesia, a través de la cual colabora como voluntario con Prison Fellowship® Hope Events. Ha vuelto a la cárcel una vez más, sólo que esta vez está allí por elección propia.

Mirando hacia atrás, Israel empieza a ver por qué su vida fue como fue.

“Ahora entiendo que todo por lo que pasé tenía un propósito”, dice Israel. “Fue por un plan de Dios que ni siquiera podemos empezar a comprender”. ■

Ante la Duda, Grita

por E.G. Andrews

A mi sobrino Ollie le encanta jugar en el sótano. Hay mucho espacio para hacer carreras con autos de juguete y construir con Legos.

Un día, cuando Ollie tenía 5 años, estábamos jugando al escondite. Le sugerí que apagáramos las luces para que fuera más fácil esconderse. Como no hay grandes ventanas en ese nivel de la casa, la sala de juegos del sótano se siente extra oscura cuando se apagan las luces. Antes de que Ollie pudiera protestar por mi sugerencia, le di al interruptor de la luz. Ollie empezó a gritar.

“¡No, espera, está demasiado oscuro y da miedo! Vuelve a encender las luces”, gritó mi sobrino, rodeando mis piernas con sus brazos, asustado. “¡No me dejes!”

Por supuesto, yo sabía la verdad: no corríamos peligro. No lo dejaría solo en la oscuridad. Pero a un niño de 5 años que se siente pequeño y débil, la oscuridad puede parecerle grande y aterradora. Yo me sentía igual cuando tenía 5 años.

Con las luces encendidas, Ollie y yo jugamos unas cuantas rondas más al escondite. Luego subimos a merendar. Comiendo trozos de verduras, hablamos del miedo de Ollie a la oscuridad. Compartió sus temores y su deseo de ser valiente como yo algún día. Le dije que lo sería. Pero también sabía que quizá

no ocurriría de la noche a la mañana. Podía tomarse todo el tiempo que necesitara y yo estaría allí para ayudarlo.

Superar el miedo y la duda

Después de aquel juego del escondite, me hubiera burlado de mi sobrino o le hubiera puesto un apodo como “Ollie, el gato asustadizo”. Eso no habría sido útil y no habría contado toda la historia.

Tomás, uno de los 12 discípulos de Jesús, ha sido apodado “Tomás el Dudoso”. En el Evangelio de Juan de la Biblia, cuando Jesús se aparece a los discípulos después de la resurrección, Tomás no está allí. Más tarde, los discípulos le dicen a Tomás que habían visto al Señor resucitado.

En Juan 20:25, Tomás responde: “No lo creeré a menos que vea las heridas de los clavos en Sus manos, meta mis dedos en ellas y coloque mi mano en la herida de Su costado”.

Más tarde, Jesús se aparece a Tomás y a los demás discípulos. Los saluda en son de paz y le dice a Tomás: “Pon tu dedo aquí y mira Mis manos. Mete tu mano en la herida de Mi costado. No sigas sin creer. Cree”.

“¡Mi Señor y mi Dios!” dice Tomás.

Jesús responde: “Creéis porque me habéis visto. Bienaventurados los que creen sin haberme visto” (Juan 20:26-29).

Una fe “al escondite”

En su libro *La fe y la duda*, el autor John

Ortberg escribe: “El principal problema de la duda, cuando la duda se vuelve tóxica, no es lo que nos hace. Es lo que nos impide hacer”. La duda es común, e incluso saludable, siempre que no nos impida perseguir la verdad.

Tomás tenía dudas. ¿Tú no las has tenido? Dudas sobre uno mismo, sobre los demás, sobre Dios: todas ellas son parte real de ser humanos imperfectos y limitados en un mundo de incógnitas. A veces, es difícil estar seguro de lo que no podemos ver o entender.

En nuestro camino de fe, hay una diferencia entre las dudas deshonestas y las preguntas genuinas. Tomás no fingió que tenía todas las respuestas. No huyó. Llevó sus preguntas a Jesús con un corazón honesto y buscador. El Señor no culpó a Tomás por estar inseguro, sino que lo recibió con compasión. Jesús buscó a Tomás, a pesar de que Tomás estaba cuestionando y temeroso y “dejado de lado” - el único discípulo que no creyó a primera vista. Ese encuentro personal lo cambió todo.

