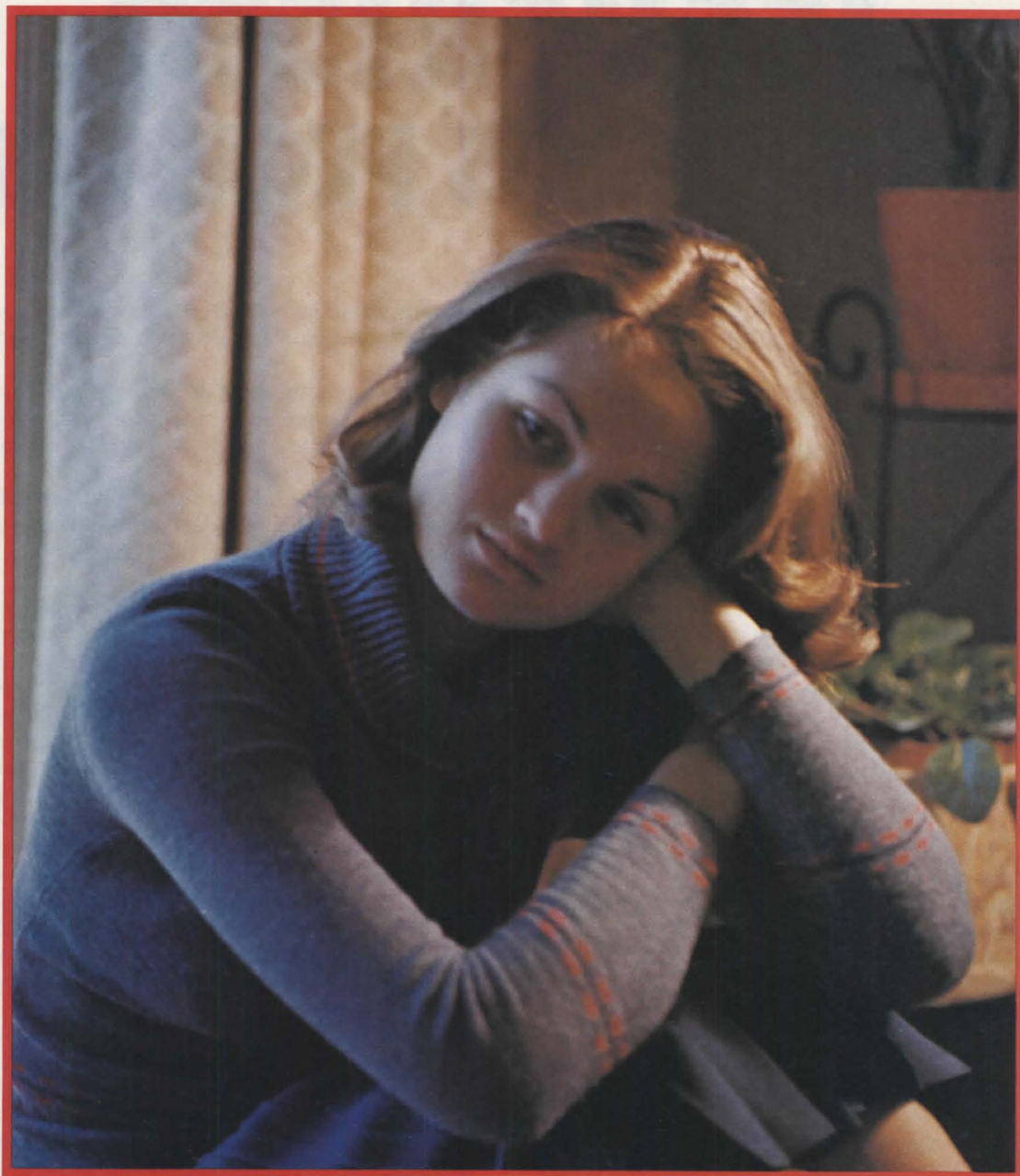


Marzo 80

el Centinela



UN REMEDIO PARA LA SOLEDAD

¿Contesta Dios las Oraciones?

Entrevista con Charles Colson



JESUCRISTO, AMIGO DE LOS PECADORES

ERA temprano por la mañana, pero ya una multitud se había reunido y Jesús les estaba enseñando.

