

REVISTA

ADVENTISTA

Diciembre 2018

ra.editorialaces.com

DANIEL

LA GRAN LIBERACIÓN FINAL

PALABRAS QUE SANAN

CELEBRACIÓN DE LA SENCILLEZ

ÁNGELES DE ESPERANZA

UN MATRIMONIO RESTAURADO



NAVIDAD

LA FIESTA DE LAS LUCES

NUESTRA MIRADA: CÓMO EVITAR FRUSTRACIONES EN NUESTRAS RELACIONES SOCIALES



H00000010379

Feliz7play presenta:

EL REGALO

7

DE Nick



La historia de Elena de White, escritora y pionera de la Iglesia Adventista, contada para niños.

Mira todos los episodios en feliz7Play.com



Iglesia Adventista
del Séptimo Día®

 feliz7play.com

 [feliz7play.es](https://www.instagram.com/feliz7play.es)

 [feliz7play.es](https://www.facebook.com/feliz7play.es)

 [feliz7play](https://www.youtube.com/feliz7play)

 [feliz7play.es](https://www.twitter.com/feliz7play.es)

SUMARIO



18



26



12



34



32

SECCIONES

- ▶ **Editorial, 4**
Más cerca, incluso
- ▶ **Una imagen, mil palabras, 5**
Junto a Jesús, todos juntos
- ▶ **Brújula, 7**
Unidad
- ▶ **Con el especialista, 8**
Libros para 2019
- ▶ **Ángeles de esperanza, 8**
Un matrimonio restaurado
- ▶ **Pioneros, 9**
El séptimo día (parte 2)
- ▶ **Daniel, 10**
La gran liberación final
- ▶ **Apocalipsis, 11**
El ángel de la iglesia
- ▶ **Reflexiones, 17**
Como el mediodía
- ▶ **En familia, 28**
Haz lo que digo... y lo que hago
- ▶ **Dios pregunta, 29**
¿Quieres ser sano?
- ▶ **Confirmada por la ciencia, 30**
Buscar el reposo
- ▶ **Palabras que sanan, 33**
Celebración de la sencillez
- ▶ **Tener fe, ¿cómo hago?, 35**
Lo fácil es difícil

EL TWIT DEL MES



CALEB QUISPE | @CalebQuispe

El antídoto contra las controversias y especulaciones innecesarias es entender y enseñar la Palabra correctamente #GCAC18

MÁS INFORMACIÓN EN: RA.EDITORIALACES.COM

STAFF

Marcos Blanco, Director
Pablo Ale, Redactor
Jael Jerez-Natalia Jonas-Pablo M. Claverie, Pruebas
Oswaldo Ramos, Director de Diseño
Nelson Espinoza-Carlos Schefer, Diagramación
Gabriel Cesano, Gerente general
Marcelo Nestares, 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
Benjamín Contreras, Gerente comercial

Ilustración de tapa: Nelson Espinoza/Carlos Schefer.
Fotos de este número: Shutterstock. Archivo ACES.
Colaboradores especiales: DSA: Erton Köhler, Felipe Lemos- Unión Argentina: Dario Caviglione- Unión Boliviana: Hiram Kalbermatter-Unión Chilena: Stanley Arco -Unión Ecuatoriana: Giovanni Izquierdo- Unión Paraguaya: Evandro Fávero -Unión Peruana del Norte: Bill Quispe- Unión Peruana del Sur: Enzo Chávez- Unión Uruguaya: 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) 4780-0416. Domicilio legal: Uriarte 2429, C1425FNI, Ciudad Autónoma de Buenos Aires.
Correo electrónico: ra@aces.com.ar

Revista mensual de la Iglesia Adventista del 7º Día en la División Sudamericana.
Año 118 (DICIEMBRE de 2018) Nº 12
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 5352662
Franqueo a pagar. Cuenta 10272
IMPRESO EN LA ARGENTINA



Más cerca, incluso

Este fin de año nos deja un año más cerca de la Segunda Venida.

Las horas, los días, los meses y las estaciones de este año se sucedieron unos tras otros. La gente rio, lloró, cantó, clamó, se alegró, se entristeció e intentó ser feliz. Y muchos ni siquiera eso: solo se levantaron día tras día, realizaron sus actividades, comieron, y volvieron a acostarse. Y, al acercarse una vez más la Navidad, se prepararán para “celebrarla” como el mundo lo hace: consumiendo cosas y alimentos en un desenfrenado afán por alcanzar cierta felicidad momentánea; una felicidad que, al ser alcanzada a costa de excesos y pasiones, pronto se vuelve en amargura y tristeza.

Como cristianos, sin embargo, no vemos el paso de las estaciones y los años como si fueran un círculo que vuelve a comenzar una y otra vez. No, si es que esta fecha nos remite a algo (ya sabemos que no conocemos la fecha en Cristo nació, pero aprovechamos esta época para llamar la atención de la gente hacia la persona de Cristo), es hacia ese evento que marcó una etapa más en el plan de salvación.

“El reino de los cielos está cerca”, comenzó a predicar Jesús bien al inicio de su ministerio (Mat. 4:17, NTV). Y, desde entonces, este mundo nunca fue lo que había sido. Y es que ese evento que partió la historia del mundo en dos (su nacimiento volvió la cuenta a cero en el registro de la sucesión de años de la historia de este mundo) permitió ese hito que partió la historia del universo: la muerte de Jesús en la Cruz, la victoria sobre Satanás, la muerte y el pecado.

Como Adventistas, tampoco vemos la historia como una sierra sin fin, que da vueltas y vueltas en cada año, sino que entendemos

que cada año que transcurre nos pone más cerca de ese evento que pondrá un punto final a la historia de dolor y sufrimiento sobre este mundo: la segunda venida de Jesús (Juan 14:1-4). Por lo tanto, al finalizar este año calendario, sabemos que estamos más cerca de su venida que cuando lo comenzamos.

Y esa conciencia de los tiempos proféticos, esos tiempos que verdaderamente marcan el calendario divino y que tienen una repercusión real en la historia del mundo, debería llevarnos también a tomar conciencia de la solemne responsabilidad que recae sobre nuestros hombros: advertir a un mundo dormido acerca del pronto regreso de Jesús. Porque, como en los tiempos de Noé, hoy la gente disfruta “de banquetes, fiestas y casamientos” (Mat. 24:37, NTV), y se dice: “Desde tiempos antes de nuestros antepasados, el mundo sigue igual que al principio de la creación” (2 Ped. 3:4, NTV).

Y es que esta aparente sucesión de eventos sin fin es alargado por una sola razón: Dios “es paciente por amor a ustedes. No quiere que nadie sea destruido; quiere que todos se arrepientan” (vers. 9). Y es allí donde nosotros encontramos nuestra misión, ya que Dios espera que proclamemos el mensaje de la

llegada de su juicio (Apoc. 14), con el único objetivo de que el pueblo que tiene disperso en Babilonia salga y se una al pueblo que espera la Segunda Venida.

Pero, así como el mundo duerme anes-

tesiado en una sucesión de eventos que parecieran sin fin, la iglesia piensa: “Mi amo no regresará por un tiempo, y comienza a golpear a los otros sirvientes, a parrandear y a emborracharse” (Mat. 24:48, 49). Y los “golpes” no solo provienen de los indolentes o “liberales”, sino también de los “conservadores”, los “alarmistas” y los modernos fariseos.

Y así estamos: un

año más cerca de la Segunda Venida, pero golpeándonos entre nosotros mientras el mundo parece por falta de conocimiento.

Este fin de año, dejemos atrás las discusiones estériles e inútiles, entreguémonos sin reservas a Cristo, dejemos que él transforme nuestro carácter por medio del Espíritu Santo, y permitamos que él deje a un lado nuestros prejuicios y preconcepciones. Solo así podrá mostrarnos el camino por el que hemos de transitar en este 2019 que está a punto de comenzar.^{RA}

ESTE FIN DE AÑO DEJEMOS ATRÁS LAS DISCUSIONES ESTÉRILES E INÚTILES Y ENTREGUÉMONOS SIN RESERVAS A CRISTO”.



► **1 IMAGEN, 1.000 PALABRAS** | Pablo Ale | pablo.ale@aces.com.ar

Junto a Jesús, todos juntos

Ni el origen pagano de la Navidad ni las excesivas estrategias para el consumo desmedido de los gurús del *marketing* deberían hacernos perder de vista la maravillosa historia del nacimiento de Jesús que relata Lucas en sus dos primeros capítulos. Lo que más me atrae del preciso desarrollo del autor son las distintas actitudes de sus personajes.

Allí aparece José, un hombre justo (Mat. 1:19), quien aceptó el misterioso plan divino de la concepción especial de su esposa, a quien respetó, ayudó y amó, como corresponde a un buen marido (Luc. 2:4).

También está María, quien hoy es parte de una "triste valoración" (por decirlo así). Exaltada hasta lo sumo por la Iglesia Católica, suele ser dejada de lado por los protestantes. María no está en el cielo intercediendo por nosotros, pero es una mujer a quien la Biblia llama "Bienaventu-

rada" y fue la elegida por Dios para educar a su hijo. Aparte, ¿qué otro personaje de la Biblia expresa una frase tan consagratoria como "he aquí la sierva del Señor; hágase conmigo conforme a tu palabra" (Luc. 1:38). María es un ejemplo de sumisión y obediencia a la voluntad divina.

Asimismo, están los pastores que presenciaron el coro de ángeles (Luc. 2:8-20), y fueron los primeros testigos en ver y adorar al niño Jesús.

Además, el registro de Mateo 2:1 al 12 sostiene que sabios del oriente vinieron a ofrendar sus dádivas al Salvador del mundo que recién había nacido.

Más adelante, en el Templo, aparecen Simeón y Ana (Luc. 2:35-38), dos fieles ancianos que se alegran ante el nacimiento del Mesías y comunican su misión.

Jóvenes y viejos, intelectuales e iletrados, trabajadores cercanos y viajeros distantes, todos encuentran su lugar junto

al pesebre de Belén. Allí hay reconciliación, unión, paz y esperanza. Y también hay un desafío: proclamar que la salvación es posible gracias al nacimiento, posterior muerte e inminente regreso de Jesús.

Allí, también hay un lugar para ti.

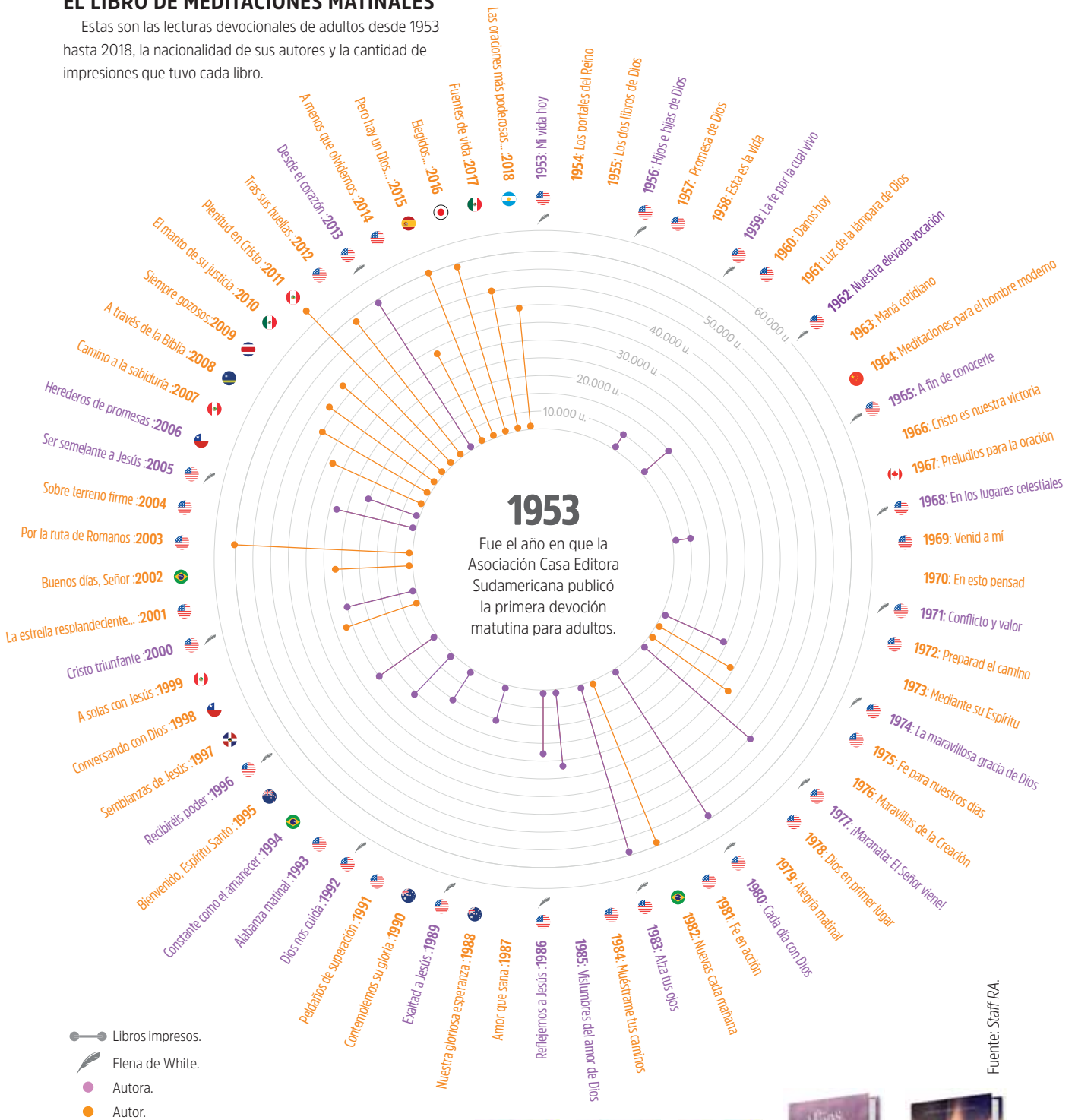
"Por su vida y su muerte, Cristo logró aún más que restaurar lo que el pecado había arruinado. Era el propósito de Satanás conseguir una eterna separación entre Dios y el hombre; pero en Cristo llegamos a estar más íntimamente unidos a Dios que si nunca hubiésemos pecado. Al tomar nuestra naturaleza, el Salvador se vinculó con la humanidad por un vínculo que nunca se ha de romper. A través de las edades eternas, queda ligado con nosotros" (Elena de White, *El Deseado de todas las gentes*, p. 20).^{RA}

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

Crédito de foto: Por LineTale/Schutterstock

EL LIBRO DE MEDITACIONES MATINALES

Estas son las lecturas devocionales de adultos desde 1953 hasta 2018, la nacionalidad de sus autores y la cantidad de impresiones que tuvo cada libro.



Fuente: Staff RA.

DEVOCIONES MATINALES 2019

Para 2019, la ACES ofrece cinco nuevos libros de meditaciones matinales, a fin de abarcar todas las necesidades de la familia: niños, adolescentes, jóvenes, mujeres y adultos.





Unidad

A principios de octubre, la Asociación General celebró su concilio anual en la ciudad histórica de Battle Creek, Michigan, Estados Unidos. En estas reuniones participan delegados de todas las regiones del mundo: miembros de la iglesia, obreros de la línea del frente y líderes. Pero el encuentro de este año representó una verdadera prueba para la unidad de la iglesia a nivel mundial. Se presentaron varios temas positivos, espirituales y misioneros, además de proyectos especiales.

Pero la atención de muchos estuvo concentrada en la discusión de un documento con reglas de *compliance* para la iglesia. Esta palabra de la lengua inglesa significa "actuar de acuerdo con reglas ya establecidas, con el propósito de evitar desvíos de foco, de comportamiento y de responsabilidad".