El discípulo que antes dudaba declaró en voz alta quién es Jesús: Señor y Dios. La fe de Tomás se fortaleció. Pasaría el resto de su vida compartiendo la Buena Nueva de Jesús con los demás. Al igual que Jesús buscó a Tomás, Jesús viene a nosotros (solitarios y llenos de dudas como estamos)

pictus photography/Getty Images



y nos llama por nuestro nombre. Nos da la bienvenida y nos invita a formar parte de su Reino, donde todo el mundo tiene un lugar al que pertenecer. Igual que yo le di a Ollie comprensión y ayuda, Jesús no nos condena por luchar, sino que nos abraza con compasión.

Aférrate a la promesa del Señor en Jeremías 29:13-14: “Si me buscan de todo corazón, podrán encontrarme. Sí, me encontrarán—dice el SEÑOR—. Pondré fin a su cautiverio y

restableceré su bienestar. Los reuniré de las naciones adonde los envíe y los llevaré a casa, de regreso a su propia tierra”.

Así que si estás luchando con la duda, sigue adelante. Hazte preguntas. Reza continuamente. Que sepas que enfrentarte a la duda forma parte de la construcción de una fe sólida, una fe que cree incluso cuando no puede ver. Incluso cuando te sientas inseguro en la oscuridad, Jesús estará allí para salir al encuentro en el camino. ■

¿TIENES PACIENCIA CON TUS DUDAS?

Jesús quiere que tengamos una relación personal con Él que sea única para nosotros, en lugar de limitarnos a seguir ciegamente la fe de nuestros padres o amigos. Esta fe personalizada requiere escarbar un poco: aprender, reflexionar e incluso dudar.

Y esta indagación lleva su tiempo.

Cuando Jesús resucitó de entre los muertos, Tomás simplemente no podía hacerse a la idea. Toda su fe se tambaleó: todo lo importante en lo que creía estaba en entredicho y necesitaba desesperadamente algún tipo de prueba que le ayudara a superar sus dudas. Jesús amaba a Tomás y sabía lo asustado que se sentía. Sin embargo, Juan 20:26 dice que pasaron ocho días enteros antes de que Jesús viniera a tranquilizar a Tomás.

Buscar la verdad de Dios requiere paciencia. Algunas respuestas pueden tardar ocho días. Algunas podrían tardar ocho años... o más. No te sientas apurado ni impaciente. Tómate tu tiempo para apoyarte realmente en Él, leyendo la Biblia y siendo sincero y abierto con Él.

¿No estás seguro de por dónde empezar? Comienza con esta sencilla oración:

“Querido Jesús Anhele una relación personal, honesta y genuina contigo. Ayúdame a través de cualquier pregunta o duda a lo largo de mi camino de fe. Confieso mis pecados y te pido perdón. Amén”.

Para saber más sobre el amor de Jesús por nosotros, escribe a “DOUBTS”, c/o Inside Journal, P.O. Box 1790, Ashburn, VA 20146-1790. Para obtener una Biblia gratuita o un cuaderno de estudio/guía, consulta nuestro anuncio en la página 2.

ACTIVIDAD: Sudoku de la Imagen

Si no te gustan los números, prueba el “SUDOKU de la imagen”, o haz el tuyo propio con los dibujos que creas que les gustarán a tus hijos. Ve las respuestas en la página 7.

1.

			
			
			
			

2.

			
			
			
			

Irina Kuznetsova/Getty Images

Angel Tree Proporciona Conexión Durante Todo el Año

por L.C. Aggen

Prison Fellowship Angel Tree® se fundó en 1982. Originalmente, el programa se centraba en ayudar a los padres encarcelados a proporcionar a sus hijos un regalo y un mensaje durante la Navidad. Pero a lo largo de los años, Prison Fellowship ha encontrado nuevas formas de ayudar a conectar a los padres con sus hijos. A continuación encontrarás algunas de las increíbles oportunidades a las que puede optar tu hijo cuando lo inscribes en Angel Tree®.



ANGEL TREE DE NAVIDAD:

Fiel a sus orígenes, Angel Tree Christmas crea un medio para que los padres encarcelados puedan hacer un regalo y dar un mensaje de amor a sus hijos durante la Navidad. En la actualidad, cientos de miles de niños reciben un regalo y un mensaje a través de Angel Tree. Sin embargo, es mucho más que un regalo. Los niños se ponen en contacto con voluntarios de las iglesias locales, que compran y entregan el regalo en nombre de los padres. A veces, estos voluntarios entregan los regalos directamente en casa del niño, incluso vestidos con trajes festivos. Otras veces, las iglesias organizan fiestas para los niños y sus familiares, con juegos, comida y un mensaje de esperanza. Angel Tree Christmas a menudo conduce a conexiones más profundas, con iglesias que se acercan a estos niños durante todo el año.



