

REVISTA

ADVENTISTA

JULIO 2019

ra.editorialaces.com

BRÚJULA

LOS REMEDIOS DE DIOS

LIDERAZGO REAL

DECISIÓN CON PRECISIÓN

SALUD Y SABOR

ALIMENTACIÓN Y
BELLEZA

VIMOS LUZ EN LA OSCURIDAD

RELATOS MISIONEROS DE LA INDIA

INFORME ESPECIAL: UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN, FACULTADES EN MISIÓN



SUMARIO

JULIO 2019

Nuestros tiempos, 3

Un engaño insidioso

Ángeles de esperanza, 4

Soportar las injusticias

Brújula, 5

Los remedios de Dios

En familia, 6

¡Cambiar a tu cónyuge!

Liderazgo real, 7

Decisión con precisión

Daniel, 8

El cuerno de Daniel 8

Apocalipsis, 9

¡Ángeles sueltos! (2)

Noticias, 10

Toda la actualidad sudamericana

Bienestar emocional, 15

Alarmas psicoemocionales

Biblia saludable, 16

Efecto placebo

Salud y sabor, 17

Alimentación y belleza

Nota de tapa, 18

Vimos luz en la oscuridad

Doctrinas distintivas, 24

Satanás, un ser real

Carácter y santificación, 25

Transformados por su amor

Tener fe, ¿cómo hago?, 26

Saberse débil, saberse fuerte

Encender una vela



Si tuviera que elegir, no tendría dudas: el libro de devociones matutinas que más me gustó de todos los que leí fue *Contemplemos su gloria*, de William G. Johnsson. Nacido en Australia y director por muchos años de la *Adventist Review*, el Pr. Johnsson sirvió por algún tiempo como misionero en la India.

En uno de los relatos diarios, cuenta una experiencia que vivió en la ciudad de Calcuta. Allí, algo cansado por las tareas cotidianas y el agobiante calor, vio una pared pintada con esta leyenda: "Es preferible encender una vela antes que maldecir la oscuridad". En Calcuta hay mucho para maldecir, argumenta este consagrado escritor: la pobreza, la desigualdad, la miseria... pero, y ante ese imperfecto combo de calamidades, es posible encender una luz mediante el servicio y la testificación. Una pintada puede cambiarte la perspectiva. Con esa frase en su mente, el pastor y su esposa siguieron cumpliendo con fe su ministerio.

En este mes, la nota de tapa relata las vicisitudes de Patricia y David, un matrimonio de jóvenes adventistas que fueron misioneros en la India, más precisamente en un orfanato que tiene nuestra iglesia en Bangalore.

Cuando ellos me contaban cómo fue llegar a la India y recorrer distintos sitios, me acordé de mi libro de meditaciones matutinas preferido. Hay situaciones aparentemente irreversibles, oportunidades truncas y brechas abismales casi imposibles de armonizar que se plasman en una honda negrura, casi insondable.

"Hay mucha basura... por todos lados. Nunca pensamos que el *shock* cultural sería tan enorme", cuentan. "Pero, lo peor le escuchar las historias de los niños. Son pequeños que están allí cargando un pasado muy duro de sobrellevar", afirman.

Muchas veces, con sus cabezas llenas de piojos y sus dificultades para el aprendizaje, corrían hacia Patri y David para abrazarlos y regalarles su mejor sonrisa. ¿Cómo puede alguien reír en ese contexto? Esto es algo de lo que podrán leer en el exacto testimonio de dos personas que dejaron sus trabajos en Argentina, vendieron sus pertenencias y abandonaron su zona de confort para servir en el extranjero. Dos personas que saben que siempre es mejor encender una vela antes que maldecir la oscuridad. ^{RA}

■ PABLO ALE, editor asociado de la RA.

Más información en: ra.editorialaces.com

Síguenos en:   

RA STAFF

Marcos Blanco, Director
Pablo Ale, Redactor
Bibiana Claverie, Pablo M. Claverie, Pruebas
Osvaldo Ramos, Director de Diseño
Nelson Espinoza-Carlos Schefer, Diagramación
Gabriel Cesano, Gerente general
Henry Mendizábal, Gerente financiero

Marcos Blanco, Director editorial
Sixto Minetto, Gerente de Tecnología y Procesos
Julio Ciuffardi, Gerente de Producción
Claudio Menna, Gerente de Logística
Isaac Goncalvez, Gerente de Educación
Benjamin Contreras, Gerente comercial

Ilustración de tapa: Nelson Espinoza/Carlos Shefer.
Fotos de este número: Shutterstock, Archivo ACES.
Colaboradores especiales: DSA: Erton Köhler, Felipe Lemos-Unión Argentina; Darío Caviglione-Unión Boliviana; Hiram Kalbermatter-Unión Chilena; Aldo Muñoz-Unión Ecuatoriana; Giovanni Izquierdo-Unión Paraguaya; Evandro Fávoro-Unión Peruana del Norte; Bill Quispe-Unión Peruana del Sur; Enzo Chávez-Unión Uruguay; Carlos Sánchez-Brasil; Wendel Lima. Otras divisiones: Roy Adams, Bill Knott, Steve Chavez, Carlos Medley, Kimberly Luste Maran y Bonita Shields.
Revista Adventista. Editada e impresa mensualmente, mediante el sistema *offset*, por su propietaria, la Asociación Casa Editora Sudamericana. Redacción, administración, talleres y ventas: Gral. José de San Martín 4555, B1604CDG Florida Oeste, Buenos Aires, Rep. Argentina. Teléfono: (54-11) 5544-4800. Fax (54-11) 4760-0416. Domicilio legal: Uriarte 2429, C1425FNI, Ciudad Autónoma de Buenos Aires.
Correo electrónico: ra@aces.com.ar

Revista mensual de la Iglesia Adventista del 7° Día en la División Sudamericana.
Año 119 (JULIO de 2019) N° 7
Prohibida la reproducción total o parcial de esta publicación (texto, imágenes y diseño), su manipulación informática y transmisión ya sea electrónica, mecánica, por fotocopia u otros medios, sin permiso previo del editor.

 Asociación Casa Editora Sudamericana

Registro Nacional de la Propiedad Intelectual RL-2019-14874940-APN-DNDA#MJ
Franqueo a pagar. Cuenta 10272
IMPRESO EN LA ARGENTINA



Un engaño insidioso

El espiritismo avanza con marcha ininterrumpida.

En los últimos años, un cambio imperceptible ha estado cargando la semilla de un engaño insidioso. Este cambio, incluso, ha sido disfrazado de características deseables. Me refiero al hecho de que la saga de Harry Potter ha vendido ya más de 450 millones de ejemplares de libros, y ha sido traducida a 73 idiomas.

Y si bien esos números no llegan ni por lejos a la difusión y la distribución de la Biblia a lo largo de la historia, al menos para las generaciones actuales, estos libros amenazan con desplazar la Biblia como texto de referencia. Por ejemplo, el 61 % de los estadounidenses ha visto al menos una película de Harry Potter. Dado que solo el 50 % de los cristianos estadounidenses puede nombrar los cuatro evangelios, no es exagerado decir que Gryffindor, Slytherin, Ravenclaw y Hufflepuff (personajes principales de la saga) son más conocidos en la sociedad estadounidense que Mateo, Marcos, Lucas y Juan.

De hecho, para los *millennials* políticamente progresivos en particular, Harry Potter es más que una serie de libros: implica toda una teología. Si bien estos libros rara vez abordan explícitamente la idea de Dios, o proponen una teología metafísica en sí, su trama propone un desarrollo paralelo al Gran Conflicto bíblico.

Los libros de Harry Potter están plagados de hechicería, quiromancia, sesiones de *médiums* espiritistas, posesiones demoníacas, hechizos, encantamientos, y toda clase de prácticas ocultistas. De hecho, la Biblia no solo condena la hechicería (Deut. 18:10-12; Apoc. 21:8), sino también afirma que el ocultismo y el engaño acerca del estado de los muertos desempeñará un papel importantísimo en el desenlace del Gran Conflicto en la historia de este mundo. Y, no es casualidad que sea esta generación de la humanidad la que esté más familiarizada con estas prácticas ocultistas que con la Palabra de Dios. Dado

que nos estamos acercando rápidamente al tiempo del fin, Satanás está preparando el terreno para entrapar mediante falsos milagros y los engaños del espiritismo a la última generación sobre la Tierra.

Elena de White destaca el papel que el ocultismo desempeñará en el tiempo del fin: "Entre las trampas más terribles del gran seductor figuran las enseñanzas engañosas y los fementidos milagros del espiritismo" (*El conflicto de los siglos*, p. 578). "Poco a poco Satanás ha preparado el camino para su obra maestra de seducción: el desarrollo del espiritismo" (*El conflicto de los siglos*, p. 618).

Este engaño es sutil porque se disfraza de algo inofensivo: "Los que enseñan el espiritismo se presentan de forma agradable y seductora para engañaros, y si escucháis sus fábulas quedaréis entrapados por el enemigo de la justicia, y perderéis ciertamente vuestra recompensa" (*El evangelismo*, p. 439).

Y, lo que es más, esto también afectará a diversas iglesias: "Conforme vayan siendo aceptadas las enseñanzas del espiritismo en las iglesias, irán desapareciendo las vallas impuestas al corazón carnal, y la religión se convertirá en un manto para cubrir las más bajas iniquidades. La creencia en las manifestaciones espiritistas abre el campo a los espíritus seductores y a las doctrinas de demonios, y de este modo se dejarán sentir

en las iglesias las influencias de los ángeles malos" (*Profetas y reyes*, p. 156).

Finalmente, la autora utiliza una figura del lenguaje para resaltar con cuánta rapidez este engaño se diseminará: "Vi la rapidez con que se difundía el engaño espiritista.

Se me mostró un tren de vagones que marchaban con la velocidad del rayo. El ángel me mandó que observara cuidadosamente. Fijé la vista en el tren. Parecía que en él iba el mundo entero. Después, el ángel me mostró al jefe del tren, un hermoso e imponente personaje a quien todos los pasajeros admiraban y reverenciaban. Quedé perpleja, y pregunté a mi ángel acompañante quién era aquel jefe. Me respondió: 'Es Satanás, disfrazado de ángel de luz. Ha cautivado al mundo. Este ha sido entregado a formidables

“NO ES CASUALIDAD QUE SEA ESTA GENERACIÓN DE LA HUMANIDAD LA QUE ESTÉ MÁS FAMILIARIZADA CON ESTAS PRÁCTICAS OCULTISTAS QUE CON LA PALABRA DE DIOS”.

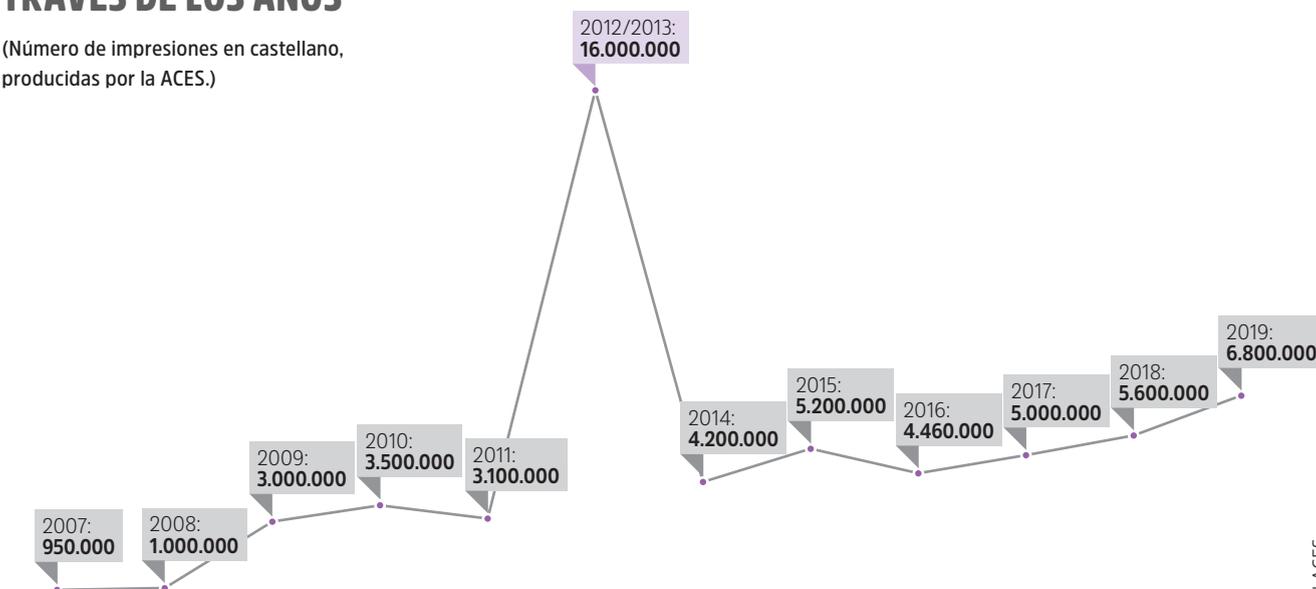
engaños, para creer en una mentira con el fin de que se condene. Su agente, el que lo sigue en categoría, es el maquinista, y otros agentes suyos están empleados en diversos cargos, según los va necesitando, y todos marchan con relampagueante velocidad a la perdición" (*El conflicto de los siglos*, p. 618).

Debemos no solo estar preparados, sino también alertar a otros de este grave peligro. Al proclamar el mensaje de los tres ángeles, contraatacamos con luz la obra de las tinieblas.^{RA}

MARCOS BLANCO, pastor, Doctor en Teología y director de la *Revista Adventista*.

EL LIBRO MISIONERO, A TRAVÉS DE LOS AÑOS

(Número de impresiones en castellano, producidas por la ACES.)



Fuente: Equipo editorial ACES.

ÁNGELES DE ESPERANZA | Jorge Rampogna | @jorgerampogna

Colaboradora: Cintia Roscher

SOPORTAR LAS INJUSTICIAS

Lamentablemente, en nuestra sociedad abundan cada vez más los casos de divorcio por violencia en el hogar. En general, suele ser la mujer quien hace la denuncia. El caso de Oscar, de Cochabamba (Bolivia), no fue diferente pero sí lo fue en un sentido: fue acusado falsamente. Esta es una realidad que no se comenta mucho: a veces, las denuncias son falsas.

Desde entonces, Oscar comenzó un proceso de más de seis años, donde lo más complicado fue definir la tenencia de los hijos.

Él cuenta que una vez le preguntó a su esposa cómo se había hecho unos moretones, y ella solo respondió que había sido un accidente. Más adelante, cuando iniciaron el divorcio, Oscar descubrió que ella había estado preparando pruebas falsas para separarse. Al no entender bien por qué su esposa no le daba oportunidad para enmendar lo que hiciera falta y continuar como una familia (sobre todo, para beneficio de sus hijos), descubrió que

quien la había ayudado a presentar las pruebas falsas y las denuncias había sido el abogado (que también era su amante).

Además de confesarle cómo junto con el abogado de ella había premeditado hacer la denuncia y el pedido de divorcio, su esposa le dejó claro que sus intenciones eran dejarlo sin ningún bien material y arruinarle la vida.

Por eso, Oscar cayó en una profunda depresión y no veía una salida para sus problemas. Llegó a pensar que lo mejor sería suicidarse. Una noche decidió arreglar la radio de su auto y, mientras iba a su trabajo, la prendió para ver si funcionaba. En ese momento, sintonizó la Radio Nuevo Tiempo, la única radio que pudo captar bien. Justo había un pastor que contaba una historia que llamó su atención. Siguió escuchando atentamente porque se sentía reconfortado y los mensajes le daban esperanza.

Como cristiano, decidió confiar nuevamente en Dios. Lo buscó en oración y le entregó todos

sus problemas. Así, poco a poco todo empezó a resolverse.

Hoy Oscar es un fiel oyente de la radio y continúa aprendiendo de los mensajes que allí se comparten. Está sumamente agradecido con quienes trabajan en Nuevo Tiempo y con quienes hacen posible que la señal llegue hasta su hogar.

Las palabras de ánimo y esperanza llegaron hasta la radio de Oscar en el momento justo gracias a cada uno de los Ángeles de Esperanza. ¡Sigamos apoyando este proyecto que transforma vidas! ^{RA}

Para ver esta historia, escanea el código QR e ingresa al canal de YouTube de *Ángeles de esperanza*.



JORGE RAMPOGNA, Pastor, y director asociado de la Red Nuevo Tiempo.



Los remedios de Dios

La perfección es la huella digital de Dios en la Creación. Él puso esta marca en cada detalle del Universo, del planeta Tierra, de la naturaleza, y especialmente del ser humano. A fin de cuentas, esa es la identidad de su carácter.

Pero, hubo un cambio radical cuando el cielo fue sacudido, el Universo quedó en shock y la Tierra fue infectada por el surgimiento del pecado. Isaías 14:13 y 14 describe el sentimiento que estuvo por detrás de esta tragedia: el egoísmo. Cinco veces Lucifer se exaltó y estuvo dominado por su propio “yo”. Por eso, Elena de White afirma que “el espíritu de egoísmo es el espíritu de Satanás” (*Los hechos de los apóstoles*, p. 279), y que es “la esencia de la depravación” (*Mente, carácter y personalidad*, t. 1, p. 30). Sus efectos son tan complicados que hasta Platón decía que el “amor gigantesco por sí mismo” es la causa de todas las culpas de los hombres.

Necesitamos ver más lejos, y entender que el egoísmo no es tan solo un sentimiento con el cual tenemos que batallar, sino además la gran arma de Satanás para enfrentar al Cielo e intentar destruir la Tierra. Es el mayor veneno de la vida humana y el punto de partida de todo el sufrimiento, pues cambia los valores eternos por los intereses personales, pone a la criatura en el lugar del Creador y mantiene al “yo” en el trono, mientras clava a Jesús en la Cruz.

Estamos en un campo de batalla. Según Elena de White, la lucha contra el egoísmo es “la batalla más grande que jamás hayamos peleado” (*El camino a Cristo*, p. 38). Si este es cultivado, “llega a ser una pasión devoradora” (*El ministerio de la bondad*, p. 41).

En los “tiempos peligrosos” de los últimos días, esta lucha se volverá aún más intensa, pues “habrá hombres amadores de sí

mismos, avaros, vanagloriosos, soberbios [...]” (2 Tim. 3:2).

En medio de esta situación, somos llamados a “cooperar con Dios en desarraigar el egoísmo del corazón humano” (*ibíd.*, p. 16), porque “la gracia de Dios subyuga el egoísmo inherente al corazón natural” (*El Deseado de todas las gentes*, p. 632). Cuando permitimos que él actúe en nosotros, pasamos a ser cada vez menos egocéntricos y nos volvemos cada vez más cristocéntricos.

Los remedios de Dios contra esta “esencia de la depravación” se presentan en cada uno de los grandes temas de la Biblia.

Cuando los entendemos así, dejamos de ver un conjunto de principios aislados, para ver un sistema de protección.

Cuando desobedecemos el mandamiento del sábado, y no lo consideramos en forma sagrada e innegociable, estamos rechazando un remedio contra el egoísmo del tiempo.

Cuando el Señor pide nuestros diezmos y ofrendas, en verdad nos está dando un remedio contra el egoísmo del dinero.

Cuando Dios nos convoca a poner todas las prioridades, las energías y la creatividad en el cumplimiento de la misión, nos está aplicando un remedio contra el egoísmo de la salvación.

Cuando establece la familia como una institución permanente, basada en el

amor, el perdón, el compañerismo y la comprensión, nos está ofreciendo un remedio

contra el egoísmo de los sentimientos. Y la lista podría ser mucho más extensa.

Pero ¿has notado cómo el enemigo está trabajando intensamente para debilitar, confundir o destruir específicamente cada uno de estos principios?

En realidad, no está luchando contra estos, sino contra las barreras que nos protegen del egoísmo. Cuanto más libre quede el camino, más fácilmente él vencerá nuestra “batalla más grande” o controlará esta “pasión devoradora”.

DIOS, EN SU PALABRA, NOS DEJÓ EN FORMA CLARA CUATRO REMEDIOS PARA BATALLAR CONTRA EL EGOÍSMO”.

En tanto que Satanás aplica su veneno del egoísmo, pensando solamente en el “yo” (Isa. 14:13, 14), Dios ofrece su ejemplo de altruismo, amando “de tal manera [...] al mundo, que ha dado a su Hijo unigénito” (Juan 3:16).

La receta de Dios es clara y simple: “Buscad primeramente el reino de Dios y su justicia, y todas estas cosas os serán añadidas” (Mat. 6:33).

Esta decisión depende de ti. Para eso, recuerda que tu corazón no fue hecho para ser seguido, sino para ser dirigido por el Señor.^{RA}

ERTON KÖHLER, Pastor adventista y presidente de la División Sudamericana.



¡Cambiar a tu cónyuge!

Muchas personas se casan pensando que, con los años, podrán cambiar aquellas cosas de su pareja que no les gusta, incluso cuestiones profundas del ser. Por supuesto, el cambio supone un duro trabajo y, cuando no se produce, comienza a establecerse la infelicidad y la insatisfacción en la relación, que podría preparar el camino para el divorcio. El cónyuge infeliz desea desesperadamente que el otro cambie. El modo de pensar suele ser: “Si mi cónyuge cambiara, nuestro matrimonio sería estupendo”.

Lo cierto es que, cuando una persona siente que la otra está intentando cambiarla, generalmente la reacción es negativa; la persona queda molesta, guarda silencio y se aísla. A veces una persona puede cambiar algún comportamiento por medio de críticas o quejas, pero raramente este cambio es el resultado de una convicción interior, que generaría una mejor relación. Cualquier cambio forzado termina generando resentimiento, hostilidad y alejamiento, y poco a poco va minando el amor.

Por lo tanto, es importante entender el primer principio con respecto al cambio: no puedes obligar a tu cónyuge a cambiar; el único control verdadero que tienes es el control de tu propia conducta y tus propias respuestas. Pero, lo que muchas veces ignoramos es que cuando cambiamos nuestra propia conducta cambiamos la interacción con nuestro cónyuge. Esto puede ayudar a salir del viejo patrón de queja y crítica, que no produce verdaderos resultados de cambio.

Después de todo, es imposible encontrar un cónyuge perfecto, y nuestro instinto natural es señalar las fallas del otro y decirle cómo comportarse. Esto es más fácil de hacer que examinar el papel que uno mismo desempeña en el dilema. Este es el motivo por el cual muchas parejas están atascadas en ciclos negativos de interacción. ¿Qué hacer, entonces?