El tema ganó fuerza después de que el último congreso mundial de la iglesia, que reunió a 2.570 delegados en 2015, no aprobara el pedido para que cada región tuviera libertad para decidir sobre el tema de la ordenación de la mujer al ministerio pastoral.

El asunto ya había sido discutido y votado en dos congresos mundiales anteriores, con el mismo resultado. Esta vez, una comisión estudió el asunto durante dos años, y presentó elementos bíblicos, teológicos y eclesiológicos para ampliar el debate. Después de horas de discusión, la mayoría de los votos fue contraria a esta apertura. Más allá de la no aprobación, la iglesia renovó el reconocimiento y la importancia de la participación de las mujeres en nuestras congregaciones, así como en funciones de liderazgo ocupadas por ellas dentro de la estructura de la iglesia.

Naturalmente, el voto dividió opiniones. Algunas pocas sedes administrativas de la iglesia presentaron sus razones y decidieron no cumplir con la decisión, y realizaron ordenaciones en sus territorios. Comenzó

entonces una jornada de mucha oración y amplia discusión sobre la necesidad de mantener nuestra unidad no solo en lo teológico, sino también en las decisiones tomadas por el cuerpo mundial. Somos una iglesia protestante que valoriza el estudio personal y el ministerio de todos los creyentes; pero también nacimos como una iglesia representativa, donde cada parte apoya las decisiones del todo, sin ganadores ni perdedores. Nuestro foco es la edificación del cuerpo de Cristo.

Estamos organizados en 215 países, con el mismo mensaje y la misma esperanza, pero con diferentes culturas, perspectivas y necesidades. Por eso, no es tan sencillo resolver cuestiones como esta. Es necesario dedicar tiempo a la reflexión, la oración, y a un diálogo abierto, con espíritu redentor y que busque rescatar la unidad que se ha vuelto frágil; al mismo tiempo que confirme el respeto por las decisiones tomadas por un cuerpo de delegados elegido para representar a la iglesia en todo el mundo. De hecho, "cuando en una sesión de la Asociación General se expresa el juicio de los hermanos congregados de todas partes del campo, la independencia y el juicio particulares no deben sostenerse con terquedad, sino entregarse" (Elena de White, *Testimonios para la iglesia*, t. 9, p. 208).

Después de un proceso que duró cerca de tres años, se aprobó un documento que define los pasos para seguir en caso de incumplimiento de las diferentes decisiones tomadas en un congreso mundial de la iglesia. Los días anteriores y posteriores a la votación despertaron mucha agitación e innumerables comentarios. Algunos demostraron serenidad; otros, actitudes desequilibradas. Varios aumentaron el problema; otros, buscaron

una solución. Esta discusión abierta es el resultado de un proceso de decisión representativo y mundial, pero que necesita estar siempre basado en el respeto al prójimo, a la iglesia y a las creencias fundamentales que nos unen.

He seguido buena parte de las discusiones y la votación. A pesar de las limitaciones humanas, la iglesia trabajó con apertura, paciencia, diálogo, y con el deseo de resolver las diferencias. Una tarea difícil, pero que continúa siendo cons-

truida con oración, equilibrio y humildad. Estoy seguro de que nuestra unidad continuará fuerte y la iglesia militante dará un paso más para ser triunfante.

Necesitamos trabajar más intensamente por la unidad. Somos una familia que tiene espacio para diferencias de cultura y opinión, siempre y cuando no comprometan nuestra teología, nuestro estilo de vida y nuestra misión. Pero, si cada uno quiere conducir a la iglesia de acuerdo con su propia visión, ignorando las decisiones del todo, nos volveremos congregacionistas o independientes. Vamos a construir una unidad basada en la serenidad y el respeto por las diferencias, siempre buscando sabiduría en la oración, profundidad en la Palabra de Dios y armonía con las decisiones de la iglesia. Ciertamente, unidos somos más fuertes, llegamos más lejos y vamos más rápido.

Por eso, "les suplico, hermanos, en el nombre de nuestro Señor Jesucristo, que todos vivan en armonía y que no haya divisiones entre ustedes, sino que se mantengan unidos en un mismo pensar y en un mismo propósito" (1 Cor. 1:10, NVI).^{RA}

... CONSTRUIDA
CON ORACIÓN,
EQUILIBRIO Y
HUMILDAD".

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

CON EL ESPECIALISTA



LIBROS PARA 2019

RESPONDE: WALTER STEGER, LIC. EN TEOLOGÍA, TRADUCTOR Y EDITOR DE LIBROS EN LA ASOCIACIÓN CASA EDITORA SUDAMERICANA (ACES).

1-¿PUEDES COMPARTIR CON NOSOTROS TRES NOVEDADES IMPERDIBLES DE LA ACES PARA 2019?

Por supuesto, aquí van:

-*El bautismo del diablo*: “La evolución es un mito”, afirma Clifford Goldstein en su libro más reciente. Ciertamente, la mayoría de los científicos responderían: “¡No! La evolución es *ciencia*; está *científicamente* comprobada”. *El bautismo del diablo* nos muestra por qué el hecho de que algo sea “científico”, o “comprobado por la ciencia”, no significa automáticamente que sea verdad. El autor demuestra cómo las certezas científicas de una generación a menudo son descartadas como mitos por la siguiente; y muchos hallazgos científicos a menudo se contradicen. Por lo tanto, los cristianos no deberían comprometer una doctrina tan crucial como los orígenes de la humanidad y del mundo ante la cultura predominante, aun cuando esa cultura esté envuelta en el atuendo autoritativo de la ciencia.

-*Los canibales de Malekula*: ¿Te animarías a visitar la isla más primitiva, pagana, salvaje que se conozca, cuyos moradores sean famosos por su canibalismo feroz? Supongo que no, ¿verdad? Pues bien, en este atrapante libro encontrarás relatos de hombres y mujeres valientes que decidieron no solamente visitar esa isla, Malekula, sino también establecerse allí con el fin de predicar a los canibales sobre el amor de Cristo. Prepárate para una serie de aventuras llenas de milagros, dramas, tragedias y triunfos en el rescate de miles de personas de las tinieblas a la luz.

-*Atrévete a pedir más*: Si estás cansado de luchar con una vida rutinaria de oración y necesitas un reavivamiento en tu comunión con Dios, este libro es lo que estabas esperando. A través de la lectura de sus páginas, te sentirás impulsado a buscar una experiencia más profunda de fe y encontrarás herramientas prácticas que te ayudarán en el proceso. Por sobre todo, descubrirás cómo tener una vida de oración más profunda, más audaz y más llena del Espíritu Santo.^{RA}

ÁNGELES DE ESPERANZA

UN MATRIMONIO RESTAURADO

Fin de año es, para muchas personas, una época de festejos y reuniones familiares. Pero, para otros puede ser un desafío el enfrentar estas reuniones cuando las relaciones en el matrimonio no andan bien. Este es el caso de Cristina.

Junto con su esposo, Hernando, y sus hijos, vive en la ciudad de Los Ángeles, en el sur de Chile. Las cosas no andaban bien en la pareja: las discusiones y los temas no resueltos cada vez los distanciaban más. Cuando Cristina percibió que ya no había más remedio que pensar en la separación, se acordó de Dios.

Desde pequeña, siempre había tenido interés en conocer acerca de Dios, pero desde que se casó había dejado un poco de lado su búsqueda y se dedicó más a su familia. Por eso, decidió dar una oportunidad a Dios y, clamándole desde lo más profundo de su corazón, le pidió que le demostrara que existía ayudándola a superar la crisis que estaba atravesando.

Así, Cristina encontró a Dios donde menos lo esperaba. Todo sucedió cuando el matrimonio canceló el servicio de televisión por cable, a fin de pagar el transporte de la escuela de fútbol de su hijo. De esa manera, tuvieron que ver solo los canales de televisión de aire. Y fue allí donde encontró esperanza. Como Cristina se quedaba más tiempo en la casa, empezó a buscar qué canales se captaban. La mayoría no se veía bien, pero había uno que sí. Era uno que tenía programas cristianos para niños, consejos de salud, consejos para las familias y muchas cosas más. Había encontrado el canal Nuevo Tiempo.

Los mensajes que se emitían allí llamaron mucho su atención y le pareció que eran especialmente para ella: una persona que no se sentía bien consigo misma. Así, su corazón se abrió por completo para escuchar todos los mensajes del canal.

Animada por lo que estaba aprendiendo de Jesús y de la Biblia, empezó a compartir las enseñanzas con su esposo, quien, a pesar de haber tenido un trasfondo cristiano, no había profundizado en su conocimiento. Juntos frente a su televisor, acompañaron a los pastores con su Biblia y aceptaron sus enseñanzas.

Cada vez que prendían su televisor en Nuevo Tiempo, su relación mejoraba como pareja y como familia. Por eso, para ellos, el canal significó un nuevo tiempo como familia y el tener la certeza de que Dios puede ayudarlos a salir victoriosos de los problemas. “Si no hubiera llegado Nuevo Tiempo, a lo mejor no habríamos estado juntos ya”, reflexiona Cristina.

¡Qué maravilloso es saber que muchos hogares están recibiendo el mensaje de esperanza que necesitan en el momento justo! Esto no sería posible sin los medios de comunicación actuales; y sin la ayuda de nuestros ángeles de esperanza que nos permiten llegar a cada rincón de Sudamérica.^{RA}

Para ver este testimonio, escanea el código QR con tu *smartphone*.



JORGE RAMPOGNA, Pastor, y director asociado de la Red Nuevo Tiempo
|jorge.rampogna@nuevotiempo.org | @jorgerampogna



El séptimo día (parte 2)

Booton Herndon (1915-1995), un periodista y escritor no adventista oriundo de Virginia, Estados Unidos, escribió en 1960 un libro titulado *The Seventh Day* [El séptimo día], una peculiar y bien ilustrada historia de los Adventistas y de sus misioneros en el mundo. El libro fue traducido al castellano por la profesora Esther Peverini de Alberro, y puesto al alcance de muchos lectores de esa lengua. Algunos de los inspiradores relatos de *El séptimo día* se sitúan en el territorio de América del Sur. Los incidentes que siguen son una ilustración del contenido de este libro, que muchos miembros de iglesia guardaban con cariño en sus hogares.

Con rigor periodístico, el libro relata la peculiar tarea de los colportores del Amazonas en el norte del Brasil. Estos abnegados misioneros navegaban los ríos en canoas de unos cinco metros de largo, de bordes altos para protegerlos de los yacarés, y con un cobertor hecho de hojas de palmera y de banano. Era evidente que no buscaban riquezas, sino compartir el evangelio de Jesús con los pobladores de las orillas. Un colporteur visitó a un anciano ciego y pobre que vivía en una choza, se detuvo para hablar con él y le contó acerca de las promesas de la Biblia. Para su sorpresa, el ciego pidió tocar el libro, lo compró, lo envolvió en una tela y lo guardó en el fondo de un baúl. No podría leerlo, pero esperaba que su nieto fuera a la escuela y se lo leyera algún día, para aprender más sobre Dios.

Otro veterano y entrañable colporteur fue André Gedrath, quien trabajó por un tiempo en el Estado de Maranhão, en el Brasil. En apartados lugares de ese territorio, vendió una gran cantidad de libros y habló de la esperanza adventista. Algunas personas visitadas por él comenzaron a guardar el sábado y a escribir a la misión adventista. Estos contactos motivaron a los misioneros

Leo B. Halliwell y R. A. Wilcox a emprender un viaje de cinco días en lancha y tres días a lomo de mula, hasta llegar a una localidad llamada Jejú. Nunca pensaron encontrarse con que una escuela había adoptado el nombre de "Escuela Adventista del Séptimo Día", siendo que el único adventista que había



EL LIBRO RELATA TESTIMONIOS DE LA DIRECCIÓN DE DIOS SOBRE QUIENES DEDICAN SU VIDA A SU MISIÓN”.

pasado por allí era el colporteur. En la pared, los misioneros encontraron un retrato del presidente del Brasil, otro del gobernador del Estado, y en el centro la figura del misionero adventista André Gedrath.

El autor de *El séptimo día* refiere una aventura misionera de los esposos Wellesley y Evelyn Muir, que actuaron en la Misión del Lago Titicaca, en el Perú. En dos años los jóvenes obreros habían visitado todas las estaciones misioneras, menos la estación de Tambopata, que quedaba a 75 kilómetros desde la terminación del último camino accesible en vehículo. Para llegar al lugar había que transitar por selvas y montañas. Decidieron no postergar más la visita a la misión, y partieron en un camión hacia Sandia.

En la región del lago Titicaca, el altiplano alcanza los 4.000 metros de altura. Los

senderos montañosos seguían ascendiendo hasta los 5.000 metros, antes de descender por la cuesta oriental de Los Andes. Desde Sandia, comenzaron a caminar por un camino difícil con la ayuda de dos nativos cargadores. La travesía, peligrosa y cansadora, les demandó tres días de caminata. La estación de Tambopata contaba con una escuela con más de 140 niños y una iglesia. Antes de regresar, tuvieron una reunión sabática con la asistencia de 300 personas y un bautismo de 19 candidatos en un riachuelo.

El libro de Booton Herndon dedica algún espacio a la obra del enfermero argentino Pedro Kalbermatter entre los quechuas del Perú. Junto a los nativos, Pedro había construido una escuela, cuando se levantó una enorme oposición por parte de quienes no querían que los nativos fueran educados y evangelizados. El misionero sufrió hostilidades y amenazas de muerte. En una oportunidad, un grupo de hombres de a caballo atacó a quienes regresaban del culto sabático y mataron a doce de ellos. Un día se acercaron a la escuela algunos jinetes enfurecidos. Kalbermatter ordenó a los indígenas que se escondieran detrás de las rocas, y él decidió enfrentarlos con armas. Luego reflexionó, se encomendó a Dios y salió solo. Los jinetes intentaron atropellarlo con sus caballos, pero el misionero no fue tocado. Finalmente los hombres se retiraron, y la estación misionera de Laro continuó cumpliendo con su cometido evangelizador. Así, el libro titulado *El séptimo día* nos trae a la memoria una crónica sorprendente de testimonios de la dirección y la protección del Cielo sobre quienes dedican su vida a la misión cristiana.^{RA}

DANIEL OSCAR PLENC, Doctor en Teología, profesor e investigador de la Facultad de Teología de la Universidad Adventista del Plata, Rep. Argentina.

La gran liberación final

El último capítulo de Daniel anuncia el final del Gran Conflicto cósmico. El capítulo se inicia con la expresión: “En aquel tiempo se levantará Miguel, el gran príncipe que está de parte de los hijos de tu pueblo” (Dan. 12:1, RV95). El contexto histórico en que sucederán estos eventos debe ser entendido a la luz de la expresión “en aquel tiempo”. Obviamente, para entender a qué tiempo se está refiriendo el texto bíblico es necesario revisar los versículos anteriores del pasaje. Así, en Daniel 11:40 se lee: “Y al tiempo del fin” (LBLA).

Como Adventistas, creemos que “el tiempo del fin” aquí anunciado remite al año 1798 d.C., tiempo en que se acaba la supremacía papal (ver Dan. 7:25). Así, Elena de White declara: “Pero desde 1798 el libro de Daniel ha sido desellado”,¹ haciendo referencia a Daniel 12:4, que dice que el libro de Daniel será desellado (es decir, entendido) en el tiempo del fin.

Con esta consideración, la aparición de Miguel sucede durante el tiempo del fin, es decir, en algún momento después de 1798. Daniel 11 también anuncia momentos de crisis global, en los que la “Tierra Hermosa” (Dan. 11:41, LBLA) y el “monte glorioso y santo” (Dan. 11:45, LBLA) se ven envueltos. Estas referencias indican ataques contra el pueblo

de Dios y el ministerio sumosacerdotal de Cristo en su Santuario celestial (ver Dan. 7:25; 8:14; Heb. 8:1, 2; 9:11).² Esto nos lleva a considerar que la aparición de Miguel sería después del 22 de octubre de 1844, ya que en esa fecha se dio inicio al Juicio Investigador en el Santuario celestial, y cuando aquel termine, entonces se manifestará Miguel.