FOTOS RECIENTES DE MOMENTOS DE ANGEL TREE



ACAMPADA ANGEL TREE:

En 2002 se puso en marcha el campamento Angel Tree. Este aspecto de Angel Tree permite a los niños con un progenitor en prisión asistir al campamento con una beca. Esto significa que el campamento cuesta poco o nada a la familia. El campamento Angel Tree les da a los niños la oportunidad de experimentar nuevas oportunidades como tirolesas, senderismo, equitación y mucho más. También les permite a los niños la oportunidad de asumir roles de liderazgo a través de programas continuos en los campamentos.

Este fue el caso de Kerri. Gracias a Angel Tree, ella asistió



por primera vez a un campamento cuando tenía 5 años. Ese primer verano no sonreía mucho, pero con los años, la atención continua del personal del campamento ayudó a Kerri a abrirse. Cuando se hizo demasiado mayor para participar en el campamento, pudo volver como monitora. Ahora ayuda a otros niños como ella y les enseña el Evangelio.

CAMPAMENTOS DEPORTIVOS ANGEL TREE:

En 2005, Prison Fellowship organizó su primer campamento deportivo Angel Tree. Hoy en día, niños de ciudades seleccionadas asisten a un campamento deportivo local de un día para aprender habilidades atléticas, ganar confianza y recibir tutoría. Los voluntarios de la iglesia dirigen la jornada, estableciendo relaciones tanto con los niños como con los padres o tutores que podrían conducir a un apoyo a largo plazo.

CAMPAMENTOS STEM DE ANGEL TREE:

Recientemente, Angel Tree empezó a organizar campamentos Angel Tree STEM, donde los niños de determinadas ciudades pueden adquirir conocimientos de ciencia, tecnología, ingeniería y matemáticas. En estos campamentos de un día, los niños participan en actividades divertidas que les exponen a carreras que quizá no habían considerado antes de asistir.

¡INSCRÍBETE HOY MISMO!

¿Eres padre, madre o figura parental*? ¿Tu hijo participa ya en Angel Tree? Puedes desempeñar un papel vital en su vida, incluso desde detrás de las rejas. Angel Tree es un gran primer paso para profundizar la relación con tu hijo. Puedes cambiar la vida de tu hijo hoy mismo. Pídele a tu capellán una solicitud para Angel Tree. Lee la página 5 para más detalles. ■

**Angel Tree sirve tanto a los padres como a las figuras parentales. Una figura parental es un ser querido que asume la responsabilidad de un niño y le proporciona apoyo emocional, orientación y amor. Esto puede incluir a padres, abuelos, tíos, padrastros y cualquier persona que desempeñe el papel de padre en la vida de un niño.*

Cómo Cuidan los Niños los Campamentos Angel Tree

por L.C. Aggen

Los campamentos de Angel Tree pueden ser un lugar de curación. “Creo que probablemente habría ido por caminos muy equivocados si no hubiera tenido un campamento”, dice Trystan, un campista de Angel Tree. “Sinceramente, no sé cómo sería mi vida sin el campamento”.

Durante su estancia en un campamento de verano, los niños tienen la oportunidad de hacer nuevos amigos, recibir orientación de los monitores y disfrutar del aire libre. En 2002, Prison Fellowship puso en marcha el campamento Angel Tree, a través del cual los niños con un progenitor en prisión pueden recibir becas para asistir a campamentos sin apenas costo alguno.

Tener un padre en la cárcel es difícil. Para muchos niños, asistir a un campamento puede

suponer una curación. Según la Asociación Americana de Campamentos, los niños que asisten a un campamento tienen más confianza en sí mismos, una fe más fuerte y mejores relaciones con sus familiares.

El campamento permite a los niños probar nuevas actividades, como tiro con arco, cursos de cuerdas, piragüismo y mucho más. Los niños también pueden conocer a otros niños con un progenitor en prisión, lo que les ayuda a sentirse menos aislados. Los consejeros actúan como mentores y modelos positivos. Por encima de todo, el campamento proporciona un espacio para que los niños escuchen el Evangelio.

Debido a que el campamento proporciona un lugar seguro para ser vulnerable, los niños pueden expresar comportamientos negativos mientras están en el campamento. En 2021, los

campamentos Angel Tree se asociaron con Psalm68Five Ministries para ofrecer una formación en Intervención Relacional Basada en la Confianza (TBRI) para ayudar a los campamentos a atender mejor a los niños Angel Tree.