1. Acepta a tu cónyuge tal como es: A menos que la pareja esté dispuesta a aceptarse el uno al otro tal como es, incluyendo sus defectos, errores y flaquezas, tendrá mucha dificultad para desarrollar una relación saludable. “Los que no están dispuestos a adaptarse el uno al otro en sus disposiciones, para evitar las divergencias y las contiendas desagradables no debieran [casarse]” (*El hogar cristiano*, p. 68). Solamente cuando una persona es aceptada y amada es cuando se vuelve capaz de cambiar. Por supuesto, esta aceptación y adaptación nunca debe incluir la tolerancia del abuso o la violencia, o de alguna otra conducta que ponga en riesgo tu integridad y tu salud física, emocional y psicológica. En estos casos, es muy importante buscar ayuda profesional adecuada.
2. Comienza a elogiar a tu cónyuge: El elogio es poderoso. Si elogias, aunque sea un pequeño paso hacia la dirección correcta, fomentarás el cambio. Comienza a elogiar las cosas que te gustan de tu cónyuge, aun las más pequeñas y triviales. Edifica sobre esas cosas. Luego, cuando veas una nueva conducta positiva, refuézcala verdaderamente. De este modo, irás cambiando tu manera de ver a tu cónyuge, aprendiendo a valorar sus aspectos positivos antes que los negativos.
3. Ocúpate de ti mismo: Una vez que hayas reconocido que solamente puedes cambiar tu propia conducta, te convertirás en un candidato para el cambio mediante una relación íntima con Dios. Al comenzar a corregir tu propia conducta, encontrarás maneras de crear una atmósfera de cambio en tu relación. Emplea menos tiempo en culpar al otro y más tiempo para trabajar en conformar tu vida y tu carácter a la semejanza de Cristo. Con frecuencia, las parejas dicen: “Él señala mis errores, pero no habla de los suyos”. Esta falta de disposición a reconocer los defectos

propios crea resentimiento y resistencia al cambio. Comienza por trabajar en tu propio carácter, y verás cómo tu cónyuge seguirá ese mismo camino.

4. Deja que Dios actúe: ora por tu matrimonio, por tu cónyuge y por ti mismo. El único capaz de transformar verdaderamente el carácter es el Espíritu Santo. Y él es el indicado para mostrar a cada uno lo que debe cambiar, y de producir “así el querer como el hacer, por su buena voluntad” (Fil. 2:13). Por otro lado, la perseverancia en la oración te ayudará progresivamente a ver las cosas desde la perspectiva de Dios. A lo mejor, inicialmente ruegas a Dios que cambie la situación matrimonial negativa que estás viviendo, por la cual culpas a tu cónyuge, cuando en realidad Dios desea cambiar cosas en tu propia vida.

Puede resultar sorprendente, pero las diferencias entre cónyuges en realidad son parte del plan de Dios para el desarrollo del carácter. En palabras de Elena de White: “Es el plan de Dios que personas de diferentes temperamentos se asocien. Cuando este es el caso, cada miembro del hogar debería considerar sagradamente los sentimientos y respetar los derechos de otros. De esta manera, cultivarán la consideración mutua y la tolerancia, se suavizarán los prejuicios y se pulirán las asperezas del carácter. La armonía podrá ser asegurada, y la combinación de los diferentes temperamentos será un beneficio para cada uno” (*Reflejemos a Jesús*, p. 182).

Si deseas ser feliz en tu matrimonio y no quieres que fracase, entonces renuncia a tu objetivo de cambiar por ti mismo a tu cónyuge. Sé feliz aceptando a la persona que Dios colocó en tu vida tal como es; pues si fue Dios quien te la dio es porque él sabe qué es lo mejor para ti.^{RA}

WALTER STEGER, Licenciado en Teología y editor de la ACES.

EMILIA SILVERO DE STEGER, Licenciada en Psicopedagogía, terapeuta de niños y adolescentes, y docente.



Decisión con precisión

“Si persigues dos conejos, ambos escaparán” (Anónimo).

¿Sabías que entre 1252 y 1284 Alfonso X fue rey en Castilla (lo que hoy sería la región centro-oeste de España)? ¿Sabías que su nombre quedó inmortalizado en la historia como “el sabio”? Lejos de ser arbitraria o demagógica, esta designación se correspondió acertadamente con la persona del rey.

Tanto por simpatizantes como por detractores, Alfonso es reconocido por su obra literaria (tanto en verso como en prosa), científica, histórica y jurídica. Es que este monarca patrocinó y participó (con un conjunto de intelectuales latinos, hebreos e islámicos) en lo que se llama la Escuela de Traductores de Toledo. Esto sería, ni más ni menos, el germen de la incipiente obra literaria del idioma castellano.

¿Sabías que entre el año 970 a.C. y el 930 a.C. (aproximadamente) Salomón fue rey de Israel y se lo reconoce hasta hoy como el monarca más sabio que alguna vez haya existido? Esta clasificación tampoco bordea los campos del sinsentido, sino que está perfectamente fundamentada. Veamos:

1. Salomón compuso más de tres mil proverbios y cinco mil cantos (1 Rey. 4:32).
2. Salomón poseía un conocimiento amplísimo de un variado abanico de temas, ya se trate de los grandes árboles del Líbano como de los pequeños hisopos que nacen en las paredes; o de animales terrestres, marinos y aves (4:33, 34).
3. Salomón sabía cuáles eran sus prioridades y comenzó su reinado estableciendo quién sería para él su guía en la confusión y su estandarte en la victoria: Dios. Por eso, antes que nada, pidió sabiduría.

Los capítulos iniciales de Primero de Reyes reflejan descripciones exactas de la inmensa sapiencia de este rey. Sin embargo, la historia de 1 Reyes 3:16 al 28 cautiva la atención. Dos madres acuden a Salomón para dirimir una disputa: el reclamo de un hijo. La situación es extraña. Las dos convivían en la misma casa y habían dado a luz. Por la noche, una



aplasta sin querer a su hijo y le quita la vida. Entonces, le cambia el bebé a la otra mujer, quien, al despertarse, reconoce que ese niño muerto no es su hijo. Las acusaciones de ambas se sostienen solamente en los subjetivos dichos de cada una.

Sin pruebas de ADN ni estudios técnicos en aquella época, el rey toma una decisión “salomónica”: tomar una espada y partir el niño en dos, dándole una mitad a cada una a fin de que ambas queden conformes. Una de las mujeres (¡horroroso!) acepta el trato. La otra prefiere ceder al niño a su rival antes de que el pequeño sea despedazado. Frente a esa actitud, Salomón resuelve el problema y nota quién es la verdadera madre.

Liderazgo es tomar decisiones precisas y puntuales. No se puede atrapar a los dos conejos. Salomón no lo hizo; ni siquiera lo intentó (aunque pareció hacerlo). Al contrario, buscó armar la estrategia adecuada para desembocar en el resultado correcto.

Y ¿qué sucedió? Esto: “Y todo Israel oyó aquel juicio que había dado el rey; y temieron

al rey, porque vieron que había en él sabiduría de Dios para juzgar” (1 Rey. 3:28). El verdadero líder tiene sabiduría de Dios para discernir, para comprender, para analizar, para distinguir claramente y para

decidir con precisión.

Cerca de Dios, Salomón fue un dirigente de decisiones exactas. Lejos del Creador, fue un gobernante de resoluciones difusas, tan vanas como el vapor. Generalmente, los líderes cometen errores cuando son jóvenes y luego maduran sus ideas y sus percepciones. Amparados en la experiencia, se vuelven más hábiles para sortear obstáculos y las crisis.

En el caso de Salomón, notamos que no hay edad para ser sabios... ni edad para errar el camino. Todos podemos ser una cosa o la otra, independientemente de las cronologías, los currículums y las circunstancias. La clave del éxito está en nuestras correctas decisiones.^{RA}

“EL VERDADERO LÍDER TIENE SABIDURÍA DE DIOS PARA DISCERNIR, COMPRENDER, Y DISTINGUIR CLARAMENTE”.

PABLO ALE, Lic. en Teología y en Comunicación Social, y Magister en Escritura. Redactor y editor en la ACES.



El cuerno de Daniel 8

Existe, en el mundo teológico contemporáneo, una inclinación por identificar al cuerno pequeño de Daniel 8 con un personaje de la historia, a saber, Antíoco IV Epifanes. Según la historia, este personaje fue uno de los reyes de la dinastía seléucida establecida luego de la muerte de Alejandro Magno.¹ Los hechos de este rey parecen encajar, de forma forzada, en la descripción de la profecía de Daniel 8.

Se dice que el período en el que este gobernante profanó el Templo en Jerusalén encaja con el período mencionado en Daniel 8:14, a saber, 2.300 tardes y mañanas. Según la historia, en diciembre de 167 a.C., Antíoco IV Epifanes entra en Jerusalén y ofrece un sacrificio sacrílego en el Templo de Jerusalén. En dicha ocasión, se ofrece un cerdo como sacrificio para Zeus, se destruyen copias de la Torah y se prohíbe la circuncisión. Esto provocó la revolución macabea, que terminó reconsagrando el Templo tres años más tarde, en 164 a.C.²

Sin embargo, el período mencionado en Daniel 8:14 no equivale a tres años. El texto dice 2.300 tardes y mañanas. Esta fraseología es entendida como lenguaje del Santuario, lo cual, según algunos intérpretes, equivale a 2.300 sacrificios, 1.150 sacrificios de maña-

na y 1.150 sacrificios de tarde. Este cálculo equivale a un poco más de tres años.³ Sin embargo, cuando la Biblia se refiere a los sacrificios del Santuario, hace uso de dichos términos, tarde y mañana, en orden inverso, es decir, mañana y tarde. Levítico 6:20 dice:

“Esta es la ofrenda que Aarón y sus hijos ofrecerán a Jehová el día que sean ungidos: la décima parte de un efa de flor de harina, la mitad por la mañana y la otra mitad por la tarde, como ofrenda perpetua”. Nótese que el orden es mañana y tarde, y está relacionado directamente con los sacrificios en el Santuario (1 Crón. 16:40; 2 Crón. 2:4; 31:3; Esd. 3:3).

Por el contrario, el orden inverso se usa para referirse a un día astronómico. Génesis 1 evidencia esta terminología al declarar: “Y fue la tarde y fue mañana, un día” (cf. Gén. 1:5, 8, 13, 19, 23, 31). El uso de estos términos en este orden, tarde y mañana, refieren al

tiempo de duración de un día de 24 horas. Por lo tanto, en Daniel 8:14 no se hace uso de estos términos refiriéndose al tiempo de los sacrificios, sino que es un tiempo profético, 2.300 tardes y mañanas, lo que equivale a 2.300 días.⁴

Sobre la base de este análisis, aunque profanó el Santuario de Jehová por tres

años, Antíoco IV Epifanes no encaja en la descripción del cuerno pequeño de Daniel 8:14, pues el profeta de Dios no está refiriéndose al período de tiempo que cubren 2.300 sacrificios, es decir, 1.150 días. Siendo que la expresión “tardes y mañanas” es una terminología tomada del relato de la Creación, el período referido en Daniel 8:14 equivaldría a un poco más de 6 años. Sin embargo, el período al cual hace referencia el profeta es un tiempo profético: 2.300 tardes y mañanas equivalen a 2.300 años, que van desde la orden de restaurar Jerusalén en el año 457 a.C. hasta el año 1844 d.C., cuando en el Santuario celestial se da inicio al Juicio investigador⁵ previo al retorno del Mesías en gloria y majestad.^{RA}

Referencias:

¹ H. W. Hoehner, “Antiochus”, *The Zondervan Encyclopedia of the Bible*, ed. Moisés Silva y Merrill C. Tenney (Grand Rapids, MI: Zondervan, 2009), t. 1, pp. 214-220.

² David E. Aune, “Judaism”, *Baker Encyclopedia of the Bible*, ed. Walter Elwell (Grand Rapids, MI: Baker Books, 1988), t. 2, p. 1.231.

³ Louis F. Hartman y Alexander A. Di Lella, *The Book of Daniel* (New York, NY: Doubleday, 1978), p. 227.

⁴ Esta postura ha sido descrita por Siegfried J. Schwantes, “ereb böqer of Dan 8:14 Re-Examined”, *AUSS* 16, N° 2 (1978), pp. 375-385.

⁵ Gerhard F. Hasel, “The ‘Little Horn’, the Heavenly Sanctuary, and the Time of the End: A Study of Daniel 8:9-14”, en *Symposium on Daniel*, ed. Frank B. Holbrook (Washington, DC: Biblical Research Institute, 1986), p. 427.

ÁLVARO F. RODRÍGUEZ, Doctor en Teología, docente de la Facultad de Teología Universidad Peruana Unión.



¡Cuidado, ángeles sueltos! (2)

El hecho de que el accionar de los cuatro ángeles de Apocalipsis 9 deba ser restringido por Dios habla, por una parte, de la naturaleza de la realidad por ellos representada. Esta idea de que el Cielo sujeta temporalmente las riendas del mal, poniéndole límites para que no frustré sus planes benévolos, se encuentra por doquier en la Biblia, incluyendo las profecías referidas al fin (Job 1:6, 7; 2:1-7; 1 Rey. 22:19-22; Dan. 1:2; 2:21; 10:18-21; Rom. 1:26-28; 2 Tes. 2:9-12; Apoc. 16:13, 14).

Así, el permiso divino dado a estos ángeles para actuar aparece anunciado en esos términos dos capítulos antes (Apoc. 7:1-3), donde la tierra y el mar designan a los destinatarios humanos de los engaños especiales del diablo y sus ángeles caídos, en vísperas del fin de la gran controversia entre el bien y el mal en el mundo (véase Apoc. 12:9, 12).

Esta restricción divina de la operación plena del mal implica, por otra parte, una suerte de contención sobrenatural y temporal de la historia justo antes del fin. Y, puesto que la duración de esa pausa escatológica sobrehumana depende de que cada persona opte libremente por el sello de Dios o por la

marca de la bestia (Apoc. 13), en respuesta al triple mensaje angélico (Apoc. 14; 18:4), ello implica que el epicentro y el disparador del desenlace de la historia no está *fuera* del pueblo de Dios sino *dentro* de este, como encargado de poner ante el mundo ambas opciones mediante la proclamación testimonial del evangelio (Juan 20:21-23; Rom. 10:13, 14).

En otras palabras, la liberación total de los cuatro “ángeles” como preludio del fin está ligada al cumplimiento de la misión encomendada por Jesús a sus discípulos, pasados y presentes, de dar testimonio de su amor redentor y transformador y del carácter engañoso y letal del mal, ante el mundo (Mat. 24:14; Mar. 13:10; Juan 17:20-23; 2 Ped. 3:12), y no de quién sea el presunto último líder mundial de un determinado sector del cristianismo o el supuesto último mandatario de una superpotencia. Tras el cumplimiento de la última profecía cronológica de la

Biblia (Dan. 8:14), cualquiera puede serlo, incluso los actuales, si los mensajeros de Dios despiertan de su letargo laodicense, se santifican y se consagran a la tarea. Por el contrario, ceder a la especulación y al sensacionalismo procurando encontrar el

detonante del fin en cualquier otro ámbito o realidad que no sea la cooperación divino-humana para el cumplimiento de la comisión dejada por Jesús solo distraerá a los creyentes de su gran privilegio y responsabilidad como testificadores-desencadenadores del regreso glorioso de Cristo a la Tierra para hacer nuevas todas las cosas (2 Ped. 3:12).

Es precisamente esa actitud errada la que ha llevado a muchos cristianos a interpretar las profecías a la luz de las noticias y de las redes sociales, en lugar de leer la actualidad a la luz de la profecía (Juan 13:19). La actualidad deja así de ser el objeto para ser descifrado, y se convierte en sujeto y clave de toda interpretación de las profecías referidas al fin de la historia. Por ejemplo, cada conflicto político o bélico desatado en Medio Oriente ha estimulado la imaginación de quienes insisten en literalizar profecías eminentemente espirituales (como el Armagedón de Apocalipsis 16:12, 16) o en aplicar profecías aún no cumplidas o cumplidas en el pasado a naciones modernas (como en el caso de la guerra entre Irán e Irak y el conflicto del Golfo Pérsico).

Cuando los agentes del mal restringidos por Dios sean total y definitivamente soldados en preparación para el Armagedón espiritual de Apocalipsis 16 y 19, al concluir el sellamiento, los últimos eventos de la historia se sucederán vertiginosamente. En las palabras de una conocida escritora: “Revivan la fe y el poder de la iglesia primitiva, y el espíritu de persecución revivirá también, y el fuego de la persecución volverá a encenderse” (Elena de White, *El evangelismo*, p. 28), pues “todos los que quieren llevar una vida piadosa en unión con Cristo Jesús sufrirán persecución” (2 Tim. 3:12, *Dios habla hoy*). He allí la fórmula divino-humana del final del conflicto: hoy, santificación; mañana, maravillas (Jos. 3:5).^{RA}



Una oración para hoy:

*Amo y Señor de la historia,
ayúdame a no ser presa
de la especulación y el
sensacionalismo acerca
de presuntas fechas de tu
regreso, y a no contentarme
con esperar tu aparición
gloriosa como si ello solo
dependiera de ti o de lo
que ocurra a mi alrededor.*

*Acepto el privilegio y la
responsabilidad de apresurar
tu venida siendo un testigo
fiel de tu amor salvador y
transformador ante el mundo.*

HUGO COTRO, Doctor en Teología, se desempeña como docente en la Universidad Adventista del Plata.

Facultades en misión

Cada año, los estudiantes de la Universidad Peruana Unión en el predio de Tarapoto (UPeUT), en Perú, se organizan en diferentes grupos de ayuda misionera a la comunidad, a los que se llama ministerios. En total, se cuenta con 22 ministerios.

Cada sábado, desde las 14 (sea que llueva o que brille el sol), los jóvenes, en sus respectivos ministerios de servicio misionero desinteresado, salen a distintos lugares a realizar obra misionera usando los dones y los talentos que Dios les ha dado, en un programa que se titula: "Facultades en misión".

La organización de grupos misioneros, no es una idea nueva. Elena de White ya había recomendado esto: "Hay muchas actividades en las cuales los jóvenes pueden hallar oportunidad de realizar tareas útiles. Organícense en grupos para el servicio cristiano, y la cooperación será para ellos una ayuda y un estímulo. Si los padres y los maestros se interesan en la obra de los jóvenes, podrán ofrecerles el beneficio de su experiencia y ayudarlos para que sean eficaces sus esfuerzos para el bien" (*La educación*, p. 269).

Por eso, entrevistamos a algunos de los directores de los ministerios, que nos cuentan qué están realizando y el impacto que esto ha causado en su vida y en la vida de otras personas.

MARCIAL BECERRA ARÉVALO: MINISTERIO "MENSAJEROS DIGITALES"

Todo surgió en las diferentes conversaciones de nuestro *Grupo pequeño*, conformado por estudiantes de Ingeniería de Sistemas. Nuestro deseo era llevar el mensaje de salvación a la juventud a través de las redes sociales.

Realizando el servicio misionero, fuimos a los lugares más hermosos de Tarapoto y tomamos algunas fotos. Luego buscamos versículos en la Biblia que, unidos a las imágenes que tomamos, puedan dar a la juventud un mensaje de esperanza, aliento



y motivación. Estas imágenes ya finalizadas las lanzamos en las redes sociales.

El impacto ha sido inesperado y muy positivo. Las personas nos agradecen porque los mensajes han reconfortado su vida.

ROBINSON FERNANDO GARCÍA HEREDIA: MINISTERIO “LAMAS PARA CRISTO”

Cada viernes por la tarde viajamos hacia el distrito de Lamas y nos quedamos hasta el sábado. Allí visitamos a los pobladores, les damos estudios bíblicos, les hablamos de Cristo, conversamos de sus necesidades, cantamos y oramos con ellos. Todo esto nació con una idea del Pr. Alejandro Tupayachi, quien sintió este deseo y la meta de llegar a las personas de Lamas.

El impacto que ha causado en las personas que visitamos ha sido positivo. Ellos se sienten muy alegres por todas las actividades que realizamos; ya que también los escuchamos, los calmamos y los acompañamos en la soledad que tienen. Ellos necesitan una esperanza, y esa esperanza es Jesús; y de hecho, cada corazón que no conoce a Cristo es una persona triste, pero cuando entiende que Jesús es su esperanza se alegran.

JHENYFER GARCÍA MOLSALVE MINISTERIO “TESS (TEACH, SERVE AND SAVE)”:

El TeSS comenzó en 2018. Hasta entonces, los sábados de tarde divagábamos sin saber qué hacer. Después de la primera semana de énfasis espiritual decidimos, con la ayuda del Pr. Henry Yupanqui, capellán de la Facultad, realizar un trabajo en favor de los recién bautizados y los jóvenes que no concretaron tomar esta importante decisión. Así, formamos una clase bíblica.

Los jóvenes que asisten allí pueden encontrar un espacio donde hacer preguntas y manifestar sus dudas, que son respondidas con la Biblia. Me siento muy contenta al ver el progreso de estos jóvenes, ya que cada día conocen mucho más la Biblia. Personalmente creo que hemos afianzado nuestra comprensión de la Biblia y nos sentimos útiles en la causa de compartir el evangelio.

DANI LEVANO: MINISTERIOS “MANOS”,



“MENSAJEROS DIGITALES” Y “CHANCLETITAS”

Cada sábado visitamos un albergue que funciona como casa para 46 niños. Allí, realizamos estudios bíblicos y talleres permanentes (sobre computación, técnicas de dibujo y desarrollo ambiental). Todo está a cargo de estudiantes de Sistemas, de Arquitectura y de Ingeniería.

Trabajar con estos niños es muy grato, pues siempre nos reciben con una sonrisa. Aunque al inicio fue complicado, puesto que muchos niños de este albergue han sufrido agresiones y se escapaban de los estudiantes cuando ellos llegaban. Sin embargo, con el paso del tiempo, los jóvenes han conquistado sus corazones y ahora los niños los reciben con los brazos abiertos.

FERNANDO CARRIÓN ABARCA: MINISTERIO “SONRISAS”

Empezamos en 2016 con quince personas, y cada año han ido sumándose nuevos integrantes. La labor que realizamos es visitar el Hospital Regional de Tarapoto, haciendo “risoterapia”. Nos dirigimos al área de Pediatría, encontramos a niños convalecientes y en recuperación de alguna operación. Es interesante, ya que cuando entras los ves tristes, pero tan solo el hecho de ponerte una nariz y hacer gestos, cantarles o hacerles algo gracioso les cambia el rostro. Nuestra función es llevarles alegría, y de esa manera

poder mejorar su bienestar no solamente físico sino también mental, y así llevar el mensaje de salvación a ellos también.

