

Semana 29 Lunes



Lee **Hebreos capítulo 6**

¿Los versículos 4-6 significan que puedo perder mi salvación? Si me caigo después de conocer a Dios, ¿estoy perdido para siempre e incapaz de arrepentirme?

La respuesta es no. La Biblia enseña que la salvación es eterna (Juan 10: 27-29, Romanos 8:35, 38-39, Filipenses 1: 6, 1 Pedro 1: 4-5). La mayoría de los eruditos de la Biblia están de acuerdo en que este pasaje se refiere a aquellos que han probado la bondad de Dios y luego optan por rechazarlo. Nunca fueron verdaderos creyentes en primer lugar y no querrían llegar al arrepentimiento.

Do verses 4-6 mean that I can lose my salvation? If I fall away after knowing God am I lost forever and unable to repent?

The answer is no. The bible teaches that salvation is eternal (John 10:27-29; Romans 8:35, 38-39; Philippians 1:6; 1 Peter 1:4-5). Most Bible scholars agree that this passage refers to those who have tasted of God's goodness and then choose to reject him. They were never true believers in the first place and would not want to come to repentance.



Dale gracias a Dios por tu salvación eterna.

Give thanks to God for your eternal salvation.

Semana 29 Martes



Lee **Hebreos capítulo 7**

Aquí aprendemos que Jesús es un Sumo Sacerdote que es muy diferente de los que le precedieron. Él vino de una tribu diferente (v.14), y vive para siempre (v.24). Él mismo fue el único sacrificio que necesitamos (v.27) y su pacto es perfecto (v. 22).

La maravillosa noticia es que Jesús es poderoso para salvar para siempre a los que por medio de Él se acercan a Dios, puesto que vive perpetuamente para interceder por ellos. (v. 25).

¡Jesús ha muerto por ti y por mí para que podamos venir a Dios por medio de él, nuestro gran Sumo Sacerdote!

¡Y Él puede salvarnos por completo!

We learn here that Jesus is a High Priest who is very different from those that came before him. He came from a different tribe (v.14), and he lives forever (v.24). He himself was the one sacrifice we need (v.27) and his covenant is perfect (v.22).

The wonderful news is that Jesus is able to save completely those who come to God through him, because he always lives to intercede for them (v.25).

Jesus has died for you and for me that we might come to God through him, our great High Priest!

And He can save us completely!

Semana 29 Miércoles



Lee **Hebreos capítulo 8**

Por causa de Jesús ahora vivimos en una nueva alianza con Dios. Ya no estamos bajo el antiguo pacto que Dios hizo con Israel en el Antiguo Testamento. No tenemos que seguir una ley que fue escrita en piedra.

¿Cuál es nuestro nuevo pacto? ¿Qué promete Dios?
Pondré mis leyes en la mente de ellos,
y las escribiré sobre sus corazones.

Y yo seré su Dios, y ellos serán mi pueblo.. (v.10)

Because of Jesus we now live in a new covenant with God. We are no longer under the old covenant that God made with Israel in the Old Testament. We do not have to follow a law that was written down on stone.

What is our new covenant? What does God promise?

I will put my laws in their minds and write them on their hearts. I will be their God, and they will be my people. (v.10)



Dale gracias a Dios por ser suyo y, pide que te enseñe sus caminos por el Espíritu Santo que obra en tu corazón.

Give thanks to God that you are His and that he teaches you his ways by the Holy Spirit working in your heart.

Semana 29 Jueves



Lee **Hebreos capítulo 9**

El escritor del libro de Hebreos nos muestra aquí cómo Jesús fue el perfecto sacrificio de una vez por todas por nuestros pecados. En el versículo 22 dice que bajo el antiguo pacto no había perdón por los pecados sin el derramamiento de sangre. Los sacrificios ofrecidos a Dios en el Antiguo Testamento eran sombras o copias de las cosas por venir. Cuando Jesús murió y derramó su sangre, él quitó nuestros pecados.

Versículo clave: ¿Cuánto más la sangre de Cristo, el cual por el Espíritu eterno se ofreció a sí mismo sin mancha a Dios, purificará vuestra conciencia de obras muertas para servir al Dios vivo? (v.14)

The writer of the book of Hebrews shows us here how Jesus was the perfect once-for-all sacrifice for our sins. In verse 22 he says that under the old covenant there was no forgiveness for sins without the shedding of blood. the sacrifices offered to God in the Old testament were shadows or copies of the things to come. When Jesus died and shed his blood he took away our sins.