TBRI es un método de atención informada sobre traumas que se centra en el trabajo con niños que tienen experiencias vitales difíciles, como tener un padre entre rejas. Dotar a los monitores de los campamentos Angel Tree de formación en TBRI les permite atender mejor las necesidades de estos niños.

La formación TBRI ayuda al personal del campamento a identificar la necesidad que hay detrás del comportamiento de un niño. A veces, un arrebato se produce porque un niño está deshidratado o tiene un nivel bajo de azúcar en sangre y

solo necesita una bebida o una merienda. Otras veces, un niño está disgustado pero no está preparado para hablar de ello, así que el monitor lo lleva a dar un paseo o practica ejercicios de respiración para ayudarle a calmarse lo suficiente como para hablar de la situación.

La atención informada por el trauma no consiste en modificar el comportamiento, sino en comprender por qué un niño se comporta así y enseñarle a regular sus emociones.

Al igual que otros programas de Prison Fellowship trabajan para ayudar a los padres encarcelados a recibir una segunda oportunidad tras su puesta en libertad, el campamento Angel Tree ayuda a dar a muchos niños una “primera oportunidad” de encontrarse con Jesús y encontrar la curación en un campamento de verano. ■



¡ABRE PUERTAS PARA TU HIJO A TRAVES DE ANGEL TREE!

A través de Prison Fellowship Angel Tree, tu hijo podrá ser elegible a recibir un regalo y una nota personal tuya en Navidad, ponerse en contacto con una iglesia local, participar en campamentos deportivos de un día (en ciudades seleccionadas) o un campamento por una semana de bajo costo o gratuito, y recibir orientación. Además: Padres/tutores de tu hijo tendrán acceso a recursos motivadores y prácticos como nuestro Portal Familiar y *The Hope Connection*.

Llama a Prison Fellowship al 800.55.ANGEL (26435) para obtener más información.

REQUISITOS DE ELEGIBILIDAD:

1. Debes ser el progenitor, padrastro o figura materna/paterna.
2. No debe existir una orden judicial que restrinja tu contacto con el/ los menor/es o su/s padres/tutores.
3. Tu(s) hijo(s) debe(n) vivir en Estados Unidos.
4. Tu(s) hijo(s) debe(n) tener 18 años o menos.
5. El formulario debe ser llenado por completo de manera legible y ser firmado.

¡PIDE HOY MISMO UNA SOLICITUD A TU CAPELLÁN O COORDINADOR DE PROGRAMA!

Los formularios deben contar con un sello postal del 1 de octubre. Pregunta a tu capellán sobre el plazo de tu centro o envía los formularios completos. Ponte en contacto con el padre/tutor de tu(s) hijo(s) para recabar la información más actualizada para tu solicitud.

IMPORTANTE: Si tus datos están incompletos o inexactos, si los voluntarios locales no pueden localizar al padre/tutor de tu(s) hijo(s) o si este se niega a participar, es posible que no entreguemos los regalos a tu(s) hijo(s).

LOS GALARDONADOS CON EL PREMIO AL CAPELLÁN DESTACADO

Pedimos a los lectores que nominaran a su capellán favorito para el Premio al Capellán Destacado de Prison Fellowship. Según las nominaciones que recibimos, aquí está nuestra próxima ronda de galardonados:

Bruce Evans (AR), Oscar Grant (VA), Dana Everage (NV), Darrell Hunley (VA), Alan Leigh (HI), Leon McClimans (IL), Sylvia Moseley (OH), Lois Wendlandt (WI), Willie Whiting (AL), C. Yang (NY).

El Premio al Capellán Destacado honra a los capellanes dedicados que sirven fielmente y con amor a los encarcelados. Este premio se otorga mensualmente. Envía tu nominación a OCA, c/o Inside Journal, P.O. Box 1790, Ashburn, VA 20146-1790. O también puedes enviar tu nominación por correo electrónico a chaplainresources@pfm.org. Asegúrate de incluir el nombre del capellán que deseas honrar, el nombre de su centro (incluyendo la ciudad y el estado), tu nombre y tu historia o párrafo personal sobre por qué esta persona debe ser reconocida como destacada.

LECCIÓN OBJETIVA: Vacíos Pero Llenos de Potencia

por C.L. Bopape

¿QUÉ ES UNA LECCIÓN OBJETIVA? Las lecciones objetivas son herramientas didácticas que utilizan objetos cotidianos para ilustrar un tema abstracto de forma sencilla.

OBJETO: Un recipiente

LECCIÓN: Cuando sientes que no tienes nada que ofrecer, Dios ve tu potencial. Eres valioso para Él.

Tu perspectiva importa.