Es muy admirable ver cómo podemos influir en los pacientes de manera muy asertiva. En cierta ocasión, en el hospital saludé a una señora y vi sus ojos brillosos. Le pregunté si podía darle un abrazo. Me dijo que sí y se puso a llorar. No lo sabía, pero había perdido a su bebé hacía poco tiempo.

MARCELITA GUEVARA: MINISTERIO “MIL OFICIOS”

Cuando la Misión Nororiental lanzó el proyecto “Mi talento, mi ministerio”, nosotros empezamos a pensar qué podríamos hacer los sábados de tarde. Pensamos que ayudar a los niños sería lo mejor, dado que la familia es hoy una institución que está en crisis. Así, elegimos este nombre y un centro poblado que se llama Santa Elena, que está a 15 minutos en auto de la universidad.

Al llegar a Santa Elena, tuvimos un problema: encontrar un lugar donde reunirnos. Hablamos con el presidente del barrio, quien nos concedió un albergue de madera, y allí comenzamos. Hoy, la comunidad ya nos espera. Llegamos en un transporte de la UPeU, y los niños vienen en compañía de los adultos, nos abrazan y nos reciben alegremente, y dicen: “¡Mil oficios está aquí!”

Entre las actividades que realizamos, está el enseñarles a cantar, a orar, a colorear, y



hacer dinámicas con ellos. Una de las cosas que más nos gusta es ver a los niños regresar a sus casas felices y cantando. Creemos que, cuando estamos tristes o angustiados, cantar ayuda al alma.

Ahora me siento comprometida, y esto me ha ayudado, ya que estoy realizando lo que me gusta hacer: servir a los demás. Nuestra meta es plantar una iglesia en Santa Elena, como también que la unidad de mis compañeros del ministerio se refuerce cada día más.

NORMA OCUPA: MINISTERIO “MANUALIDADES”

Soy estudiante de Contabilidad y Gestión Tributaria. Este ministerio nació hace tres años, y nos dedicamos a realizar manualidades con los niños. Esto nos encanta, ya que recibimos a cambio las sonrisas de los niños.

Desde el pasado año, trabajamos en un barrio que está alejado del predio de la Universidad y que se llama Nueva Vida.

Allí, muchas familias, como en todo lugar, no dedican mucho tiempo a sus hijos. A los niños les gusta aprender manualidades con cosas pequeñas que ellos tienen en sus casas.

Una de las mayores historias que nos ha impactado fue la que vivimos con la familia de Bernabé, quien es presidente del barrio. Cuando recién llegamos a este lugar, y teníamos el desafío de encontrar un lugar, él nos dijo que podíamos usar su casa para las reuniones.

Al conocerlo, vimos que se sentía curioso y a la vez frustrado porque no sabía cuál iglesia era la verdadera. Quedó impresionado cuando le contamos de nuestras creencias adventistas.

Bernabé recuerda que su vida era un desorden total, pero gracias a Dios y a la presencia de los alumnos de la UPeU, poco a poco ha ido cambiando y conociendo más a Dios. Hoy, Bernabé se ha bautizado y es miembro de la iglesia desde la pasada Semana Santa. Así, hemos dado inicio a

la flamante iglesia de Nueva Vida, que se reúne en su casa.

ANDREA NOGUEIRA: MINISTERIO “HUELLAS VERDES”

Con el objetivo de ayudar a las personas a tomar conciencia de la conservación del medio ambiente, un grupo de estudiantes de Ingeniería Ambiental inició este ministerio. Primero empezaron en un parque pequeño de un colegio, luego hicieron un biohuerto y ahora están ayudando a restablecer un parque pequeño.

Mas que todo, tratamos de concientizar a las personas de la hermosa Creación que tenemos. Tarapoto es un lugar en el que abunda mucha flora y fauna, y nosotros hacemos que las personas amen eso. Además, les enseñamos a conservar el medio ambiente y a cuidarlo.

Me siento muy feliz de participar en este ministerio”.^{BA}

Más de un millón de libros misioneros

El sábado 25 de mayo, un día patriótico para la Argentina, miles de personas salieron a la calle a distribuir el libro misionero *Esperanza para la familia*. Chicos, jóvenes y adultos entregaron más de 1.200.000 libros en barrios, clubes, negocios y medios de transporte.

El presidente de la Iglesia Adventista en Argentina, Pr. Darío Caviglione, expresó: “Es un día espectacular, porque hoy toda la iglesia está en la calle. Este es un gran regalo que Dios nos da, y nos permite cumplir con nuestra misión”.

Además, se pudo disfrutar de ferias de salud en toda la Argentina. *Stand*s sobre alimentación y lecciones para mejorar nuestro estilo de vida acompañaron las actividades del domingo 26 de mayo.

“La familia es muy importante, y este libro es muy necesario”, decía Mariela al recibir un ejemplar. “Tengo una familia y dos hijos. Ya me llevo las revistas para ellos también. Les va a gustar”, mencionaba Ricardo. “Mi familia necesita algo de tranquilidad. Es un caos”, nos contaba Antonella.

Sin duda, la familia es el núcleo de la sociedad, y Dios tiene un objetivo claro para ella: restaurarla al plan original de felicidad plena. En Dios hay esperanza para todas las familias; incluso la nuestra.^{RA}



Niños, adultos y líderes en la localidad de Manuel Alberti (Prov. de Bs. As.).

Junta Plenaria de la iglesia en la Argentina

Líderes de instituciones y administradores eclesiásticos de las distintas regiones de nuestro país se reunieron en Buenos Aires para meditar sobre la Palabra de Dios, planificar acciones y coordinar actividades que tendrán por delante, en el marco de los 125 años de la iglesia en la Argentina.

“En esta ocasión, al ser el año del 125 aniversario de la iglesia, fuimos motivados y desafiados a tener un año especial. Orando por las personas, dando estudios bíblicos, invitándolos a los *Grupos pequeños*, y también llevándolos al bautismo”, destacó el Pr. Caviglione, presidente de la Unión Argentina.

El encuentro, que contó con la presencia de más de 50 personas, concluyó con la historia de vida de María Clara, quien entregó su vida a Dios a través del bautismo.

En el programa “Amigos de Oración”, que la Iglesia de San Martín, en Buenos Aires, lleva adelante, Federico sintió que tenía que orar por María Clara. En el Día de la Madre del año pasado, Federico le mandó de regalo una Biblia. María Clara y Antonella (su hija) la empezaron a leer, y comenzaron por el Apocalipsis. Empezaron a haber muchas preguntas, que luego Federico contestó con la Biblia. Comenzaron estudiando por teléfono y lo siguieron haciendo personalmente. Había una preocupación en su vida: “¿Cómo Dios podría perdonarme?”



Ella empezó a escuchar sermones de la iglesia por Internet, hasta que, un día, comenzó a asistir. Su vida ha cambiado. Hoy, ella y su hija están plenamente integradas a la vida de la iglesia. “Estoy festejando mi cumpleaños. Volví a nacer. Hace mucho tiempo venía buscando a Dios, y lo encontré”, destacó.^{RA}

Frutos del proyecto *Huellas*

Leonel Tapia tiene 25 años, es Técnico Profesional en Construcción y, junto con su esposa, Paola Prado (también de 25 años), está agradecido por haber conocido a Cristo a través del movimiento *Huellas*. Sus vecinos Aarón y Nancy, de la ciudad de Chiguayante (en Concepción, Chile), los invitaron a participar de un *Grupo pequeño*, que más que un encuentro semanal era un encuentro familiar.

“El proyecto *Huellas* ha sido muy importante para nosotros. Todos los que participan del encuentro son como nuestra familia. Todos los jóvenes que están acá son nuestra familia, y eso es lo más importante que ha surgido dentro del grupo. Nos vamos fortaleciendo unos a otros cada día en el Señor”, comentó Leonel.

Por su parte, Paola Prado mencionó: “Cada vez que nosotros vamos a *Huellas*, salimos renovados, con una enseñanza bíblica, y eso es lo más bonito. Además, tú vas conociendo a la persona detrás del hermano que ves normalmente en la iglesia. Nos preocupamos unos por otros; somos como una familia”.

Este y otros testimonios se conocieron en el encuentro sudamericano de *Huellas*, realizado en la Universidad Adventista de Chile del 31 de mayo al 2 de junio de 2019, con más de 240 representantes provenientes de Brasil, Argentina, Bolivia, Ecuador, Uruguay y Chile, del área del Ministerio del Niño y del Adolescente, y Familia.

¿QUÉ ES *HUELLAS*?

“Simplemente, se trata de un movimiento de discipulado que promueve la unión entre las familias, la escuela, la iglesia; y lo más importante, promueve el trabajo por los niños y su vida espiritual”, responde Gláucia Korkischko, líder del Ministerio del Niño y del Adolescente de la División Sudamericana (DSA).

“Para *Huellas*, lo más importante es que todos nosotros estemos unidos e involucrados en unas mismas misión y visión para llevar a nuestros hijos al cielo, que es



nuestro mayor objetivo. Es relevante estar involucrados no solo en la iglesia y en la escuela, sino también en el hogar, y que todos nosotros conquistemos este único blanco”, amplió.

Por su parte, el pastor Helder Roger, uno de los vicepresidentes de la DSA, expresó: “*Huellas* es un proyecto muy importante porque está atendiendo la mayor necesidad de la iglesia: que nuestros hijos permanezcan en la fe. Vivimos en un gran conflicto en estos momentos finales de la historia, y la primera responsabilidad de los padres es discipular a sus hijos. Esto es bíblico y está en el Espíritu de Profecía. Estamos muy contentos porque este proyecto está viniendo con fuerza, poco a poco, ayudando a las familias a cumplir su misión, y con seguridad vamos a salvar a nuestros hijos para la eternidad”.

La idea del movimiento *Huellas* es que “yo, como padre de familia, sigo las órdenes de Dios, actúo de acuerdo con sus mandatos

y sus preceptos con amor. Mi hijo sigue mis huellas, y de esta forma vamos juntos al cielo”, explicó el pastor Alacy Barbosa, líder del Ministerio de Familia de la DSA.

Cabe destacar que en el encuentro se realizaron seminarios y talleres para padres, a fin de fortalecer el trabajo de discipulado que se debe realizar como familia.

“En Chile, queremos discipular a nuestros niños a través del movimiento *Huellas*, que involucra a toda la familia. El objetivo es llevar a nuestros hijos a los pies del Señor. Y no solamente a nuestros hijos, sino a los hijos de todas las familias”, expresó Isabel Laborda, líder del Ministerio del Niño y del Adolescente de la Unión Chilena.

“Estoy agradecido a Dios porque este ha sido un fin de semana muy especial. Estamos desarrollando *Huellas* porque creemos que el centro de discipulado comienza al discipular a nuestras propias familias”, concluyó el Pr. Aldo Muñoz, presidente de la Unión Chilena.^{RA}

Alarmas psicoemocionales

Cómo entender las emociones de los niños y los adolescentes.

Lucía, de doce años, está malhumorada, irritable y desmotivada. Las cosas que le interesaban han dejado de gustarle. Esporádicamente se la ve sonreír, pero parece cansada y frecuentemente aburrída. Sus notas continúan bajando. Sus padres ya no saben cómo acercarse. Tiene problemas para dormir y para alimentarse adecuadamente. Sus amigas también la notan distanciada y conflictiva. La niña está triste, y no se trata de la tristeza normal y pasajera. Manifiesta los síntomas de distimia, un tipo de depresión que a esta edad suele pasar inadvertida, lo que condena al niño a no recibir la ayuda necesaria y, además, a enfrentar la incompreensión incluso de sus seres queridos.

Al mundo adulto le cuesta aceptar que los niños y los jóvenes sufren, a veces de forma severa, debido a la falsa idea de que la infancia es una etapa siempre feliz y despreocupada. Por lo tanto, es necesario distinguir los indicadores de salud de aquellos que constituyen señales de alarma de posibles psicopatologías.

Los seres humanos nacemos con alarmas saludables, que se van desarrollando con la maduración del sistema nervioso central. A gran parte de esas alarmas las conocemos como emociones.

Su función principal es enviarnos señales, a veces agradables y otras no tanto, sobre nuestro clima interno. Las emociones agradables, como la alegría, la ilusión y la calma, son las que predominan en los niños y los adolescentes sanos. Por su parte, es necesario aprender a reconocer las emociones desagradables, como el enojo, la vergüenza y el miedo; verbalizarlas, y así lograr controlarlas.

Cuando se activa una alarma psicoemocional desagradable, busca llamar nuestra atención, y debemos entonces tomarnos el

tiempo y la energía necesarios para actuar sobre lo que nos está dañando. El cansancio, por ejemplo, se dispara frente al agotamiento de las energías y señala la necesidad de descanso. Aprender a escuchar esta alarma es necesario para lograr un funcionamiento óptimo de nuestro cuerpo.

El enojo, la tristeza y la ansiedad son nuestros aliados cuando se activan por una razón real. El enojo es la alarma que sentimos frente a situaciones injustas o decepcionantes. El enfado saludable nos indica que existe alguna situación que necesitamos cambiar, mejorar o terminar, y nos ayuda a buscar soluciones adecuadas. Enojarse frente a situaciones que percibimos injustas no representa una preocupación

en cuanto a la salud psicoemocional; sin embargo, la ira que es tan intensa que no se puede controlar, que daña vínculos y afecta la funcionalidad, es preocupante. La intensidad extrema, lejos de lograr una solución, genera aún más dificultad.

La tristeza nos señala que estamos enfrentando algún tipo de pérdida; desde un examen hasta pérdidas de seres amados. Es un indicador de que necesitamos tomarnos un tiempo para cuidarnos, reorganizarnos o, simplemente, pedir la ayuda necesaria. En este sentido, es saludable sentir la tristeza normal y pasajera frente a una pérdida, limitada en el tiempo y con intensidad manejable. Pero, la intensidad extrema de esta alarma puede ser indicadora de alguna psicopatología de los trastornos del humor, que incluye depresión, distimia o bipolaridad.

Otra alarma muy reconocida es la ansiedad, una emoción desagradable que se experimenta frente a peligros, ya sean reales o imaginarios. Nos predispone para afrontar el peligro o para huir. El problema surge cuando esta alarma, por alguna razón, pone al niño en alerta frecuente e intensamente, y en situaciones en que no existe peligro real.

Cuando esto sucede, se producen crisis de pánico, fobias o trastorno obsesivo-compulsivo.

Cuando la intensidad y la frecuencia de los síntomas generan un significativo sufrimiento y/o un deterioro en la funcionalidad del niño (asistir a clases, estudiar, amistades), es importante consultar con un profesional. El pediatra puede ser un buen orientador.

Si hay dificultades más específicas en el proceso de aprendizaje, un especialista en psicopedagogía será la derivación adecuada.

Algunos padres caen en el doloroso error de sentirse culpables si deben consultar a uno de estos profesionales, ya que pueden sentir que hicieron un mal trabajo como padres. Pero, si un niño desarrolla una afección psicológica, eso no significa necesariamente que sus padres no hayan sabido darle lo que necesitaba. Puede ser que los orígenes de lo que le pasa nada tengan que ver con su crianza. Por eso, la actitud positiva, esperanzada y afectuosa de la familia será clave en la recuperación emocional del menor.^{RA}

“LA DISTIMIA SUELE PASAR INADVERTIDA, Y EL NIÑO NO RECIBE, ASÍ, LA AYUDA QUE NECESITA”.

PAMELA SICALO, Lic. en Psicología y psicoterapeuta cognitivo-conductual. Escribe desde Montevideo, Uruguay.



Efecto placebo

“El mal mensajero acarrea desgracia; mas el mensajero fiel acarrea salud” (Prov. 13:17).

A primera vista, este versículo de la Biblia no pareciera hablar de la salud, aun estando esa palabra en el texto. Más que de salud, el sabio Salomón nos dice que lo que trae el mensajero fiel es un mensaje veraz. Esto condice más al leerlo en la Nueva Versión Internacional, en que expresa: “El mensajero malvado se mete en problemas; el enviado confiable aporta la solución”. Llama la atención que en varias versiones de la Biblia y en distintos idiomas leemos que lo que acarrea o lleva el mensajero fiel es sanidad, medicina o salud.

¿Cómo podemos ser mensajeros fieles y llevar salud a otros?

Los placebos son remedios que utilizamos los médicos en ocasiones específicas. En el *Diccionario de la Real Academia Española* se dice que placebo es una “sustancia que, careciendo por sí misma de acción terapéutica, produce algún efecto favorable en el enfermo, si este la recibe convencido de que esa sustancia posee realmente tal acción”. La misma palabra placebo proviene del vocablo *placere*, que significa agradar. En la Biblia Vulgata Latina de Jerónimo, al traducir el versículo 9 del Salmo 116, él escribió: “*Placebo Domino in regione vivorum*”, que traducido es: “Complaceré a Dios en la región de los vivos”. Aquí encontramos la palabra “placebo” refiriéndose a complacer. En realidad, esta traducción no es acertada, porque el significado correcto es: “Andaré delante de Jehová en la tierra de los vivientes”.

Si un médico indica a una persona un “remedio” que solamente es almidón comprimido, se pueden lograr cambios en su estado de salud simplemente por el hecho de la confianza que tiene el paciente en ese facultativo. En una investigación sobre este tema, al indicar a un grupo de pacientes con dolores articulares una crema inerte, sin acción alguna, a la mitad de los individuos se les dijo que el tratamiento era inútil y a los otros se les habló de sus beneficios analgésicos.

Obviamente, solo los que pensaban que la crema era “analgésica” pudieron aliviar sus dolores.¹ Ese efecto, que parece tener más un trasfondo psicológico que físico, es real y se ha comprobado cómo, a partir de una idea mental, se producen cambios físicos u orgánicos. En estudios de Resonancia Magnética Funcional, se pudieron observar las mismas modificaciones en el cerebro frente al placebo que si el paciente hubiera tomado un analgésico potente similar a la morfina.² Hoy se sabe que la acción de un placebo es muy amplia, y realiza cambios, por ejemplo, en la ansiedad, el dolor, la frecuencia cardíaca o el sistema inmunitario, y ya son conocidas sus diversas formas de acción al activar receptores de opioides endógenos, lo que condiciona la liberación de hormonas al actuar sobre los neurotransmisores, etc.³

El antónimo de la palabra “placebo” es “nocebo”, que proviene de la palabra en latín *nocere* (hacer daño). La forma más correcta de parafrasearlo es “voy a hacer daño”.

Así como el placebo se relaciona con agradar o complacer y realiza modificaciones positivas importantes, el nocebo actúa en forma opuesta, al bloquear los mecanismos de control analgésicos y alterar la salud, lo que cumple justamente con su designio: hacer daño al alterar múltiples mecanismos.⁴ Por supuesto que ningún médico va a decirle a su paciente que tome un comprimido para producir su ruina, pero una expresión equivocada de desánimo o duda puede crear en el paciente un efecto negativo mucho más grave de lo pensado.

Hay un componente que es básico para que un comprimido de almidón o una crema inerte cumplan su función como placebo, y es la confianza que el paciente ha depositado en su médico. La palabra correcta, en el momento justo, con la indicación precisa de una autoridad de confianza, puede llegar a producir modificaciones positivas o negativas en el organismo.

Si un médico puede lograr convencer a una persona de que se van a realizar cambios en su cuerpo y se cumple solamente por la palabra correcta, ¿puede ser que nuestras palabras también tengan un efecto sobre la salud y el bienestar de otras personas? Pensemos cuánto podemos afectar a alguien que nos admira y nos ama. Sin darnos cuenta, podemos expresar lo que puede llegar a ser un efecto placebo, y transmitir alegría, tranquilidad y salud. O podemos emitir un comentario que termina siendo “nocebo”. Cuanto más cercana es la relación con la otra persona, más peso tienen nuestras palabras. Pensemos en nuestros hijos, cónyuge o padres.

“El mal mensajero acarrea desgracia; mas el mensajero fiel acarrea salud” (Prov. 13:17). Este versículo se puede interpretar de distintas formas, pero si en nuestro hogar no hay tantos placebos como quisiéramos y sí muchos nocebos es porque necesitamos volver a humillarnos delante de Dios y pedirle que su amor y su paz reinen en nuestros hogares. Siendo fieles a Dios y teniendo más del Espíritu Santo, obtendremos el fruto del Espíritu y tendremos más gozo, paz y amor, y podremos acarrear salud, sanidad y medicina.^{RA}

Referencias:

¹D. Price, L. Milling, “Analysis of factors that contribute to the magnitude of placebo analgesia in an experimental paradigm”, *Pain* 83(2), pp. 147–156.

²P. Petrovic, “Placebo and Opioid Analgesia: Imaging a Shared Neuronal Network”, *Science* 295(5560), (2002), pp. 1.737–1.740.

³D. Finniss, T. Kaptchuk, “Placebo Effects: Biological, Clinical and Ethical Advances”, *Lancet* 375(9715), (2010), pp. 686–695.

⁴S. Dodd, O. Dean, “A Review of the Theoretical and Biological Understanding of the Nocebo and Placebo Phenomena”, *Clinical Therapeutics* 39(3), (2017), pp. 469–476.

WERNER ARNOLDS, Médico clínico, profesor en la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Adventista del Plata, Entre Ríos, República Argentina.



ALIMENTACIÓN Y BELLEZA

“**D**ime lo que comes, y te diré qué salud tienes”, podríamos argumentar. También es válido decir: “Dime lo que comes, y te diré cuán bello te ves”. Lo que comemos se ve reflejado no solo en nuestra salud, peso o estado de ánimo, sino también en nuestra apariencia exterior, y la piel es la primera que lo refleja.

Aquí no sirven de mucho los tratamientos externos cuando las células que componen la piel no son nutridas desde tu dieta, para que sean saludables. La cantidad de agua que bebes tendrá como consecuencia una piel más o menos hidratada y tersa. Los alimentos con vitaminas antioxidantes también influirán en la protección que tendrá nuestra

piel de los agentes externos como el sol, el frío y la contaminación del medio ambiente.

La vitamina C es fundamental, porque gracias a esta nuestro cuerpo puede producir colágeno, ingrediente tan valorado en cremas y tratamientos cosméticos, que si no es producido por el cuerpo es difícil que se asimile. Además de ser precursora de colágeno, la vitamina C favorece la circulación y le da a la piel una apariencia más luminosa. ¿Sabes cuánto dinero cuesta un suero de vitamina C? Puedes ahorrar muchísimo introduciendo en tu dieta alimentos ricos en vitamina C. El primero y más poderoso es el camu camu, fruto que crece en la Amazonia y es conocido por su concentración de

esta vitamina; se considera el alimento con mayor concentración natural de vitamina C en el mundo.