Repentinamente un grupo de ministros religiosos locales interrumpieron la escena, mientras en forma ruidosa y grosera arrastraron a una mujer joven y aterrorizada ante la presencia del Maestro. La colocaron enfrente de Jesús y dijeron: “Esta mujer ha sido sorprendida en el acto mismo de adulterio. Y en la ley nos mandó Moisés apedrear a tales mujeres. Tú, pues, ¿qué dices?”

Evidentemente la mujer estaba en una situación muy difícil. Había cometido adulterio y se la había cogido in fraganti, y la ley establecía claramente que una persona adúltera debía ser apedreada.

Jesús ya había enseñado que condenaba el adulterio (véase S. Mateo 5: 27-28). Pero, ¿qué haría con alguien que había cometido este pecado y que luego se había arrepentido?

Jesús observó los rostros airados de los acusadores hipócritas. Miró luego los ojos llenos de temor de la angustiada joven, y no dijo nada.

En cambio se inclinó sobre el polvo y comenzó a escribir. Los circunstantes aguardaban un veredicto. Jesús se irguió tan sólo para decir: “El que de vosotros esté sin pecado sea el primero en arrojar la piedra contra ella”. Luego continuó escribiendo.

Los hombres se acercaron para ver lo que el Maestro escribía, y cada uno pudo leer en el piso sus propios pecados. ¡Jesús lo sabía todo! Uno tras otro se fueron alejando rápidamente.

Cuando se fue el último acusador, Jesús le preguntó a la mujer: “¿Dónde están los que te acusaban? ¿Ninguno te condenó? Ella dijo: Ninguno, Señor. Entonces Jesús le dijo: Ni yo te condeno; vete y no peques más” (S. Juan 8: 2-11).

La mujer regresó a su hogar con nuevo aliento, habiendo resuelto que con la ayuda de Dios nunca volvería a cometer esa falta. Jesús no había aprobado lo

que ella había hecho, pero había sido tan bondadoso y comprensivo que ella sintió el anhelo de ser pura y buena como él.

Durante su ministerio de amor Jesús alimentó a los hambrientos, sanó a los enfermos y consoló a los desdichados, pero nada de esto explica enteramente por qué vino a esta tierra.

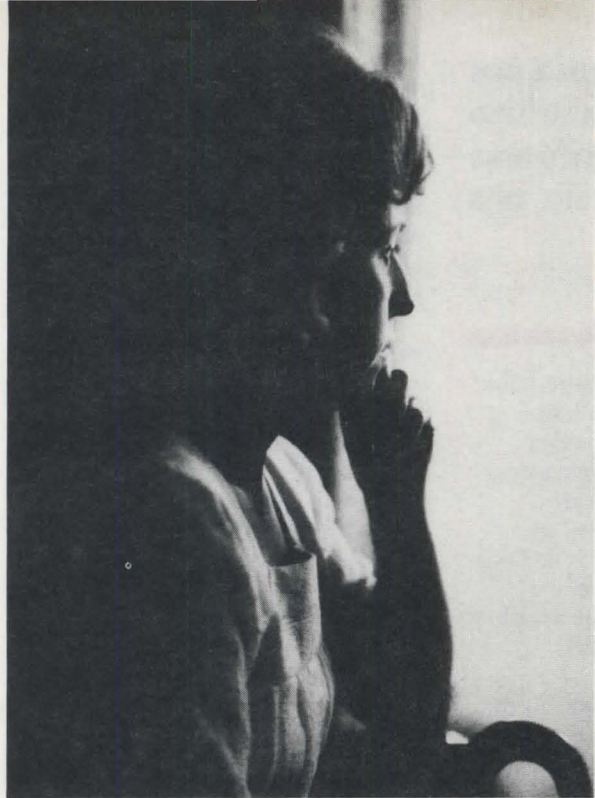
Jesús mismo nos dio la razón fundamental que lo impulsó a venir: “El Hijo del Hombre —declaró— vino a buscar y a salvar lo que se había perdido” (S. Lucas 19: 10).

Jesús vino para encontrar a los pecadores y salvarlos de sus pecados. Perdonó a un ladrón mientras él mismo pendía moribundo de la cruz. Permitió que se lo crucificase en el lugar de Barrabás, un hombre convicto de homicidio y de insurrección. Tuvo compasión de las prostitutas; rescató a María Magdalena siete veces, y se lo acusó de pasar demasiado tiempo con los “publicanos y pecadores”. Indudablemente era el amigo y salvador amante de quienes habían caído en pecado.