Es como el viejo debate del “vaso medio lleno o medio vacío”: cuando ves un recipiente que está vacío, ¿lo miras con expectación e imaginas cosas buenas que podrían llenarlo? ¿O tienes sentimientos de decepción porque solo puedes pensar en lo que falta?

¿Y si se sientes vacío por dentro? ¿Te centras en el vacío o te entusiasma la idea de un nuevo comienzo?

Esta lección objetiva explica cómo la prisión puede ser el lugar donde crezcas, esperes bendiciones y te des cuenta del valor de una comunidad sana. No tienes por qué adoptar una mentalidad que equipare el vacío con el fracaso y el pavor. ¿Tu dirección no dicta tu valía!

Toma un recipiente y míralo de cerca. Piensa en cómo lo describirías a otra persona. ¿Es reutilizable o desechable? ¿Tiene buen aspecto o está dañado? ¿Qué similitudes compartes con el recipiente que sostienes?

A menudo hay algo reconfortante en tener un recipiente lleno, especialmente cuando tienes hambre o cuando el contenido parece apetitoso. En la cárcel, puedes llenar un recipiente con cereales, fideos ramen o incluso una comida especial hecha con artículos del economato. Pero ¿qué hay de los

momentos en los que tu recipiente está vacío?

Cuando elijas la perspectiva correcta, no verás tu recipiente vacío de forma negativa. Lo mirarás con expectación, sabiendo que está listo para recibir algo bueno.

Similar a un recipiente vacío, tu vida puede no sentirse llena o satisfactoria durante tu tiempo entre rejas. En lugar de ver esta temporada con expectación, puedes creer que estás hecho jirones o que eres demasiado desechable para que Dios te utilice. Por otro lado, puede que por fuera te veas bien pero por dentro te falte algo. Puede que reflexiones sobre tu pasado y pienses que no tienes nada que ofrecer a nadie. Tal vez haya llegado el momento de cambiar tu forma de pensar. ¿Has pensado alguna vez en considerar tu reclusión como una bendición? Con la perspectiva adecuada, puedes utilizar esta temporada de tu vida para convertirte en la mejor versión de ti mismo.

En Juan 10:10, Jesús dice: “El propósito del ladrón es robar y matar y destruir; mi propósito es darles una vida plena y abundante”. Si anhelas esta vida rica y satisfactoria, pero la pesadez de culpa, vergüenza u orgullo parece interponerse en tu camino, estas son buenas noticias: Dios puede convertir tu temporada de carencia en una temporada de abundancia. A diferencia de un recipiente desechable, eres valioso, y Dios ve tu potencial. No importa lo que hayas hecho



Charlietockis/Getty Images

en tu pasado, Dios aún tiene un propósito para tu futuro.

Utiliza tu tiempo entre rejas para participar en actividades que te desafíen a crecer. Asóciate con personas que te edificarán: personas que viven como quieres vivir. Encuentra formas de conectar con Dios y con los demás tomando clases, participando en grupos de ejercicio o llevando un diario de gratitud (revisa la página 1).

Y lo que es más importante, cuando nutres tu relación con el Señor (mediante actividades como la oración, la memorización de las Escrituras y la lectura de la Palabra de Dios) puedes esperar un impulso en tu fe, mayor paz y sabiduría para afrontar los retos de la vida. Es como si llenaras un recipiente vacío con alimento vivificante.

Así que la próxima vez que veas un recipiente, piensa en formas de “llenar” cualquier área de tu vida que se sienta vacía. Y recuerda que tienes potencial. Dios puede convertir cualquier vacío en una oportunidad. ■

¿ESTÁS A PUNTO DE SALIR?

La Beca Colson (“Charles W. Colson Scholarship”, en inglés) implementada por Charles W. Colson, fundador del Prison Fellowship. Esta beca está disponible para aquellos ciudadanos liberados y elegibles que quieran ingresar a la Universidad Wheaton.

- ¿QUIÉN ES ELEGIBLE? LOS CANDIDATOS DEBEN:**
- Ser cristianos.
 - Ser ciudadanos de los EE. UU.
 - Tener antecedentes penales (*Nota: los antecedentes NO deben incluir crímenes sexuales, incendios provocados o reincidencia de crímenes violentos*).
 - Llevar al menos un año fuera de la cárcel al día 1 de abril del año de solicitud.
 - Encontrarse establecido en una iglesia local.
 - Ser aceptado en los programas de pregrado o posgrado de la Universidad Wheaton.

Proporciona matrícula completa, alojamiento y comida (para estudiantes elegibles).