En comparación con las naranjas, las bayas de camu camu proporcionan entre treinta y cincuenta veces más vitamina C. Podemos conseguir esta vitamina también de pimientos, acerola, kiwis, frutillas, cítricos, tomates y perejil.

Por eso, no hay excusas para no obtener un aporte de esta importante vitamina; sobre todo en invierno, cuando además cumple una función anticancerígena, antiinflamatoria y antigripal, y nos ayuda a reforzar las defensas.

Comparto contigo esta receta que contiene vitamina C. **RA**



AGUA DE NARANJA Y CANELA

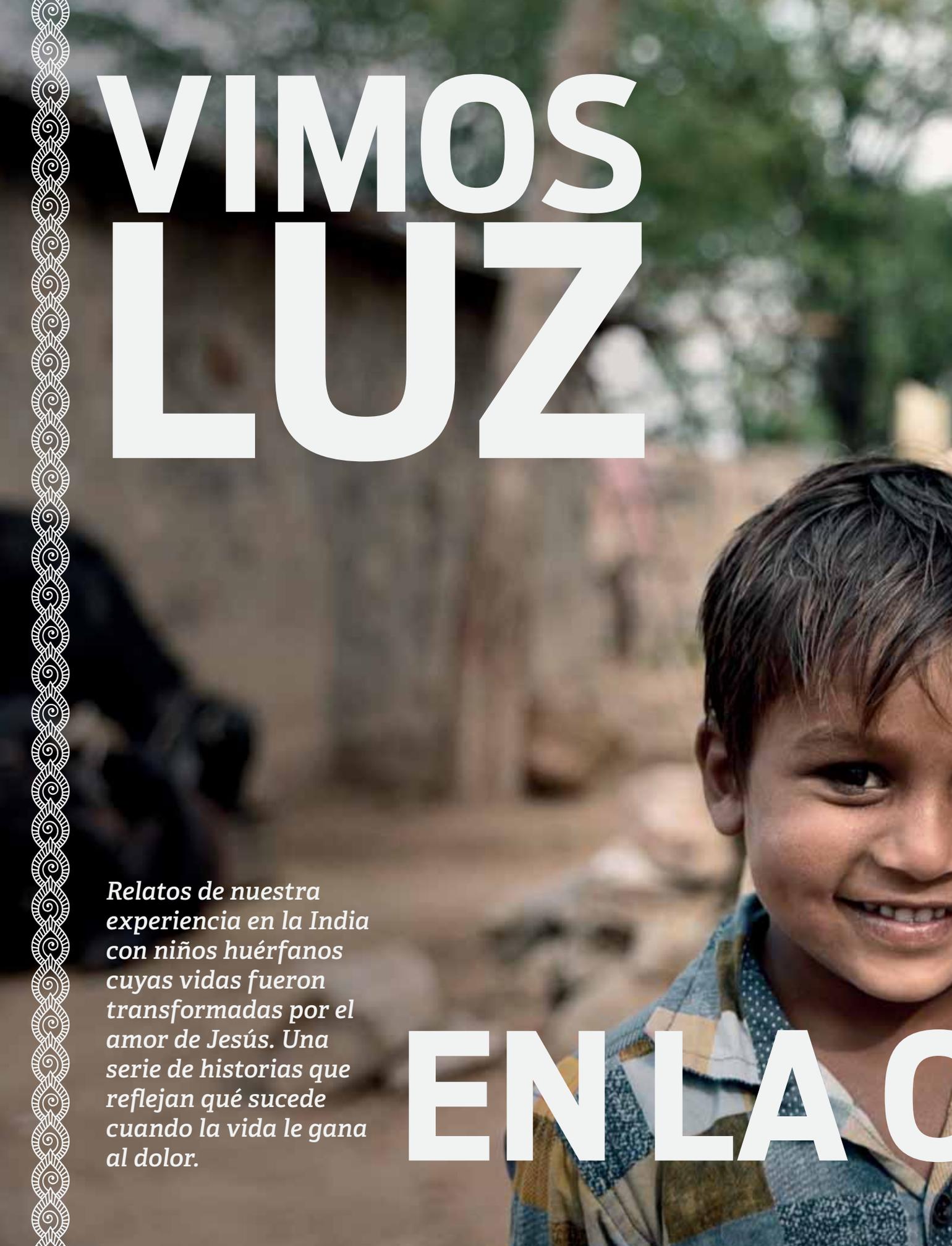


INGREDIENTES:

- 5 tazas de agua.
- 1 taza de jugo de naranja.
- Ralladura de 1 naranja.
- 1 rama de canela.
- Stevia o azúcar a gusto.
- 1 naranja cortada en rodajas.
- Canela en rama a gusto.
- Cubitos de hielo.

PREPARACIÓN:

- Hervir el agua y las ramas de canela.
- Dejar enfriar.
- Agregar el jugo y la ralladura de naranja, y la stevia.
- Revolver todo y colocarlo en una jarra con las rodajas de naranja.
- Mantener en el refrigerador hasta que esté completamente frío.
- Servir en vasos con hielo, y decorar con rodajas de naranja y canela u hojas de menta.

A young boy with dark hair, wearing a blue and yellow patterned shirt, is smiling warmly. The background is a blurred outdoor setting with trees and a stone wall. On the left side of the page, there is a vertical decorative border with a repeating geometric pattern.

VIMOS LUZ

Relatos de nuestra experiencia en la India con niños huérfanos cuyas vidas fueron transformadas por el amor de Jesús. Una serie de historias que reflejan qué sucede cuando la vida le gana al dolor.

EN LA O



POR PATRICIA MARCOS Y DAVID FLIER

OSCURIDAD



“**N**ana hesaru Patri”,
 “Nana hesaru David”.
 Promediaba el vuelo
 entre Nueva Delhi y
 Bangalore, el quinto y

último de nuestro viaje desde la República Argentina. Nosotros ensayábamos cómo introducirnos en canarés –el idioma oficial del Estado de Karnataka, India– a los 34 chicos del orfanato que en pocas horas iba a ser nuestro hogar por casi un año. Ignorábamos, sin embargo, que para acercarnos al mundo de esos niños íbamos a tener que hacer mucho más que aprender un par de nuevas palabras.

Arrastrábamos no solo expectativas por servir como misioneros y la curiosidad de adentrarnos en una cultura tan distante de la de nuestra tierra natal; también cargábamos con el cansancio de los cinco días que había durado nuestro viaje, entre escalas, cambios de aeropuertos y unas treinta horas en Nueva Delhi.

El arribo a la capital india había activado todos nuestros sentidos, que rápidamente se iban acostumbrando a nuevos paisajes, olores, sonidos y sabores. Ruido constante, basura casi en cualquier lado, aromas desagradables, son algunos de los recuerdos de esa llegada a la India, por febrero de 2018.

“**SUNSHINE SIGNIFICA BRILLO DEL SOL, EN INGLÉS. LA METÁFORA ES SIMPLE DE APLICAR: EL HOGAR ES, PARA MUCHOS CHICOS, UNA LUZ EN SU VIDA”.**

Nuestro vuelo aterrizó en Bangalore, y un par de horas más tarde conocimos a los niños. Todos sonreían y gritaban, llenos de una emoción que no había sido opacada por el sueño: llegamos más tarde del horario en el que suelen ir a dormir y se quedaron levantados para esperarnos.

Tenían una sonrisa tan amplia que, más tarde, al conocer sus historias, hasta nos pareció incomprensible.

En realidad, nuestro tiempo en Sunshine Children’s Home, el orfanato adventista donde servimos durante el 2018, estuvo plagado de este tipo de paradojas.

En ese lugar viven niños que perdieron a sus padres, o aunque tengan vivo a uno de ellos, no pueden estar en sus hogares por situaciones económicas o de seguridad. Allí, compartimos tiempo con ellos, dirigimos y coordinamos distintas actividades (apoyo escolar, ejercicio físico, talleres, juegos, cultos),

y nos convertimos durante once meses en hermanos de una familia numerosa.

Durante ese tiempo, una pregunta vino una y otra vez a nuestra mente: ¿Cómo podían mostrar tanta alegría y, al mismo tiempo, contar con un pasado tan tormentoso?

Sheru tiene trece años, ojos grandes y penetrantes y su mano extendida. Y, si no fuera porque se la ofrece, David difícilmente repararía en ese trozo de maní que es parte de una barra de golosina. La misma que no solo comparte con David, sino también con cada uno de los otros once varones que lo rodean. Sheru sabe bien lo que es dar de lo poco que tiene.

Lo aprendimos cuando visitamos su casa de Kolar Gold Fields (KGF), un pueblo ubicado a unos cien kilómetros de Bangalore, donde durante las vacaciones su tía cuida de él, de

su hermano Akdep (de once años) y de su hermana Sunita (de ocho años).

A esa casa le sobran carencias: dos camas sin colchones sirven para los tres niños, su tía y su bisabuela; casi no hay muebles ni comida; y el agua –no apta para beber– solo llega por las cañerías una hora a la semana. Las privaciones físicas, sin embargo, parecen menos graves si recordamos los dolores por los que pasó su corazón. Su padre, alcohólico, maltrataba frecuentemente a su madre, quien, agobiada, se suicidó. Al poco tiempo, el padre se volvió paciente psiquiátrico y también intentó quitarse la vida. Hoy, deambula por las calles del pueblo y casi no tiene contacto con sus hijos.

Mientras las tragedias familiares se sucedían, Sheru y Akdep iban al colegio adventista de KGF. Pero, tras la muerte de su madre, su tía no contaba con recursos para mantenerlos y darles escolaridad. Una ONG intervino para llevar a los chicos a Sunshine.

Dicen que cuatro años atrás, cuando llegaron, eran tímidos. Que estaban inseguros. Hoy, poco de eso parece perdurar. Sheru pone alegría, pero también convicción en cada cosa que hace: cantar en la iglesia, correr en un partido de críquet o surcar la huerta orgánica que tiene el orfanato. A Akdep, que sueña con ser pastor, le gusta conocer: muy a menudo nos preguntaba sobre cómo son las cosas (clima, comidas, costumbres) en la Argentina. Sunita abunda en gestos de cariño y siempre piensa en los demás. Tanto, que vislumbra un futuro como enfermera misionera.

Los tres agradecen a Dios por poder estudiar en un colegio adventista, el que linda con el orfanato, y vivir en un lugar digno. Así, nos dieron una lección de gratitud.

Apenas llevábamos unos días en Sunshine cuando Indira comenzó a destacarse entre los demás chicos. Y no por algo bueno: era la única niña que no iba al colegio. Tenía quince años y un pasado de lágrimas: su padre había muerto, su madre vivía en un suburbio peligrosísimo y el único intento de escolarizarla en Sunshine había fracasado (intentó escaparse).

Corría febrero, y el desafío que propusieron a Patri parecía mayúsculo: preparar a Indira para rendir un examen (a finales de marzo) y



“TENÍAN UNA SONRISA TAN AMPLIA QUE, MÁS TARDE, AL CONOCER SUS HISTORIAS, HASTA NOS PARECIÓ INCOMPREENSIBLE”.

poder ingresar en la escuela. Indira apenas podía leer en inglés, el idioma que se habla en Sunshine y en el que se dictan las clases. Pero, además, era reticente. Frecuentemente se negaba a leer, a aprender, a integrarse.

Semanas de esfuerzos (tanto de Patri como de ella) dieron sus frutos, e Indira logró pasar sus exámenes. Y, mientras progresaba en

sus estudios, también nos hicimos amigos de ella. Nos contó de sus dudas acerca de un Dios amoroso y empezamos a estudiar juntos la Biblia para encontrar respuestas.

Sin embargo, una tía se la llevó durante el receso escolar de mayo a Pune, mil ochocientos kilómetros lejos de Bangalore. No sabíamos si volvería. Y, debemos confesar, los olvidos



y la agenda hicieron que en un momento nuestras oraciones cesaran. Pero Dios no olvidó aquellas plegarias por ella: Indira volvió, y a las pocas semanas, durante una ceremonia bautismal, expresó su deseo de aceptar a Jesús como su Salvador.

Desde entonces y hasta nuestros últimos días en la India, compartimos hermosas charlas espirituales y estudios de la Palabra de Dios con ella. Y, mientras lo hacíamos, una dulce sonrisa adornaba su rostro de manera cada vez más frecuente.

Rajeev (16 años), Vishnú (11 años) y Denali (9 años) llegaron a Sunshine llenos de dolor. Su madre había fallecido en un incendio. Y su padre era, para muchos en su pueblo, el autor material de esa desgracia.

El dolor de ellos, sin embargo, nunca mutó en resentimiento contra otros. Rajeev disfrutaba de sus amigos y de contar novedades. En cada comida, además, era el más insistente para que tomáramos cuanto quisiéramos de las ollas que compartíamos.

Vishnú ríe casi a cada rato y derrocha amabilidad. Se alegraba cada vez que nos encargáramos de contar una historia en el momento del culto, y canta tan fuerte que, por lo general, distinguíamos su voz desde varios metros de distancia. A la hora de hacer la fila para la comida, era imposible evitar que nos cediera su lugar.

De Denali, sorprende su seguridad al hablar y su desenvoltura, como si Sunshine hubiese podido borrar su pasado traumático. Y ese mismo énfasis pone en sus gestos de

afecto, en la alegría que nos mostró cada vez que compartimos un momento.

La violencia contra la mujer es un problema que pega en la India tan fuerte como en Sudamérica. La madre de Alisha la sufrió por mucho tiempo. Tanto que, cansada de maltratos por parte de su esposo, intentó prenderse fuego. Las llamas, aunque no acabaron con su vida, le dejaron cicatrices en la cara.

Su hija, de doce años, encontró en Sunshine un escape a los tormentos de su casa y un lugar donde desarrolló una personalidad cariñosa y extrovertida. Durante nuestro tiempo con ella, siempre la vimos dispuesta a bromear con nosotros, a disfrutar nuestros chistes y a abrirnos el corazón para compartir sus problemas.

Hay un fenómeno que es bastante común en la India, a la vez que desgarrador: si una persona enviuda y vuelve a casarse, deja a los hijos de su matrimonio anterior. Muchos de los chicos que viven en Sunshine son hijos de esos primeros matrimonios y hoy adolecen de la falta de padres.

Arya (catorce años), junto con su hermano Ravi (once años), sufrió esto y llegó a la casa de un tío, donde ambos hermanos tenían que trabajar arduamente y compartir una única habitación con una familia numerosa. Sunshine les dio la posibilidad de dedicarse a estudiar.

Con Arya compartimos muchas sesiones de estudios bíblicos. Es, con seguridad, una de las personas más tímidas que conocimos en Sunshine (nunca se animó a orar antes o después en nuestro reducido grupo). Sin embargo, su timidez no impidió que expresara gratitud como pocos: cada vez que enseñábamos algo (una canción, una palabra o una manera de contar historias), nos buscaba al final de la reunión para decir, en un claro español: "Gracias".

Rasag (ocho años) y Anjali (nueve años), otra pareja de hermanos abandonados, van de un extremo a otro en lo que al área emocional respecta. A él, por momentos, le basta una mínima ofensa para que reaccione con llantos y con golpes. Otras veces, es el primero en correr al encuentro y recibirnos con un abrazo. Anjali también mezcla la dulzura en

“A ESA CASA LE SOBRAN CARENCIAS: DOS CAMAS SIN COLCHONES PARA TRES NIÑOS, SU TÍA Y SU BISABUELA. CASI NO HAY MUEBLES NI COMIDA Y EL AGUA –NO APTA PARA BEBER– SOLO LLEGA POR LAS CAÑERÍAS UNA HORA A LA SEMANA”.



sus palabras y sus elogios con los gritos y las órdenes cuando algo no le gusta.

También Nahali (ocho años) y Vara (seis años) quedaron al cuidado de una abuela cuando su madre volvió a casarse. Ellas llegaron a Sunshine tiempo después de que nosotros lo hiciéramos. Al principio no hablaban una palabra de inglés, pero al poco tiempo era imposible callarlas.

Ellas personificaban bien dos cualidades muy comunes en los chicos que conocimos en Sunshine. Vara era puro empuje: no tenía miedo a nada, le encantaba sumarse a actividades de los más grandes y buscar hacer cosas nuevas. Nahali también lo hacía, pero, acaso algo más consciente del abandono que había vivido, demandaba atención a cada momento.

El abandono de hogar es otro mal corriente en la India, especialmente por parte de la figura masculina, y es el caso de muchos de los chicos en Sunshine. Por ejemplo, el de Kali (doce años) y Vaisheli (catorce años), dos alegres y muy inteligentes chicas, de tez oscura y sonrisa traviesa. Nunca encontramos rastros de resentimiento o de tristeza en una charla con ellas, tanto aquellas que estaban llenas de bromas como aquellas en las que nos hacían preguntas (ambas son muy curiosas).

Sunshine significa “Brillo del sol”, en inglés. La metáfora es simple de aplicar: el Hogar es, para muchos chicos, una luz en su vida. Pero, además, para muchos Sunshine es también una luz que irradia hacia las familias, varias de las cuales son de religión hindú. Este es el caso de Harish (ocho años) y Aksheya (trece años), dos de los niños más amables y capaces que conocimos. Su padre los dejó cuando ellos eran muy pequeños. Hoy, su madre es feliz al ver cómo la educación que reciben en Sunshine impactó fuertemente en la vida de ellos.

La piel se nos eriza al recordar a Harish pedir oración para que su madre consiguiera un buen trabajo. Y sonreímos al pensar en la facilidad que Aksheya tenía para aprender nombres de meses, colores y días de la semana en español. Pero, sobre todo, la alegría nos invade al pensar en la esperanza con la que miran hacia el futuro.

Al principio nos sorprendió su visión. Josephine tenía trece años, pero, a diferencia de muchos de los chicos de su edad, parecía tener claro el camino por seguir. A menudo decía que quería ser médica, que planificaba estudiar en los Estados Unidos, y que para eso debía comenzar a prepararse desde la escuela secundaria.

Aún más nos sorprendió enterarnos de cuánto distaba ese futuro del pasado calamitoso que había vivido. Sus padres habían muerto y ella quedó a cargo de unos tíos, quienes la hacían trabajar y que un día, cuando la consideraron un estorbo, decidieron envenenarla. Ella se percató a tiempo y logró escapar. Más tarde pasó por un hogar católico donde, según cuenta, Jesús se le apareció en sueños y la incentivó a tener un encuentro personal con él. Tiempo después, ya en Sunshine, se volvió su amiga y comenzó a aprender de Dios a través de la Biblia.

Mary era la más grande en nuestro pequeño grupo de estudio bíblico. Llegó a Sunshine muy pequeña, solo con cuatro años, luego de que la madre la abandonara en la casa de su abuela.

Con el tiempo, no solo logró perdonar a su madre, sino también apreció cómo Dios la guio para que lo conociera y pudiera ser luz en su familia. Hoy está terminando la primera etapa de la escuela secundaria y posiblemente se mudará a otra provincia para finalizar. Hace un tiempo nos contaba que le gustaría ser periodista.

Una de las personas con las que más nos relacionamos durante nuestros primeros meses en la India fue Henra (22 años). Cuando arribamos a Sunshine, ella transitaba un receso en su carrera universitaria. El hogar apoya a los niños hasta terminar su educación superior, y ella pasaba unos meses en Bangalore hasta volver a Pune, donde estudia profesorado de Música en la Universidad Adventista Spicer.

Su historia fue de las que más nos impactó. Su padre falleció y su madre la abandonó cuando volvió a casarse. Henra, con cuatro años, quedó a cargo de su abuela, quien pronto la cedió a una familia que la tomó como sirvienta. En esa casa (y en otra donde serviría años después), se acostumbró a

¿CÓMO AYUDAR A SUNSHINE?

Si hay algo que nos llamó la atención de Sunshine es cómo se hace tanto con tan poco. Los recursos materiales del orfanato son escasos, especialmente a partir de los últimos dos años. En este tiempo, la ONG que apoya al lugar ha recortado los fondos. Los chicos pueden estudiar y comer en el orfanato gracias al aporte de patrocinadores, personas que deciden comprometerse durante un tiempo a colaborar con dinero para pagar la escolaridad y los gastos del hogar.

También el lugar se sostiene con donaciones esporádicas, que sirven para hacer mantenimiento edilicio o cubrir parte del presupuesto.

Si quieres ayudar, tanto en una necesidad puntual como apoyando a un chico en su educación, escribenos a patriciamarcos7@gmail.com o a dauid-flier@hotmail.com y te indicaremos los pasos por seguir.

trabajar bajo presión. Si no cumplía con las tareas domésticas como ordenar y cocinar, recibía castigos; como esas cicatrices que le hicieron en su cara con marcas de cigarrillos.

Cuando llegó a Sunshine, con once años, tuvo que aprender cómo llevar una vida civilizada. También aprendió allí sobre el amor de un Dios que, dice, “siempre recompensó” sus esfuerzos y la llevó a salir adelante en la vida.

En enero de 2019, y en pocas horas vamos a subirnos al avión para volver hacia Sudamérica. Esta vez, fueron los chicos los que buscaron entrar en nuestro mundo. “Chau” y “Gracias” nos decían; algunas de las palabras en español que habían aprendido.

Para ellos, la vida es eso: aprender cosas nuevas, mirar hacia adelante, cultivar la gratitud, dejar el pasado atrás y confiar en que Dios, que los libró de tanto, continuará siendo su protector.^{RA}

Si bien las historias son reales, todos los nombres de los niños mencionados son ficticios.

PATRICIA MARCOS Y DAVID FLIER son un matrimonio de periodistas adventistas que trabajó hasta hace pocos meses como misioneros voluntarios en la India.

Satanás, un ser real

En esta época de escepticismo e incredulidad, muchas personas niegan la realidad de Satanás y sus demonios. Sin embargo, en la Biblia encontramos suficiente evidencia de la existencia de estos seres, del conflicto universal que desataron y de sus actividades en este mundo. Pero también se nos revela que el mal no durará para siempre y que existe un glorioso final para todos los que confían en Jesús como Salvador.