Key verse: *How much more, then, will the blood of Christ, who through the eternal Spirit offered himself unblemished to God, cleanse our consciences from acts that lead to death, so that we may serve the living God! (v.14)*

Semana 29 Viernes



Lee **Hebreos capítulo 10**

¿Cuál es el resultado de la muerte sacrificial de Jesús en la cruz por nosotros? Lee los versículos 19 a 25 de nuevo.

Podemos acercarnos a Dios sin culpa ni miedo.

Podemos caminar en plena certidumbre de fe y en la esperanza que tenemos.

Debemos continuar reuniéndonos y animándonos unos a otros en nuestra fe.

What is the result of the sacrificial death of Jesus on the cross for us? Read verses 19 to 25 again.

We can draw near to God without guilt and fear.

We can walk in unswerving faith in the hope that we have.

We must continue meeting together and encouraging one another in our faith.

Semana 30 Lunes



Lee **Hebreos capítulo 11**

Hebreos 11 es uno de los grandes capítulos de la Biblia. En él leemos sobre muchos de los grandes hombres y mujeres del Antiguo Testamento que vivieron en la fe. Leemos acerca de sus hazañas asombrosas y su fe en Dios, incluso cuando los tiempos eran duros. Dios los elogió por su fe aun cuando no vieron el resultado.

Entonces, ¿qué es la fe? El versículo 1 nos dice: Ahora bien, la fe es la certeza de lo que se espera, la convicción de lo que no se ve.

Hebrews 11 is one of the great chapters in the Bible. In it we read about many of the great men and women of the Old Testament who lived in faith. We read about their amazing exploits and their faith in God, even when times were hard. God commended them for their faith even when they did not see the result.

So, what is faith? Verse 1 tells us: Now faith is confidence in what we hope for and assurance about what we do not see.



Pídale a Dios que te dé una fe fuerte por las cosas que esperas y todavía no ves.

Ask God to give you a strong faith for the things you hope for and still do not yet see.

Semana 30 Martes



Lee **Hebreos capítulo 12**

Versículo clave: Despojémonos de todo peso y del pecado que tan fácilmente nos envuelve, y corramos con paciencia la carrera que tenemos por delante, puestos los ojos en Jesús. (v. 1-2)

Cuando fijamos nuestros ojos en Jesús podemos vivir vidas dignas de Él. Podemos recibir la disciplina que nos ayuda a madurar (v.4-13), podemos vivir en paz y santidad (v.14-17), y podemos acercarnos a Dios sin temor (v.18-29). Aprendamos a mantener nuestros ojos en Jesús.

Key verse: *Let us throw off everything that hinders and the sin that so easily entangles. And let us run with perseverance the race marked out for us, fixing our eyes on Jesus (v.1-2)*

When we fix our eyes on Jesus we can live lives worthy of Him. We can receive discipline that helps us mature (v.4-13), we can live in peace and holiness (v.14-17), and we can draw close to God without fear (v.18-29).

Let's learn to keep our eyes on Jesus.

Semana 30 Miércoles



Lee **Hebreos capítulo 13**

El escritor de Hebreos termina dándonos más instrucciones sobre

- + cómo debemos vivir en la verdad, el amor y la alabanza,
- + sobre el matrimonio,
- + en el respeto a los líderes.

Termina con una oración para orar unos por otros. Usa los versos 20-21 para orar ahora por ti mismo y por los demás.

The writer of Hebrews ends by giving us further instructions on
+ how we should live in truth and love and praise,
+ on marriage,
+ on respecting leaders.

He ends with a prayer that we can pray for one another. Use
verses 20-21 to pray now for yourself and for others.

1 Pedro es una carta de Pedro, el discípulo que caminaba sobre el agua, vio a Jesús transfigurado, negó a Jesús y luego fue restablecido, y luego se convirtió en el líder de la iglesia en Jerusalén. Pedro se refiere a sus experiencias personales con Jesús y sus sermones del libro de Hechos.