Otro elemento por definir es la identidad de Miguel. Este personaje aparece en dos ocasiones más en el texto bíblico fuera de Daniel. Primero, Judas 9 sostiene que Miguel contendía contra Satanás por el cuerpo de Moisés, y es llamado arcángel, en griego *archángelos* (ἀρχάγγελος). Este vocablo grie-

go significa “jefe de los ángeles”,³ Segundo, en Apocalipsis 12:7 se dice que Miguel y sus ángeles luchan contra el dragón y sus ángeles, afirmando la idea de que es el jefe de los ángeles. Del mismo modo, Miguel lucha contra Satanás. Este personaje no es otro que Jesús, quien “con voz de arcángel [...] descenderá del cielo” (1 Tes. 14:16, RV95; Juan 14:1-3). A esto se puede añadir que el nombre Miguel, en hebreo *Micael* (מיכאל), significa “quien es como Dios”;⁴ y según la Escritura, Cristo Jesús, “siendo en forma de Dios, no estimó el ser igual a Dios como cosa a qué aferrarse” (Fil. 2:5, 6, RV95). Por lo tanto, Miguel es Jesús, el Cordero inmolado.

Jesucristo aparece para salvar a su pueblo en medio de la gran tribulación, cual nunca hubo antes en la historia de la Tierra (Dan. 12:1). En aquel tiempo, un tiempo posterior a 1844, cuando se termine el Día de Expiación escatológico, Cristo aparecerá para liberar definitivamente a su pueblo remanente. En aquel tiempo, Cristo dará la victoria final sobre el pecado y en favor de sus fieles, ya que muchos resucitarán para vida eterna (Dan. 12:2; 1 Tes. 4:16, 17; Apoc. 20:1-6).

El libro de Daniel comenzó con una batalla terrenal entre Jerusalén y Babilonia. Esa batalla la ganó Babilonia. Sin embargo, al final del libro, la batalla final la gana el Cordero de Dios, liberando a su pueblo de la opresión del pecado y sus consecuencias. Que el Señor te acompañe mientras disputas la batalla de la fe. No desistas. Al igual que Daniel, con Dios “te levantarás para recibir tu heredad al fin de los días” (Dan. 12:13, RV95). ¡Maranata!

Referencias:

¹Elena de White, *El conflicto de los siglos* (Nampa, ID: Pacific Press, 1954), p. 405.

²Esto indica que los poderes aquí referidos implican las acciones religiosas del cuerno pequeño y los poderes políticos que en el tiempo del fin se confabularán para perseguir al pueblo de Dios (cf. Apoc. 13:5-7, 15-17).

³Johannes P. Louw y Eugene A. Nida, eds., *Greek-English Lexicon of the New Testament: Based on Semantic Domains*, s.v. “ἀρχάγγελος”.

⁴Francis Brown, S. R. Driver y Charles A. Briggs, eds. *The Brown-Driver-Briggs Hebrew and English Lexicon*, s.v. “מיכאל”.

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

JESUCRISTO APARECE PARA SALVAR A SU PUEBLO EN MEDIO DE LA GRAN TRIBULACIÓN, CUAL NUNCA HUBO ANTES”.



El ángel de la iglesia

“Escribe al ángel de la iglesia en Éfeso” (Apoc. 2:1).

En Apocalipsis 1:1, la “cadena de la revelación” comienza con Dios, y pasa sucesivamente por Jesucristo, el ángel, Juan y los siervos de Dios en las siete iglesias de Asia. ¿Cómo se explica que aquí la secuencia sea implícitamente: Dios > Jesucristo > ángel > Juan > ángel de la iglesia > iglesia? Si el “ángel de la iglesia” es el mismo que recibió la revelación de parte de Jesucristo para transmitirla a su vez a Juan, no tendría sentido que ahora Juan le comunicara a ese mismo ángel la revelación que recibió precisamente de él.¹

Entonces, el “ángel de la iglesia” debe tratarse de otra persona. ¿Se trata de un ser sobrenatural que velaba por cada iglesia en particular, algo así como un ángel guardián eclesial (comparar Dan. 10:20, 21)? En vista de que la palabra griega *áγγελος*, traducida como “ángel”, significa simplemente “mensajero” y en la Biblia designa, eventualmente, a seres humanos que actúan como voceros de Dios (ej.: Mat. 11:10; Mar. 1:2; Luc. 7:24, 27; 9:52; 2 Cor. 12:7), ¿podría estar refiriéndose aquí a cada uno de los principales dirigentes de las iglesias; algo así como lo que en algunas confesiones cristianas se conoce con el nombre de “primer anciano” o “director de la congregación”?, el encargado de compartir a viva voz el mensaje del apóstol con sus hermanos congregados a tal efecto (Apoc. 1:3). De ser así, esta sería la excepción a la regla joanina en Apocalipsis, donde la palabra se usa 75 veces para referirse a seres celestiales.

Una tercera opción, tal vez simultánea con

la anterior, podría ser que la expresión “el ángel de la iglesia” simplemente signifique “el mensajero *que es la iglesia*” o “la iglesia como mensajera”. En tal sentido, la expresión griega traducida como “de la iglesia” [*tes en Efeso ekklesias*] podría ser catalogada gramaticalmente como un genitivo de aposición, también conocido como genitivo de identidad, de contenido, de definición o de explicación. Es decir, la expresión en caso genitivo (*tes ekklesias*) serviría como una explicación o extensión del significado de la

algunos también detrás del triple mensaje angélico de Apocalipsis 14:6 al 13.

En el Antiguo Testamento, las estrellas representan a veces a seres sobrenaturales y soberanos humanos (ej.: Isa. 14:12); pero otras veces al pueblo fiel de Dios que ilumina con el conocimiento de origen divino a quienes están en tinieblas.⁴ Por otra parte, Apocalipsis 1:20 menciona claramente que las siete candeleros representan al pueblo de Dios que estaba en Asia Menor (comp. 2:5). Así, Apocalipsis 1:20 implicaría que una misma realidad, el cristianismo fiel en la provincia de Asia, está representado simultáneamente mediante dos fuentes de luz: las estrellas y los candeleros.^{RA}



Una oración para hoy: Dios de luz, hazme brillar para ti dondequiera que esté. Quiero mostrar a otros el camino que conduce a ti.

palabra a la que modifica o describe (ángel).³

Aparentemente en favor de esta opción, Apocalipsis 1:20 expresa que los siete ángeles de las siete iglesias son la realidad simbolizada por las siete estrellas que están en la mano derecha de Jesucristo, el Testigo fiel y verdadero. De hecho, esa comprensión eclesiástico-corporativa ha sido vista por

Referencias:

¹ *Comentario bíblico adventista* (Boise: Publicaciones Interamericanas, 1987), t. 7, p. 741.

² *Ibid.*

³ Véase James A. Brooks y Carlton L. Winbery, *Syntax of New Testament Greek* (Washington: University Press of America, 1979), pp. 15, 16. Allí se mencionan Rom. 4:11; 2 Cor. 5:1, 5; Efe. 2:20 y 2 Ped. 2:6 como ejemplos de este uso del caso genitivo en griego.

⁴ Ej.: Dan. 7:21, 25; 8:10, 12, 13, 24; 12:3; cf. Gén. 37:9; Dan. 12:5; Apoc. 1:16, 20; 2:1; 3:1; 12:1, 4, 13-17; especialmente 12:1, donde las estrellas son asociadas con el número 12, símbolo del pueblo de Dios.

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

NOTICIAS

EDITOR: Pablo Ale. | Corresponsales: Alexis Villar (UA), Jéssica Rodríguez Salguero (UB), Alfredo Müller (UCh), Vanesa Castro (UE), Felipe Lemos (DSA), Carolyn Azo (DSA), Departamento de Comunicación (UP), Jaime Vilcapoma (UPN), Rosmery Sánchez (UPS) y Departamento de Comunicación (UU).

100 bautismos en los 20 años de NT Bolivia



María René y su hijo.



Lucy junto al Pr. Flores.



Bautismo de Rosamary.

Como celebración por los veinte años de la red Nuevo Tiempo (NT) en Bolivia, se realizó una caravana evangelizadora denominada “El poder de la esperanza” entre el 28 y el 30 de septiembre pasado. El orador principal fue el pastor Joel Flores, y como invitados especiales estuvieron el dúo musical Con-Paz Compuesto y el Pr. Jorge Rampogna, director de la Radio Nuevo Tiempo en Sudamérica para el habla hispana.

Esta actividad comenzó en la ciudad de El Alto, en el departamento de La Paz, el viernes por la noche. En el programa se presentó a Lucy, una abogada que hacía un tiempo pasaba por un cuadro de depresión por causa de los problemas que estaba atravesando. Una noche, para tratar de dormir, empezó a buscar música por la radio de su celular y encontró la sintonía de Nuevo Tiempo. Allí, escuchó una canción que cautivó su corazón y le trajo paz. Desde aquel momento, Lucy no dejó de sintonizar la radio, y solicitó el estudio bíblico “Enseñanzas de Jesús”. El pastor de la región, Omar Limachi, comenzó a estudiar la Biblia con ella. Así, ella llegó al paso decisivo: el bautismo; paso que dio esa noche, junto con 35 personas más.

El sábado, la caravana continuó en el departamento de Cochabamba. Durante

el programa de la mañana, Melany, de 21 años, se bautizó luego de conocer el mensaje de salvación por la radio Nuevo Tiempo. Cuando escuchó los mensajes transmitidos por la radio, solicitó un estudio bíblico. Sin embargo, su familia no estaba de acuerdo con que ella tomara ese estudio. Melany continuó con los estudios y encontró la paz que tanto estaba buscando. El 29 de septiembre de 2018, mientras toda su familia se encontraba en la boda de su hermana mayor, ella entraba en las aguas del bautismo.

Otra de las personas que encontró a Cristo mediante la radio y decidió entregarse a él, fue Rosamary. A ella le diagnosticaron cáncer hace dos años, y en medio de la enfermedad y la desesperación encontró la radio Nuevo Tiempo.

El domingo, la caravana llegó a la ciudad de Santa Cruz, donde vive María René, una odontóloga. Ella es madre de un niño con problemas físicos, que sufría el abuso y las burlas de sus compañeros del colegio donde estudiaba. María René estaba muy preocupada por esta situación, y una de sus amigas le aconsejó que llevara a su hijo a un colegio adventista. Con el tiempo, el niño empezó a pedir a sus papás que oraran en casa, y él les enseñó a hacerlo como le enseñaban en el colegio. Un día, mientras María René volvía

a casa, sintonizó la radio Nuevo Tiempo y se dio cuenta de que era una radio adventista, igual que lo era el colegio de su hijo. Desde ese momento no dejó de escuchar la radio, y siguió con los estudios bíblicos. La noche del 30 de septiembre, María René se bautizó junto a su hijo.

Durante estos tres días de caravana, más de cien personas se bautizaron por la influencia de la Radio Nuevo Tiempo; sin duda, la mejor celebración por los veinte años de este ministerio en el país.^{RA}



Melany entrega su vida a Dios.

Fe en acción: Bautismos en el Congreso JA de Chile

El Centro Educacional Adventista de Los Ángeles (CEALA), ubicado en la región del Biobío, República de Chile, fue sede del Congreso Nacional de Jóvenes Adventistas, entre el 14 y el 18 de septiembre pasado. Bajo el lema “Fe en acción”, miles de jóvenes de todo el país se reunieron con el objetivo de afianzar su fe y disfrutar sanos momentos de amistad.

Uno de los puntos más destacados del evento fueron los bautismos. Gracias al trabajo misionero de miles de jóvenes adventistas, 67 personas entregaron su vida a Dios. El método elegido para lograr estos frutos fue “La ruta de la amistad”. El plan fue simple: hay que tener una amistad con alguien, compartir tiempo de calidad, mostrarle el amor de Dios e invitarlo al Congreso de Jóvenes.

“Jesús se relacionaba con la gente. Él no iba de golpe a predicar, sino que suplía las necesidades, se ganaba su confianza, les mostraba simpatía. La idea es que nuestros jóvenes adventistas prediquen, pero haciéndose amigos de las personas. Aunque teniendo una amistad real, no una amistad porque te quiero llevar a mi iglesia, sino porque tu vida es importante y me interesa”, señaló el

Pr. Juan Fernández, director de Jóvenes de la Unión Chilena.

Siguiendo este método, los jóvenes de las distintas iglesias vieron grandes resultados. Después de un tiempo, los amigos se dieron cuenta de que la comunidad adventista adora a un Dios todopoderoso. Intrigados por esto, aceptaron estudiar las Sagradas Escrituras para saber más del Creador. Al terminar los cursos bíblicos, muchos declararon que Jesús es el único Salvador. Tal es el caso de Florencia Benítez, quien decidió bautizarse en el congreso.

“Cuando me sumergieron en el agua sentí tanta emoción, como si el corazón se me fuera a salir del pecho; por eso me puse a llorar. Es magnífico, es muy lindo. Se siente como si Dios estuviera contigo, a tu lado”, indicó la joven.

Además de las iglesias, los colegios adventistas juegan un rol importante en “La ruta de la amistad”, ya que tienen un capellán encargado de apoyar a los estudiantes en la vida espiritual y de dar estudios bíblicos a quienes lo desean. Gracias a esta gran labor, varios alumnos fueron al Congreso de Jóvenes y aceptaron a Jesús públicamente, a través del bautismo.

“Me siento renovado; cuando salí de las

aguas me sentí alguien nuevo. Mi meta más grande es viajar por el mundo ayudando a las personas; ser un misionero, prácticamente”, expresó Williams Contardo, estudiante del Colegio Adventista de Temuco. Por su parte, Millaray Pereira pertenece al mismo establecimiento, y decidió bautizarse “para ser luz para otras personas”.

Otro objetivo de “La ruta de la amistad” era acercarse a las personas que por diferentes motivos se alejaron de Dios, para que tengan un encuentro con él y se reincorporen a la familia espiritual. “Este año volví. Ha sido muy gratificante. Estoy agradecida a Dios, agradecida a la Iglesia Villa Tobalaba, a los jóvenes y a este congreso, porque me han ayudado espiritualmente”, expresó una joven que regresó a la Iglesia Adventista luego de estar fuera muchos años.

“El Congreso de Jóvenes es también una instancia misionera, donde se les reafirma que ellos tienen una responsabilidad ante Dios, y es predicar el evangelio a todo el mundo en nuestra generación”, indicó el Pr. Juan Fernández. Para cumplir esta misión, los jóvenes seguirán trabajando en “La ruta de la amistad”, demostrando que un acto de amor vale más que mil palabras.

(Foto: Asociación Norte de Chile.)^{RA}



UNAPY: Acreditación de la carrera de Enfermería



Felicidad plena en los directivos y el personal de la Universidad Adventista del Paraguay por la nueva acreditación.

El pasado 1º de octubre fue un día histórico para la carrera de Enfermería de la Universidad Adventista del Paraguay (UNAPY), ya que, después de un largo proceso de evaluación, logró ser acreditada por cinco años por la Agencia Nacional de Evaluación y Acreditación de la Educación Superior (ANEAES).

A fin de otorgarle la acreditación, la UNAPY fue evaluada en cinco dimensiones: organización y gestión, proyecto académico, personas, infraestructura y resultados en impacto.

Este logro se dio en el marco de gestión de la Lic. Ieda Sarti, directora de la carrera, y del Dr. Juan Choque Fernández, rector de la Universidad Adventista del Paraguay, quien indicó: “Un logro como este durante los nueve años de trayectoria confirma que estamos en el camino correcto. Esta acreditación da seguridad y credibilidad para que tanto alumnos como padres confíen en la UNAPY”.