SU INICIOS Y ESTRATEGIA

Hubo un tiempo en que Satanás no existía como tal. Este nombre procede de una palabra que significa “adversario, opositor”. Dios no creó un adversario personal para sí, sino una criatura perfecta, que llegó a corromperse. Usando las figuras de los reyes de Tiro y Babilonia respectivamente, los profetas Ezequiel e Isaías declaran que este ser angelical, creado con gran hermosura y sabiduría (Eze. 28:15-17), al codiciar el poder y el Trono divinos, dio paso a la rebelión (Isa. 14:12-14). Su estrategia consistió en difamar el carácter de Dios (“diablo” significa “difamador”). Siglos después, Jesucristo lo identificaría como “mentiroso y padre de mentira” (Juan 8:44), indicando así que la mentira en contra de Dios y de su gobierno fue el recurso que él usó para engañar y arrastrar en su sedición a la “tercera parte de las estrellas”, o ángeles que Dios había creado (Apoc. 12:3, 4, 9; Job 38:7). Esto originó un conflicto cósmico que terminó con la derrota y la expulsión de Satanás y los espíritus rebeldes que lo siguieron (Apoc. 12:9, 10).

LA ACTIVIDAD DE SATANÁS Y SUS DEMONIOS EN EL MUNDO

Jesús llamó a Satanás “el príncipe de este mundo” (Juan 14:30) y Pablo lo llamó “el dios de este siglo” (2 Cor. 4:4), porque pretende

usurpar la soberanía de Dios sobre su Creación (Sal. 24:1), y porque la actividad demoníaca no se restringe a una zona geográfica o a un sector del planeta, sino que abarca la totalidad del mundo. En Apocalipsis 12:9 se lee que Satanás “engaña al mundo entero”, y Juan afirma que “el mundo entero está bajo el control del maligno” (1 Juan 5:19, NVI); dando a entender así que de manera limitada el mundo está dominado por él y sus demonios, quienes tratan de hacer el peor daño posible a la humanidad (Efe. 6:12; 1 Ped. 5:8). Por ejemplo, producen enfermedades dolorosas (Job 2:7, 8; Luc. 8:1, 2; 13:11-16; Hech. 10:38); generan muertes y desastres utilizando los elementos de la naturaleza (Job 1:16, 18, 19); arrastran a las personas hacia vicios y pecados (Efe. 2:1-3); realizan milagros poderosos con el propósito de engañar (2 Tes. 2:8, 9; Mat. 24:24); dominan los sistemas políticos para cumplir sus fines de destrucción (Apoc. 16:13, 14; 13:11-17); dominan los sistemas religiosos que no predicán la verdad (Juan 8:31-44; 1 Tim. 4:1; Apoc. 18:2); levantan persecución contra el pueblo de Dios (Apoc. 2:10; 12:17); etc.

EL FIN DE SATANÁS Y SUS DEMONIOS

En este punto, algunos pueden estar preguntándose: ¿por qué Dios no destruyó a Satanás y sus ángeles cuando estos se rebelaron? Tal vez una ilustración ayude.

Supón que un político importante acusara al presidente de los Estados Unidos de alta traición. Si el Presidente mandara eliminar a quien lo está acusando, ¿probaría esto que es inocente de los cargos? ¡Obviamente, no! Ese proceder, más bien, sembraría dudas en la mente de otros y algunos pensarían que, después de todo, el político opositor tenía razón.

Lo mismo podía pasar en el Conflicto Cósmico. Lucifer difamó públicamente a Dios y a su gobierno. Por eso, si Dios hubiese destruido a Satanás y a sus rebeldes tan pronto como se sublevaron, esto habría levantado serias dudas entre los demás ángeles acerca de su carácter amoroso (1 Juan 4:8). Habría perpetuado en su mente la idea de que, después de

todo, Lucifer podría haber tenido razón.

Por eso, Dios ha permitido que el tiempo revele la verdadera naturaleza de la rebelión (Mat. 13:24-30), y al final pueda demostrarse ante el universo que la insurrección satánica no tiene razón de ser y debe desaparecer (Apoc. 15:3, 4; 19:1-6). Cuando llegue ese momento, Dios destruirá a Satanás y a sus demonios sin poner en riesgo la armonía universal (Eze. 28:18; Mat. 25:41; Rom. 16:20), pues todos los seres creados comprenderán que solo la armonía con su amoroso Creador puede garantizar su felicidad eterna (Apoc. 21:1-8).^{RA}

CRISTHIAN ÁLVAREZ ZALDÚA, Doctor en Teología y profesor de Teología Sistemática en la Universidad Adventista de Bolivia.

Transformados por su amor

El amor confiado y la devoción abnegada revelados en la vida y el carácter de Juan presentan lecciones de indecible valor para la iglesia cristiana. Algunos pueden presentarlo como poseyendo este amor, independiente de la gracia divina; pero Juan tenía, por naturaleza, serios defectos de carácter. Era orgulloso y ambicioso, y ligero para resentirse por el desaire y la injuria.

En cierta ocasión, Santiago y Juan presentaron, por medio de su madre, la petición de que se les permitiera ocupar las más altas posiciones de honor en el Reino de Cristo. Jesús comprendía los motivos que impulsaron el pedido, y así reprobó el orgullo y la ambición de los dos discípulos: "Sabéis que los que son tenidos por gobernantes de las naciones se enseñorean de ellas, y sus grandes ejercen sobre ellas potestad. Pero no será así entre vosotros, sino que el que quiera hacerse grande entre vosotros será vuestro servidor, y el que de vosotros quiera ser el primero, será siervo de todos. Porque el Hijo del Hombre no vino para ser servido, sino para servir, y para dar su vida en rescate por muchos" (Mar. 10:42-45).

Juan y los otros discípulos estaban en una escuela en la cual Cristo era el Maestro. Los que estaban listos para ver sus propios defectos, y se sentían ansiosos de mejorar su carácter, tenían amplia oportunidad de lograrlo. Juan atesoraba cada lección, y constantemente trataba de colocar su vida en armonía con el Modelo divino. Las lecciones de Jesús, que enseñaban que la mansedumbre, la humildad y el amor eran esenciales para el crecimiento en la gracia, y un requisito que los capacitaba para su trabajo, eran del más alto valor para Juan. Estas lecciones nos son dirigidas a nosotros como individuos y como hermanos en la iglesia, así como a los primeros discípulos de Cristo.

Puede haber defectos notables en el carácter de un individuo, y sin embargo, cuando este llega a ser un verdadero discípulo de Jesús, el poder de la gracia divina lo convierte en una nueva criatura. El amor de Cristo lo transforma, lo santifica. Pero, cuando las personas profesan ser cristianas y su religión no las hace mejores hombres y mujeres en todas las relaciones de la vida—representantes vivos de Cristo en disposición y carácter—no son de él.

El amor de Juan por su Maestro no era una mera amistad humana, sino que era el amor de un pecador arrepentido, que sentía que había sido redimido por la preciosa sangre de Cristo. Estimaba como el mayor honor trabajar y sufrir en el servicio de su Señor. Su amor por Jesús lo inducía a amar a todos aquellos por quienes Cristo murió. Su religión era práctica. Razonaba que el amor a Dios debía manifestarse en el amor a sus hijos. Se lo oyó reiteradamente diciendo: "Amados, si Dios nos ha amado así, debemos también nosotros amarnos unos a otros [...]. Nosotros le amamos a él, porque él nos amó primero. Si alguno dice: Yo amo a Dios, y aborrece a su hermano, es mentiroso. Pues el que no ama a su hermano a quien ha visto, ¿cómo puede amar a Dios a quien no ha visto?" (1 Juan 4:11, 19, 20).

La vida del apóstol estaba en armonía con sus enseñanzas. El amor que brillaba en su corazón por Cristo lo indujo a realizar el más ferviente esfuerzo y la más incansable labor por sus semejantes, especialmente por sus hermanos en la iglesia cristiana. Era un

poderoso predicador, ferviente y profundo en su sinceridad, y sus palabras llevaban consigo el peso de la convicción.

La profundidad y el fervor del afecto de Juan por su Maestro no eran la causa del amor de Cristo por él, sino el efecto de ese amor. Juan deseaba llegar a ser semejante a Jesús, y bajo la influencia transformadora del amor de Cristo llegó a ser manso y humilde de corazón. El yo estaba escondido en Jesús. Estaba íntimamente unido con la Vid viviente, y así llegó a ser participante de

la naturaleza divina. Tal será siempre el resultado de la comunión con Cristo. Esto es verdadera santificación.^{RA}

“EL AMOR QUE BRILLABA EN SU CORAZÓN POR CRISTO LO INDUJO A REALIZAR EL MÁS FERVIENTE ESFUERZO Y LA MÁS INCANSABLE LABOR POR SUS SEMEJANTES”.

Texto extraído de *La edificación del carácter y la formación de la personalidad* (Buenos Aires: ACES, 1955), capítulo 7.

ELENA DE WHITE, predicadora, escritora y mensajera del Señor (1827-1915).



Saberse débil, saberse fuerte



Normalmente, era mi trabajo conducir el programa de televisión y entrevistar a los invitados. Pero esta vez decidimos cambiar el orden. Ahora, la “invitada” sería yo y uno de mis colegas de la producción se encargaría de mi trabajo.

Tratábamos de temas bíblicos y buscábamos aplicarlos a la vida cotidiana. No recuerdo cuál era el tema que nos tocaba en aquella ocasión, pero sí recuerdo algo que dije y que sorprendió a mi compañero. Hablé sobre nuestra debilidad, sobre nuestra inteligencia limitada, sobre nuestra incapacidad muchas veces de hacer lo que queremos hacer. Probablemente no fui muy clara o usé palabras que no tradujeron fielmente mis pensamientos, porque mi asociado me miró raro. Cuando salió el programa al aire pocas semanas después, vi que habían cortado esa parte.

Tal vez me expresé mal; tal vez mi colega estaba incómodo con la idea de la debilidad. No lo sé. Pero sigo pensando lo que pensaba en aquel momento: es importante sabernos débiles. En la lógica de nuestro Padre, solo así podremos sabernos fuertes en él y confiar plenamente en sus fuerzas, aunque las circunstancias de nuestra vida se oscurezcan.

Jesús nos dejó ejemplo en este tema también. Pocas horas antes de morir, antes de tomar la última cena con sus discípulos, les lavó los pies. Conocemos la historia. Pero hay algunos detalles que nos revela el Evangelio de Juan que nos permiten entrar en la mente de Jesús en ese momento tan importante de su vida.

Vamos al capítulo 13 del Evangelio de Juan; al versículo 1: “Antes de la fiesta de la pascua, sabiendo Jesús que su hora había

llegado [...]” (énfasis añadido). Este episodio del lavamiento de los pies empieza con una toma de conciencia fuerte: Jesús sabía que su momento de morir había llegado. En pocas horas pediría a su Padre: “Padre, si quieres, pasa de mí esta copa; pero no se haga mi voluntad, sino la tuya” (Luc. 22:42). Jesús era plenamente hombre también, y en ese momento, al enfrentar la perspectiva de la muerte, sentía lo que sentiría cualquier hijo de vecino si sabe que en pocas horas va a morir.

Jesús fue llamado a vivir un momento de gran debilidad. La debilidad que confiere el pecado; ese pecado que debía llevar por todos nosotros. Jesús se supo débil, ¡superlativamente! Pero lo maravilloso es que la historia no termina ahí.

Había un sentido para su debilidad. “Porque, aunque fue crucificado en debilidad, vive por el poder de Dios. Pues también nosotros somos débiles en él, pero viviremos en él por el poder de Dios para con vosotros” (1 Cor. 13:4). Ahí donde muchos buscarían usar la fuerza para vencer, Jesús usó la debilidad. La lógica divina no es la lógica de nuestra sociedad.

Volvamos a la Última Cena. Hay otro momento en el que Jesús “sabe” algo. “Y cuando cenaban, como el diablo ya había puesto en el corazón de Judas Iscariote, hijo de Simón, que le entregase, sabiendo Jesús que el Padre le había dado todas las cosas en las manos, y que había salido de Dios, y a Dios iba, se levantó de la cena, y se quitó su manto, y tomando una toalla, se la ciñó” (Juan 13:2-4, énfasis añadido).

De saberse débil y reconocer su necesidad del Padre, Jesús pasa a saberse fuerte porque estaba en las manos de su Padre. Sabía de dónde venía y sabía adónde iba.

“**DONDE MUCHOS BUSCARÍAN USAR LA FUERZA PARA VENCER, JESÚS USÓ LA DEBILIDAD”.**

Tenía la certeza y la convicción de la fe en su Padre. Era importante sentirse débil y dependiente de su Padre. Ahora se sentía fuerte, y estaba listo para servir a sus discípulos y dejarles una lección de humildad y confianza.

Este episodio está cargado de enseñanzas para nosotros también, hoy, en el siglo XXI. Haríamos bien en sentarnos en un lugar tranquilo y meditar sobre estos dos “Sabido Jesús que...” Aquello que sucedió en la mente de nuestro Salvador también puede suceder en nuestra mente. Nuestra fe crecería aún más. Y tal vez nuestros pensamientos sobre las circunstancias que estamos viviendo se volverían más claros.

Si hoy tuviera que volver a hacer aquel programa, probablemente sería más clara. Tal vez mi colega no saldría corriendo. O tal vez me seguiría costando... No lo sé. Sea como fuere, espero que los editores estén satisfechos. ^{RA}

LORENA FINIS DE MAYER, traductora, Magister en Comunicación Internacional. Reside en Berna, Suiza.

Adventist World

A qué iglesia
quiero
pertenecer:

SALUDABLE

VALIENTE

SEGURA

LISTA PARA JESÚS

PROFÉTICA

CRISTOCÉNTRICA



Adventist World

SÚMESE AL DIÁLOGO

En esta nueva serie estamos explorando ideas sobre el tipo de iglesia a la que queremos pertenecer. Al leer estos artículos asociados con el tema de cada mes, nos gustaría escuchar de usted. En primer lugar, tómese un momento para dar «Me gusta» en la página de Facebook de la revista ADVENTIST WORLD y comentar sus artículos.

Entonces, comparta sus pensamientos sobre el tipo de iglesia a la que quiere pertenecer en: www.facebook.com/AdventistChurchAroundTheWorld

Quiero pertenecer a una iglesia...

SALUDABLE

10 Seamos honorables

12 El amor sanador de Dios en acción

14 Salud espiritual, salud total

Mi iglesia

16 Perspectiva mundial

24 Voces jóvenes

Fe en acción

18 Una cocina de barro

20 ¿Puedo contarle una historia?

22 Fe en crecimiento: Páginas infantiles

Rumbo al futuro de Dios

BILL KNOTT

«Si hablamos de fe, esperanza y valor, nuestras almas se fortalecerán, y aumentarán nuestra esperanza, nuestro valor y nuestra fe. Busquemos el gran don del Sol de justicia, para que por medio de nosotros pueda resplandecer sobre los demás».¹

Con la edición de este mes, los hombres y mujeres que le traen ADVENTIST WORLD inauguran una nueva serie dedicada al futuro hacia el cual Dios está guiando a su pueblo.

La hemos denominado «Quiero pertenecer a una iglesia», y cada mes destacaremos una cualidad particular del mensaje bíblico y su relación con el pueblo de Dios para el tiempo del fin.

No faltan los críticos que castigan a la iglesia de Dios por su fidelidad a las enseñanzas de la Biblia, por sus desafíos y luchas para vivir los valores del evangelio, o por la debilidad que a veces muestra al testificar al mundo. A pesar de ello, creemos que este movimiento, y específicamente esta serie especial, tiene por objetivo animar al pueblo de Dios con un mensaje de esperanza, crecimiento y posibilidades.

Este énfasis durante un año comienza en el lugar donde la mayoría de los habitantes del mundo encuentra a la Iglesia Adventista. Durante más de ciento cincuenta años, el mensaje bíblico de una vida sana ha sido una característica distintiva de la presencia adventista. Cada año, millones de personas son tratadas y animadas en los hospitales adventistas. Otros millones más conocen a los adventistas al descubrir seminarios, clases y eventos de vida sana en sus comunidades. Profesionales adventistas de salud reparan cuerpos quebrantados, enseñan a la gente cómo adoptar mejores opciones alimentarias y de ejercicios físicos, y presentan una visión de salud plena que es parte integral del plan de Dios para que los seres humanos prosperen.

Como lo expresó tan bien Elena White, el mensaje vivificante de la vida sana que presenta la Iglesia Adventista es «el brazo derecho del cuerpo».² Se encuentra con las personas contemporáneas en su momento de necesidad y les presenta una manera de seguir a Jesús que los prepara para la vida eterna y les brinda un mayor gozo y un sentido de realización más profundo en la vida diaria.

Al leer la edición de este mes de ADVENTIST WORLD, lo invito a orar para que usted y los que ama se apoyen como miembros de una iglesia que comparte un mensaje de plenitud y restauración en Cristo.



¹ Elena White, *Dios nos cuida* (Doral, FL: Asoc. Publicadora Interamericana, 1991), p. 258.

² Elena White, en *Advent Review and Sabbath Herald*, 20 de junio de 1899.

Creemos en el poder de la oración, y aceptamos pedidos de oración que compartimos en nuestro culto semanal de cada miércoles por la mañana. Envíe sus pedidos a prayer@adventistworld.org, y ore por nosotros mientras trabajamos todos juntos en pro del progreso del reino de Dios.



Un grupo de Conquistadores y líderes arman el campamento en el primer día del Camporí de la Unión Mexicana de Chiapas. El evento fue inaugurado en el Campamento Ebenezer en Chiapas (México) el 17 de abril de 2019. Con 10.600 campistas, fue el camporí más grande a nivel de Unión que se llevó a cabo este año en la División Interamericana.

Fotografía: Daniel Gallardo, Noticias de la División Interamericana.

«Espero que muchos jóvenes puedan percibir que contamos con ellos».

Ted N. C. Wilson, presidente de la Iglesia Adventista, en una entrevista durante la transmisión del Día Global de la Juventud 2019. Wilson enfatizó que no se debe subestimar a los jóvenes, dado que ellos son una parte fundamental para compartir el mensaje de Dios en el tiempo del fin. Este año, el Día Global de la Juventud desafió a miles de jóvenes de diversas partes del mundo para que sirvan a sus comunidades bajo el lema «Adopta».

«Sí, estas cifras son pésimas y alarmantes, y hasta desalentadoras. Pero les aseguro que hay esperanza en el horizonte para los que viven en esos países y para otros que enfrentan restricciones extremas como resultado de recientes catástrofes naturales».

Jonathan Duffy, presidente de la Agencia Adventista de Desarrollo y Recursos Asistenciales (ADRA), al hablar sobre recientes catástrofes naturales como el ciclón Idai, denominado el peor ciclón tropical del que se tenga registro, que afectó Mozambique, Zimbabue y Malawi. Las evaluaciones de los daños indican que se perdieron más de mil vidas en los tres países, más de 161 mil personas buscaron protección en refugios, más de 239 mil casas fueron destruidas, incontables cosechas y ganado quedaron bajo agua, y 3500 escuelas sufrieron daños. Se han reportado más de cuatro mil casos de cólera, y solo en Mozambique, un millón y medio de personas lucha por sobrevivir a la catástrofe.

33

El número de bicicletas nuevas, junto con sus cascos, guantes, luces y porta botellas, que fueron distribuidas como parte de un proyecto propuesto por los miembros de la Iglesia Adventista en la isla caribeña de Saba, en respuesta a una reciente iniciativa del gobierno holandés contra la pobreza. Las bicicletas fueron entregadas a un grupo de niños y jóvenes necesitados, por los veinte miembros de la iglesia adventista de Saba, un territorio de los Países Bajos con una población de aproximadamente 2500 habitantes.

600

El número de mujeres adventistas del Pacífico que se reunieron en Tonga para participar en una marcha contra la violencia. Con vestidos tradicionales y ondeando banderas de sus países, las mujeres portaron pósteres y pancartas para promover EndItNow, una campaña global de la Iglesia Adventista que busca poner fin a la violencia contra las mujeres.



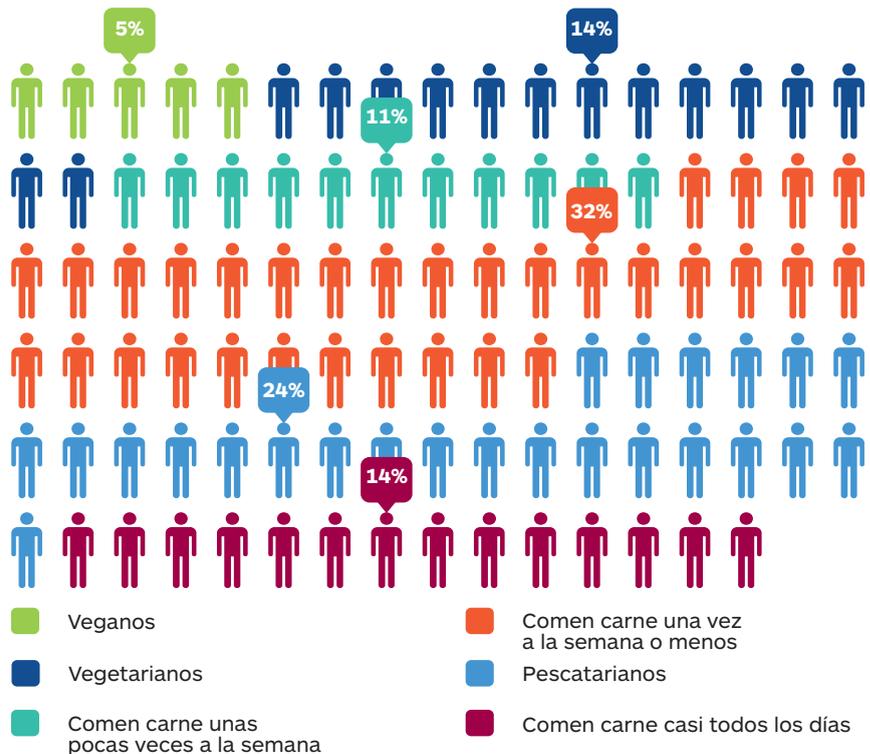
Adventist Record

«Hemos venido a agradecer a Dios por las cosas maravillosas que ha hecho por nosotros al usar a Manoah, que mostró una compasión ajena a toda afiliación tribal, étnica o religiosa».

Sylvester Dalong, líder representante de más de trescientas personas, la mayoría jóvenes, que ahora han sido empleados por el Servicio Civil del Estado de Plateau (Nigeria) gracias a los esfuerzos de Yohanna Manoah, anciano de la iglesia adventista de Gada Biyu. Manoah es considerado el responsable de ayudar a que jóvenes desempleados encuentren trabajo en el servicio civil del estado. Él explicó que esa iniciativa surgió de su amor por Cristo y de su deseo de servir a la humanidad.