Está escribiendo a los creyentes que habían estado dispersos por toda la región y que estaban bajo intensa persecución. Comprendía la persecución. Fue golpeado, amenazado, castigado y encarcelado por predicar la Palabra de Dios. Sabía lo que se necesitaba para soportar sin amargura, sin perder la esperanza y con gran fe mientras vivía una vida obediente y victoriosa.

Este conocimiento de nuestra esperanza viva en Jesús es el mensaje que él trae, y el ejemplo de Cristo es el siguiente. En su carta, Pedro nos recuerda que la vida eterna se da a todos los cristianos. Una forma de identificarse con Cristo es compartir su sufrimiento. Para nosotros eso sería soportar insultos, pero esto es tan pequeño comparado con lo que Cristo sufrió por nosotros en la Cruz.

Pedro nos dice que debemos defender lo que saben y creer que es correcto y que nos regocijamos cuando el mundo y Satanás pretendan hacerle daño.

1 Peter is a letter from Peter, the disciple who walked on water, saw Jesus transfigured, denied Jesus and was then reinstated, and who then became the leader of the church in Jerusalem. Peter refers to his personal experiences with Jesus and his sermons from the book of Acts.

He is writing to the believers who had been scattered throughout the region and who were under intense persecution. He understood persecution. He was beaten, threatened, punished and jailed for preaching the Word of God. He knew what it took to endure without bitterness, without losing hope and in great faith as he lived an obedient, victorious life.

This knowledge of our living hope in Jesus is the message he brings, and Christ's example is the one to follow.

In his letter Peter reminds us that eternal life is given to all Christians. One way to identify with Christ is to share in His suffering. To us that would be to endure insults but this is so minor compared to what Christ suffered for us on the Cross.

Peter tells us to stand up for what you know and believe is right and rejoice when the world and Satan aim to hurt you.

Semana 30 Jueves



Lee **1 Pedro capítulo 1**

¿Qué esperanza podemos tener en tiempos de sufrimiento?

Pedro explica que tenemos una herencia eterna que nos espera (v.4), y podemos regocijarnos porque somos salvos (v.8-9). Podemos pasar por pruebas sabiendo que fortalecen nuestra fe (v.6-7). Cuando creemos en Jesús que murió por nosotros y ponemos nuestra esperanza en Dios (v.18-21), sabemos que hemos nacido de nuevo (v.23) y estamos protegidos por el poder de Dios (v.5).

Que estas verdades eternas te fortalezcan cuando pases por tiempos difíciles aquí en la tierra.

What hope can we have in times of suffering?

Peter explains that we have an eternal inheritance waiting for us (v.4), and we can rejoice because we are saved (v.8-9). We can go through trials knowing that they strengthen our faith (v.6-7). When we believe in Jesus who died for us and we put our hope in God (v.18-21), we know that we have been born again (v.23) and we are shielded by God's power (v.5).

Let these eternal truths strengthen you when you go through hard times here on earth.

Semana 30 Viernes



Lee **1 Pedro capítulo 2**

Versículo Clave: vosotros sois linaje escogido, real sacerdocio, nación santa, pueblo adquirido para posesión de Dios, a fin de que anunciéis las virtudes de aquel que os llamó de las tinieblas a su luz admirable. (v.9)

Nuestra identidad cambia cuando nacemos de nuevo. Ahora somos quienes Dios dice que estamos en este versículo. Por eso somos capaces de vivir en las formas que Pedro describe en los versículos 11-25. ¡Por eso debemos vivir así! Ya no tenemos que conformarnos con las normas del mundo caído. ¡Podemos vivir en santidad y victoria!

Key Verse: *You are a chosen people, a royal priesthood, a holy nation, God's special possession, that you may declare the praises of him who called you out of darkness into his wonderful light. (v.9)*

Our identity changes when we are born again. We now are who God says we are in this verse. That is why we are able to live in the ways that Peter describes in verses 11-25. That is why we should live like this! We no longer have to conform to the standards of the fallen world. We can live in holiness and victory!

Semana 31 Lunes



Lee **1 Pedro capítulo 3**

Pedro continúa con el tema de nuestro estilo de vida como cristianos. Él dice que Dios escucha las oraciones de aquellos que hacen lo correcto en el matrimonio (v.1-7), en nuestras relaciones mutuas (v.8-9), en nuestro testimonio (v.15-16) , y en tiempos de dificultad (v.13-14 y 17).

Pedro cita del Salmo 34 en los versículos 10-12.