Me fascina el relato de los Evangelios en el que se presenta cómo Jesús trató al joven que fue llevado a su presencia por un grupo de amigos a través del techo de una casa (véase el incidente en S. Mateo 9: 2-8). Jesús le dijo: “Ten ánimo, hijo, tus pecados te son perdonados”. ¿Qué pecados había cometido este joven? No lo sabemos. Pero sí sabemos que había pecado. Jesús era el amigo que él necesitaba, y también es el amigo que yo necesito. Le dijo al joven que tuviera buen ánimo, y esto significa que yo también puedo recibir aliento. Jesús me ha perdonado.

Cristo es el amigo que también Ud. necesita. Porque todos hemos pecado. Aunque Ud. se sienta culpable y se autorrecrimine, Jesús lo perdonará si acude a él, y le dará toda la ayuda que necesita para vencer sus debilidades.

Yo me alegro porque Jesús sanaba a los enfermos, alimentaba a los hambrientos y consolaba a los tristes. Pero sobre todo me alegro porque es el Salvador y el Amigo de todos los pecadores, en todas partes y en todos los tiempos.—L.M.



D. TANK

Un Remedio para la SOLEDAD

Una persona puede sentirse sola aun en medio de una multitud. La soledad es peligrosa porque puede destruir la voluntad de vivir. Hay una solución para este problema.

SUCEDIO mientras viajábamos de Madrid a París en el tren expreso Puerta del Sol. Nuestro compañero accidental era un español de rostro sombrío y arrugas en la frente; miraba con la vista perdida a través de la ventana.

—¿Viaja a París? —le preguntamos. Nos contestó que no. Que se dirigía a Burgos, su tierra natal. Nos habló de la tragedia de vivir en una ciudad grande como Madrid.

—Vine aquí con mi familia a buscar trabajo —dijo—. Y nada. Uno se siente solo, rodando por las calles como un trompo. Al menos los perros cuando se encuentran mueven la cola; pero la gente, nada. Una noche había llovido mucho y la casucha donde vivíamos estaba mojada por dentro. Mi hijo pequeño tenía fiebre y no paraba de llorar; mi esposa estaba en el hospital. Avisé a

los vecinos, pero todos dijeron que les bastaba con sus propios problemas como para ocuparse de los míos. Bajé en busca de un médico, pero éste me dijo que subir allí era muy peligroso y que sólo lo haría si le pagaba el doble. Daba ganas de matarse. Solo... solo en medio de tanta gente.

La experiencia de este español es la misma de miles de personas que transitan por las calles de las grandes urbes. En medio de la multitud, cada ser es un ente solitario y desesperado. Con razón los psiquiatras y psicólogos de nuestro tiempo piensan que la más dañina “enfermedad” de nuestra época es la soledad, a la que consideran el “peor enemigo del hombre”.

Una reunión celebrada en Estados Unidos convocó a varios notables especialistas para estudiar este problema que trasciende de lo individual a lo social, y allí se

expusieron los siguientes conceptos: La soledad es tan peligrosa, porque destruye en las personas la voluntad de vivir, de lo que proviene el sentimiento de no ser necesario a nadie. Esto aumenta el aislamiento emocional, el apartamiento de los demás y del mundo que nos rodea. La soledad es también una de las causas de que la gente muy joven se entregue a las drogas, lo que hacen en parte, “para ligarse de algún modo a los otros, haciendo lo que ellos hacen”. Es decir, van en busca de aceptación. Los jóvenes sienten tan fuertemente la soledad que, a sabiendas, prefieren el riesgo de destruirse con drogas antes que sentirse aislados.

Soledad, ¡qué terrible sentimiento! ¿Quién no se ha sentido solo más de una vez?

La causa de la soledad

Antes de seguir adelante debemos buscar la causa de este terrible mal.

Para ello tenemos que remitirnos al Edén. La Biblia afirma que después de la creación de Adán, Dios dijo: "No es bueno que el hombre esté solo", y en su sabiduría y amor le creó una compañera, un ser humano semejante a él. "El hombre —dice una conocida escritora— no fue creado para que viviese en la soledad; había de tener una naturaleza sociable. Sin compañía, las bellas escenas y las encantadoras ocupaciones del Edén no hubieran podido proporcionarle perfecta felicidad".¹ Y la verdad es que Adán no estuvo solo en ningún momento. Contaba con la compañía de su amada esposa (compañía conyugal y social al mismo tiempo) y tenía la compañía de Dios que cada tarde venía a visitarlo (compañía celestial).