Wheaton es un colegio académico riguroso y cristiano en Illinois que ofrece más de 40 degrees de undergraduate, y 18 de graduate. Visite wheaton.edu para más información.

Para más información sobre reingreso, pide a tu capellán que visite prisonfellowship.org/storehouse para solicitar la edición especial de Inside Journal Reentry.

RECETA DEL LECTOR

La Sopa Bomba Holística de Jeremy

Enviado por Jeremy en Michigan

- INGREDIENTES:**
- 1/2 paquete de fideos ramen
 - 1/2 sobre de condimento para fideos ramen (se recomiendan los sabores mexicano picante o pollo)
 - 1 cucharada de condimento italiano
 - 1 cucharada de ajo en polvo
 - Generosa cantidad de sal y pimienta

No todos los ingredientes estarán disponibles en todas las instalaciones. Asegúrate de cumplir las normas y reglamentos de tu instalación siempre que cocines.



golfphoto/Getty Images

- INSTRUCCIONES:**
- Coloca todos los ingredientes en un vaso de plástico o uno sopero. Llénalo con 1 2/3 de tazas de agua caliente y déjalo reposar durante 15 minutos. Mézclalo y ¡a comer!

(NOTA DEL EDITOR: Jeremy dice que esta sopa le ayuda cuando está resfriado y sugiere tomarla tres veces al día cuando esté enfermo. Inside Journal no puede verificar si esta receta ayuda con la enfermedad, pero las investigaciones han demostrado que especias como el ajo y la guindilla pueden ayudar a aliviar los síntomas del resfriado). ■

La Sala de Espera de Dios

Enviado por Miguel en Texas

Pero Jesús respondió: “Mi Padre siempre trabaja, y yo también” —JUAN 5:17

Puede que hayas oído la frase “la sala de espera de Dios” cuando se trata de tener paciencia. En el exterior, puede que hayas estado esperando en Dios mientras estabas entre trabajos, haciéndote pruebas de salud, buscando un gran ascenso, etc. Estar encarcelado puede sentirse como mucho esperar en Dios también, tal vez por mucho tiempo. Pero escucha esto: Mientras tú esperas, Dios trabaja.

El Señor nunca deja de trabajar. Nunca se sienta sin hacer nada. Sus últimas vacaciones llegaron el séptimo día de la Creación, y luego volvió a trabajar el octavo día, y no ha parado desde entonces. Solo porque estás ocioso, no supongas que Dios lo está.

“Todos nuestros huéspedes traen felicidad: unos al venir y otros al marcharse”. Este era el mensaje jocoso que colgaba en el exterior de la puerta del despacho de mi madre cuando yo era niño. Aunque el mensaje es ligeramente controvertido, todavía me río cuando pienso en él. ¿Te imaginas esto en la pared de la sala de espera de Dios? ¡Caramba! En su lugar, tenemos la palabra de Dios a los israelitas en el Éxodo: “No teman. ... El Señor luchará por ustedes y les traerá la paz”. Aunque había muerte a su alrededor, lo que estos antiguos esclavos no podían ver era la mano de Dios en el fondo del agua, creando un camino y separando las aguas. Dios estaba trabajando por ellos, incluso cuando no podían verlo.

ORACIÓN:

Señor, gracias por la luz que iluminas y el trabajo que siempre estás haciendo en nuestro favor. Por favor, permítenos abrazar Tu paz tranquilizadora mientras nos sentamos en lo que parece una vida de espera. Permite que nuestras ansiedades disminuyan a medida que aumenta nuestra comprensión de Tu Palabra. Amén. ■

¡SE BUSCAN ESCRITORES!

El devocional anterior fue escrito por uno de nuestros lectores. Si deseas escribir un devocional para Prison Fellowship, por favor escribe un versículo bíblico, seguido de una breve historia personal (de 2 a 4 párrafos) que se relacione con ese versículo, y termina con una oración o meditación sobre ese versículo o tema. Por favor, añade la línea “Doy permiso a Prison Fellowship para publicar mis obras”. Envíalo a “DEVOS”, c/o Inside Journal, P.O. Box 1790, Ashburn, VA 20146. Nota: No se admiten obras publicadas anteriormente. Los envíos podrán ser editados en cuanto a su contenido. Solo se utilizará tu nombre de pila/estado. No se seleccionarán todos los envíos.

RINCÓN DE RECUPERACIÓN

Solo Visitantes

por J.R. Breault

A nadie le gusta experimentar tristeza, ira o soledad. Incluso sentimientos “menores” como el aburrimiento o la irritación pueden ser difíciles de manejar.