¿Qué promesas hay aquí para aquellos que hacen el bien?

Peter continues with the theme of our lifestyle as Christians. He says that God listens to the prayers of those who do what is right, in marriage (v.1-7), in our relationships with each other (v.8-9), in our witness (v.15-16), and in times of difficulty (v.13-14 & 17).

Peter quotes from Psalm 34 in verses 10-12.

What promises are there here for those who do good?



Pídale a Dios que te ayude en tu matrimonio, tus relaciones, en tu testimonio y cuando los tiempos sean difíciles.

Ask God to help you in your marriage, your relationships, in your witness, and when times are hard.

Semana 31 Martes



Lee **1 Pedro capítulo 4**

Pedro escribe a los cristianos que sufren persecución. ¿Cómo nos las arreglamos cuando somos perseguidos? En los versículos 3 y 4 él dice que a veces la gente te critica porque no quieres unirte a ellos en su estilo de vida impío. ¿Qué dice que les sucederá a estas personas en el versículo 5?

En contraste, ¿qué dice que nos sucede cuando somos insultados porque somos cristianos? Ver el versículo 14 para la respuesta.

Los versículos 7-11 nos muestran cómo debemos vivir, y cómo podemos mostrar a otros a través de nuestras vidas que Jesús vive

Peter is writing to Christians who are suffering persecution. How do we cope when we are persecuted? In verses 3 and 4 he says that sometimes people criticise you because you do not want to join them in their ungodly lifestyle. What does he say will happen to these people in verse 5? In contrast, what does he say happens to us when we are insulted because we are Christians? See verse 14 for the answer.

Verses 7-11 show us how we should live, and how we can show others through our lives that Jesus lives.

Semana 31 Miércoles



Lee **1 Pedro capítulo 5**

¿Cuáles son las características de un buen líder de iglesia (versículos 1-4)? Es fácil enviarlo a un líder como este (v.5).

Los versículos 6 y 7 muestran que también tenemos un Dios que se preocupa por nosotros y puede sacarnos de nuestros problemas. ¿Qué tenemos que hacer para recibir la ayuda de Dios (v.7)?

What are the characteristics of a good church leader (verses 1-4)? It is easy to submit to a leader like this (v.5).

Verses 6 and 7 show that we also have a God who cares for us and can lift us out of our troubles. What do we have to do to receive God's help (v.7)?

Semana 31 Jueves



Lee **Hechos capítulo 28:11-31**

Hemos llegado al final del libro de Hechos. Pablo deja Malta y se dirige a Roma, donde se encuentra bajo arresto domiciliario, en espera de juicio. Él inmediatamente contacta a los líderes judíos y les habla del evangelio, y luego, cuando lo rechazan, les predica a los gentiles.

Durante este tiempo, escribe cartas a los Efesios, Filipenses, Colosenses y a Filemón. Luego es liberado y escribe 1 Timoteo y Tito, antes de ser arrestado nuevamente en Roma. Desde aquí él escribe 2 Timoteo. Leeremos estas cartas mientras continuamos leyendo el Nuevo Testamento.

Pablo finalmente es decapitado y Pedro también es martirizado durante la persecución de Nerón.

We have reached the end of the book of Acts. Paul leaves Malta and sails for Rome, where he is put under house arrest, awaiting trial. He immediately contacts the Jewish leaders and talks to them about the gospel, and then, when they reject him, he preaches to the gentiles.

During this time he writes letters to the Ephesians, Philippians, Colossians, and to Philemon. He is then released and writes 1 Timothy and Titus, before being arrested again in Rome. From here he writes 2 Timothy. We will read these letters as we continue reading the New Testament.

Paul is eventually beheaded and Peter is also martyred during Nero's persecution.

La carta de Pablo a los cristianos en Éfeso es la descripción más increíble de los cristianos y la iglesia que se debe escribir.

En **Efesios** 1 descubrimos las asombrosas bendiciones que hemos recibido en Cristo, y Pablo ora para que tengamos una revelación más profunda de la verdad de quiénes somos en Cristo.

En los capítulos 2 y 3 descubrimos cómo se nos da vida en Cristo, y cómo Dios ha creado su iglesia a partir de judíos y gentiles. Pablo nuevamente ora para que podamos entender el gran amor de Dios por nosotros.