Nuestros primeros padres eran felices. Existía comunicación entre ellos, y de ambos con Dios. Estaban ligados por el amor. No había motivo para que se sintieran aislados, porque hasta las aves de los cielos y los animales del campo se mantenían cerca de la feliz pareja. Pero toda esa felicidad era condicional. Siempre debían darle a Dios el primer lugar en sus vidas, depositar en él todo su amor. Y había una sola manera de demostrar todo esto: respetar aquello que Dios se había reservado para sí. "De todo árbol del huerto podrás comer —le había dicho Dios a Adán—; mas del árbol de la ciencia del bien y del mal no comerás; porque el día que de él comieres, ciertamente morirás".²

Obedecer significa para el hombre dar a Dios el primer lugar en su vida

Hay un ser que nunca nos olvida. Siendo Dios se hizo hombre para identificarse con nosotros. El no nos deja solos jamás.

para poder vivir eternamente feliz, pues todo depende del Creador; y convivir siempre en armoniosa comunicación con sus semejantes. Desobedecer, por el contrario, significa ponerse el hombre en primer lugar, quitar los ojos de Dios y ponerlos en sí, romper el compañerismo con su Padre amado y destruir la armonía con sus semejantes.

Fue la entrada del pecado lo que trajo consigo el angustioso sentimiento de soledad y la incomunicación entre los seres humanos, y entre éstos y Dios.

Luego de cometer el pecado original, tanto Adán como Eva huyeron aterrorizados y se escondieron en el lugar más apartado del huerto. "El amor y la paz que habían disfrutado desapareció y en su lugar sintieron el remordimiento, el temor al futuro y la desnudez del alma... Adán increpó a su compañera por la locura de apartarse de su lado y dejarse engañar por la serpiente... Si hubieran permanecido obedientes a Dios, en concordancia con su gran ley de amor, siempre hubieran estado en mutua armonía; pero el pecado había traído discordia".³ Surgió el silencio, la incomunicación, el aislamiento.

Han pasado casi seis mil años de pecado, y la relación del hombre con Dios y con sus semejantes no ha mejorado. Todo lo contrario, él se ha alejado más de su Creador y, en consecuencia, se siente más solo que nunca.

"Por haberse multiplicado la maldad, el amor de muchos se enfriará", dice el registro bíblico. El hombre del siglo XX, aun cuando le teme a la soledad, paradójicamente prefiere vivir solo. Por principio desconfía del vecino. La amistad, la sonrisa franca y genuina hoy parecen extrañas y fuera de lugar. Hasta los mínimos signos de amistad se acogen con sospecha. Los hombres han venido a convertirse en islas a pesar de vivir juntos.

Un remedio eficaz

Poco lograríamos presentando únicamente el origen de este mal. ¿Cuál debe ser nuestra actitud para no ser víctimas del sentimiento de soledad?

En primer lugar, recordemos que siempre se sentirá solo el hombre que al mirar al mundo contempla en primer plano su persona. Vivir sólo para nosotros nos expone constantemente a sentirnos solos y faltos de atención. La clave es quitar los ojos de nosotros y volverlos a Dios. Al contemplar a Dios, que es todo amor, nuestro corazón será inundado de amor, que es lo que falta en el mundo. Los hombres de hoy mueren porque no aman, y nadie puede amar a otro si no ve en él a un hermano, y si no reconoce al Padre común que es Dios.

EL CENTINELA

Intérprete Bíblico de Nuestro Tiempo

Año 84 — N.º 3

Gerente

Francisco L. Baer

Presidente del Consejo Editorial

Dr. Humberto M. Rasi

Director

Dr. Tulio N. Peverini

Director Asociado

Dr. León Gambetta

Diagramador

Elías A. Papazián

Redactor

Raúl Villanueva

Directores de Ediciones Internacionales: Sergio Collins (Francés), Lawrence Maxwell (Inglés), Ivacy de Oliveira (Portugués); Colaboradores Especiales: Luis A. Ramírez, Sergio Moctezuma, R. A. Wilcox, Fernando Chaij; Secretaria de Redacción: Lillian Sánchez; Promotores: Benjamín Riffel, Claudio Ingleton, Raúl Rojas; Subgerente de Circulación: Belia Peterson.