Miembros de la Iglesia Adventista y lo que comen

Lea más en inglés sobre este estudio en bit.ly/AdventistDiet



Fuente: Encuesta Global de los Miembros de la Iglesia Adventista 2018

GCMS 2018 Q46, n=63,756

«Espero ser adventista para cuando tenga cuarenta años, pero no estoy muy segura de serlo el año que viene».

Una joven adventista de dieciocho años de Escocia, en respuesta a una pregunta de Paul Tompkins, presidente de la Misión Escocesa. Tompkins y cientos de líderes de la Iglesia Adventista analizaron el tema de la retención de miembros, durante la Cumbre de Discipulado y Retención llevada a cabo en la sede de la Iglesia Adventista. Múltiples presentaciones de diversas partes del mundo destacaron las últimas investigaciones y enfoques prácticos para identificar las razones por las que los miembros deciden dejar la iglesia. Entre las conclusiones alcanzadas: es más probable que los miembros se queden si se involucran de alguna manera en la misión.

8000

El número de túnicas bautismales para distribuir entre exmiembros que fueron adquiridas hace poco por una región de la Iglesia Adventista en Brasil. La iniciativa busca invitar a exmiembros ofreciéndoles una túnica bautismal de regalo, animándolos a llevarla con ellos cuando tomen la decisión de rebautizarse. Los miembros que regresan son entonces invitados a entregar sus túnicas a otros exmiembros.

ADRA Colombia ayuda a miles de migrantes venezolanos

Libna Stevens, Noticias de la División Interamericana

Desde septiembre de 2018, la Agencia Adventista de Desarrollo y Recursos Asistenciales (ADRA) en Colombia ha estado ayudando a miles de venezolanos que han cruzado a la región oriental de Colombia, escapando de la inestabilidad económica y política de su país. El esfuerzo representa una ayuda de más de 2,5 millones de dólares, el proyecto más grande que la agencia adventista ha emprendido en el país, según los directivos de ADRA Colombia.

Estadísticas recientes del gobierno estiman que más de 1.100.000 venezolanos han cruzado a Colombia en los últimos meses, conformando así el 30 por ciento de la población lindante con Venezuela. Alrededor del 23 por ciento de esos migrantes se ha establecido en Bogotá, la capital del país, y el 41 por ciento vive en condiciones irregulares o inestables, explicó Gabriel Villarreal, director de ADRA Colombia.

«Notamos el flujo de personas, y notamos que muchos llegaron al país sin la documentación apropiada, y no pueden tener acceso a los servicios de salud de Colombia durante cierto período. Por ello, preparamos un proyecto para ofrecer asistencia de salud a miles de venezolanos», dijo Villarreal.

Hasta el momento, personal y voluntarios de ADRA Colombia han brindado consultas médicas a miles de migrantes en la ciudad de Bucaramanga, que se encuentra a unos 200 kilómetros del principal cruce fronterizo en Cúcuta (Colombia). Esas consultas incluyen chequeos médicos gratuitos, análisis de laboratorio de ser necesarios, y medicamentos para miles de familias de Bucaramanga y Medellín, la segunda ciudad más grande de Colombia, a unos 390 kilómetros al oeste de Bucaramanga.

En cada ciudad, los chequeos médicos son llevados a cabo por personal de dos centros médicos adventistas, que han atendido a un total estimado de 10.200 individuos.

Cada equipo médico de Bucaramanga y Medellín ve aproximadamente entre 500 y 600 individuos por mes gracias a ADRA, que también está trabajando en coordinación con funcionarios del gobierno para buscar a migrantes venezolanos que necesitan servicios médicos.

«Muchos venezolanos vienen a las iglesias adventistas en busca de ayuda, y son llevados al proceso de registro en centros comunitarios e iglesias adventistas de las cercanías para recibir chequeos médicos gratuitos», dijo Villarreal.

Más de un millón han cruzado la frontera en los últimos meses.

Asimismo, ADRA Colombia, por medio de un donante, está brindando juegos básicos de higiene y de cocina y hogar, dijo. «Cuando estábamos analizando la situación para preparar el proyecto notamos que los migrantes venezolanos de Bucaramanga estaban sumamente necesitados de artículos básicos de higiene. Estaban durmiendo en parques y calles. Por eso sabíamos que teníamos que brindarles ayuda».

ADRA ya ha distribuido 2500 juegos básicos de higiene, 2500 juegos de cocina (que incluyen ollas, platos y utensilios) y 2500 juegos para el hogar (que incluyen colchones y sábanas). Se distribuyen de 500 a 600 juegos por mes, dijo Villarreal. Asimismo, a los receptores se les enseña y reciben un volante sobre cómo lavarse las manos periódicamente y practicar una planificación familiar segura, entre otros temas.

«Partes de la frontera con Venezuela han estado cerradas, y parte de la afluencia de migrantes ha disminuido –dijo Villarreal–. Muchos aún están caminando kilómetros en medio del frío para cruzar a Colombia, por lo que sabemos que hay grandes necesidades de que funcione bien este proyecto de intervención».

Villarreal dijo que ADRA está pensando en solicitar apoyo para otro período de ayuda después de los doce meses iniciales que culminan en agosto. «Queremos expandirnos y ayudar a más venezolanos en su transición a Colombia», dijo Villarreal. ©



Un padre de una comunidad de migrantes de Venezuela en Bucaramanga (Colombia), llena los formularios de inscripción para que su familia pueda recibir consultas médicas y juegos de artículos de cocina y de higiene personal, gracias a un proyecto especial dirigido por ADRA Colombia.

ADRA Colombia

Informe financiero de la Iglesia Adventista es enmarcado en un espíritu de gratitud y confianza

Tesorero de la iglesia mundial destaca lo que denomina «las bendiciones continuas de Dios».

ADVENTIST WORLD y Red de Noticias Adventistas

Juan Prestol-Puesán, tesorero de la Iglesia Adventista, expresó un profundo sentido de gratitud a los miembros de iglesia y a Dios, de parte de su equipo, al presentar el Informe Financiero 2018 ante los miembros de la Junta Directiva de la iglesia el pasado 9 de abril de 2019. Su informe, titulado «La historia financiera de 2018», compartió una historia de confianza en la conducción pasada, presente y futura de Dios.

«El balance financiero auditado señala las bendiciones que hemos recibido y la conducción del Señor –informó a los líderes regionales de la iglesia que se dieron cita en la sede central de la Iglesia Adventista en Silver Spring (Maryland, EE. UU.). Me alegra informar [...] resultados operativos positivos para el año 2018».

CÓMO LE FUE A LA IGLESIA EN 2018

En un año marcado por la volatilidad de los mercados financieros y la debilidad de algunas monedas claves, Prestol-Puesán dijo que las finanzas de la sede central tuvieron un buen desempeño gracias a un incremento en los diezmos en el mundo y un control continuado de los gastos.

«Los diezmos se incrementaron un 3,6 por ciento (89 millones de dólares), para un total de 2500 millones –dijo–. Esto incluye 55 millones de aumento de diezmos en la División Norteamericana, para un total de 1077 millones». El informe de Prestol-Puesán también destacó que las ofrendas misioneras alcanzaron más de 88 millones de dólares, una cifra que no incluye las contribuciones de los miembros de iglesia a sus iglesias locales.

Por otro lado, también informó que los gastos de la Asociación General (o



Red de Noticias Adventistas

el dinero usado para el funcionamiento de la sede de la iglesia mundial) han disminuido por segundo año consecutivo. Esto incluye ahorros por más de 1,1 millones en gastos de viajes.

Ray Wahlen, subtesorero de la Iglesia Adventista, recordó a los miembros de la Junta Directiva, y a los que seguían la sesión en línea, cómo funciona esto. «La Asociación General opera con un tope del 2 por ciento de los diezmos totales brutos –informó–. En 2018, la sede de la iglesia mundial operó 4 millones de dólares por debajo del presupuesto y más de 7,2 millones por debajo del tope».

En total, Prestol-Puesán informó que el promedio semanal de diezmos y ofrendas (lo que excluye las ofrendas para las iglesias locales) alcanzó 50 millones de dólares.

QUÉ PODRÍA SUCEDER A PARTIR DE 2019

Los líderes financieros de la iglesia anticipan que la volatilidad de las monedas podría seguir afectando las operaciones financieras en 2019 y en el futuro. «Seguiremos haciendo lo mejor que podamos para anticipar y minimizar el impacto negativo de la fluctuación monetaria sobre nuestros

ingresos –dijo Prestol-Puesán–. También se controlarán cuidadosamente los gastos y las asignaciones».

A pesar de ello, más allá de los ciclos del mercado y las fluctuaciones de la moneda, Prestol-Puesán dijo que sentía un «profundo sentido de gratitud» por la fidelidad de los miembros y la conducción divina.

«Agradecemos [a Dios] por sus bendiciones. Y agradecemos a nuestros miembros por su generosidad». Y añadió: «Si somos fieles y cuidadosos, creemos que el Señor nos bendecirá y estaremos bien».

Prestol-Puesán también renovó su confianza en lo que denominó «la ayuda continua de Dios». «Él comprende nuestros tiempos, nuestras situaciones y nuestras necesidades. Él nos guiará, y proveerá para nosotros según lo que crea mejor». ☺

4.212.049

Número de miembros de la División de África Centro-Oriental al 31 de marzo de 2019

5400

Número de mosquitos distribuidos por un equipo de profesionales adventistas de salud en Sudán del Sur para combatir la malaria. Según la Organización Mundial de la Salud, la malaria es la principal causa de muerte en ese país. La fatal afección representa el 65 por ciento de todas las enfermedades reportadas en las instituciones médicas de la nación. Cada semana, infecta a más de 77.500 personas y se cobra 220 vidas, la mayoría son niños menores de cinco años.

«Aun frente a fuertes amenazas, no nos rendimos. Continuamos reuniéndonos cerca de nuestro templo demolido».

—Fidel Nimpagaritse, anciano de la iglesia adventista de Camp Baidoa en Somalia. Un grupo de soldados adventistas de Burundi en una misión de paz en Somalia, siguieron reuniéndose para los cultos sabáticos a pesar de la discriminación y la demolición de la pequeña iglesia adventista, que ordenó un capellán de otra denominación. Con el tiempo, varios de los críticos se hicieron adventistas y fueron bautizados.

30.000

El número aproximado de líderes de la iglesia, funcionarios de gobierno, defensores de la libertad religiosa y miembros de la Iglesia Adventista que asistieron a un festival religioso bajo el lema «Libertad religiosa para todos». El evento tuvo lugar en el Estadio Nacional Amahoro en Kigali (Ruanda). Entre los invitados especiales estuvieron la ministra de la Presidencia de Ruanda, Judith Uwizeye; el ministro de Justicia, Johnston Busingye; y el presidente de la Corte Suprema de Kenia, David Maraga, que es adventista. 📍

«Mientras contemplamos el pasado, tenemos que enfrentar el futuro con esperanza. El tiempo se acaba, pero la obra que estamos haciendo hoy está abriendo nuevas maneras de hacer misión».

—Blasious Ruguri, presidente de la División de África Centro-Oriental de la Iglesia Adventista, al hablar en la inauguración de un nuevo campo conocido como Territorio de Tanzania Central, que es parte de la Unión Misión Sur de Tanzania. Los líderes contaron que el nuevo territorio supervisará la obra de la Iglesia Adventista en las regiones de Dodoma e Iringa. También incluirá el distrito de Kiteto. La región cuenta con veintiún mil miembros bautizados.



Abraham Bakari



Dose Juice

¿Está usted comiendo demasiado sano para ser sano?

Comprendamos la ortorexia: cuando tratar de ser demasiado sano puede resultar perjudicial.

La paciente de catorce años sentada en mi consultorio insistió que su decisión de ser vegana no tenía nada que ver con que en la escuela le decían «gorda» y se burlaban de ella. Por el contrario, citó razones relacionadas con los derechos animales y el deseo de ser «más sana».

Pero en realidad, esa estudiante de excelentes calificaciones no mostraba ningún signo de salud: ni su severo desgaste muscular, ni sus extremidades esqueléticas, ni su abdomen distendido que anticipaba una falla hepática. Todo me hacía acordar a esas imágenes que muestran niños muriéndose de hambre. Esa adolescente difería de cualquier paciente con trastornos alimentarios que hubiera tratado.

Eso sucedió hace casi diez años. Desde entonces he encontrado un número de pacientes en el Programa de Trastornos Alimentarios del Centro de Medicina de la Conducta de Loma Linda que sufren de ortorexia. Es un trastorno alimentario motivado por una obsesión con la comida sana. El *Manual Diagnóstico y Estadístico* no lo reconoce formalmente como trastorno alimentario separado. Al comprender sin embargo las señales de advertencia, los síntomas y las consecuencias

para la salud, los profesionales de salud mental pueden tratar mejor a pacientes que sufren de ortorexia.

El término *ortorexia* fue acuñado por el médico Stephen Bratman en 1996 para expresar mejor la obsesión de consumir comida sana. Con el tiempo, el énfasis vigilante en la nutrición apropiada puede evolucionar hasta terminar en una dieta cada vez más restrictiva. Los pacientes con ortorexia ya no pueden comer en restaurantes, son muy rígidos a la hora de escoger ingredientes y han ritualizado patrones de preparación e ingesta de los alimentos. Esos individuos pasan una cantidad sustancial de tiempo investigando sobre alimentos, conservantes o aditivos. Su dieta termina volviéndose tan restrictiva que su salud física queda comprometida.

Hay una superposición significativa entre ortorexia, anorexia y trastorno obsesivo compulsivo (TOC). De los pacientes con anorexia, hasta el treinta por ciento sufre de TOC en forma simultánea. Un estudio reciente de pacientes con ortorexia mostró capacidades limitadas de procesar información y resolver problemas de prueba neuropsicológicas. Además, al igual que los pacientes con anorexia y TOC, los que sufren de ortorexia luchan con la memoria, planificación y capacidad de pasar de una tarea a otra («cambio de conjunto»). A medida que avanza el campo de la psiquiatría, esperamos comprender mejor las causas neurobiológicas subyacentes de la ortorexia.

Es probable que los obsesionados por comer sano revisen compulsi-

vamente los ingredientes de cada cosa que ingieren, preocupándose exageradamente por la calidad de los ingredientes. Es posible que también eviten comer cosas que no consideran «sanas» o «puras», y que se vean visiblemente perturbados cuando no tienen a su disposición alimentos saludables.

Los que sufren de ortorexia también restringen la cantidad y el tipo de alimentos que consumen, lo que los puede llevar a la desnutrición.

Entre las señales de advertencia de la ortorexia, los expertos mencionan patrones rígidos de comida y una extrema inflexibilidad con la dieta, una seria perturbación emocional cuando se quebrantan las rígidas reglas de comida, y una pérdida de peso drástica y extrema.

Algunas de las consecuencias potenciales del trastorno son un daño permanente a la salud, como la osteoporosis, las fallas renales o la infertilidad, un sistema inmunitario deficitario, deficiencias nutricionales, estabilidad emocional inadecuada y bajo sentido de autoestima.

Aún recuerdo la respuesta de mi primera paciente de ortorexia al ver las consecuencias de su enfermedad mental. Al repasar juntas los resultados de sus análisis, comenzó a llorar. «Jamás fue mi intención que esto sucediera –dijo–. Solo quería ser sana».

Al aprender a comprender y responder a las señales de un trastorno de la alimentación, podemos ayudar a los conocidos que puedan estar luchando con ese problema.. ☺

SALUDABLE

Seamos honorables

Por el futuro de nuestros hijos

Cuando era niño, tuve que aprender los Diez Mandamientos en la escuela. Teníamos que memorizarlos y recitarlos en clase. La escuela nos dio una versión abreviada, pero mi padre nos animó a que aprendiéramos la versión completa de la Biblia. Nunca fui bueno para memorizar las cosas como loro, por lo que no estoy seguro que estuve a la altura de lo que se esperaba de mí. A pesar de ello, me familiaricé con la versión bíblica. En ese entonces no me puse a pensar mucho en lo que decía: era algo que había que aprender, y me resultaban razonables.

Ya de adolescente, me di cuenta de que uno de los mandamientos se destacaba del resto. Los primeros hablaban de Dios, y los últimos de la manera en que tratamos a nuestro prójimo. En el medio, sin embargo, había un mandamiento relacionado con personas específicas: los padres. ¿Por qué se necesitaba todo un mandamiento sobre mis padres? También me resultaba un tanto vago. ¿Honra a tus padres? No es que tuviera algo contra ellos pero, ¿por qué un mandamiento tan específico y tan vago al mismo tiempo? ¿Qué significaba? Era también un mandamiento con promesa. Una promesa de longevidad. ¿Cómo era esto?

UNA NUEVA PERSPECTIVA

Años después, al terminar mis estudios de medicina y comenzar a trabajar como residente de psiquiatría, empecé a darme cuenta de cuántas personas jamás habían tenido una buena relación con sus padres. Jamás habían sentido amor o que podían contar con ellos. Jamás habían podido confiar en ellos. Gracias a las teorías de los psicoanalistas John Bowlby, Mary Ainsworth y otros, aprendí que el apego temprano que tenemos con nuestros padres es lo que enmarca todas las relaciones posteriores de la vida. Ya sea la relación de amor con el cónyuge,

un maestro, un jefe o alguien de autoridad, si es una relación sana, nos permite confiar. Logramos transferir esa confianza a otras relaciones, lo que es fundamental.

La relación última, sin embargo, es con Dios.

Recuerdo cuando leí por primera vez sobre Enoc en *Patriarcas y profetas*, de Elena White. Ella escribió que el nacimiento de Matusalén cambió a Enoc y lo acercó a Dios.¹ Comprendió mejor su relación con Dios cuando vio la dependencia y confianza de su hijo en él.

Como padres, somos los representantes de Dios ante nuestros hijos. Si es su responsabilidad honrarnos, entonces es nuestra responsabilidad ser honorables. Tenemos que tratarlos de maneras que estimulen la confianza en nosotros y nos muestren como dignos de amor.

En *Conducción del niño* Elena White escribe:



«El método de gobernar que tiene Dios, es un ejemplo de cómo se han de educar a los niños. No hay opresión en el servicio del Señor, y no ha de haber opresión en el hogar ni en la escuela [...]. Sea la bondad la ley del hogar y de la escuela».²

«Padres y madres, en el hogar debéis representar el carácter de Dios. Habéis de requerir obediencia no con una tormenta de palabras, sino en una forma bondadosa y amante. Debéis estar tan llenos de compasión que vuestros hijos sean atraídos a vosotros».³

No podemos permitirnos perder los estribos con nuestros hijos o tratarlos de manera injusta y esperar que sigan nuestros consejos (si bien es verdad que no podemos ser responsables de todas sus decisiones futuras).

ESTUDIOS REVELADORES

Hay, sin embargo, otro ángulo importante que considerar: la salud futura de nuestros hijos. En el Estudio

CDC-Kaiser ACE⁴ (Estudio sobre las Experiencias Adversas de la Niñez), que se publicó por primera vez hacia fines de la década de 1990, se mostró que el ambiente en la niñez temprana impacta nuestra salud posterior tanto mental como física. Los resultados del estudio indican que la negligencia, la violencia y las diversas clases de disfunción familiar pueden llevar a una variedad de afecciones crónicas. Se cree que las experiencias adversas tempranas alteran el neurodesarrollo del niño, lo que entonces puede llevar a deficiencias cognitivas. Eso puede incitar conductas dañinas, que en último término terminan provocando enfermedades y aun hasta la muerte temprana.⁵

Los estudios de este tipo llaman a la reflexión.

Pocas cosas impactan tan significativamente la salud futura de una persona como la forma en que se la trata los primeros años de vida.

EL DESARROLLO DEL CEREBRO LLEVA TIEMPO

Mientras escribo estas palabras, estamos celebrando el «primer día de verano» aquí en Islandia. Es un día marcado cada año en el calendario, y siempre esperamos que sea soleado y cálido. Triste es decirlo, casi nunca lo es, porque es aún abril y ... vivimos en Islandia. Pero es la época del año en que los granjeros se preparan para el nacimiento de los corderos. Cada vez que soy testigo de esto, quedo asombrado al ver con qué rapidez los corderos se ponen de pie y, en solo pocos meses, se vuelven independientes.

Con los humanos no sucede eso. Hace unas décadas se pensaba que el desarrollo del cerebro humano se completaba al final de la niñez, pero no es así. Ahora sabemos que el proceso de desarrollo del cerebro humano lleva unos veinticinco años.⁶ Los primeros años el cerebro se desarrolla con rapidez, y entonces se estabiliza hasta la adolescencia, cuando da un nuevo salto

en el desarrollo, al igual que el resto del cuerpo. Durante ese período se produce el desarrollo del pensamiento abstracto y las habilidades sociales. Todos esos años nuestros hijos nos necesitan (¡aun cuando ellos afirman que no es así!), y tenemos que tratarlos de la manera más amorosa, porque si ellos honran a su padre y a su madre, sus días se alargarán en la tierra que Jehová nuestro Dios les da (véase Éxo. 20:12).

Yo no soy un padre perfecto (solo pregúnteselo a mi hijo). Ninguno de nosotros lo es. Todos tenemos nuestros trasfondos e historias que plasmaron lo que somos, junto con nuestras ideas sobre nosotros mismos y otras personas. Cometemos errores y necesitamos perdón. Pero tenemos un modelo en nuestro Padre celestial. La neurociencia moderna nos dice que el cerebro es «perdonador»: es maleable. Esto significa que puede adaptarse a lo largo del tiempo, tanto a lo negativo como a lo positivo. Por lo tanto, podemos aprender cosas nuevas, porque el cerebro cambia.⁷ Eso me da esperanza.

Por ello, cuando se encuentre con alguien a quien le cuesta confiar, usted puede ser su «madre» y «padre». Usted puede ayudarle a cambiar su manera de pensar al mostrar amor y, al hacerlo, llevarlo hacia nuestro Padre celestial.

Seamos honorables. ☺

¹ Elena White, *Patriarcas y profetas* (Mountain View, Calif.: Pacific Press Publ. Asoc., 1954), p. 71.

² Elena White, *Conducción del niño* (Mountain View, Calif.: Pacific Press Publ. Asoc., 1964), p. 242.

³ *Ibid.*

⁴ www.cdc.gov/violenceprevention/childabuseandneglect/acestudy/about.html?CDC_AA_refVal=https%3A%2F%2Fwww.cdc.gov%2Fviolenceprevention%2Facedstudy%2Fabout.html

⁵ www.cdc.gov/violenceprevention/childabuseandneglect/acestudy/about.html?CDC_AA_refVal=https%3A%2F%2Fwww.cdc.gov%2Fviolenceprevention%2Facedstudy%2Fabout.html

⁶ David Eagleman, *The Brain: The Story of You* Kindle edition (Edinburgh: Canongate Books, 2015), p. 14.