El Capítulo 4 nos da instrucciones sobre cómo vivir como cristianos, y cómo Dios ha diseñado la iglesia para funcionar como su cuerpo.

El Capítulo 5 nos da más detalles sobre cómo podemos convertirnos en imitadores de Dios y cómo la iglesia es un modelo para nuestras vidas hogareñas.

Finalmente en el capítulo 6 leemos sobre la armadura de Dios que nos ayuda en nuestra lucha contra el enemigo.

Al leer esta notable carta, permita que Dios lo edifique con fe y amor por Él y por la iglesia.

Paul's letter to the Christians in Ephesus is the most incredible description of the Christian and the church ever to be written.

*In **Ephesians** 1 we find out what amazing blessings we have received in Christ, and Paul prays that we will have a deeper revelation of the truth of who we are in Christ.*

In chapters 2 and 3 we find out how we are made alive in Christ, and how God has created his church from Jews and gentiles. Paul again prays that we might understand God's great love for us.

Chapter 4 gives us instructions on how to live as Christians, and how God has designed the church to function as his body.

Chapter 5 gives us more details on how we can become imitators of God and how the church is a model for our home lives.

Finally in chapter 6 we read about the armour of God that help us in our fight against the enemy.

As you read this remarkable letter, allow God to build you up in faith and love for Him and for the church.

Semana 31 Viernes



Lee **Efesios capítulo 1**

Los versículos 3-14 son un poderoso recordatorio de quiénes somos en Cristo. Esta es la verdad de quién eres según Dios. ¡Esta es la manera en que Dios te ve!

Léelo una y otra vez y deja que la verdad te inunde.

Si todavía no puedes creerlo, entonces ora la oración de Pablo en los versículos 17-19, y pídele a Dios que te revele la verdad.

Verses 3-14 are a powerful reminder of who we are in Christ. This is the truth of who you are according to God. This is the way God sees you!

Read it over and over and let the truth sink in.

If you still can't quite believe it, then pray Paul's prayer in verses 17-19, and ask God to reveal the truth to you.



Señor, gracias porque me elegiste, porque me bendices, porque me adoptaste, porque me redimiste, porque me has sellado con el Espíritu Santo, que mi vida sea para la alabanza de tu gloria.

Lord, thank you that you chose me, that you bless me, that you adopted me, that you redeemed me, that you sealed me with the Holy spirit, that my life is for the praise of your glory.

Semana 32 Lunes



Lee **Efesios capítulo 2**

Qué maravillosas noticias hay en este capítulo. ¡Pablo nos dice algo asombroso en los versículos 5 y lo repite nuevamente en el versículo 8, para que recibamos el mensaje!

Es por ----- ¡hemos sido salvados!

Dios nos dio vida juntamente con Cristo (v.5), Dios nos resucitó con Él nos resucitó, y con Él nos sentó en los lugares celestiales en Cristo Jesús (v.6), somos hechura suya, creados en Cristo Jesús para hacer buenas obras, las cuales Dios preparó de antemano para que anduviéramos en ellas (v.10), tenemos acceso al padre (v.18), y estamos siendo contruidos juntos para convertirnos en una morada en la que Dios vive por su Espíritu (v.22). ¡Y todo esto sucede cuando nacemos de nuevo!

What wonderful news there is in this chapter. Paul tells us an amazing thing in verses 5 and he repeats it again in verse 8, so that we get the message!

It is by ----- we have been saved!

God made us alive with Christ (v.5), God raised us up with Christ and seated us with him in the heavenly realms (v.6), we are God's handiwork, created in Christ Jesus to do good works, which God prepared in advance for us to do (v.10), we have access to the father (v.18), and we are being built together to become a dwelling in which God lives by his Spirit (v.22). And all of this happens when we are born again!

Semana 32 Martes



Lee **Efesios capítulo 3**

Los judíos habían sido el pueblo elegido de Dios hasta el tiempo de Jesús. Pero Pablo dice que ahora, los gentiles son coherederos y miembros del mismo cuerpo, participando igualmente de la promesa en Cristo Jesús mediante el evangelio (v.6).

Dios tiene un nuevo plan. Su intención era que la infinita sabiduría de Dios sea ahora dada a conocer por medio de la iglesia a los principados y potestades en las regiones celestiales, conforme al propósito eterno que llevó a cabo en Cristo Jesús nuestro Señor (v.10-11). La iglesia es el plan de Dios para hacerlo conocer.