El proceso de acreditación se inició en 2016, con la autoevaluación. Esta comisión estuvo integrada por la Lic. Estela Gutiérrez, el Mg.

Ramiro Sanz, la Lic. Karina Benavente y la Mg. Dilma Vargas, quien fue reemplazada por la Lic. Sara Rivas en el año 2018. Los rectores que acompañaron en el proceso fueron la Mg. Karina Paredes (2016-2017) y el Lic. Emerson Vogt (2018).

A posteriori de esta acreditación, el jueves 4 de octubre, con la presencia de alumnos, administradores e invitados especiales, se realizó una ceremonia de agradecimiento a Dios por todas las bendiciones brindadas a la Universidad.^{RA}

UPeU: anfitriona de Nuevo Tiempo

La filial Juliaca de la Universidad Peruana Unión (UPeU) se convirtió en la primera institución de educación superior anfitriona de Nuevo Tiempo, tras el descubrimiento del logo ubicado en la fachada del edificio principal.

El hecho marca un hito importante, que une los lazos entre la educación adventista y los medios de comunicación, convirtiendo

a la Universidad en un referente para transmitir mensajes de esperanza a través de la Red Nuevo Tiempo de Comunicación. “Esta universidad se convierte en un referente para que más personas puedan conocer a Cristo a través de los medios de comunicación”, expresó el Pr. Remberto Sarzuri, director general de Nuevo Tiempo Perú.

En tanto, el Dr. Glúder Quispe, rector de

la UPeU, mencionó que los estudiantes y los docentes deben ser buenos receptores de nuevos amigos y mostrarles a Cristo. “Como familia unionista, nuestro mayor objetivo es ayudar a otros a conocer a Jesús”, indicó el rector. Esta consigna recibió el respaldo y el compromiso por parte del Dr. Eddie Cotacallapa, director de la filial en la región del altiplano peruano.^{RA}

La Iglesia Adventista, en el Foro Interreligioso G20

Entre el 26 y el 28 de septiembre, se realizó en Buenos Aires, República Argentina, la quinta edición del Foro Interreligioso G20, una reunión internacional de la que participaron 250 referentes mundiales de credos y de organizaciones de fe. Países como Australia, Argentina, Arabia Saudita, Austria, Estados Unidos, Perú, India, Canadá, Chile, Suiza, Francia, Italia, Brasil, Reino Unido, Holanda, Etiopía, Japón, Costa Rica, Alemania, Bélgica, Panamá, Nueva Zelanda, El Salvador, Colombia, Israel, Irlanda, Noruega y Guatemala estuvieron representados.

“Este es uno de los foros más importantes del mundo. Su razón principal es evitar y resolver conflictos”, sostiene el Dr. Ganoune Diop, director de Asuntos Públicos y Libertad Religiosa de la Iglesia Adventista del Séptimo Día a nivel mundial, quien participó de este foro. “Este encuentro es un lugar en el que podemos ver qué es lo que más importa a todas las naciones; nosotros, como Adventistas, tenemos algo para contribuir, para compartir al mundo, y nuestras opiniones, simplemente, no las podemos guardar”, agregó.

“Compartir la visión mundial de nuestra iglesia en este evento ha sido un tremendo privilegio; es muy desafiante, pero Dios ha sido muy bueno conmigo y me ha provisto de lo necesario para poder hacerlo. Toda la gloria sea para él”. Además de él, la Iglesia Adventista también estuvo representada por los directores de Libertad Religiosa de la División Sudamericana, el Pr. Helio Carnassale, y el de la Unión Argentina, Pr. Darío Bruno. Además, participó de este gran evento el Dr. Juan Martín Vives, director del Centro de Estudios sobre Derecho y Religión (CEDyR) de la Universidad Adventista del Plata.

Cabe destacar que la presencia de la Iglesia Adventista en estos eventos no tiene como objetivo cambiar sus creencias ni ceder



Dr. Ganoune Diop.

en ciertos postulados bíblicos, en pos del ecumenismo. Al contrario: la iglesia afirma sus posturas y mantiene en alto su mensaje de salvación y sus doctrinas distintivas basadas en la Escritura.

En este sentido, el Dr. Diop destacó los dos puntos importantes que presentó: “En primer lugar, hablé acerca de la crisis en el movimiento de niños; eso fue el tema que más compartí, y por la gracia de Dios fue muy bien recibido. Es una situación intolerable. Hay millones de niños explotados, vendidos o que forman parte de la trata de personas; entonces desarrollé la idea de cómo, desde una perspectiva bíblica, el no cuidar a los más vulnerables es terrible. Debemos cuidar de ellos como Jesús lo hizo, que cuidó de los huérfanos y se encargó de sus necesidades. El otro tema que compartí fue acerca de cuáles serían las normas internacionales para que haya una cohabitación pacífica, cómo podemos ser diferentes de otros sin discriminarlos o criminalizarlos, sino aceptarlos como seres humanos, aunque tengamos diferentes opiniones. No estamos hablando de alianzas sincretistas ni tampoco de diluir nuestro mensaje, sino de respetar la dignidad de las personas y la dignidad de la diferencia”.

Como Adventistas, tenemos el privilegio y la responsabilidad de defender la libertad

religiosa. Así lo explica el Dr. Diop: “Desde su nacimiento, la Iglesia Adventista ha sido consciente de la importancia de la libertad religiosa. A comienzos del siglo XIX existía la posibilidad de que el domingo fuera impuesto como una ley nacional obligatoria; entonces la iglesia abogó por su derecho con respecto al sábado, pero luego las personas se dieron cuenta de que la libertad religiosa va más allá del día de reposo. Nosotros, como Adventistas, vemos que las raíces de la libertad religiosa no se encuentran en un nivel de experimentos nacionales, no se origina en la filosofía grecorromana ni en la opinión de los filósofos europeos. La base de nuestra comprensión se encuentra en Dios. Él creó la libertad religiosa porque parte de su carácter es amor, y el amor no se puede forzar, igual que la libertad. Hoy, en el mundo se reconoce la libertad religiosa como una ley internacional, forma parte de la Declaración Universal de Derechos Humanos; de 193 naciones, 152 la tienen detallada de forma explícita en su Constitución. Sin embargo, no es bueno; a nivel mundial, el 76 por ciento de la población vive en países en los cuales está altamente restringida la libertad. Ante eso, estamos trabajando en pro de aprobar la libertad religiosa alrededor del mundo”.^{RA}

Concilio Anual: El énfasis está en la misión

Entre tantos informes y decisiones, destacamos este del Pr. G. T. Ng, secretario ejecutivo de la Iglesia Adventista mundial, que fue presentado en el Concilio Anual 2018, desarrollado en Battle Creek (Michigan, Estados Unidos) en octubre pasado.



Pr. G. T. Ng, secretario ejecutivo de la Iglesia Adventista mundial.

Por la gracia de Dios, la Iglesia Adventista trabaja en 213 de los 235 países y territorios reconocidos por la Organización de las Naciones Unidas (ONU). “¿Cómo es que nos convertimos en una iglesia global? ¿En quizá la iglesia más internacional que hay en el mundo?”, preguntó el Pr. Ng. “¡Todo esto es resultado de la profecía!”

Así, se destacó que la Iglesia Adventista ha alcanzado una feligresía de más de 21 millones, según las últimas cifras, actualizadas a junio de 2018.

El año pasado fue el decimoquinto año, y el decimotercero consecutivo, en que ingresó más de un millón de personas por año a la iglesia.

“Simiramos las cifras totales de los últimos veinte años, es posible ver un crecimiento muy sostenido. Ha llegado el punto de que la proporción mundial es de un adventista por cada 361 habitantes”, informó David Trim, director de la Secretaría de Archivos, Estadísticas e Investigaciones. Sin embargo, el Pr. Ng advirtió que la obra no ha sido terminada. Refiriéndose al mandato que

aparece en Apocalipsis 10:11: “Es necesario que profetices otra vez sobre muchos pueblos, naciones, lenguas y reyes”, mencionó: “Estas son las órdenes de marcha de la iglesia: esparcirse en todo el mundo y proclamar los mensajes de los tres ángeles”.

Luego, recordó la historia y destacó que en los primeros treinta años después de la fundación de la Iglesia Adventista del Séptimo Día se produjo una expansión global sin paralelos.

Luego, llegó el informe de Gary Krause, director de Misión Adventista. Destacó varias entidades que conforman la familia de la misión en la Asociación General, y que incluyen la Secretaría de Archivos, Estadísticas e Investigaciones (ASTR); los Empleados de Servicio Interdivisiones (ISE); el programa de Designación Misionera Diferida (DMA); Servicios Voluntarios Adventistas (AVS); y el Instituto de Misiones Mundiales (IWM), que da a los misioneros herramientas interculturales y capacitación cuando entran en el campo misionero.

A continuación, Dragoslava Santrac, nueva directora editorial del proyecto de la

Enciclopedia de los Adventistas del Séptimo Día (ESDA), enfatizó la significación del nuevo sistema de información en línea diciendo: “Líderes de la iglesia de Dios, miembros de iglesia, la nueva enciclopedia no es un lujo, sino una necesidad”.

Así, destacó que la *ESDA* tendrá, al menos, 2.500 artículos; así como fotos que los acompañen, videos y materiales de audio, para lanzarlos en el Congreso de la Asociación General 2020. “Hay muchos recursos bíblicos, teológicos e históricos publicados por otras confesiones que nuestros miembros pueden encontrar útiles, pero ¿quién producirá una enciclopedia sobre los Adventistas del Séptimo Día, si no lo hacemos nosotros? Y, si no lo hacemos ahora, ¿cuándo? Por favor, hagan de la *ESDA* una de sus principales prioridades durante los dos próximos años. Juntos podemos hacer que la *ESDA* comunique a nuestros hijos y a este mundo la verdad de Dios y la fidelidad hasta que Cristo vuelva”, concluyó.^{RA}

NÚMEROS PARA PENSAR:

- Desde 1965, 37.138.884 personas han ingresado a la iglesia, y 14.521.008 se han retirado.
- En 2017, hubo un bautismo cada 23 segundos.
- En los últimos 12 meses se establecieron en el mundo 502 iglesias y 1.998 grupos.



Como el MEDIODÍA

LEJOS DEL ASISTENCIALISMO Y MOVIDOS POR LA CONVICCIÓN MUCHOS JÓVENES Y ADULTOS SE ENROLAN COMO VOLUNTARIOS PARA SERVIR.

Según el Informe de la Organización de las Naciones Unidas (ONU) de 2015, se estima que en 2014 más de mil millones de personas fueron voluntarias, lo que significa un creciente movimiento de interés por proyectos de voluntariado alrededor del planeta.¹

En la Iglesia Adventista, con el paso de los años hemos percibido esa misma tendencia, especialmente en América del Sur. Si comparamos los informes del Servicio Voluntario Adventista (SVA) de 2008 con el de 2018 (hasta agosto), el número de voluntarios que servían vía SVA creció más del 1.000 %, partiendo de 78 hasta más de 900 voluntarios.²

Sin embargo, aún es muy común asociar el servicio voluntario solo con el asistencialismo. Al fin y al cabo, fue así como empezó. Por ejemplo, en Brasil, el primer registro documentado de voluntarios es de 1543, cuando comenzó a funcionar la Santa Casa en el litoral de Santos. Tenía por misión atender especialmente a las personas que llegaban exhaustas después de largas travesías por el mar.³

No obstante, como iglesia, al pensar en el voluntariado, tenemos que ir más allá del asistencialismo. Necesitamos ser tan intencionales al satisfacer las necesidades físicas, materiales y sociales de una persona que consigamos también satisfacer las aflicciones del alma. Al aclarar cuál es el

ayuno que verdaderamente le agrada, observa lo que Dios dice a su pueblo, a través del profeta Isaías:

“Y si derramares tu alma al hambriento, y saciases el alma afligida, en las tinieblas nacerá tu luz, y tu oscuridad será como el mediodía” (Isa. 58:10, RVA).

Aunque en los versículos anteriores (6, 7) el Señor relacione necesidades como, por ejemplo, pan al hambriento, techo para los desamparados, ropa para los que están desnudos, justicia para el que no tiene justicia, libertad para los que están atrapados bajo los pesados yugos de la impiedad y la desigualdad humanas, recién en el versículo 10 presenta la condición final para que nuestra luz brille como el mediodía: derramar mi propia alma para saciar otra alma.

Por cierto, la luz que brilla al mediodía (vers. 10) es más intensa que la luz que rompe con el alba (vers. 8), aunque el segundo es un presupuesto necesario para que el primero suceda.

Esta comprensión es lo que nos mueve más allá del asistencialismo. Se trata de compartir mi vida con otra persona: “Únicamente la vida puede engendrar vida”.⁴ Este debe ser nuestro eje central al pensar en el servicio voluntario, sea cual fuere la naturaleza del proyecto: Mission Trip, Misión Caleb, OYIM, o Voluntariado de corta o larga duración.

Es lo que la joven voluntaria Elisabeth está haciendo en Irak. Al atender a fami-

lias víctimas de traumas de posguerra en un campo de refugiados, consiguió ganar la confianza de una familia hasta que se convirtió en parte de ella. A pesar de ser musulmanes, un día el patriarca de ese hogar le pidió como regalo una Biblia, pues al conversar varias veces sobre Jesús se despertó su interés en leer y conocer más. Con mucha alegría, ella le regaló dos Biblias en árabe, que a su vez ahora está leyendo y anotando con avidez ese patriarca, así como sus hijas y su esposa.

Ellos ya regresaron a su ciudad, casi completamente destruida, y el Espíritu Santo tiene hoy en sus manos una familia, un poderoso instrumento que está siendo preparado para su servicio en aquel lugar. Gracias a Jesús, que utilizó a una joven voluntaria, quien con pasión brilló intencionalmente, como el sol del mediodía, en un campo de refugiados.^{RA}

Referencias:

- ¹UNV 2015, *Volunteer Annual Report*, Nueva York: ONU.
- ²Informe de la Asociación General de la IASD de septiembre de 2018.
- ³Derson Lopes y Antonio Braga, *O Poder do Voluntariado* (Unaspres, 2018), p. 25.
- ⁴Elena de White, *El Deseado de todas las gentes* (Buenos Aires: ACES, 2008), p. 215.

JONI DE OLIVEIRA, pastor y director del Servicio Voluntario Adventista de la División Sudamericana. | joni.oliveira@adventistas.org

NAVIDA

LA FIESTA DE LAS L



AD UCES

POR QUÉ, MÁS ALLÁ DE LAS POLÉMICAS, EL 25 DE DICIEMBRE NOS RECUERDA QUE JESÚS (LA LUZ DEL MUNDO) SE HIZO CARNE Y HABITÓ ENTRE NOSOTROS.

POR RICHARD M. DAVIDSON

¡Me deleito en las luces navideñas! Y no estoy solo en este deleite. Nuestra gran familia cristiana cada año queda extasiada por las espléndidas muestras de luces que decoran festivamente nuestros hogares. Si tuviera que quedarme solo con un tipo de decoración navideña, me desharía del árbol, las guirnaldas y las pompas navideñas, los copos de nieve y muchas otras cosas, ¡pero me quedaría con las luces! De cierta forma, para mí, las luces capturan la esencia de la Navidad.¹



No todos los cristianos comparten este amor por las luces navideñas. Cuando viajo para presentar predicaciones y conferencias, me encuentro con personas bien intencionadas que censuran incluso el hecho de que los cristianos celebren la Navidad. En sus palabras, todos saben que Cristo no nació en esta época del año. Estas personas se horrorizan especialmente por las luces, que les recuerdan el consumismo secular y señalan rápidamente que, a fin de cuentas, tienen su origen en el Festival de las Luces del solsticio de invierno de la Roma pagana.