Suscripción anual, dólares 3,00. Número suelto, dólar 0,30. Agregar un dólar para el franqueo de suscripciones enviadas desde la editorial a países fuera de los EE. UU. Para conseguir información en cuanto al precio en la moneda local, véase la lista de las agencias que sigue.

ANTILLAS HOLANDESAS: Box 300, Curacao. COLOMBIA: Apartado 4979, Bogotá. Apartado 261, Barranquilla. Apartado 1269, Cali. COSTA RICA: Apartado 10113, San José. R. DOMINICANA: Apartado 1500, S. Domingo. Apartado 751, Santiago. EL SALVADOR: Apartado 1880, C. G. San Salvador. ESPAÑA: Editorial Safeliz, S. L., Aravaca 8, Madrid 3. ESTADOS UNIDOS: 1350 Villa St., Mountain View, California 94042. GUATEMALA: Apartado 218, C. de Guatemala. HONDURAS: Apartado 121, Tegucigalpa. MEXICO: Apartado 12-1049, México 12, D.F. NICARAGUA: Apartado 92, Managua. PANAMÁ: Apartado 10131, Panamá 4. PUERTO RICO: Este: P.O.

Box 29176, 65th Infantry Station, Río Piedras, Puerto Rico 00929. Oeste: P.O. Box 1629, Mayagüez, Puerto Rico 00708. VENEZUELA: Apartado 4908, Caracas. Apartado 525, Barquisimeto.

Para cambio de dirección, dé la dirección antigua y la nueva. Puede demorar un mes la corrección. Las suscripciones se pagan por adelantado.

Revista mensual ilustrada, con artículos religiosos y generales, publicada por la Iglesia Adventista del Séptimo Día. Más de 600.000 ejemplares en cinco idiomas: español, inglés, francés, portugués y holandés.

Copyright © 1980, by Pacific Press Publishing Association

Cuando nuestro corazón está lleno del amor de Dios sembramos afecto en lugar de buscarlo; porque es un consejo sabio el que nos enseña que, si queremos que los demás se preocupen o interesen por nosotros, nosotros debemos empezar por ocuparnos de ellos en lugar de aislarnos.

La felicidad que proporciona el afecto de los demás hay que conseguirla haciendo algo por la gente, algo constructivo. Cuando tengamos el convencimiento de que estamos haciendo algo útil e importante, difícilmente nos sentiremos solos, y esto nos dará confianza para continuar adelante. Podríamos citar como ejemplo el caso de aquel astronauta que allá en el espacio, alejado de la humanidad, no se sintió solo en ningún momento, porque —dijo— pudo ver allá a Dios en el maravilloso universo, y al mirarlo se olvidaba de sí. Eso, unido al hecho de estar sirviendo a la ciencia y a la humanidad, era suficiente para olvidarse de que estaba solo.

Pero, por encima de todo y ante todo, recordemos que hay un ser que nos ve y se compadece de nosotros; hay un ser amante que nunca nos olvida; hay un ser que siendo Dios se hizo hombre para identificarse mejor con nuestra humanidad. El no nos deja solos jamás, a menos que nosotros voluntariamente le neguemos lugar en nuestra vida. De hecho, “su cuidado vigilante se extiende a toda familia y abarca a todo individuo; él se interesa en todos nuestros quehaceres y pesares. Nota toda lágrima; le conmueve el sentimiento de nuestra flaqueza”.⁴

Estimado lector, nuestro mejor anhelo para Ud. es que en medio de este mundo confuso y nervioso, en medio de las tragedias y sinsabores de la vida, tenga siempre presente a Dios, y que su presencia lo inunde de amor y lo haga sentirse útil, para consuelo de tanta gente que sufre. Si así hacemos, nunca nos sentiremos solos. ◇

(1) Elena de White, *Patriarcas y profetas*, p. 26. (2) Génesis 2: 16-17. (3) *Op. cit.*, pp. 41-42. (4) Elena de White, *Joyas de los testimonios*, tomo 3, p. 339.