Ora la oración de Pablo en los versículos 14-21 y pídale a Dios que le revele más de sí mismo hoy.

The Jews had been God's chosen people until the time of Jesus. But Paul says that now, through the gospel, the Gentiles are heirs together with Israel, members together of one body, and sharers together in the promise in Christ Jesus (v.6).

God has a new plan. His intent was that now, through the church, the manifold wisdom of God should be made known to the rulers and authorities in the heavenly realms, according to his eternal purpose that he accomplished in Christ Jesus our Lord (v.10-11). The church is God's plan for making him known. Pray Paul's prayer in verses 14-21 and ask God to reveal more of himself to you today.

Semana 32 Miércoles



Lee **Efesios capítulo 4**

¿Qué dones le ha dado Dios a la gente para edificar la iglesia?

Pablo enumera algunos de ellos en el versículo 11.

¿Para qué son (v.12)?

¿Y por qué necesitamos estos dones (v.13-15)?

En el versículo 16, Pablo dice que cuando cada parte funciona bien, todo va creciendo y edificándose en amor.

Cada uno de nosotros tiene un trabajo que hacer para construir la iglesia. Cómo vivimos es una parte tan importante de esto como lo que hacemos, y en los versículos 17-32 Pablo nos dice cómo debemos vivir para construir el cuerpo de Cristo, la iglesia. **¿Estás viviendo así?**

What gifts has God given to people to build up the church?

Paul lists some of them in verse 11.

What are they for (v.12)?

And why do we need these gifts (v.13-15)?

In verse 16 Paul says that the whole body grows and builds itself up in love, as each part does its work.

*Each of us has a job to do to build the church. How we live is as much a part of this as what we do, and in verses 17-32 Paul tells us how we should live in order to build the body of Christ, the church. **Are you living like this?***

Semana 32 Jueves



Lee **Efesios capítulo 5**

En los versículos 1-21, Pablo continúa enseñándonos cómo debemos vivir para agradar a Dios y construir su iglesia. Luego continúa describiendo el increíble amor de Cristo por su iglesia. Pablo dice que Cristo es la cabeza de la iglesia, su cuerpo, del cual él es el Salvador (v.23). Cristo amó a la iglesia y se dio a sí mismo por ella, para santificarla (v.25). Alimentamos y cuidamos nuestro cuerpo, así como Cristo lo hace en la iglesia, porque somos miembros de su cuerpo (v.29-30). Pablo usa la ilustración del amor de un hombre por su esposa y dice que, así como son una sola carne, Cristo ama a su iglesia porque también es su cuerpo.

In verses 1-21 Paul continues to teach us how we should live to please God and to build his church. He then goes on to describe Christ's amazing love for his church. Paul says that Christ is the head of the church, his body, of which he is the Saviour, (v.23). Christ loved the church and gave himself up for her to make her holy (v.25). We feed and care for our body, just as Christ does the church – for we are members of his body (v.29-30). Paul uses the illustration of a man's love for his wife and says that, just as they are one flesh, so Christ loves his church because it too is his body.



Pídele a Dios que te ayude a amar a la iglesia como él lo hace.

Ask God to help you love the church as he does.

Semana 32 Viernes



Lee **Efesios capítulo 6**

En este último capítulo de Efesios, Pablo escribe sobre la armadura de Dios. Está bajo arresto domiciliario y está custodiado por soldados romanos, ¡así que estaba muy familiarizado con la armadura que usaban! Él dice que necesitamos usar la armadura de Dios mientras luchamos contra el enemigo (¿quién es el enemigo? Lee v.12).

¿Cuál es la armadura? Lee los versículos 14-17.

El cinturón de _____, la coraza de _____, los zapatos del _____, el escudo del _____ yelmo de _____, la espada del _____ que es el _____

In this last chapter of Ephesians, Paul writes about the armour of God. He is under house arrest and is guarded by roman soldiers, so he was very familiar with the armour they wore! He says we need to wear the armour of God as we struggle against the enemy, (who is the enemy? read v.12).

What is the armour? Read verses 14-17.

The belt of _____, breastplate of _____, shoes of the _____, shield of _____, helmet of _____, sword of the _____ which is the _____