⁷ *Ibid.*, p. 18.

El doctor **Helgi Jónsson** es médico psiquiatra y director de Ministerios de Salud de la División Transeuropea de la Iglesia Adventista del Séptimo Día. Él y su familia viven en **Islandia**.

SALUDABLE

El amor sanador de Dios en acción

Joshua Cloete

Los adventistas del séptimo día creemos que Dios está obrando activamente para que sus hijos se sientan sanos y bien. Lo invitamos a leer y sentirse inspirado por estas historias de cómo su mano obró de manera activa en la vida de cuatro individuos. —Los editores.

Calvin Kim

WASHINGTON, ESTADOS UNIDOS

¡Ser dentista puede ser muy estresante! Que quede claro: me encanta mi trabajo, pero entre las tareas administrativas y los casos difíciles, el estrés puede acumularse rápidamente.

Es por ello que después de trabajar salgo a correr o voy al gimnasio. Antes de no mucho, comienzan a fluir las endorfinas, y el estrés comienza a disiparse. Me ejercito casi cada día, porque me encanta cómo me hace sentir y lo que hace por mi mente y cuerpo.

Algunos luchan por hacer ejercicio. Una manera de que resulte entretenido es ponerse un blanco u objetivo. Eso fomenta mi motivación. En abril de este año tuve la oportunidad de correr la Maratón de Boston. El próximo verano escalaré el monte Rainier. Siempre he creído que el

mejor ejercicio es hacer lo que uno más disfruta. No importa si es una carrera con alta demanda física o una simple caminata por el parque.

Me encanta organizar caminatas con mis amigos los sábados por la tarde y otras actividades en la iglesia. Esos simples encuentros han contribuido al crecimiento de la iglesia, dado que las personas anhelan compañerismo y comunión. Cada iglesia necesita miembros saludables y activos que inviten a otros a acompañarlos en actividades entretenidas.

Me apasiona la salud y la aptitud física, por lo que promoverlas es fácil para mí. Me da mucha alegría cuando alguien me dice que lo estimulé para comenzar a hacer ejercicio o para proponerse un nuevo objetivo de salud. Influir positivamente en la vida de otros es una de las mayores bendiciones que podemos tener los cristianos. ☺

Linda Spady

IDAHO, ESTADOS UNIDOS

En muchos sentidos, mi niñez estuvo llena de risas, amor y una conciencia de la bondad de Dios. Al mismo tiempo, me sucedieron varias cosas que me hicieron sufrir y sentir temor. Como resultado, comencé a luchar contra la ansiedad.

Para afrontar el miedo, me volví perfeccionista. Tenía la creencia inconsciente de que si hacía todo a la perfección y agradaba a los que me rodeaban, entonces sería amada. Sentía terror de fracasar y temía constantemente no ser lo suficientemente buena.

Pero Dios me ha liberado del temor al enseñarme que me ama y valora, no importa lo que pase. Si me equivoco, él aún me ama. Si alguien me critica, él aún me ama. Si no estoy a la altura de mis propias expectativas, él aún me ama. Dios no me ama por lo que hago sino por *quién es él*. Agradezco por tener familiares y amigos que siempre me lo recuerdan.

Nuestro Dios es amoroso y bondadoso. Quiere acallar nuestros temores y hacernos valientes. La ansiedad puede ser poderosa, pero Dios siempre está cerca para calmarnos y confortarnos. Me siento agradecida por la esperanza de sus promesas y la paz de su presencia. ☺

Bob Spady





Errone Kemp

Errone Kemp

NUEVA YORK, ESTADOS UNIDOS

La artritis reumatoide puede resultar invalidante. Aún recuerdo cuánto miedo sentí cuando me la diagnosticaron. Sufría de fatiga generalizada y dolor en las articulaciones. Los medicamentos me ayudaban hasta cierto punto, pero seguía exhausta y dolorida. Decidí entonces experimentar con la dieta para ver si eso ayudaba.

Comencé a comer más frutas, verduras y porotos frijoles, evitando los granos refinados, los lácteos y el pescado. Solo consumía carne de pescado, pero descubrí que empeoraba mucho los niveles de dolor.

Pronto tuve energías para volver a estudiar, y volví a caminar sin sentirme con sesenta años de más.

Los estudios de posgrados son muy exigentes, y a veces es difícil preparar los alimentos o planificar de antemano qué comer. Pero descubrí que si hablo con Dios sobre los alimentos y la planificación, él me ayuda a hallar tiempo para hacerlo. Cuando salgo de compras, le pido a Dios que me ayude.

Hay una historia en la Biblia sobre cómo Dios ayudó a Daniel y sus amigos a tomar buenas decisiones alimentarias. Sé que también me está ayudando a mí. Los alimentos que Dios creó poseen mucho potencial de sanar. Me siento amada sabiendo que Dios se interesa en las cosas pequeñas y quiere que me sienta bien. ☺

Sarah de Almeida e Silva

CHAD, ÁFRICA

Tenía terror de ir a Chad. Había visto a varios médicos misioneros agobiados por el trabajo, sintiéndose solos y desanimados. «Dios, ¿no puedes enviar a otro? –oré–. ¿No te interesas acaso en mis necesidades?»

Cuando finalmente obedecí el llamado de Dios e hice planes de trabajar en el Hospital Adventista de Bere, pensé que estaría destinada a sentirme miserable, sola y soltera por el resto de mi vida. Pero estaba equivocada.

Es verdad, el trabajo en Chad ha sido difícil. Desde los terribles calores, una huelga en el hospital cuando era la única médica y las numerosas veces que sufrí de malaria, en muchos momentos me produjeron el deseo de renunciar. Duele ver el sufrimiento tremendo

de muchos de los que me rodean: niños con malaria que mueren porque son tratados muy tarde; madres que sepultan a recién nacidos, y niñas abusadas sexualmente que ni siquiera se dan cuenta de que están siendo maltratadas. Pero el Señor me ha sostenido y ha provisto para mí de manera mucho más abundante que lo que les puedo contar.

Me gustaría que la misión fuera más fácil. Podría serlo si más personas se dedicaran a ella. Pero entretanto, trato de recordar que anhelo ser agente de sanación, no tan solo disfrutar de una vida fácil.

Jesús derramó su vida para darnos salud. En Isaías 58, promete que si derramamos nuestra vida por otros, también hallaremos sanación. En África comencé a experimentar esa sanación. Hasta que Dios me llame a otro lado, ¡aquí me quedo para recibir más! ☺



Joshua Pazvakawambwa

Salud espiritual, salud total

Nuestro Creador sabe bien de qué manera podemos mantenernos sanos

SALUD ESPÍRITUAL Y SALUD FÍSICA

A menudo usamos la salud física para definir nuestro estado de salud. La enfermedad y el dolor se ven a menudo como una reducción de la salud general. Por ello, dedicamos muchos esfuerzos para evitar hábitos no saludables. Pero el énfasis primordial en la salud física puede llevarnos a no apreciar cómo la salud espiritual afecta directamente la salud física que buscamos preservar.

Los investigadores han demostrado que ciertos grupos religiosos disfrutaban de vidas más largas y saludables en comparación con las poblaciones en general. También se ha establecido una conexión entre la espiritualidad sana y la prevención de ciertas afecciones físicas como la hipertensión, el cáncer, el Alzheimer y los problemas cardiovasculares.² La cuestión es determinar a qué se debe esto.

Se han destacado tres mecanismos: conductas saludables, apoyo social y adherencia a una práctica espiritual. Se ha señalado en especial la fidelidad a las normas convencionales de la comunidad espiritual propia y sus conductas de salud. Los miembros de las denominaciones religiosas con normas estrictas de estilo de vida, como es el caso de los adventistas del séptimo día, son más saludables y viven más tiempo.³ La fidelidad a normas espirituales o religiosas lleva a cambios directos de conducta, la abstención

«Así que, si el Hijo los libera, serán ustedes verdaderamente libres» (Juan 8:36, NVI).

Puede ser que la salud espiritual nos haga «verdaderamente libres», aun ante los desafíos que nos presenta la salud?

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), «La salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades».¹

Las dimensiones de la salud incluyen la salud física, emocional, social, ambiental y espiritual. Aunque la definición de la OMS no menciona específicamente la salud espiritual, una mirada más cercana a la relación entre la salud espiritual y las demás dimensiones de la salud nos ayuda a apreciar que la salud espiritual es parte integral de la salud plena.

de sustancias perjudiciales, mejores elecciones de estilo de vida y una mejor salud física.

Elena White enfatizó la relación entre la salud física y espiritual con la siguiente observación: «Que nadie que profesa piedad considere con indiferencia la salud del cuerpo haciéndose la ilusión de que la intemperancia no es pecado ni afectará su espiritualidad. Existe una relación estrecha entre la naturaleza física y la moral».⁴

SALUD ESPIRITUAL Y SALUD AMBIENTAL

El adagio «la limpieza está cerca de la piedad», si bien no está en la Biblia, es usado por muchos para indicar que a Dios le interesa el medioambiente y su impacto en la salud. Esto incluye consejos divinos sobre cómo prevenir la contaminación y las enfermedades durante la travesía de Israel en el desierto, y en que Dios ordenó a los israelitas que se bañaran antes de encontrarse con él en las santas convocaciones.

El respeto cabal de un ser sobrenatural que se interesa en la limpieza ambiental produce personas que ven una relación directa entre ellos mismos, Dios y el medio ambiente. Esto lleva invariablemente a una mejor salud ambiental y contribuye a una mejor salud espiritual.

SALUD ESPIRITUAL Y SALUD SOCIAL

Elena White destacó la importancia de la interacción social para nuestra salud general: «En nuestro trato como cristianos perdemos mucho por falta de simpatía mutua. El que se encierra completamente dentro de sí mismo no ocupa la posición que Dios le señaló. El cultivo apropiado de los elementos sociales de nuestra naturaleza nos hace simpatizar con otros, y es para nosotros un medio de desarrollarnos y fortalecernos en el servicio de Dios».⁵

Se ha demostrado que el apoyo social entre los que gozan de salud espiritual beneficia a la salud en otros

ámbitos.⁶ Por el contrario, muchos de los males sociales contemporáneos son producto de un sentido de aislamiento y soledad. Muchos se sienten vulnerables, como si tuvieran que enfrentar la vida solos. A medida que las estructuras sociales se desintegran, la conciencia espiritual suele ser el único fundamento que queda.

Aunque la Biblia habla de Dios como nuestro máximo apoyo (como cuando dice: «Aunque mi padre y mi madre me dejen, con todo, Jehová me recogerá» [Sal. 27:10]), Jesús mismo se rodeó de amigos a quienes describió como «mi madre y mis hermanos» (Mat. 12:49).

SALUD ESPIRITUAL Y SALUD MENTAL

La mente controla todas las decisiones y acciones que se toman. En palabras de la OMS, «Se define a la salud mental como un estado de bienestar en el que cada individuo se da cuenta de su potencial, puede afrontar el estrés normal de la vida, trabajar productiva y fructíferamente, y realizar una contribución a su comunidad».⁷

Las principales afecciones clínicas que tienen efectos negativos en la salud mental, según la OMS, incluyen la depresión, el estrés, las adicciones a las drogas, los trastornos alimentarios y el suicidio.

Harold Koenig, profesor de psiquiatría y ciencias de la conducta, lideró un equipo que efectuó una revisión sistemática de las investigaciones cuantitativas publicadas en revistas científicas entre 1872 y 2010 sobre religión, espiritualidad y salud. Halló que la espiritualidad tenía un efecto general inverso sobre el suicidio, la ansiedad, la depresión y casi todos los trastornos psiquiátricos. Los que tienen inclinación espiritual mostraron rasgos positivos de carácter, un buen sentido de control y, por lo general, obtuvieron puntajes altos en un índice de felicidad más allá de la denominación.⁸

La buena salud espiritual permite creer en Jesús, quien dijo a sus discípulos: «La paz os dejo, mi paz os doy; yo no os la doy como el mundo la da. No se turbe vuestro corazón ni tenga miedo» (Juan 14:27). Al reclamar esas promesas, podemos hallar paz mental y emocional.

La comunión con Dios es fundamental para nuestra salud emocional y espiritual. Muchos de nosotros no comprendemos plenamente cómo funciona la oración y cómo aprovechar su poder. La mayoría no comprende cómo el teléfono conecta a las personas a través de los océanos, pero aun así nos conectamos. De la misma manera, la oración es un medio poderoso de conectarnos con nuestro Padre celestial y permitirle que nos conecte con otras personas.

Debido a nuestros conocimientos sobre los efectos de nuestras elecciones de alimentos, compañeros de vida, consumo de medios, actividad física y otros, los adventistas, por medio del Espíritu de Profecía y la Biblia, siempre hemos tenido acceso a esos consejos. Todo aquel cuyo compromiso espiritual le permita reclamar la promesa de Jesús en Juan 13:17 –«Si sabéis estas cosas, bienaventurados sois si las hacéis»– puede esperar no solo la salud espiritual de la obediencia a su Palabra sino también una vida equilibrada en todos los aspectos de la vida. ☺

¹ Constitución, Organización Mundial de la Salud (1948), www.who.int/es/about/who-we-are/constitution.

² Harold G. Koenig, «Religion, Spirituality, and Health: The Research and Clinical Implications», *International Scholarly Research Notices* (2012).

³ Linda K. George, David B. Larson, Harold G. Koenig y Michael E. McCullough, «Spirituality and Health: What We Know, What We Need to Know», *Journal of Social and Clinical Psychology* 19, no. 1 (2000): 102-116.

⁴ Elena White, *Consejos sobre la salud* (Doral, Fl.: Asoc. Publicadora Interamericana, 1996), p. 66.

⁵ Elena White, *El camino a Cristo* (Boise, Id.: Pacific Press Publ. Asoc., 1993), p. 101.

⁶ George et al.

⁷ www.who.int/features/factfiles/mental_health/en/

⁸ Koenig.

Bangwato Sikwa-Ramabu es director de Ministerios de Salud de la División de África Meridional y Océano Índico.

Sigamos el método de Cristo

Una gran oportunidad

Durante más de su siglo, los adventistas hemos sido conocidos por la vida sana y por enfatizar la salud integral. Guiados por principios bíblicos de salud y perspectivas inspiradas en los consejos de Elena White, fomentamos un estilo de vida libre de tabaco, alcohol, drogas, caféina y carne, y promovemos el aire fresco, la luz del sol, el ejercicio y el descanso.

Hoy día, muchos de esos principios de salud se han vuelto populares, en particular en lo que respecta a consumir una dieta basada en plantas. Así lo ilustró un reciente tuit de una organización sin fines de lucro denominada Produce for Better Health Foundation, que anima a que las personas consuman más frutas y verduras: «Si usted quiere que su comida lo haga #happier [más feliz], #healthier [más sano] y quiere sentirse mejor, he aquí el plan: Coma plantas». El sitio web de la fundación, fruitsandveggies.org, brinda recetas e información nutricional, animando a las personas a que «se unan al movimiento». En la búsqueda de buena salud, los programas de bienestar también están adoptando un lugar preponderante, invitando a la gente a disfrutar de vidas saludables al incorporar muchos aspectos de la buena salud que los adventistas conocemos desde hace un siglo.

Para brindar salud y plenitud duraderas, sin embargo, tenemos que usar solamente el método de Cristo para alcanzar a las personas (véase Mat. 9:35), lo que incluye ayudarlas física, mental, social y espiritualmente. Ayudar para que otros tengan salud los guía hacia el Médico de los médicos, que otorga restauración plena en cada área de la vida.

En el libro *El ministerio de curación*, leemos este mensaje poderoso: «En todas partes hay corazones que claman por algo que no poseen. Suspiran por una fuerza que les dé dominio sobre el pecado, una fuerza que los libre de la esclavitud del mal,

una fuerza que les dé salud, vida y paz. Muchos que en otro tiempo conocieron el poder de la Palabra de Dios, han vivido en lugares donde no se reconoce a Dios y ansían la presencia divina [...]. Se requiere una gran obra de reforma y solo mediante la gracia de Cristo podrá realizarse esa obra de restauración física, mental y espiritual. Solo el método de Cristo será el que dará éxito para llegar a la gente. El Salvador trataba con los hombres como quien deseaba hacerles bien. Les mostraba simpatía, atendía a sus necesidades y se ganaba su confianza. Entonces les decía: “Seguidme”». ¹

CREADOS DE MANERA INTEGRAL

¡Qué privilegio tenemos de seguir los pasos de Cristo, para llevar esperanza y sanación a este mundo! Ayuda saber que Dios nos creó como seres integrales –cuerpo, mente y alma–,

como una unidad total e integrada.

Dios declara en 3 Juan 2: «Amado, yo deseo que tú seas prosperado en todas las cosas y que tengas salud, así como prospera tu alma». Mucho antes de la promoción actual de la salud integral, Dios, el Creador de la raza humana y de todo lo bueno en esta tierra, declaró que quería que fuéramos sanos y que fuéramos revividos y reformados mediante el poder del Espíritu Santo. Él quiere que comprendamos que somos criaturas complejas creadas a su imagen por su mano y aliento de vida. Nuestro magnífico Creador quiere que tengamos la mejor salud posible y que prosperemos mediante nuestra relación con él y nuestro servicio a los demás en un ministerio amante y solícito, siguiendo el ejemplo que nos dejó en Mateo 9:35-38: «Recorría Jesús todas las ciudades y aldeas, enseñando en las sinagogas de ellos, predicando el evangelio del Reino y sanando toda enfermedad y toda dolencia en el pueblo. Al ver las multitudes tuvo compasión de ellas, porque estaban desamparadas y dispersas como ovejas que no tienen pastor. Entonces dijo a sus discípulos: “A la verdad la mies es mucha, pero los obreros pocos. Rogad, pues, al Señor de la mies, que envíe obreros a su mies”».

El ministerio de Cristo tiene que ser nuestro. Él nos llama personalmente a ser parte de Todo Miembro Involucrado: todos, en todas partes, haciendo algo por Cristo. Tenemos que alcanzar a los que viven en zonas rurales, y tenemos que alcanzar a los que viven en las ciudades. Hoy día, más del cincuenta y cinco por ciento de la población mundial vive en ciudades, y para 2050, se estima que dos terceras partes de la población mundial residirá en centros urbanos.²

UNA GRAN OPORTUNIDAD

A nuestro alrededor, la gente pregunta qué comer y qué beber y cómo vivir mejor. Es la oportunidad más grande, en este momento vital de la historia de la tierra, señalarles el

camino hacia la vida y la salud plenas.

Dios tiene disponible el mejor plan de salud, el plan definitivo para restaurarnos física, mental, social y espiritualmente. Nos llama a compartirlo y a contarlo al mundo mediante la bondad y una interacción que lleve a las personas hacia aquel que puede darles vida abundante.

«La obra médica misionera tiene que estar tan estrechamente conectada con la obra del ministerio evangélico como la mano y el brazo están conectados con el cuerpo –escribió Elena White–. Se necesita el ministerio del evangelio para brindar prominencia y estabilidad a la obra médica misionera; y el ministerio necesita la obra médica misionera para demostrar la obra práctica del evangelio».³

Puede ser un gran desafío, sin embargo, compartir este hermoso mensaje divino de salud si nosotros mismos no lo practicamos. Elena White se refiere a ello de esta manera: «La reticencia mostrada ante las declaraciones de los principios de la reforma prosalud es causada por el rechazo a negar el yo. En nuestras grandes ciudades, la obra médica misionera tiene que ir de la mano con el ministerio del evangelio. Eso abrirá las puertas para el ingreso de la verdad».⁴

El mensaje del evangelio y el ministerio abarcador de salud señalan a Cristo como el Médico de los médicos, que nos une y produce en nosotros el reavivamiento y la reforma que tanto necesitamos personal y corporativamente.

Jesús dijo: «Yo he venido para que tengan vida, y para que la tengan en abundancia» (Juan 10:10), y él nos invita a compartir su mensaje de vida con el mundo.

El ministerio abarcador de salud está estrechamente relacionado con el mensaje bíblico de la verdad, el precioso mensaje de la justificación por la fe en Cristo, la proclamación de los mensajes de los tres ángeles y la santidad del sábado como día de reposo. Está conectado con el mensaje impresionante del Santuario, que describe el proceso de salvación

Ayudar para que las personas tengan salud los guía hacia el Médico de los médicos, que trae restauración plena en cada área de la vida.

que necesitamos estudiar y compartir de todo corazón, dado que en este momento Cristo está intercediendo por nosotros como nuestro Sumo Sacerdote en el Lugar Santísimo del Santuario celestial real.

Estamos viviendo en el tiempo del fin; creo firmemente que Jesús vendrá pronto. Ahora más que nunca, tenemos que utilizar el mensaje de salud de todas las maneras posibles para llevar a las personas al pie de la cruz del Médico de los médicos. Hemos sido llamados a participar en el movimiento poderoso de Dios que ayudará a la sociedad de maneras sin precedentes para hallar la salud plena, tanto física, mental, social y espiritual. ¿Responderemos hoy a su llamado?

Para saber más sobre el ministerio abarcador de salud, visite <https://health.adventistchurch.com/comprehensive-health-ministry/>. ©

¹Elena White, *El ministerio de curación* (Mountain View, Calif.: Pacific Press Pub. Assn., 1959), p. 102.

²www.un.org/development/desa/en/news/population/2018-revision-of-world-urbanization-prospects.html

³Elena White, *Ministry to the cities* (Hagerstown, MD.: Review and Herald Pub. Assn., 2012), p. 132.

⁴Elena White, Manuscrito 117, 1901.

Ted N. C. Wilson es presidente de la Iglesia Adventista del Séptimo Día. Se pueden consultar artículos y comentarios adicionales en su cuenta de Twitter: @pastortedwilson, y de Facebook: @Pastor Ted Wilson.



← Fátima, que es refugiada en Uganda, prepara la comida en una cocina de barro, un método más seguro y eficiente de cocinar en el campamento de refugiados Maaji II.

En su informe del 2017, el Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Refugiados (ACNUR) estimó que alrededor de un millón de refugiados de Sudán del Sur había cruzado a Uganda. Desde entonces, esa cifra ha ascendido a dos millones, y el éxodo ha sido catalogado ahora como la mayor crisis de refugiados de África y la tercera más grande del mundo, después de Siria y Afganistán.