CONOZCA

LAS ENSEÑANZAS DE JESUS



Estudios inspiradores basados en las Sagradas Escrituras

Lección N.º 6

El Problema del Pecado y su Maravillosa Solución

Versículo clave: “He aquí el Cordero de Dios, que quita el pecado del mundo” (S. Juan 1: 29).

1. ¿Qué es el pecado?

Respuesta: La infracción de la ley de Dios. 1 S. Juan 3: 4. Véase Santiago 4: 17.

Nota: La ley divina, o sea el Decálogo, establece como norma de conducta el amor a Dios (primeros cuatro mandamientos) y el amor al prójimo (últimos seis mandamientos). Cristo amplió el alcance de la ley y enseñó que se la puede transgredir incluso mediante pensamientos pecaminosos. S. Mateo 5: 21-28.

2. ¿Cuántos han pecado?

Respuesta: Todos, sin excepción. Romanos 3: 10, 23.

3. Como consecuencia del pecado, ¿qué otro mal vino sobre la tierra?

Respuesta: El dolor y la muerte. Romanos 5: 12.

4. ¿Qué nos promete Dios por medio de Jesús?

Respuesta: Vida eterna. Romanos 6: 23.

5. ¿Cuál es el medio usado por Dios para purificar al pecador de la mancha del pecado?

Respuesta: La sangre de su Hijo Jesucristo. 1 S. Juan 1: 7.

6. ¿Qué debemos hacer antes de que Dios pueda limpiarnos con la sangre de su Hijo?

Respuesta: Debemos arrepentirnos y convertirnos. Hechos 3: 19.

7. Si confesamos nuestros pecados y pedimos perdón a Dios, ¿qué promete hacer él?

Respuesta: Nos perdonará y limpiará de toda maldad. 1 S. Juan 1: 9.

8. ¿Qué le dijo San Pablo al carcelero de Filipos que debía hacer para alcanzar la salvación?

Respuesta: Creer en el Señor Jesús. Hechos 16: 30-31.

9. ¿Cuándo deberíamos decidirnos a creer en Jesús y aceptarlo como nuestro Salvador?

Respuesta: Hoy mismo. Hebreos 3: 7-8, 12-13.

COMENTARIOS

Todo lo que sufrió Jesús: las gotas de sangre que cayeron de su cabeza, sus manos y sus pies, la agonía que torturó su cuerpo y la inefable angustia que llenó su alma al ocultarse el rostro de su Padre mientras estaba en la cruz, habla a cada hijo de la humanidad y declara: Por ti consiente el Hijo de Dios en llevar esta carga de culpabilidad; por ti saquea el dominio de la muerte y abre las puertas del Paraíso.

El que calmó las airadas ondas y anduvo sobre la cresta espumosa de las olas, el que hizo temblar a los demonios y huir a la enfermedad, el que abrió los ojos de los ciegos y devolvió la vida a los muertos, se ofreció como sacrificio en la cruz, y esto por amor a ti.—Escogido.



COMO PREPARAR UN MENU EQUILIBRADO

Por María Celia de los Angeles de Cayrus
Nutricionista-Dietista

HAY varios principios que se deben tomar en cuenta para lograr una alimentación correcta y equilibrada.

El dietólogo Dr. Pedro Escudero los resumió en cuatro leyes:

1. **Ley de la cantidad.** Se debe ingerir suficiente alimento para asegurar la cantidad de calorías necesarias,

de modo que el organismo tenga la energía *suficiente* para que las funciones vitales se realicen con normalidad, ya se trate de las de crecimiento o reposición de tejidos, así como la actividad física, sea en trabajo o movimiento.

2. **Ley de la calidad.** En este sentido, la alimentación debe ser completa para *asegurar* al organismo los nutrientes (vitaminas, minerales, grasas, hidratos de car-

bono, proteínas) que aseguran un estado de salud, como se ha mencionado.

3. **Ley de la armonía.** Los alimentos que se ingieren deben guardar determinado equilibrio para asegurar el estado de salud. No debieran ingerirse proteínas o hidratos de carbono en exceso, descuidando la ingestión de otros alimentos.

4. **Ley de la adecuación.** El alimento debe ser adecuado a las distintas etapas de la vida (niño, joven, adulto, anciano), o a situaciones especiales como embarazo, lactancia, enfermedades.