Cuando aparecen sentimientos negativos, es fácil querer un alivio rápido. Algunas personas buscan consuelo y distracción en comer comida basura o ver la televisión. Estas actividades parecen relativamente inofensivas, si se hacen con moderación. Pero algunas fuentes de alivio temporal, como las drogas y el alcohol, pueden tener efectos devastadores que cambian la vida.

Volvamos a los sentimientos negativos que a menudo provocan el ansia de escapar. ¿Y si pudiéramos ir más despacio y pensar en ellos de otra manera?

A menudo, las emociones desagradables nos hacen sentir ansiosos porque asumimos que son ineludibles, que están aquí para quedarse. No podemos ver una luz al final del túnel de nuestra depresión o desesperación.

Pero la cuestión es que todos los sentimientos son visitantes. No son huéspedes permanentes. A veces vienen durante unos minutos. A veces vienen durante unos días o incluso más. Pero ningún sentimiento se queda para siempre.

Cuando experimentes un sentimiento negativo, en lugar de buscar formas de expulsarlo, considera la posibilidad de simplemente sentarte con él. Tómate tu tiempo para pensar en lo que la emoción subyacente podría estar mostrándote. Siente curiosidad por tus sentimientos en lugar de temerlos o desear que se acaben. Prueba con escribir un diario o hablar de ellos con una persona de confianza. ¿Realmente necesitas escapar? ¿O puedes esperar pacientemente a que los sentimientos se vayan?

Es probable que cualquier sentimiento sea sustituido por otro diferente relativamente pronto. Si bajas el ritmo el tiempo suficiente para recordar esto, tendrás muchas más posibilidades de tomar una decisión diferente y liberarte de hábitos que no te sirven a largo plazo. ■



Serenethos/Getty Images

Sudoku de la Imagen

RESPUESTAS

1.

			
			
			
			

2.

			
			
			
			

Actividad de página 3.

NOTICIAS + NOTAS

por **L. Haviland**

Una cuadrilla de excarcelados realiza un audaz rescate

Hombres encarcelados que formaban parte de un equipo de trabajo supervisado se convirtieron en salvadores improbables al sacar a un camionero de su vehículo en llamas el pasado enero.

Cuatro hombres del centro de detención del condado de Daviess (Brian Boehman, Chalan Cox, Nicholas Edge y Joshua Powell) habían estado reparando baches en la autopista cuando un camión semirremolque se salió de control, casi golpeándoles a ellos y a su ayudante supervisor Christopher Isbill. Aunque el vehículo se estrelló y estalló en llamas, los cinco hombres corrieron hacia el camión para ayudar a poner a salvo al conductor, Bryan Marcum. Utilizando chatarra, los hombres rompieron la ventanilla del camión para acceder a Marcum.

Los prisioneros fueron elogiados por su valentía en una ceremonia en el centro de detención.

Kentucky Today citó a Art Maglinger, funcionario del condado de Daviess: “Estos individuos se pusieron en peligro para salvar una vida. Su valentía y rápida acción fueron notables, especialmente dado el peligro inmediato del incendio y la fuga de combustible.”

Maglinger añadió que había presentado solicitudes de buenos tiempos meritorios extraordinarios para los prisioneros para recompensar su heroísmo excepcional y desinteresado.

Bomberos encarcelados luchan contra los incendios forestales

Cientos de personas encarceladas fueron enviadas como tripulación adicional para ayudar en los esfuerzos de extinción de incendios. Esto ocurrió cuando los incendios forestales asolaron recientemente el condado de Los Ángeles a principios de este año, según informó a NPR el Departamento de Correccionales y Rehabilitación de

California (CDCR). El grupo de bomberos, Conservation (Fire) Camps Program, entrena a los participantes para responder a diversas emergencias. Aunque estos hombres y mujeres ayudan principalmente en la lucha contra los incendios, también están entrenados para ayudar durante inundaciones “y otros desastres naturales o provocados por el hombre”, según la página web del CDCR. El programa gestiona 35 campamentos de bomberos en toda California, y los presos se presentan voluntarios para participar; no se les asigna como parte de su condena.

Gracias a este programa, en vigencia desde hace más de 100 años, los presos y las cuadrillas profesionales han trabajado juntos para contener los incendios forestales de California, cada vez más frecuentes. Los participantes en el programa (casi 1.800 presos) también son llamados para servir a las cuadrillas externas de extinción de incendios con comidas, servicios de lavandería, jardinería

y mucho más. Y los participantes en el programa pueden incluso solicitar un empleo en CAL FIRE tras su puesta en libertad.