En el pasado, me ha bastado con responder a estos escépticos de la celebración de la Navidad con el argumento de que como la sociedad ha celebrado tradicionalmente el nacimiento de Cristo en esta época del año, no es inapropiado aprovechar esta oportunidad para unirnos a este homenaje al nacimiento de Jesús, siempre que se lo haga en el espíritu adecuado, con el Salvador en el centro de nuestras celebraciones.

Sin embargo, en los últimos años he tomado mayor conciencia de lo que considero una respuesta suplementaria –y quizás aún más efectiva– para estos escépticos contemporáneos de celebrar la Navidad en general, y de usar luces navideñas en particular. Para mí, estas proveen una razón poderosa para celebrar la encarnación de Cristo en este momento del año y una explicación contundente de por qué las luces navideñas, de hecho, capturan el corazón de esta celebración.

LA OTRA HISTORIA DE LA NAVIDAD

Durante la época navideña, los cristianos generalmente se enfocan en las historias bíblicas relacionadas con el nacimiento de Cristo, como las encontramos en Mateo y en Lucas: los registros de los pastores

(Luc. 2) y de los sabios de Oriente (Mat. 2). “La otra historia de la Navidad”, que no se escucha tanto en la época navideña, se encuentra en el Evangelio de Juan (1:1-5, 9, 14). En su prólogo, Juan pone el énfasis en la encarnación de Cristo como la “luz verdadera” que “venía a este mundo” (vers. 9).

Dos preguntas importantes que surgen de este relato son: ¿En qué época del año ocurrió la encarnación de Cristo? Y ¿cuál es la conexión entre la encarnación de Jesús y la luz?

¿CUÁNDO OCURRIÓ LA ENCARNACIÓN DE CRISTO?

No podemos conocer la fecha exacta de la encarnación de Jesús, y probablemente sea por una buena razón: para evitar que se venerara un día, en vez de una Persona. No obstante, creo firmemente que la Biblia nos da pistas para poder conocer al menos las épocas aproximadas de su concepción y nacimiento. Estas pistas se concentran en dos capítulos de la Biblia: Lucas 1 y 1 Crónicas 24, y están vinculadas con el relato de la concepción y el nacimiento de Juan el Bautista.

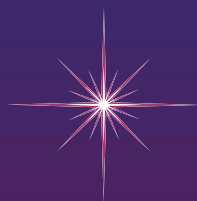
Según Lucas 1:5, Zacarías, el padre de Juan el Bautista, era un sacerdote de la clase (o la división) de Abías, y estaba sirviendo en el Templo durante “el turno de su grupo” (vers. 8, NVI). En 1 Crónicas 24:7 al 19 encontramos una lista de 24 divisiones de sacerdotes. El Talmud indica que, en la época de Jesús, cada división de sacerdotes servía por una semana, del mediodía del sábado al mediodía del sábado siguiente.² Las únicas excepciones a este cronograma eran las festividades anuales de la Pascua, el Pentecostés y la Fiesta de los Tabernáculos, cuando servían todos los sacerdotes. Los ciclos de servicio de los sacerdotes probablemente comenzaban al inicio del año hebreo (primavera boreal), al igual que los períodos de servicio de los otros oficiales en Jerusalén (ver 1 Crón. 27:1, 2).

Así, las 24 divisiones de sacerdotes servían dos veces al año, y comenzaban respectivamente en la primavera y el otoño. Las 48 semanas (o 24 divisiones x 2) más las casi 3 semanas de festividades en las que servían todos los sacerdotes, cubrían el lapso del año judío.³

Según 1 Crónicas 24:10, Abías era el responsable de la octava división de sacerdotes. Si las divisiones comenzaban a servir el primer sábado de Nisán (el primer mes del calendario religioso hebreo), dos divisiones servirían antes de la Pascua (14 de Nisán), todos los sacerdotes servirían durante la semana de la Pascua, y seis divisiones más servirían antes de Pentecostés. Así, la división de Abías, de la cual Zacarías era parte, habría servido justo antes del Pentecostés (6 de Síván), que generalmente ocurría durante la primera parte de junio.⁴

Durante el tiempo del servicio de Zacarías en el Templo, el ángel Gabriel dijo al anciano sacerdote que cuando regresara a su hogar su esposa, Elisabet, quedaría embarazada. Como luego del período de servicio de Zacarías era la fiesta del Pentecostés, cuando todas las divisiones de sacerdotes debían servir, él no habría regresado a su hogar hasta después del Pentecostés, o aproximadamente los últimos días de junio. Lucas nos dice que “cumplidos los días de su ministerio”, Zacarías regresó a su casa. “Después de aquellos días concibió su mujer Elisabet, y se recluyó en casa por cinco meses” (Luc. 1:23, 24). No se sabe exactamente cuánto fue “después de aquellos días”, pero la traducción de la *Nueva Traducción Viviente*, “poco tiempo después”, parece justificada; y por las palabras “cuando terminó” en Lucas 1:23, se puede asumir que la concepción ocurrió poco después del regreso de Zacarías a su hogar. Entonces, probablemente durante la última parte de junio, Elisabet quedó embarazada, con Juan el Bautista en su vientre.⁵

Lucas 1:26 declara que en el sexto mes después de que Juan el Bautista fuera concebido, el Espíritu Santo vino sobre María y ella concibió a Jesús. El versículo 36 confir-



**BELÉN ERA UNA DE
LAS CIUDADES EN LAS
QUE LAS PERSONAS
SE HOSPEDABAN EN
LAS FIESTAS ANUALES.
SEGÚN JOSEFO, MÁS
DE DOS MILLONES
DE JUDÍOS IBAN A
JERUSALÉN PARA LA
ÉPOCA DE LA PASCUA.**

ma que este era el sexto mes del embarazo de Elisabet. Esto nos llevaría aproximadamente a la época de Janucá, la Fiesta de la Dedicación, que comienza el 25 de Kislev (que a menudo corresponde con la última parte de diciembre) y dura 8 días. Así, se puede argumentar que Jesús fue concebido durante la fiesta de Janucá. Asumiendo que el embarazo de María llegó a término, el nacimiento de Jesús habría ocurrido, aproximadamente, durante la época de la Fiesta de los Tabernáculos, del 15 al 22 de Tishréi, a finales de septiembre o comienzos de octubre. Entonces, es muy probable que durante la Fiesta de los Tabernáculos “aquel Verbo fue hecho carne” (Juan 1:14) y “puso su tabernáculo” entre nosotros.⁶

Algunos han objetado que Jesús no podría haber nacido durante la Fiesta de los Tabernáculos porque el registro declara que María y José fueron a Belén, no a Jerusalén, donde deberían haber concurrido si hubiera una fiesta anual. Pero, según el Talmud, Belén, que estaba a solo unos ocho kilómetros al sur de Jerusalén, se consideraba una de las ciudades en el “área festiva” de Jerusalén.⁷ Es decir, Belén era una de las ciudades en las que las personas se hospedaban al llegar para las fiestas anuales. Según Josefo, más de dos millones de judíos atestaban Jerusalén para la Pascua en los días de Jesús,⁸ y si eso es correcto, podemos asumir que una cantidad similar también acudía para las otras dos fiestas anuales. Como Jerusalén tenía menos de 120 mil habitantes en esa

época,⁹ es probable que los peregrinos que acudían a las fiestas utilizaran aposentos en Belén.¹⁰

Otra objeción está relacionada con la fecha de las proclamas romanas para pagar tributos, que algunos argumentan que no podrían haber sido en una época festiva. Sin embargo, en esta época, Judea era un protectorado de Roma, así que, no pagaba tributos de forma directa. En lugar de eso, Roma recibía un tributo de Herodes, quien reunía estos tributos cuando lo consideraba adecuado. Herodes, siguiendo las leyes habituales de los judíos, llevaba a cabo esta recaudación, o el empadronamiento, según la manera judía. Entre los judíos, se solía hacer la recaudación al final del año agrícola de Palestina; esto es, a principios de otoño, justo antes de la Fiesta de los Tabernáculos. Se acostumbraba pagar los tributos en productos agrícolas al final del año civil o al final de la cosecha (ver Deut. 14:14).

Por lo tanto, en los días de Jesús, el momento lógico para que las personas se registraran y pagaran los tributos era cuando asistían a la fiesta anual de los Tabernáculos, al final de la temporada de la cosecha y del año civil.¹¹ Así, una fecha otoñal para el nacimiento de Jesús, en los días de la Fiesta de los Tabernáculos, encaja con las costumbres judías y la situación en los días de Jesús.

Por esto, la fecha del 25 de diciembre, que los cristianos occidentales designan como el momento para celebrar la encarnación de Cristo, no está fuera de lugar, sino que

a menudo coincide con la época de la Fiesta de la Dedicación, que comienza el 25 de Kislev en el calendario hebreo. La concepción de Jesús, así como su nacimiento, forman parte de su encarnación. Por lo tanto, la época de Navidad bien podría ser el tiempo no del nacimiento, sino de la concepción de Jesús. Así, si la reconstrucción mencionada es correcta, la encarnación de Jesús comenzó con su concepción en Janucá/Navidad y llegó a su clímax con su nacimiento, cerca de los días de la Fiesta de los Tabernáculos, en septiembre u octubre. Pero esto nos lleva a nuestra segunda pregunta: ¿Cuál es la conexión entre la encarnación de Jesús y la luz?

¿CUÁL ES LA CONEXIÓN CON LA LUZ?

Mucho antes de llegar a ser un festival pagano romano en celebración del solsticio de invierno, en el siglo I d.C., el comienzo del invierno ya tenía una celebración hebrea bien establecida: la Fiesta de las Luces, también conocida como "Janucá", o "Dedicación". En 167 a.C., el 25º día del mes judío de Kislev, el día más oscuro del año, el rey seléucida Antíoco Epífanés, "el Ilustre", o Epímanes, "el Loco", como también era conocido, conquistó Jerusalén, profanó

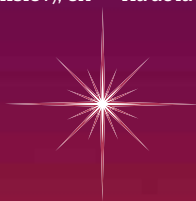
el Templo, interrumpió las ceremonias regulares, ofreció carne de cerdo en el altar del holocausto y esparció sangre de cerdo en el Lugar Santísimo.

Exactamente tres años después, el 25º día de Kislev de 164 a.C., Judas Macabeo, "el Martillo", luego de haber logrado una victoria arrolladora sobre el ejército seléucida, que lo superaba grandemente en tamaño, llegó a Jerusalén, donde reconstituyó el Templo y restauró los servicios del Lugar Santo (ver 1 Macabeos 4).

En ese año, 164 a.C., el día más oscuro del año (25 de Kislev), en

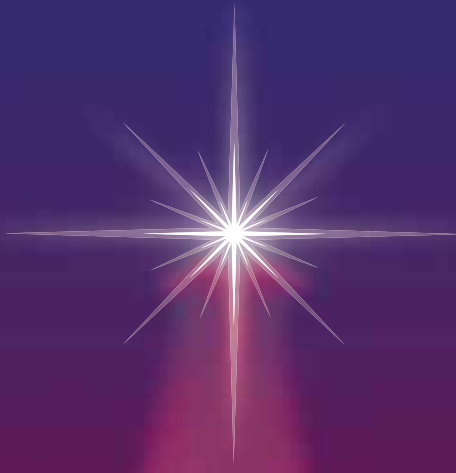
el momento más oscuro de la historia judía, llegó el milagro de la luz. Según la tradición judía, solo se encontró una botella del aceite consagrado para encender la menorá (o candelabro) del Templo. El aceite de esa botella, que generalmente duraba un solo día, continuó quemándose por ocho días, hasta que se pudo elaborar y consagrar más aceite. Así, la fiesta de Janucá también llegó a conocerse como la Fiesta de las Luces.

Unos 160 años después, en el momento más oscuro de la historia de la humanidad –posiblemen-



LA CONCEPCIÓN DE JESÚS FORMA PARTE DE SU ENCARNACIÓN. LA ÉPOCA DE NAVIDAD BIEN PODRÍA SER EL TIEMPO NO DEL NACIMIENTO, SINO DE LA CONCEPCIÓN DEL SALVADOR.





*NO PARECE CASUAL QUE
JUAN CONECTE EL TEMA DE
LA ENCARNACIÓN DE JESÚS
CON LA LUZ, SI ÉL, DE HECHO,
ES CONSCIENTE DE QUE JESÚS
FUE CONCEBIDO DURANTE LA
FIESTA DE LAS LUCES.*

Referencias:

¹Este artículo es una adaptación de una presentación navideña del Dr. Davidson en el Seminario Teológico Adventista de la Universidad Andrews. Publicado originalmente en Richard Davidson, "Christmas Festival of Lights", *Andrews University Seminary Studies*, t. 44, N° 2, (otoño de 2006).

²Talmud, *Sucá*, 55b; ver también Josefo, *Antigüedades judías* VII.14.7. Este servicio semanal, que comienza en el sábado, ya está implícito en 2 Rey. 11:5 y 1 Crón. 9:25.

³Cada tres años, aproximadamente, se le agregaba un mes al año, durante el cual los sacerdotes que habían servido en el duodécimo mes volvían a servir en el decimotercero (Talmud, *Meguilá*, 6b).

⁴También es posible que Zacarías estuviera ministrando en el Templo durante su segunda ronda anual, y no lo primera; pero en ausencia de cualquier evidencia que indique lo contrario, asumo que la declaración de Lucas 1:8 se refiere a su primera ronda de servicio. Contando desde su primera ronda de servicio, argumentaré más abajo que Jesús nació en el otoño. Una interpretación tal se adecúa a la comprensión evangélica tradicional de que Jesús fue bautizado a la edad de treinta años (Luc. 3:23), y que tuvo un ministerio de tres años y medio, que terminó en la primavera (época de la Pascua); si Jesús murió en la primavera, tres años y medio antes caerían en otoño, y treinta años antes también caerían en el otoño del año

de su nacimiento. Para ver un comentario que entiende que el ministerio de Jesús duró tres años y medio, véase, por ej., *Comentario bíblico adventista*, t. 5, pp. 180-239.

⁵Si Juan el Bautista fue concebido a finales de junio (hacia el final del mes judío de Siván), habría nacido en algún momento al comienzo del mes de Nisán, cerca de la época de la Pascua. Esto es curioso, considerando la antigua expectativa judía de que Elías llegaría para la Pascua, lo cual se simboliza en el festejo judío con una copa de vino adicional que se coloca en la mesa de *Pésaj*, con la esperanza de que Elías venga a tomarla. Juan el Bautista, que vino "con el espíritu y el poder de Elías" (Luc. 1:17; ver Mat. 11:14; 17:12), de

te durante la Fiesta de las Luces-, Jesús, la Luz del mundo, se hizo carne. En las palabras proféticas del Salmo 40, los versículos 6 al 8 (ver Heb. 10:5-9), el Cristo preexistente, el Rey del Universo, exclamó desde su morada celestial: “He aquí, vengo”. Al siguiente instante, quien había creado incontables galaxias y nebulosas se hizo carne, una única célula en el útero de María; ¡la Luz del mundo! Juan 1:9 y 14 capturan esta conexión con la luz, indicando que el que venía al mundo, el que se hacía carne, era la Luz del mundo.

No parece casual que Juan conecte el tema de la encarnación de Jesús con la luz, si él de hecho es consciente de que, históricamente, Jesús fue concebido durante la Fiesta de las Luces. Encontramos confirmación adicional de que Juan hace una conexión consciente entre la encarnación de Jesús y la Fiesta de las Luces en Juan 10, donde el apóstol registra cuidadosamente que en la época de Janucá (“la fiesta de la dedicación”, vers. 22) Jesús mismo hace alusión a su encarnación (vers. 36: “Me envié al mundo”, NTV), y así se anuncia en su encarnación como el cumplimiento de la tipología de Janucá.