Por lo visto anteriormente respecto a las funciones de los distintos nutrientes en el organismo, es de suma importancia el planear la alimentación de la familia. Al no haber ningún alimento perfectamente completo, se hace necesario elegir entre la variedad que nos ofrecen el mercado, o nuestro huerto.

La tarea de confeccionar el menú debería ser agradable, y es de gran responsabilidad para el ama de casa. Se tendrán como base las siguientes reglas para la selección y confección del mismo:

1. Planear para varios días. De esta manera se asegura la variedad y se ahorran tiempo y dinero.

2. Tener en cuenta los siguientes grupos de alimentos para confeccionar el menú diario:

- a. Verduras de hojas verdes y amarillas (una porción cruda y otra cocida). Tienen abundancia de vitamina A, y deberían estar en la mesa casi todos los días.
- b. Frutas cítricas o tomate (una porción grande). Son fuentes importantes de vitamina C.
- c. Papas u otras verduras y frutas (dos porciones). Proporcionan otras vitaminas y minerales necesarios para el normal funcionamiento del organismo.
- d. Leche y derivados (en caso de niños, hasta un litro). Son abundantes en calcio y fósforo, imprescindibles en la etapa de crecimiento.
- e. Dos porciones de legumbres, huevos, frutas secas (nueces); los que consumen carnes, una porción. Por su riqueza en proteínas, estos alimentos no deben faltar en ninguna mesa.
- f. Cereales, de preferencia integrales (dos porciones). Son ricos en hidratos de carbono, fuente importante de energía.
- g. Aceite, mantequilla, crema doble, grasas para condimentar, que dan sabor a la comida. También son energéticos. Complementan con otros alimentos, como la miel, las aceitunas, el pan, etc.

EJEMPLO DE MENU

Desayuno: Leche con avena
Naranjas
Tostadas con miel

Almuerzo: Ensalada: lechuga, zanahoria rallada, nueces picadas, aceite
Sopa de fideos finos
Guiso de lentejas
Puré de papas (con mantequilla)
Manzana asada con miel
Pan integral

Cena: Ensalada de tomate con cebolla
Tortilla de acelga (con huevo)
Arroz graneado
Pan
Licuado de banana con leche

En este menú hay alimentos de todos los grupos.

3. Es mejor utilizar los alimentos de la estación. Estos proporcionan más vitaminas que cuando han sido guardados mucho tiempo en cámaras conservadoras.

4. Las comidas deben agradar al paladar y a la vista. Esfuércese por presentar el mismo alimento, preparado de diferentes maneras y en forma atractiva.

Una ensalada de papas con perejil; un puré esponjoso, algunas veces con un cucharoncito de salsa o un huevo poché; papas doradas, o papas con salsa blanca gratinadas al horno con un poquito de queso, son algunas de las muchas formas en que se pueden preparar las papas.

Es cierto que la dueña de casa a veces tiene prisa, pero deténgase y arregle aunque sea una fuente en forma sencilla, y verá como los suyos ya se la devoran con los ojos.

5. Busque el contraste de colores. Recuerde que el alimento entra por los ojos.

6. Los sabores deben ser diferentes. No se condimenten todos los platos con el mismo aderezo.

7. No se repita el mismo alimento en el menú. Por ejemplo, sopa de fideos y tallarines.

8. Utilícense los sobrantes. Usese la imaginación para presentar el alimento en otra forma. Recuérdese que el cocinar también es un arte.

9. Aunque la comida debe ser sencilla, de vez en cuando introdúzcase un nuevo plato para sorpresa de la familia.

10. Cuando se planean los menús trátase de que los distintos platos sean fáciles de preparar, para evitar el excesivo trabajo que muchas veces hace que la madre llegue cansada a la mesa.

11. Cuando se planea la alimentación de la familia, recuérdese que la salud y la felicidad de sus miembros están en manos de la madre. Ella tiene el privilegio de colaborar con Dios en conservar la salud de los suyos.

¿Q

UE es la oración? He aquí una de las mejores definiciones que he oído: "Orar es el acto de abrir nuestro corazón a Dios como a un amigo".

En efecto, la oración es una conversación que sostenemos con el Ser Supremo, en la cual le expresamos nuestro agradecimiento, alabanzas y necesidades. Es el canal escogido por Dios para derramar sus bendiciones sobre los seres humanos y lograr que éstos mantengan contacto con el cielo.