UNA TRAVESÍA DESESPERADA

Una vez más, Fátima y sus hijos recuperaron fuerza para caminar. El sendero hacia la nada parecía interminable, pero era un camino hacia la libertad, alejado de los problemas que quedaban atrás. Pensó: *Prefiero que mis hijos pasen toda la vida en el exilio antes de que enfrenten sufrimientos interminables.*

Los días se hicieron semanas y, finalmente, Fátima cruzó la frontera a Uganda, un país vecino, donde pronto encontraría el campamento de refugiados Maaji II. «Aquí es donde estaremos por ahora –les dijo Fátima a sus hijos–. Rápido, construyamos una choza de barro».

Los alimentos escaseaban, pero el ACNUR daba a Fátima y los demás refugiados una comida por día. No era mucho, pero era lo necesario. «Tengo que juntar leña –le dijo Fátima al mayor–. Quédate aquí con los otros; tengo que ir al bosque y buscar leña para hacer fuego». No hay estadísticas claras, pero los informes indican que las mujeres y los niños que se aventuran en los bosques en busca de leña o carbón enfrentan mayor riesgo de abuso y ataques. Aun así, no tienen opción si es que quieren sobrevivir.

Los refugiados del campamento están acostumbrados a buscar leña en el bosque, pero pronto tendrían un método más nuevo y eficiente de cocinar, gracias a la Agencia Adventista de Desarrollo y Recursos Asistenciales (ADRA).

Fe en acción

Una cocina de barro

Cocinar en ella puede salvar vidas

Vamos, niños; no podemos detenernos –dijo Fátima–. *Sus hijos de nueve y siete años se esforzaban por seguirle el paso.

—Estoy cansado, mamá –exclamó el mayor.

—Está bien, descansen –respondió Fátima.

Buscó una roca plana sobre la cual sentarse, mientras sostenía al bebé de dos años junto a su pecho, asegurándose de que estuviera bien amarrado a su cuerpo. Exhaustos por el calor, sus otros dos hijos se dejaron caer al suelo para recuperar el aliento.

Aunque tensa y llena de ansiedad, Fátima solo podía sonreír al mirar a sus hijos. «Casi estamos llegando, niños; casi estamos llegando».

Fátima, de veintinueve años, ya no era ciudadana de Sudán del Sur sino una refugiada que escapaba con sus tres hijos, de los soldados que los persiguieron después de que personas como ella se opusieran al gobierno.

ESTADÍSTICAS ABRUMADORAS

Muchos han huido de Sudán del Sur por la violencia y la agitación entre tribus en guerra, que se iniciaron en diciembre de 2011 y estallaron otra vez en diciembre de 2013. Los informes estiman que más de 383 mil personas han perdido la vida como resultado de la guerra civil, y que la mitad perdió la vida por las enfermedades y el hambre.

↓ Antes de que la cocina de barro de bajo consumo esté lista para ser usada, varias personas le dan toques finales con barro y agua.

LA SOLUCIÓN PARA COCINAR

A ADRA, que es socia del ACNUR, se le asignó proveer alivio a las necesidades básicas sobre la base de los relevamientos hechos, para ayudar a los refugiados de Sudán del Sur. Dado que la prioridad para los refugiados es tener qué comer, ADRA les brindó una cocina de bajo consumo. Jerry Kiwanuka, funcionario de protección ambiental de ADRA Uganda, fue uno de los obreros asistenciales que ayudó a mostrar a los refugiados cómo usar esa cocina.

«Se conoce oficialmente como cocina cohete de bajo consumo Lorena, pero en Uganda se la suele llamar la cocina cohete de barro –dijo Kiwanuka–. Emite menos humo que las cocinas convencionales, y minimiza el consumo de leña y carbón».

Esta cocina tiene forma rectangular y está hecha de barro. Según Kiwanuka, puede usarse con dos cacerolas al mismo tiempo, y no es portátil. «Se construye dentro de una cocina o al aire libre, en un lugar cuidadosamente seleccionado y conveniente –dijo Kiwanuka–. Es la razón por la que los ugandeses aceptan y usan el noventa por ciento de esas cocinas».

Esta cocina surgió en 2004 gracias al Ministerio de Energía y Desarrollo Mineral de Uganda y otros socios ugandeses. No obstante, por medio de ADRA, el gobierno de Uganda logró llegar hasta un mayor número de desafortunados.

El primer uso de esa cocina de bajo consumo tuvo lugar en 2006 en los distritos de Bushenyi y Rakai. Hace poco, el 7 de febrero de 2019, los miembros de la comunidad de Mokolo Oriental presenciaron una demostración de cómo construir y usar esa cocina. Se capacitó a treinta personas, la mayor parte mujeres.

Esa primera demostración fue usada como modelo, para mostrar a la comunidad el éxito que tendría la implementación de esa cocina.



Ahora también se ha capacitado a los refugiados de Sudán del Sur, en su mayor parte mujeres y niños.

ADRA ha estado trabajando en el campo de refugiados Maaji II, que alberga a dieciocho mil refugiados desde el 25 de agosto de 2017.

AYUDA PARA FÁTIMA

Kiwanuka conoció a Fátima en uno de sus grupos de capacitación, y ella le contó cómo llegó a Uganda. «Mis tres hijos y yo nos vimos forzados a salir de Sudán del Sur por la constante tortura de fuerzas del gobierno, que pensaban que estábamos ocultando rebeldes. Muchas personas fueron torturadas y perdieron la vida».

Le contó a Kiwanuka que dejó atrás a su esposa porque él quería quedarse a cuidar de su propiedad, a pesar de los peligrosos desafíos que tenía por delante. «No sé si está vivo», dijo Fátima.

«Cuando mi familia llegó a Uganda, cocinaba de la manera tradicional sobre tres piedras, que consume mucha leña. Eso hacía que me faltara leña constantemente –dijo–. No me gustaba ir al bosque a buscarla, pero no tenía otra opción».

Pero ahora está agradecida por la nueva cocina.

«Sigo juntando leña de los bosques cercanos, pero no con tanta

frecuencia –dijo Fátima–. La cocina no requiere mucho trabajo manual ni produce mucho humo mientras funciona. Espero, sin embargo, que en un futuro cercano no tengamos que juntar leña del bosque».

Como otra opción de bajo consumo, se está capacitando a los refugiados para que usen briquetas –ladrillos de conglomerado de carbón o de otros materiales– que pueden sustituir al carbón y la leña.

«Seguimos trabajando con Fátima y capacitando a otros para asegurarnos de suplir sus necesidades a la hora de cocinar, a la vez que los ayudamos a cuidar más del medio ambiente», dijo Kiwanuka.

Desde que ADRA está en Uganda, se han construido más de 3200 cocinas para los residentes locales y los refugiados. ☺

Kimi-Roux James es especialista en comunicación de Promoción y Desarrollo de ADRA. Para saber más de ADRA, entre a adra.org.

*Se ha cambiado el nombre para proteger la identidad de la mujer.



Un Burrito



¿Puedo contarle una historia?

DICK DUERKSEN

*«Dios mismo les dirá a sus ángeles que nos cuiden por todas partes» (Sal. 91:11, TLA).**

El pastor Luis había viajado a una ciudad cercana a su casa. Sería un viaje corto, que iniciaría con una visita rápida a su tienda de rosquillas favorita.

Se estacionó bajo una farola y caminó por un pasadizo hacia el negocio, alegrándose porque podría saborear lo que tanto le gustaba. El pasadizo era oscuro, pero el pastor Luis es uno de esos cristianos que no tiene temor de encontrarse con desconocidos. No se siente inseguro, porque se deja guiar por el Espíritu Santo.

«Oro a menudo –dice el pastor Luis–, para que Dios me ayude a encontrarme con las personas que él ya ha preparado para mí. Cuando caminamos con Dios, aun los pasadizos oscuros son lugares seguros. Solo necesitamos la certeza de que estamos siguiendo a Dios, y no corriendo por delante de él».

Cuando iba a mitad de camino, el pastor vio a un indigente que estaba apoyado sobre la pared de un edificio en ruinas. El hombre vestía una chaqueta demasiado fina para el frío de la noche. Se protegía del viento con una gorra que le tapaba parte de la cara. Sus zapatos estaban sucios y muy gastados. Tampoco le servían para protegerse del frío.

Era obvio que el hombre estaba enfermo. Un tumor horrible salía de su abdomen, y colgaba como la trompa de un pequeño elefante. Su aspecto era repulsivo, pero el pastor Luis se puso inmediatamente a su lado.

—¿Está bien? –le preguntó.

—Estoy bien –le respondió el hombre.

—No, usted no está bien. Parece enfermo.

¿Qué puedo hacer por usted?

—De verdad, estoy bien –siguió diciendo el hombre, mientras seguía apoyado sobre la pared del edificio, como alentando un mayor diálogo.

—Pero usted está enfermo, ¿no es así?

—En realidad no. Salí ayer del hospital, y estoy bien. Gracias por preguntar.

—¿Tiene hambre? ¿Puedo conseguirle algo para comer?

El pastor Luis estaba sintiendo culpa por no poder ayudar a alguien que, obviamente, podía beneficiarse de un poco de ternura y amor, y acaso de un sándwich bien grande.

—No. No quiero hacerle perder el tiempo. Usted estaba en camino a algún lado.

—No –respondió el pastor–. Soy yo quien lo está molestando, y hasta quizás haciéndole perder el tiempo.

—No hay problema –dijo el indigente–. Comeré más tarde. Usted es muy bueno por conversar conmigo.

Editor

ADVENTIST WORLD, es una publicación periódica internacional de la Iglesia Adventista del Séptimo Día. Su editor es la Asociación General, División de Asia-Pacífico Norte de los Adventistas del Séptimo Día*.

Editor ejecutivo/Director de Adventist Review Ministries

Bill Knott

Director de la publicación internacional

Chun, Pyung Duk

Comisión de coordinación de ADVENTIST WORLD

Si Young Kim, presidente; Yukata Inada; Germán Lust; Chun, Pyung Duk; Han, Suk Hee; Lyu, Dong Jin

Editores/Directores asociados, Adventist Review Ministries

Lael Caesar, Gerald Klingbeil, Greg Scott

Editores en Silver Spring (Maryland, EE. UU.)

Sandra Blackmer, Stephen Chavez, Costin Jordache, Wilona Karimabadi

Editores en Seúl (Corea del Sur)

Chun, Pyung Duk; Park, Jae Man; Kim, Hyo-Jun

Gerente de plataforma digital

Gabriel Begle

Gerente de operaciones

Merle Poirier

Coordinadora de evaluación editorial

Marvene Thorpe-Baptiste

Editores invitados/Consultores

Mark A. Finley, John M. Fowler, E. Edward Zinke

Gerente financiera

Kimberly Brown

Coordinadora de distribución

Sharon Tennyson

Consejo de dirección

Si Young Kim, presidente; Bill Knott, secretario; Chun, Pyung Duk; Karnik Doukmetzian; Han, Suk Hee; Yutaka Inada; Gerald A. Klingbeil; Joel Tompkins; Ray Wahlen; *Ex-officio*: Juan Prestol-Puesán; G. T. Ng; Ted N. C. Wilson

Diseño y dirección artística

Types & Symbols

A los colaboradores: Aceptamos el envío de manuscritos no solicitados. Dirija toda correspondencia a 12501 Old Columbia Pike, Silver Spring, MD 20904-6600, EE. UU. Número de fax de la oficina editorial: 1 (301) 680-6638

E-mail: worldeditor@gc.adventist.org Sitio Web: <http://www.adventistworld.org/>

A menos que se indique lo contrario, todas las referencias bíblicas pertenecen a la versión Reina Valera. Revisión 1995. Usada con autorización.

A menos que se indique lo contrario, todas las fotografías destacadas pertenecen a © Getty Images 2018.

ADVENTIST WORLD es publicada todos los meses e impresa simultáneamente en Alemania, Argentina, Australia, Austria, Brasil, Corea del Sur, Estados Unidos, Indonesia, México y Sudáfrica.

Vol. 15, No. 7



Iglesia Adventista
del Séptimo Día

—Bueno, en la esquina hay unos carritos de comida —dijo el pastor en un nuevo intento—. Venga conmigo. Cene-mos juntos. Uno de los carritos tiene excelente comida mexicana. Preparan unos burritos muy buenos.

El hombre lo pensó por un minuto, y entonces aceptó acompañar al pastor hasta el carrito de comida. Mientras caminaban, los dos hablaron un poco más de su salud y del tiempo que había pasado en el hospital. Ni siquiera se presentaron el uno al otro.

Salieron del oscuro pasadizo y llegaron hasta el carrito de comida mexicana.

«¿Qué le gustaría comer? —preguntó el pastor—. Escoja lo que guste, y yo lo pagaré».

Una vez más, el hombre dijo que no necesitaba nada. El pastor Luis no aceptó su respuesta.

—Vamos —le insistió—. Pida algo que le guste comer.

—Está bien. Pídame un burrito —dijo el hombre con una sonrisa agradecida—. Con eso es suficiente.

El pastor Luis se aproximó al carrito y pidió varios burritos, una tostada mexicana y algo de beber.

Mientras esperaban que les entregaran la comida, siguieron hablando del frío pasadizo, de que estaba por llover, de los medicamentos para el dolor y de todos esos temas que suelen compar-tirse entre amigos.

De pronto, se vieron interrumpidos por un tumulto allí cerca de la tienda de rosquillas. Vieron varias motocicletas grandes, con los manillares levantados hacia el cielo como los cuernos airados de los búfalos, los motores que rugían como tigres enojados y sus conductores, vestidos de negro, que agitaban escopetas en dirección a la multitud. Todos se dispersaron, encerrándose dentro de la tienda de rosquillas, corriendo desesperadamente hacia el pasadizo, gritando por encima de los motores de los motociclistas.

El pastor Luis y su nuevo amigo observaron con horror como el tumulto

se transformó en un tornado de terror. Se escuchó el ruido de vidrios rotos, de sirenas de automóviles y vieron cómo las rosquillas se incendiaban sobre parrillas abandonadas.

Todo terminó en unos momentos, y los motociclistas salieron disparados hacia su nuevo objetivo.

«Su comida está lista, señor», dijo el cocinero del carrito de comidas.

El pastor Luis se volteó lentamente, dándose cuenta de que si no se hubiera detenido a hablar con el indigente, habría estado allí en la tienda de rosquillas justo cuando los motociclistas aparecieron. Habría estado en el centro del peligro. Acaso no hubiera sobrevivido.

«Un burrito. Tres burritos para mi nuevo amigo. Una tostada y una bebida. ¿Está todo?»

El indigente aceptó la comida agradecido, se guardó los burritos en los bolsillos de su chaqueta, y entonces se volvió a su nuevo amigo.

«Gracias por los burritos, pastor Luis», dijo. Entonces regresó al oscuro pasadizo.

El pastor Luis se quedó inmóvil junto al carrito de comidas. *No sé el nombre de ese hombre* —pensó el pastor Luis—.

Tampoco le dije mi nombre. ¿Cómo puede saber que soy el pastor Luis?

Los sonidos del torbellino de motociclistas estaban siendo remplazados rápidamente por los sonidos de sirenas de la policía, los bomberos y ambulancias. No obstante, todo lo que el pastor Luis podía escuchar era la voz de un indigente muy enfermo pero sonriente.

«Gracias por los burritos, pastor Luis». ☉

* Traducción el lenguaje actual. Copyright © Sociedades Bíblicas Unidas, 2000. Usada con autorización.

Dick Duerksen, un pastor y narrador que vive en **Portland, Oregón, Estados Unidos**, es conocido en diversas partes del mundo como un «polinizador itinerante de la gracia».



31 días de bienestar

Cada día, una pequeña mejora



Julio 2019

DOMINGO

LUNES



1

Come hoy una verdura.

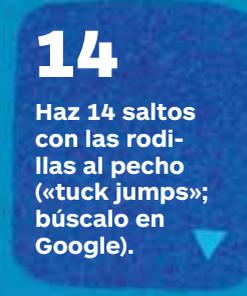


7

Come hoy una banana.

8

Haz ocho ejercicios abdominales.

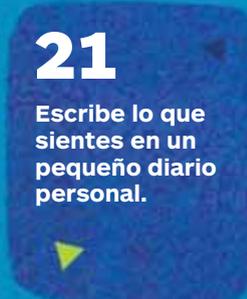


14

Haz 14 saltos con las rodillas al pecho («tuck jumps»; búscalo en Google).

15

Lee la Biblia durante 15 minutos por la mañana.

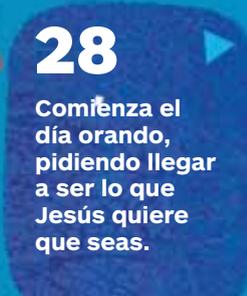


21

Escribe lo que sientes en un pequeño diario personal.

22

Trata de comer hoy una nueva fruta.



28

Comienza el día orando, pidiendo llegar a ser lo que Jesús quiere que seas.

29

Asegúrate hoy de desayunar alimentos nutritivos.

MARTES

2

Camina durante veinte minutos (que te acompañe un adulto).



MIÉRCOLES

3

Come hoy una fruta roja.



JUEVES

4

Asegúrate de dormir esta noche al menos ocho horas.



VIERNES

5

Haz algo bueno por otra persona (¡hace bien al corazón!)

SÁBADO

6

¡Disfruta del descanso sabático!



9

Asegúrate de acostarte no más tarde que las 21.00.

10

No te olvides de beber mucha agua.



11

Aprende a preparar una ensalada (si es que aún no lo sabes).



12

Come una fruta de color oscuro.



13

¡Disfruta del descanso sabático!



16

Prueba hoy una nueva verdura u hortaliza.



17

Aprende cómo hacer helados de paleta o palito con jugos de frutas.



18

¡No te olvides de beber mucha agua!



19

Dedica un tiempo a estirar bien los músculos.



20

¡Disfruta del descanso sabático!

23

Juega afuera (si el tiempo lo permite) durante media hora.



24

Si no juegas al básquetbol, prueba de jugarlo. Si ya lo haces, disfrútalo hoy.

25

Lee un devocional para niños antes de comenzar el día.



26

Escribe una lista de 26 cosas por las que estás agradecido.



27

¡Disfruta del descanso sabático!



30

Haz cualquier tipo de ejercicio del que disfrutes, durante treinta minutos.



31

¡Disfruta de una ensalada de fruta con todas tus frutas favoritas!



Tesoro bíblico



«¿Acaso no saben que su cuerpo es templo del Espíritu Santo, quien está en ustedes y al que han recibido de parte de Dios? Ustedes no son sus propios dueños; fueron comprados por un precio. Por tanto, honren con su cuerpo a Dios» (NVI).

1 Corintios 6:19, 20

Voces jóvenes

Un buscador de la verdad



Wahegurú, wahegurú,* gracias, Jesús». Esas palabras captaron la atención mientras el tráfico se despejaba en camino a Manali, una estación en una colina de Himachal Pradesh en India. Al comienzo no entendí plenamente la importancia de esa expresión de alabanza, pero a medida que pasaban los días, Dios me ayudó a darme cuenta de la obra maravillosa del Espíritu Santo en la vida de mi amigo.

Un grupo de amigos de la niñez había planeado un viaje a Manali y Shimla. La mayoría eran excompañeros de una escuela adventista, y más tarde también habían asistido a

un colegio de ingeniería en Puducherry. Me encontré con uno de ellos, un amigo cercano de la escuela media, y le pregunté si podía acompañarnos, dado que ya había hecho planes de visitar el norte de la India durante esos mismos días. Comenzamos nuestro viaje de cuatro días desde Chandigarh a Kulu, Manali y Shimla. Se respiraba entusiasmo mientras aguardábamos escapar del calor de Chennai y experimentar la nieve mágica de Himachal.

El viaje a menudo se vio interrumpido por visitas a templos e iglesias. El tercer día visitamos el famoso templo Tara Devi, a once kilómetros de Shimla. Era un largo camino ascendente con curvas muy cerradas. Me sentía descompuesta, y procuraba por todos los medios no mirar el camino. El desvío hasta el templo de Tara Devi fue idea de nuestro líder, lo que retrasó los planes de almorzar. Finalmente llegamos: hambrientos, cansados y mareados. Me uní a los valientes que se abrían paso hacia el templo, y me pregunté por qué ese lugar era tan importante.

Subimos varias escalinatas y dejamos el calzado en la entrada. Temía caminar sin zapatos porque era un día helado. En efecto, el frío me entumeció los pies mientras admiraba las tallas intrincadas en la madera. Salimos entonces afuera para contemplar el pintoresco espectáculo de los Himalayas desde el patio del templo. Sobre nosotros se dejó caer una repentina calma ante la extraordinaria vista.

Mis amigos comieron lo que se servía en las instalaciones del templo. Mientras los esperaba, las preguntas de mi amigo –¿Cómo alcanzamos a

Dios? ¿Quién es Dios? ¿Qué es la salvación?– resonaban en mi cabeza. Cada año, millones de indios participan de peregrinajes y hacen sacrificios y votos para buscar a Dios, la verdad, la paz y la prosperidad. Allí estaba, frente a frente con un buscador de la verdad.

En la cena de la noche anterior, mi amigo que era seguidor del sijismo, y que sabía que yo había estudiado religión, me preguntó: «¿Qué es Dios y cómo llegamos a él?» No estaba lista para ese diálogo. No suelo ser buena para lo espontáneo. Decenas de pensamientos me llenaron la mente en una fracción de segundo, pero tenía que ser simple y concisa. Elevé una rápida oración: «Señor, ayúdame a ser tu testigo». Le dije que creo que Dios es un ser personal que nos creó, nos ama y nos da una familia y amigos. Dios también llegó hasta nosotros al enviar a su hijo Jesucristo, quien murió para salvarnos. Quedé asombrada al ver cómo Dios me ayudó a responder estas preguntas sobre la verdad, la salvación y la meditación.

En sus ojos se reflejaba la sinceridad de su búsqueda. No había indicio de orgullo o burla. Recordó entonces el primer versículo de memoria que había aprendido en la escuela adventista, la historia de la vida de Jesús y que no trabajábamos en sábado. Supe entonces que Dios estaba obrando.

Ese día, en la cima de la montaña, en el patio del templo Tara Devi, oré para que nuestro Padre celestial se revelara a mi amigo. Sigo orando para que Dios me guíe para encontrarme con tantos otros que también están buscando a Dios. ©

* Dentro del sijismo, *wahegurú* se refiere al poderoso Dios. Significa literalmente «Maravilloso Señor».

Beersheba Jacob se graduó hace poco del Instituto Internacional Adventista de Estudios Avanzados. Está casada con Andrews Jacob y se alegra de poder servir al Señor en la **India**.