Mientras la sociedad celebra con familiares y amigos alrededor de un árbol de Navidad iluminado, cuelgan luces afuera o disfrutan de las decoraciones con luces en las casas de los vecinos y otros lugares públicos, nosotros podemos recordar “la otra historia de la Navidad”. Y, con alegría y paz, celebrar la encarnación de Cristo, la Luz verdadera que vino al mundo.^{RA}

RICHARD M. DAVIDSON, Doctor en Teología, enseña Interpretación del Antiguo Testamento en el Seminario Teológico Adventista de la Universidad Andrews.

hecho, probablemente haya nacido en la época de la Pascua.

⁶El anuncio del ángel al momento del nacimiento de Jesús podría señalar una conexión con la Fiesta de los Tabernáculos. Esta fiesta (llamada “Sucot” en hebreo) se consideraba el “festival del gozo” por excelencia (ver el mandato especial de Dios para que el pueblo se regocijara durante esta fiesta, Lev. 23:40), y también era considerada la “fiesta de las naciones”, ya que en el Antiguo Testamento esta es la única fiesta en la que se anima a todas las naciones de la Tierra a que participen de ella (Zac. 14:16-19).

A la luz de estas designaciones para la Fiesta de los Tabernáculos, el anuncio del ángel a los

pastores toma un nuevo significado: “No tengan miedo—dijo—. Les traigo buenas noticias que darán gran alegría a toda la gente” (NTV). El ángel está anunciando el nacimiento de Cristo con palabras de una salutación para la Fiesta de los Tabernáculos.

⁷Talmud, *Shekalim*, vii.4.

⁸Josefo, *La guerra de los judíos*, vi.9.3.

⁹Ver Joachín Jeremías, *Jerusalem in the Time of Jesus* (Filadelfia: Fortress, 1967), pp. 78, 83.

¹⁰La palabra “mesón”, utilizada para designar donde María y José se hospedarían en Belén, es la palabra griega *katályma*. La misma palabra se usa en otras partes del Nuevo Testamento como “aposento”, donde las personas podían ir para observar las fiestas anuales (Mar. 14:14; Luc. 22:11).

Por supuesto, durante la Fiesta de los Tabernáculos también había oportunidad de quedarse en *sucot* (tabernáculos); pero, sin dudas, estas cabañas, como sucede también hoy en Israel, estarían usualmente conectadas a edificios permanentes. Aparentemente, muchos peregrinos también reservaban habitaciones para resguardarse del mal tiempo, al menos por parte del día; ¡algo que hubiera sido especialmente importante para una mujer embarazada!

¹¹*Encyclopedia Biblica*, cols. 3.994-3.996.

El bien que ves en otros

Claves para evitar frustraciones en nuestra relación con los demás.

Por Pamela Sicalo

Un motivo de consulta frecuente en psicoterapia tiene que ver con el manejo pobre de la irritabilidad y la agresión. Los episodios de rabia, o enojo, que llevan a un deterioro de la calidad de vida y de los vínculos del individuo, parecen estar en franco crecimiento en la población mundial. Las causas de esta dificultad suelen ser complejas y múltiples: desde alteraciones neuroquímicas heredadas y/o adquiridas, pasando por modelos y aprendizajes problemáticos tempranos, patologías psiquiátricas, adicciones asociadas y contextos socioculturales.

El enojo es una respuesta natural y esperable frente a situaciones que consideramos injustas. El objetivo de esta emoción es impulsarnos a buscar una solución. Es importante notar el rol central de la intensidad de las emociones para la evaluación de la salud o la enfermedad. No se consideran problemáticos los enojos que pueden ser identificados y controlados. La dificultad radica en la ira que “me gana” o “me controla” frecuentemente, o cuando se instala un patrón explosivo que puede lastimar de maneras diversas.



EL ORIGEN DE LA AGRESIVIDAD

Una de las primeras investigaciones en el campo de la psicología experimental estudió las reacciones agresivas tanto de animales como de seres humanos. A partir de varias observaciones, se arribó a la conclusión de que frecuentemente la causa está ligada a vivencias de frustración. A mayor nivel de frustración, mayor respuesta agresiva. Por ejemplo, cuando un empleado es tratado por su jefe de forma que considera injusta, aumenta su nivel de frustración, y al retornar a su casa aumenta considerablemente

las probabilidades de discusión o conductas de mayor tenor agresivo.

Cuando se evalúa que una persona presenta condiciones heredadas o patologías que aumentan la vulnerabilidad a episodios de ira, es importante derivar a la consulta con profesionales de la salud mental. De igual importancia es el aprendizaje psicológico y emocional que todos debemos realizar para mejorar el manejo del enojo de forma efectiva, en nuestras familias, trabajos y vida íntima. Para ello, compartir con otros, conocer y leer sobre la temática, es imprescindible, así como entrenar cotidianamente nuestra capacidad de autorregulación.

Como se ha mencionado, las personas frustradas tienden a agredir. Generalmente, a la agresión le siguen sentimientos de remordimiento o culpa. La vivencia de remordimiento trae aparejados también sentimientos de tristeza, y así el individuo puede volver a sentirse más frustrado aún. Este círculo vicioso de *frustración>agresión>culpa>tristeza>frustración* lleva a muchos a una vida de insatisfacción, depresión y pobres relaciones sociales. Algunos lo vivirán de forma menos intensa; otros, de forma mucho más problemática. Lo cierto es que

ADECUARNOS A UNA VISIÓN MÁS MADURA E INTELIGENTE NOS AYUDARÁ A LOGRAR UN MEJOR DESARROLLO”.

si caemos en esta visión de vida, vínculos y sueños frustrados, estamos mucho más cerca de convertirnos en seres irritables, gruñones, críticos y amargos.

ADECUAR NUESTRAS EXPECTATIVAS

“¡Me tienen harto, no aguanto más!” “¡Esto es una injusticia detrás de otra! ¡Siempre lo mismo!” “¡No entiendo! yo nunca trataría/haría/diría eso, ¡y ¿tengo que aguantar que me lo hagan a mí?! “Ellos deberían haber hecho/dicho/pensado esto diferente; me lo hacen a propósito”. Si es común tener estos pensamientos, es de absoluta importancia que logremos bajar los niveles de frustración cotidianos para lograr una menor intensidad agresiva. Y ¿cómo logramos ser personas menos frustradas? Adecuando nuestras expectativas.

Pero, el ser más equilibrados y sanos al momento de plantearnos expectativas sobre los demás, nosotros y el mundo en general ¿significa bajar nuestros estándares o principios? Todo lo contrario: adecuarlos a una visión más madura e inteligente nos ayudará a lograr un mejor desarrollo de nuestros objetivos con vínculos sanos y menos conflictivos.

Si alguien piensa: “Todos deberían saludar al llegar a una reunión porque eso es de educación básica. No tolero al que no saluda; eso ya me dice que es una persona maleducada y egoísta”, es altamente probable que en una reunión se sienta mucho más frustrado,

molesto y en actitud crítica que si pensara: “Me gustaría que todos saludaran al llegar, aunque entiendo que somos diferentes y hay personas a las que les cuesta hacerlo, o quizá no piensan que sea importante”. Este sencillo ejemplo pone el énfasis en nuestra interpretación de la realidad. Dependiendo de cómo la entendemos, así la experimentaremos, la sufriremos o la disfrutaremos.

Vivimos en una sociedad consumista y materialista, que asocia la felicidad con tener más y mejor. Hoy no basta con un par de zapatillas deportivas: se apunta a tener varias, buenas y nuevas. Esto, naturalmente, aumenta los niveles de frustración de la población. Y una comunidad frustrada es una comunidad agresiva.

Sin embargo, la frustración que más lleva a niveles de agresión problemáticos tiene que ver con lo que esperamos de los demás, ya sea lucidez, reciprocidad o actitudes acordes a nuestros principios y estándares. Es saludable desear lo que creemos mejor; el problema es cuando lo hacemos imperativo, lo demandamos, y elaboramos frecuentemente pensamientos llenos de “deberían” y de “tendrían...”

Somos tan diferentes, tan maravillosa y complejamente variados. Venimos de contextos tan dispares que es altamente probable que experimentemos diferencias significativas unos con otros. Otro hecho innegable es que todos también podemos equivocarnos o caer en conductas molestas y erradas.

Quizás haya momentos en tu vida en que la ira tenga lugar; por ejemplo, frente a casos de injusticia graves que deben ser denunciados y aclarados. Pero esta no puede llegar a constituir la vivencia cotidiana, constante y más frecuente. Hay personas que encuentran en el enojo una especie de “motor” que les da energía para vivir; incluso como protección para no caer en tristezas profundas. Son expertos en convertir a personas en enemigos, encuentran razones para estar en pie de guerra o, incluso, para sentirse superiores. Lamentablemente, suelen ser seres solitarios que no encuentran verdadera paz.

VEMOS EL MUNDO SEGÚN COMO SOMOS

Un artículo publicado en la revista *Psy-*

chology Today recoge una investigación realizada por el Doctor en Psicología Rick Hanson, donde expone que la forma en que evaluamos e interpretamos a los demás no solo refleja cómo nosotros vemos el mundo, sino también cómo nos valoramos a nosotros mismos. En otras palabras, si nuestro cerebro tiende a ver la mala intención y el error en otros, es probable que nosotros también tengamos la tendencia a generar malas intenciones hacia los demás. Por otro lado, si somos personas que fácilmente encuentran y se conectan con el bien en los otros, eso se correlaciona con una propia vivencia de bienestar y bondad.

Practicar de forma consciente y voluntaria la capacidad de encontrar aspectos buenos en los demás, ser capaces de elogiar genuina y descriptivamente al otro en sus aciertos, puede ser una efectiva forma de mejorar nosotros mismos también. Asimismo, si mantenemos esa postura, al momento de solicitar un cambio o manifestar una crítica es mucho más probable que sea aceptada.

En Mateo 7:2, Jesús nos habla de esta regla de reciprocidad: “Con el juicio con que juzgáis, seréis juzgados, y con la medida con que medís, os será medido”. Y en Mateo 6:22 nos recuerda: “La lámpara del cuerpo es el ojo; por eso, si tu ojo está sano, todo tu cuerpo estará lleno de luz”.

¿Qué es lo primero que vemos en los demás? ¿Qué es lo primero que destacamos de los demás? ¿Somos capaces de tolerar las diferencias, e incluso los errores? ¡Vale la pena hacernos estas preguntas!^{RA}

PRACTICA LA CAPACIDAD DE ENCONTRAR ASPECTOS BUENOS EN LOS DEMÁS”.

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



“Haz lo que digo... y lo que hago”

“**H**az lo que digo, no lo que hago”. ¿Cuántas veces se ha escuchado esta frase? Aunque muchas veces se la utilice en forma jocosa o irónica, encierra una triste realidad. Los padres suelen tener más cuidado con lo que dicen a sus hijos, pero no muestran el mismo cuidado con lo que hacen. ¿Qué puede pensar un niño cuyos padres le insisten en cuidar su vocabulario, cuando escucha que su padre insulta a otro automovilista que ha realizado una maniobra equivocada?

Los hijos son sumamente observadores, especialmente de las acciones de sus padres. En nuestro ejemplo como padres, quizá se cumpla más que nunca la famosa frase: “Las acciones hablan más fuerte que las palabras”.

La falta de coherencia entre lo que los padres enseñan y lo que los hijos ven que viven sus figuras de referencia puede ser devastador para ellos. Albert Einstein decía al respecto: “Educar con el ejemplo no es una manera más de educar, es la única”.

Y esto se traslada al ámbito espiritual y religioso. Generalmente, los problemas que tienen muchos hijos de familias cristianas con la religión no son precisamente por la religión en sí, sino por los religiosos. Ellos quieren una religión auténtica.

Especialmente en la adolescencia, suele producirse una pérdida del gusto por la religión y por todo lo relacionado con ella. Cuando eran niños, aceptaban todo lo que se les decía sin hacer mayores preguntas o cuestionamientos. En la adolescencia, el jovencito busca los “por qué” y “para qué” de lo aprendido en su niñez. Ahora, la religión es discutida y su utilidad práctica se vuelve blanco del fuego “rebeldé” de aquel que antes era dócil y sumiso. El adolescente no está tan interesado en la teoría de la religión; lo que quiere de verdad saber es si todo eso “sirve” en la vida cotidiana. Y la única manera de comprobarlo es analizando la

vida religiosa de las personas que conoce; empezando por sus padres.

Los hijos se preguntan, entonces, ¿cuál es la conducta moral, familiar, profesional de mi padre y de mi madre? ¿Cómo viven los cristianos que me rodean? ¿*Son una cosa en la iglesia y fuera de ella otra?*

Este es el foco de sus preguntas conscientes o inconscientes para con la religión: ¿Para qué me sirve esto? ¿Qué ha producido la religión en *mis padres?* ¿*Acaso vale la pena para mí?*

Allí está la paradoja religiosa del adolescente. Él quiere la religión y necesita de ella. Siente una gran necesidad de Dios.

Desea la seguridad que la religión y la iglesia dan al ser humano. Pero la rechaza, se aleja, se vuelve crítico, duro e inflexible, por lo que ve en las vidas de sus mayores.

No es de extrañar, entonces, que Elena de White advirtiera al respecto: “Los padres y las madres siempre deberían presentar en la familia delante de sus hijos el ejemplo que desean que imiten. Deberían manifestarse mutuamente un tierno respeto en palabra, apariencia y acción. Deberían hacer que sea evidente que los rige el Espíritu Santo, al presentar a sus hijos el carácter de Jesucristo. Son fuertes las facultades de imitación, y cuando esta facultad es más activa, en la niñez y la juventud, debería presentarse un modelo perfecto delante de los menores” (*Conducción del niño*, p. 200).

Así, el desarrollo de los aspectos religiosos y espirituales puede ser facilitado o dificultado por los modelos de comportamiento

que los hijos observan en sus padres y en las personas que intervienen y afectan su vida religiosa. La rebeldía de los hijos hacia la religión, frecuentemente, es una manera de rebelarse en contra de las personas que desean imponer sobre ellos una manera de

vivir la religión que ellos mismos, muchas veces, no viven.

“¿Podrán ser demasiado cuidadosos los padres en el precepto y el ejemplo que presenten delante de esos ojitos vigilantes y esos sentidos aguzados? Nuestra religión debería ser práctica. Se necesita en nuestros hogares tanto como en la casa de culto. No debería haber nada frío, severo y repul-

sivo en nuestro comportamiento, sino que deberíamos mostrar, mediante la bondad y la simpatía, que poseemos corazones cálidos y amantes. Jesús debería ser el Huésped honrado en el círculo familiar... ¿Qué lección podría ser dada diariamente por padres piadosos si llevaran todas sus dificultades a Jesús, el Portador de las cargas, en vez de regañar y refunfuñar por los cuidados y las perplejidades que no pueden evitar! Puede enseñarse a los pequeños que vuelvan la mente a Jesús como las flores vuelven sus pétalos que se abren al sol” (*Conducción del niño*, p. 459).

Cabe una última reflexión: ¿*Qué ejemplo de religión y espiritualidad estamos demostrando a nuestros hijos?* ^{RA}

“LOS HIJOS SON SUMAMENTE OBSERVADORES, ESPECIALMENTE DE LAS ACCIONES DE SUS PADRES. EDUQUEMOS CON EL EJEMPLO”.

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

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

“¿Quieres ser sano?”

“Cuando Jesús lo vio acostado, y supo que llevaba ya mucho tiempo así, le dijo: ¿Quieres ser sano?” (Juan 5:6).

Hay preguntas de Jesús que aprendimos de memoria. Forman parte de algunos de los diálogos más conocidos, en milagros que hemos contado una y otra vez. No por eso deja de sorprenderme la simpleza y obviedad de algunas de ellas. Y es que en esa sorpresa muchas veces encuentro la fuente inagotable de lecciones profundas que hacen mella aún varios siglos después.