Al hablar de la gravedad de los incendios forestales de enero de 2025, Joseph McKinney, un participante en el programa encarcelado en una prisión de seguridad media, declaró al LA Times: “No estamos acostumbrados a ver daños de esta magnitud. ... Ha sido realmente devastador verlo porque ha habido muchas pérdidas aquí”.

Los niños declaran que el campamento fue un éxito

A principios de este año, más de 150 niños con padres encarcelados participaron en un campamento deportivo gratuito en Mesa, Arizona. El evento del 8 de marzo tenía como objetivo proporcionar a los niños de 7 a 17 años un entorno divertido y de apoyo para aprender nuevas habilidades y fomentar la confianza en sí mismos.

Organizado por Prison Fellowship, el campamento de baloncesto de un día estuvo dirigido por

entrenadores y voluntarios experimentados, entre ellos el ex jugador de los Phoenix Suns Brandon Johnson, que cumplió seis meses de prisión tras un escándalo de apuestas deportivas en 2012.

“Dios simplemente me colocó en la posición adecuada”.

Johnson dijo a AZ Family: “Es simplemente cerrar el círculo para mí. Fui encarcelado. Tuve un padre que fue encarcelado. Para mí, tenía la capacidad de jugar en la NBA, pero la trayectoria de mi vida dio un giro. Cuando salí, empecé a hacer de mentor y a hablar. Dios simplemente me colocó en la posición adecuada; hizo que mi vida cerrara el círculo hasta Prison Fellowship”.

El evento enseñó a los participantes no sólo los fundamentos del baloncesto y la importancia del trabajo en equipo, la disciplina y la perseverancia, sino también el amor de nuestro Padre celestial. ■

7 Maneras Viene de la pág. 1

4. Lleva un diario de oración.

Escribe como si estuvieras escribiendo una carta a Dios. Él está realmente a tu lado y quiere saber de ti, de tu verdadero yo, ya sea feliz o triste. Comparte tu ira y tus miedos. Clama a Dios. No importa lo que tengas que decir o cómo lo digas, Él puede aceptarte, así que sé sincero en tus escritos. También puedes utilizar este diario para rezar por los demás. Si ves que tus oraciones son contestadas, regístralo también. Cuando mires hacia atrás en tu diario, encontrarás

| pruebas de la fidelidad de Dios.

5. Escribe cartas a tu yo más joven.

Si sientes culpa, vergüenza o rabia por cosas que hiciste o que te sucedieron en el pasado, escribe a tu yo más joven. Utiliza palabras de paciencia, amabilidad, perdón y comprensión. Escribe como lo harías a un niño que todavía está aprendiendo y necesita gracia. Sea lo que sea lo que tu yo más joven necesitaba en ese momento de su vida, reflexiona sobre ello.

6. Escribe cartas a tu yo futuro.

| Del mismo modo

que escribir a tu yo más joven puede proporcionarte una perspectiva más sana del pasado, escribir a tu yo futuro puede permitirte sentir esperanza y expectación por la que estás en ciernes. Escribe a la versión de ti mismo que esperas ser en el futuro. Anímate cada vez que alcances un objetivo que te hayas fijado.

7. Lleva un diario de gratitud.

Escribe cada día tres cosas: algo por lo que estés agradecido, algo de lo que te sientas orgulloso y algo que te haga ilusión. Llevar un

diario por la mañana puede centrarse en las esperanzas para el día siguiente, y llevar un diario por la noche puede centrarse en cualquier cosa positiva que haya sucedido ese día, aunque sea pequeña. Un diario de gratitud es una forma de mejorar tu estado de ánimo y cambiar tu estado mental.

Escribir en un diario puede enseñarte más sobre ti, mostrarte algo bueno de tu día, ayudarte a curarte y animarte, y permitirte trabajar emociones difíciles. Sea cual sea el tipo de escritura constante que decidas probar, no seas duro contigo mismo y no te rindas. ■



© 2025 por Prison Fellowship
INSIDE JOURNAL®
se publica cuatro veces al año por Prison Fellowship, P.O. Box 1790, Ashburn, VA 20146-1790
prisonfellowship.org
877.478.0100

Gerente Editorial:
D.P. Bender
Jefe de Redacción:
S.L. Ray
Escritores:
L.C. Aggen, E.G. Andrews, S.C. Anthony, C.L. Bopape, J.R. Breault, L. Haviland

Diseñador Gráfico:
A. Raquel
Un miembro del Evangelical Council for Financial Accountability y el American Correctional Association.
Inside Journal® es una marca registrada de Prison Fellowship®.