Nos acercamos al final de otro año, y para muchos quizá ya sea costumbre comenzar a hacer un balance de las actividades que se han desarrollado, los eventos transcurridos, los favores recibidos, las pérdidas, las ganancias.

El solo hecho de tener esta revista en tus manos es, probablemente, una señal de que eres mucho más bendecido que el hombre de nuestra historia. Sin embargo, creo que muchas veces estamos como él, porque al leer lo que narra Elena de White en su relato me siento un poco identificada, y quizá tú también.

“[El paralítico] había visto revolverse el agua, pero nunca había podido llegar más cerca que la orilla del estanque. Otros más fuertes que él se sumergían antes. No podía contender con éxito con la muchedumbre egoísta y arrolladora. Sus esfuerzos perseverantes hacia su único objeto, y su ansiedad y continua desilusión, estaban agotando rápidamente el resto de su fuerza” (*El Deseado de todas las gentes*, p. 172).

No sé si este hombre, enfermo hacía casi cuarenta años, había escuchado hablar de Jesús. No sé si en el estanque se rumoreaba la capacidad de Jesús de obrar milagros.

No sé si alguno de los que allí estaba ya había probado ir a la Fuente de verdadera sanidad, en vez de a la fuente de agua. Lo cierto es que él, ya acostumbrado al dolor y a la enfermedad, ante la pregunta de Jesús: “¿Quieres ser sano?”, ni siquiera fue capaz de expresar su voluntad, sino que solo presentó datos y estadísticas: su realidad.

Y me conmueve pensar en él, respondiendo de esta forma. Me hace pensar en las veces que respondemos de memoria y contamos nuestra historia separados de lo que verdaderamente queremos y anhelamos;

resignados a nuestra realidad actual; entumecidos emocional y espiritualmente; incapaces de ver a quien tenemos delante de nosotros listo para sanarnos y transformarnos.

Quizás estamos llegando al final de un año en que funcionamos en piloto automático; en que las rutinas, las costumbres y los hábitos en todos los ámbitos fueron un reflejo de una parálisis similar a la que vivía este hombre.

Quizá repetimos de memoria datos y estadísticas. Tal vez evaluamos de forma superficial algunos números y valores que nos marcaron este año. O nos desconectamos de nuestro anhelo de ver a Jesús volver de verdad. Quizás olvidamos que, como aquel sábado de tarde, él se acerca para hacernos

la pregunta más obvia, esa que quizá no estamos listos para responder.

Ojalá que no. Pero, si es así, quiero invitarte a que reflexionemos sobre el factor humano que jugó una parte tan pequeña, pero tan importante, en este relato.

A veces hace falta que reaccionemos, que reconozcamos que Jesús realmente está a nuestro lado preguntándonos si queremos ser sanos. Y así como duele estirar las piernas después de un largo viaje, a este hombre anónimo le pudo haber costado un poco levantarse por fe. La transformación que Jesús

realiza en nuestra vida puede costar un poco, pero siempre vale la pena. Ojaláelijamos ser sanos de verdad, cueste lo que cueste. Ojalá que depongamos nuestras excusas y pretextos empapados de dolor y resignación, de comparación con los demás, de búsqueda en vano, y respondamos afirmativamente a la pregunta de Jesús. Esa pregunta

LA TRANSFORMACIÓN QUE JESÚS QUIERE HACER EN NUESTRA VIDA SIEMPRE VALE LA PENA”.

que en sí misma trae libertad.

Y ojalá, una vez transformados, salgamos como aquel hombre y demos aviso a todos de que Jesús fue quien nos sanó... Y que aún está listo para sanar.^{RA}

Buscar el reposo

En épocas de estrés, ansiedad y angustia, es bueno aceptar y practicar los inspirados consejos acerca del descanso.

“No se debería pasar por alto la importancia de la regularidad de las horas para comer y dormir. Puesto que la obra de reparar el cuerpo se efectúa durante las horas de descanso, es esencial, especialmente para los jóvenes, que el sueño sea metódico y abundante” (Elena de White, *La educación*, p. 201).

Pareciera que Elena de White hubiera leído un libro de fisiología al escribir el párrafo anterior. Cuando estamos durmiendo se libera la hormona del crecimiento, que promueve el desarrollo físico en el niño o en el adolescente. En el adulto, la hormona del crecimiento sigue trabajando y, en menores dosis, estimula la reparación de las zonas dañadas del cuerpo.

Por otro lado, encontramos que Elena de White habla de la importancia de la regularidad en las horas del sueño. Desde hace varias décadas, con el avance del transporte aéreo de pasajeros, se observó que las personas que viajan distancias largas, en que tienen que recorrer varios husos horarios, sufren de agotamiento y falta de concentración. A este fenómeno se lo llamó *jet lag*, palabras de origen inglés que hacen referencia al avión *jet* y al desfase, o retraso (*lag*), que sufre el viajero por tener que modificar en pocas horas su ritmo circadiano, en función del nuevo lugar en que se encuentra.

Circadiano proviene de las palabras “circa diem”, cerca del día, y es el ritmo del organismo que se relaciona con el tiempo que dura un día. Actualmente, la expresión *jet lag* se está utilizando también para las personas que no viajan pero sí tienen alterado su ritmo de sueño. En ese caso, se lo llama *jet lag* social, que es el desfase de las horas de sueño originado por cuestiones laborales o sociales.

Por ejemplo, un enfermero que tiene que cumplir horarios rotativos, trabajando

algunos días de noche y otros en horarios diurnos, o una persona joven que trabaja toda la semana y el fin de semana se encuentra con sus amigos y sale a divertirse, durmiendo muy pocas horas. En estas dos situaciones, el mecanismo que controla el sueño y la vigilia se encuentra desfasado. Su ritmo circadiano está alterado. Sufre de *jet lag* social. Podríamos agregar a este grupo a los adolescentes que se acuestan más tarde por estar jugando con su celular o su consola de videojuegos, lo que afecta su ritmo habitual de sueño.

A la irregularidad en el sueño podemos agregar los distintos cronotipos. Al hacer un análisis de las horas del día que elegimos para trabajar y descansar, observamos que algunas personas tienden a organizar su vida sobre la base de un patrón matutino. Se acuestan y se levantan temprano y prefieren la mañana para hacer su trabajo. Otros son más vespertinos; prefieren las horas nocturnas para estudiar o trabajar y acostumbra acostarse más tarde.

De esta forma, tenemos dos cronotipos específicos, el matutino y el vespertino. A estos se agrega el cronotipo intermedio, que se encuentra entre los dos rangos y comparte algunas características de cada uno. Coloquialmente se identifica a la persona de cronotipo matutino con las alondras, aves que se caracterizan por cantar con los primeros rayos del sol; y la de cronotipo vespertino, con el búho.

Nuestro cronotipo, si es matutino, intermedio o vespertino, está determinado por factores genéticos y ambientales, y por la edad. La adolescencia es el período en que más tendencia tenemos a acostarnos tarde; y es en esa etapa de la vida, momento de significativos cambios físicos, cognitivos, emocionales y sociales, cuando desarrollamos hábitos que pueden afectar toda nuestra vida.

Elena de White explica en sus escritos la importancia de cuidar de nuestra salud porque afecta nuestra relación con Dios. ¿Puede ser que acostarnos más tarde afecte nuestra vida espiritual?

Cuando leemos la literatura actual, encontramos que hay una relación entre el *jet lag* social y el cronotipo vespertino, pues presentan ambos los mismos inconvenientes. Esencialmente, todas las especies en la Tierra poseen mecanismos internos de tiempo que gobiernan una multitud de procesos celulares, fisiológicos y de comportamiento. Una gran cantidad de evidencia demuestra que estos mecanismos de cronometraje forman una parte vital de nuestra salud física y mental, y que las interrupciones en su funcionamiento normal pueden comprometer gravemente el estado emocional y la sensación de bienestar.

Los adultos jóvenes y los de mediana edad que prefieren acostarse más tarde han respondido en distintas encuestas que son más impulsivos, irritables y tienen más expresiones de ira. En niños, se ha observado que los que son de cronotipo vespertino dicen más mentiras, gritan o insultan, en comparación con sus compañeros que se identifican como tipos matutinos. Al mismo tiempo, aquellos que interrumpieron su ciclo habitual de sueño presentaron más episodios de ira e irritabilidad.¹ Cuando estudiaron a 183 adolescentes en Finlandia, descubrieron que aquellos que iban a dormir más tarde tendían a romper más las reglas y a tener más problemas de conducta.²

Sobre la base de esta información, podemos preguntarnos nuevamente: ¿Puede ser que acostarnos más tarde afecte nuestra vida espiritual? La respuesta es obvia.

Podríamos hacer un análisis de cuánto afecta la salud dormir menos horas. La alteración del ritmo habitual de las hormonas predispone a tener síndrome metabólico,

diabetes, hipercolesterolemia, hipertensión arterial y disminución de las defensas, para mencionar algunas de las enfermedades que se relacionan con el descanso irregular. No quiero detenerme en esto porque quiero hacer énfasis en estudiar cómo afecta nuestro comportamiento.

Se estima que un adolescente debe dormir un poco más de nueve horas por día. Si debido al *jet lag* social producido por el mal uso de los celulares u otra tecnología se acuesta más tarde y duerme menos horas, se predispone a sufrir depresión.



ES DURANTE EL SUEÑO CUANDO EL ORGANISMO TRABAJA MÁS EN EL PROCESO CURATIVO”.

Cuando se analizó la trascendencia de la depresión, encontraron que los adolescentes que duermen mal reconocieron que tenían una mayor cantidad de ideas suicidas.³

Para hacer frente a la somnolencia, muchos adolescentes recurren en forma regular a bebidas energéticas que contienen altas cantidades de cafeína y otros estimulantes. Esto altera aún más la fisiología del sueño, predisponiendo a que se desarrollen mecanismos de impulsividad y recompensa que aumentan la probabilidad de participar en conductas de riesgo, colocándolos en situación de vulnerabilidad frente al ofrecimiento de otras drogas.⁴

Los padres tienen su responsabilidad en evitar o disminuir esta conducta de riesgo. Este es el momento en que deben influir con respeto y con el ejemplo sobre sus hijos para que se acostumbren a dormir más temprano. Es importante mantener los límites en el hogar, estableciendo el diálogo y explicando a los adolescentes la importancia de no alterar el sueño. Los padres que se acuestan más temprano también ayudan positivamente a sus hijos con su ejemplo, y pueden contribuir a modificar cuestiones

de carácter e impulsos agresivos de sus descendientes. La libertad que se da a un adolescente de acostarse a la hora que él quiera puede traer complicaciones futuras.

Por supuesto que no son solamente los hijos los que se benefician si los padres deciden acostarse más temprano. Al dormir mejor, tienden a alimentarse más saludablemente, disfrutan más del desayuno, y prefieren más las frutas y las verduras a los alimentos refinados. Las personas de hábitos nocturnos generalmente desayunan más tarde, sus comidas son más copiosas, cenan más y tienden a buscar más alimentos ricos en grasas saturadas, hidratos de carbono refinados y alcohol.

Por último, me gustaría reformular la pregunta que planteamos más arriba: ¿Puede ser que acostarnos más temprano colabore a mejorar el tiempo de comunión personal con nuestro Dios?

“Oh Jehová, de mañana oírás mi voz; De mañana me presentaré delante de ti, y esperaré” (Sal. 5:3). Cuán valioso es despertar tranquilo, después de un sueño reparador, con el tiempo necesario para presentarnos delante de Dios. El Señor ha afirmado: “Yo amo a los que me aman, y me hallan los que temprano me buscan” (Prov. 8:17).

No permitamos que sea el entorno, los medios, la tecnología actual, con sus redes, lo que dirija nuestra vida. Este es el momento de tomar decisiones eternas que afectan a todos aquellos que nos rodean. Pidamos ayuda a nuestro Padre Dios para que él vuelva a ser el Capitán de nuestra vida.^{RA}

Referencias:

¹ S. Hood, S. Amir, “Biological Clocks and Rhythms of Anger and Aggression”, *Frontiers in Behavioral Neuroscience* (enero 2018), 12:4.

² I. Merikanto, A.K. Pesonen, “Eveningness as a risk for behavioral problems in late adolescence”, *Chronobiology International* (enero 2017), 34(2), pp. 225-234.

³ *Ibid.*

⁴ R. Logan, B. Hasler, “Impact of Sleep and Circadian Rhythms on Addiction Vulnerability in Adolescents”, *Biological Psychiatry* (diciembre 2017), 83(12), pp. 987-996.

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





NO DECIDIR TAMBIÉN ES DECIDIR

Pronto se termina el año, y en muchas partes del mundo las personas hacen promesas de cambios. Probablemente conozcas algunas: "Este nuevo año haré ejercicio, aprenderé inglés, dejaré este mal hábito..." Y, la más común de todas: "Comenzaré una dieta y bajaré de peso".

Lamentablemente, lo que la mayoría de las personas hace no es una decisión, sino solo expresar sus deseos e intenciones. Una verdadera decisión debe estar acompañada de un compromiso total para lograr algo. Es tener una firme convicción de que harás lo necesario para lograr los objetivos que

deseas alcanzar. Es concentrarte en cumplir las metas propuestas y obligarte a tomar un solo camino: el de lograr tus objetivos.

Nunca es tarde para corregir un mal hábito o cambiar el curso de tu estilo de vida. La Biblia lo expresa claramente, cuando nos muestra el ejemplo de Moisés y su radical cambio de dieta a los ochenta años. A partir de ese momento, su alimento fue solo maná, y sabes lo que se dice de él: "Era Moisés de edad de ciento veinte años cuando murió; sus ojos nunca se oscurecieron, ni perdió su vigor" (Deut. 34:7). Es más, incluso tenía la vitalidad para subir a

un monte de más de ochocientos metros de altura; y todo, por seguir la dieta que Dios le propuso.

Mi pregunta para ti es: ¿Quieres comenzar a vivir con salud y vigor? No lo olvides: lo que realmente nos cambia la vida no es lo que hacemos de vez en cuando, sino aquello que hacemos de manera consistente, pues quien no toma una decisión para corregir sus hábitos ya tomó la peor decisión: dejarse llevar por las circunstancias, en vez de dirigir su propio destino.

Te compartiré esta receta, que será una buena opción en estos ajetreados días de fin de año.^{RA}



PARRILLADA DE VEGETALES



INGREDIENTES:

- 3 tazas de champiñones cortados en cuartos.
- 1 choclo.
- 2 tomates cortados en cuartos.
- 1 cda. de perejil picado.
- 1 pizca de tomillo picado.
- ½ cucharada de romero.
- ½ taza de aceite de oliva.
- 1 zucchini cortado en rodajas.
- 3 zanahorias cortadas en rodajas.
- 1 berenjena cortada en rodajas.
- 3 dientes de ajo picados.
- 1 cebollín picado.
- 1 pimiento amarillo cortado en cuadritos.

PREPARACIÓN:

- Blanquear el choclo junto con las zanahorias en abundante agua hirviendo con sal.
- Colocar todos los vegetales en un bol.
- En un recipiente, colocar el perejil junto con el romero y el tomillo picado.
- Incorporar el ajo y sazonar con abundante aceite de oliva, sal y pimienta.
- Bañar los vegetales en esta mezcla.
- Llevarlos a la parrilla (o grilla) por 15 minutos o hasta que estén tiernos.



Celebración de la sencillez

Hola! Quiero invitarte a un evento que estamos organizando para dentro de unos días. ¡Vamos a pasarla muy bien! Tendrá lindas actividades y muy buena comida. Hay mucha gente que está esperando hace tiempo este encuentro. Está garantizado un 65 % de probabilidades de sufrir insomnio, un 52 % de sufrir dolores de cabeza, un 80 % de probabilidades de tener dolores musculares, y un 54 % de padecer problemas estomacales. Estas estadísticas han sido registradas en uno de nuestros últimos eventos.¹ Es más, ¡también hay un 70 % de probabilidades de que sufras un exceso de pensamientos negativos y un 72 % de que te sientas muy irritable! ¿Vienes?

¿Qué clase de invitación es esta? Es, por lo menos, insólita, ¿no es cierto? Así que, desde ya que comprendo si me presentas alguna excusa para no asistir. Pero... lamentablemente, todos volveremos a asistir a la celebración este año.

Las llamadas "fiestas de fin de año" pueden llegar a ser así de nocivas. Es extraño, ¿verdad? Los que deberían ser momentos colmados de paz y felicidad pueden terminar convirtiéndose en una de las ocasiones de mayor estrés en el año.

El mismo informe citado más arriba agrega que los gastos (compras) son la principal causa de estrés en las fiestas de fin de año. En la lista de "estresores navideños", le siguen la acumulación de compromisos sociales y el cansancio general.

¿Por qué "celebramos" así las fiestas? Pienso especialmente en la Navidad, que más allá de ser una fecha simbólica (sabemos que Jesús no nació un 25 de diciembre), es una ocasión especial para llenarnos de paz, gratitud y gozo. ¿Por qué terminamos "celebrando" tan lejos de esos ideales?

Creo que una de las razones es que hemos perdido la capacidad de apreciar la belleza de lo sencillo. La vida de Cristo en la Tierra

fue hermosamente sencilla, y nos dejó su ejemplo para que encontremos felicidad y bienestar en la sencillez:

"Jesús, nuestro Redentor, anduvo en la Tierra con la dignidad de un rey. Sin embargo, era humilde y manso de corazón. Era una luz y una bendición para cada hogar, porque llevaba alegría, esperanza y ánimo. Ojalá que pudiéramos satisfacerlos con menos deseos, con menos esfuerzo en procura de cosas difíciles de obtener con el fin de embellecer nuestros hogares, en tanto que no buscamos aquello que Dios avalúa por encima de las joyas: un espíritu humilde y tranquilo. La gracia de la sencillez, la humildad y el verdadero afecto harían un paraíso del hogar más humilde".²

La "primera" Navidad bien puede recordarnos la belleza y la felicidad de la sencillez.

En esa Navidad, no había una casa hermosamente decorada, pero el establo en el que nació el Bebé Jesús estaba decorado con sonrisas, miradas felices y mucho amor.

No había fuegos artificiales espectaculares, pero la familia de Jesús se maravilló contemplando el cielo infinito inundado de estrellas. Comprendieron que era un espectáculo único que les recordaba la grandeza y el amor de Dios.

No había música ni un potente equipo de sonido, pero los mismos ángeles cantaron para el niño Jesús y su familia, y para los pastores.

No había una cena suculenta y sobrea-bundante, pero disfrutaron de alimentos sencillos, comidos con paz y mucha gratitud.

Los regalos no fueron los últimos juguetes o la última moda, pero sí lo necesario

para que el Niño Jesús y su familia pudieran cubrir sus necesidades. El oro, el incienso y la mirra que los sabios de Oriente le llevaron al Rey recién nacido proporcionaron los recursos a José y a María para vivir un tiempo en Egipto y quedar a salvo de la persecución de Herodes. De esta manera, los regalos de los sabios les recordaron de una manera especial que Dios estaba con ellos y que nunca los desampararía.

Recordemos:

"Cristo pudo haber venido a este mundo con un séquito de ángeles, pero en cambio vino como un bebé y vivió una vida de humildad y pobreza. *Su gloria estaba en su sencillez*" (énfasis añadido).³

¡Que la gloria de Jesús llene nuestros corazones y nuestros hogares en esta Navidad!^{RA}

Referencias:

¹ <https://www.infosalus.com/salud-investigacion/noticia-evitar-estres-ansiedad-navidad-20151225085935.html>, extraído el 8 de octubre de 2018.

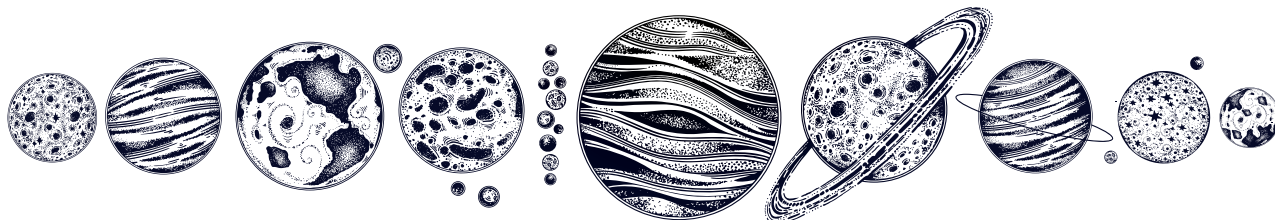
² Elena de White, *Conducción del niño*, p. 130.

³ _____, *Consejos sobre la salud*, p. 316.

RODRIGO ARIAS, Licenciado en Teología y en Psicología. Orador de *Una luz en el camino*.



El dilema de los cosmólogos

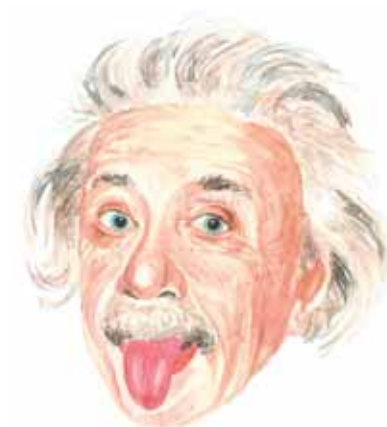


Casi todos conocen el nombre, el rostro (y el pelo) de Albert Einstein. Aunque casi nadie sabe por qué es famoso; excepto, quizá, por $e=mc^2$, la fórmula que catapultó a nuestra especie a la era atómica.

Einstein no podía encontrar trabajo como docente luego de terminar su doctorado, muy probablemente porque era un sabelotodo que fastidiaba a sus profesores. Sin embargo, en 1905, a los 26 años y trabajando como asistente en una oficina suiza de patentes, publicó cuatro artículos académicos de Física. Y cada uno por sí solo era más que suficiente para probar sus credenciales.

Un artículo verificó la existencia de los átomos, algo que aún se cuestionaba en ese entonces. Otro ayudó a sentar las bases de la física cuántica. Un tercer artículo introdujo el ya mencionado $e=mc^2$. Y un cuarto artículo, llamado "Sobre la electrodinámica de cuerpos en movimiento", teorizaba que las leyes de la física son las mismas en todos los marcos de referencia en un movimiento uniforme. Esta conclusión, por más benigna que suene, es conocida como la "Teoría de la Relatividad especial"; e incluía la noción contraintuitiva de que el tiempo no corre a la misma velocidad para todos, o para todo, pase lo que pase.

Sin embargo, la teoría de Einstein solo funcionaba con un movimiento uniforme, a una velocidad constante. ¿Y si el movimiento fuera no uniforme o se acelerara o desacelerara? Einstein trabajó diez años más hasta que publicó, en 1915, su "Teoría de la Relatividad General". Esta hizo que fuera inevitable lo que todos pensaban que era imposible: un Universo que no es estático, que se está encogiendo o expandiendo permanentemente.



“...NADAR EN LA IGNORANCIA, O VER ‘POR ESPEJO, OSCURAMENTE’ ”.

Las pruebas, los datos y el sentido común por siglos habían revelado que ninguna de esas dos cosas sucedía. Así que, para evitar este resultado incómodo, Einstein ideó a regañadientes un nuevo término: la "constante cosmológica", y la aplicó a las ecuaciones de campo de su teoría para mantener la estática del cosmos. ¡Es así como lo lees! La inventó, y la hizo encajar para que la teoría armonizara con la realidad (sí, a veces los científicos hacen cosas así).

Lamentablemente, a la larga, Vesto Slipher, Alexander Friedmann, George Lemaitre, y Edwin Hubble mostraron que lo que todos consideraban cierto—un Universo estático—era falso. Aun peor, dado que las teorías actuales no pueden explicar por qué se

expande el Universo y por qué las galaxias rotan a las velocidades en que lo hacen, los científicos afirman que el 74% del Universo es energía oscura y el 22% es materia oscura. "Oscuras", porque ellos permanecen en la oscuridad como para poder explicarlas.

Quizás estoy revelando mi ignorancia en esto, pero ¿están los cosmólogos tan casados con sus fórmulas y teorías que, en vez de revisarlas o descartarlas, especulan que el 96% del Universo se compone de materia y energía desconocidos, invisibles y no detectados? ¿No será una medida algo extrema, solo para salvar sus teorías? ¿Acaso no podrían repensar sus teorías, en vez de reconfigurar el 96% del cosmos para hacerlo concordar con esas teorías?

O supongamos que el vasto Universo que vemos, los miles de millones de galaxias a lo largo de billones de años luz de espacio y tiempo, componen, de hecho, solo el 4% de la Creación. ¡Eso sí que es nadar en la ignorancia, o ver "por espejo, oscuramente" (1 Cor. 13:12)! Si los cosmólogos están en lo correcto sobre la materia oscura y la energía oscura, significaría que sabemos mucho menos del Universo de lo que imaginábamos.

Y, de lo que ya sabemos—y sobre lo que estamos tan seguros que otorgamos premios Nobel por ello—, ¿cuánto probará ser falso, como ya sucedió con tantos otros conocimientos? A fin de cuentas, ¿qué porcentaje de la sabiduría del mundo, tan alardeada y celebrada, "es insensatez para con Dios" (1 Cor. 3:19)?

Probablemente, más de lo que pensamos y más de lo que podemos comenzar a imaginar.^{RA}

CLIFFORD GOLDSTEIN, Editor general de la *Guía de Estudio de la Biblia* para adultos. Autor de numerosos libros y artículos.



Lo fácil es difícil

Las matemáticas son un pasatiempo muy apreciado en el círculo familiar de mi esposo. Cualquier juego que implique cálculos mentales les hace brillar los ojos. Los demás, los que no tenemos genes “Mayer”, muchas veces reaccionamos con un gesto de la boca ante aquellas proezas mentales: se nos cae.

Pero un día sucedió algo sumamente interesante. Mi esposo le propuso un juego mental a nuestra sobrina A., quien es, probablemente, la abanderada del clan en estas cuestiones. Con una sonrisa de oreja a oreja, ella se prestó al desafío. La sencillez de la propuesta fue tal que hasta la escritora de esta columna, nada aficionada a los números, encontró rápidamente la solución. Pero, a nuestro angelito se le desdibujó la sonrisa, y sus neuronas entraron en crisis.

Después de unos minutos, pidió ayuda. ¡No lo podía resolver! Cuando oyó la respuesta, incrédula, se mató de risa. “¡Demasiado fácil!”, nos dijo más tarde.

¡Bienvenidos a nuestra realidad humana! Por alguna razón, esto nos sucede a menudo y en todos los ámbitos de la vida. Nuestro radar no detecta lo fácil; o, más bien, no lo toma en cuenta. Es más, lo sencillo hasta casi nos molesta. Preferimos un buen desafío, algo grande, algo que ponga en juego todas nuestras capacidades y conocimientos. Si tenemos que dar un discurso, nos gusta lucirnos con palabras complejas, conceptos subrepticamente sutiles e ideas doctas. ¡Ah! ¡Misión cumplida!

¿Será por eso, tal vez, que Jesús dijo: “De cierto os digo, que si no os volvéis y os hacéis como niños, no entraréis en el reino de los cielos”? (Mat. 18:3). Es que, para los niños, la sencillez es la normalidad. Es lo que revela lo esencial y lo importante.

“EL QUE MÁS EXPERIENCIA Y SABIDURÍA HA ACUMULADO EN LA VIDA SUELE VIVIR SENCILLAMENTE”.

Aun en los ámbitos doctos, la sencillez en el discurso es el resultado del conocimiento profundo de un tema. El que realmente sabe suele hablar sencillamente. El que más experiencia y sabiduría ha acumulado en la vida suele vivir sencillamente.

Así los imagino a los sabios de Oriente; los que fueron a visitar a Jesús cuando nació. Con humildad habían estudiado las Escrituras hebraicas; y la sencillez en ellos se manifestó en el hecho de que se dejaron guiar por lo que Dios puso en el camino para dirigirlos hacia Belén: la famosa estrella resplandeciente.

Un ejemplo de lo que significa la sencillez es, justamente, dejarse guiar. Puede ser fácil para un niño. Es un ser más débil físicamente que un adulto, menos experimentado y con mucho por aprender. Pero ¿quién guía a un adulto? ¿Quién guía a hombres y mujeres de alto calibre intelectual y social? Dejarse guiar puede ser muy difícil...

Pero no lo fue para estos sabios de Oriente. Ellos se dejaron guiar. Elena de White compara su actitud con la de Abraham y la del pueblo de Israel: “Así como por la fe

Abraham salió al llamamiento de Dios, ‘sin saber adónde iba; así como por la fe Israel siguió la columna de nube hasta la Tierra Prometida, estos gentiles salieron para hallar al Salvador prometido” (*El Deseado de todas las gentes*, p. 42).

Dejarse guiar implica reconocer que no lo sé todo; que no lo puedo todo. Necesito de alguien exterior a mí, que sí sabe y puede. Los conocimientos y las riquezas de los sabios de Oriente les fueron muy útiles en la aventura de salir a buscar al Salvador. Pero les faltaba algo: sin la dirección divina, nunca habrían llegado. Sin fe en que Dios los estaba dirigiendo, nunca lo habrían conseguido.

Ensillaron los camellos, los cargaron con regalos y víveres, y se pusieron en movimiento. “Mientras tenían la estrella por delante como señal externa, tenían también la evidencia interna del Espíritu Santo que estaba impresionando sus corazones, y les inspiraba esperanza. El viaje, aunque largo, fue para ellos muy feliz” (*ibíd.*).

Así es la fe. Para existir, necesita la actitud del que se deja guiar; del que cultiva la sencillez en su corazón. Tener fe es muchas veces más fácil de lo que pensamos. Con el simple hecho de ser conscientes de que nuestro radar no detecta normalmente lo sencillo, podemos estar atentos. En lugar de esperar la llamada que nos invitará a hacer algo grande para el Señor, podemos observar la necesidad de nuestro vecino y ponernos en movimiento para ayudarlo.

Lo fácil, lo pequeño, pueden no ser importantes a nuestros ojos. Podemos no verlos. Pero es gracias a ellos que la fe crece... y que algunos problemas de matemáticas se resuelven.^{RA}

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



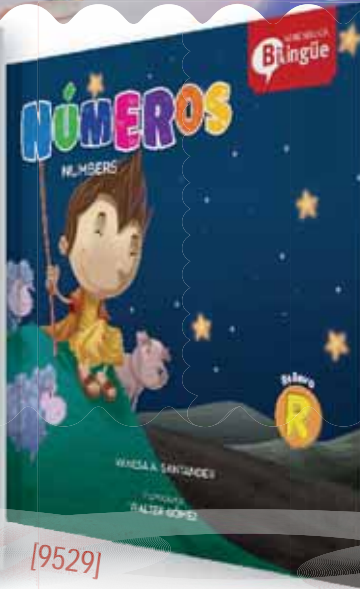
Historias bíblicas relacionadas con colores, escritas en español e inglés en letra imprenta mayúscula.

EDAD
3-6



[9528]

Con colores y detalles destacados en papel metalizado.



[9529]

Con números y detalles destacados en relieve.



[9527]

Con fajas corredizas.

Pídale a su coordinador de Publicaciones.

ventas@aces.com.ar | Síguenos en:      



Asociación
Casa Editora
Sudamericana