Importancia de la oración

Es imposible exagerar la importancia de la oración, porque precisamente a través de ella recibimos perdón, sabiduría, valor, salud, paz, amor, esperanza y todos los demás dones de Dios que nos permiten vivir en forma plena y gozosa.

Sólo una persona que ora incesantemente puede recibir con propiedad el nombre de cristiano, porque ser cristiano es ser como Cristo, quien dedicaba mucho tiempo a orar. Nuestro Salvador destacó el valor de la oración al declarar: "Pedid, y se os dará; buscad, y hallaréis; llamad y se os abrirá" (S. Mateo 7: 7). Cuando los discípulos le suplicaron que les enseñara a orar, Jesús les proporcionó la oración modelo conocida como el Padrenuestro, la cual, en su sencillez, abarca todo lo que necesita el ser humano.

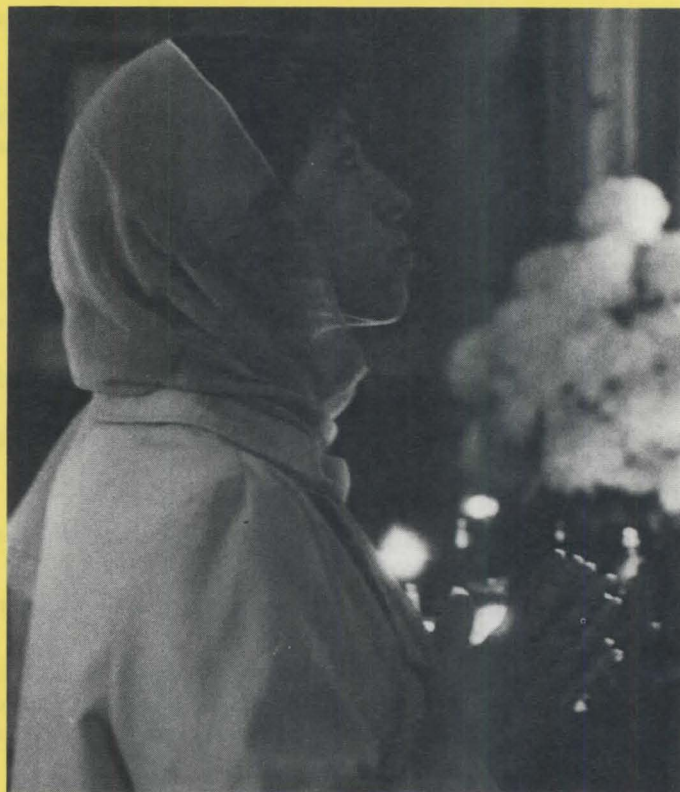
La vida de nuestro Señor Jesucristo fue una vida de oración. Se levantaba muy de madrugada todos los días para orar y estar en comunión íntima con Dios. Gracias a este hábito sagrado pudo vencer las tentaciones y la oposición, y vivir en forma abnegada al servicio de los demás. Nosotros también podemos obtener resultados semejantes si practicamos la oración en forma sistemática.

Clases de oraciones

Hay diversos tipos de oraciones. La *oración secreta o personal* es aquella que sigue las instrucciones del gran Maestro cuando dijo: "Mas tú, cuando ores, entra en tu aposento, y cerrada la puerta, ora a tu Padre que está en secreto; y tu Padre que ve en lo secreto te recompensará en público" (S. Mateo 6: 6). Esta es la plegaria más provechosa en cuanto a desarrollo espiritual se refiere.

Cuando nos reunimos para orar con nuestra familia —padre, madre e hijos—, entonces estamos haciendo una *oración familiar*. Esta oración también es de capital importancia, ya que contribuye a fortalecer los lazos del núcleo humano más antiguo que se conoce: el hogar. Es bueno que todos los miembros de la familia se reúnan para orar al comienzo del día con el fin de pedir la protección y dirección de Dios durante la jornada que está por delante, como también por la noche, para agradecer por las bendiciones recibidas e implorar el cuidado divino durante el descanso nocturno. Alguien ha dicho con mucho acierto que "la familia que ora unida, permanece unida".

¿CONTESTA



D. TANK

Existe además la *oración pública* que, como se sobreentiende, es la que se expresa públicamente en actos de adoración o en lugares y ocasiones en los que se invoca la presencia de Dios.

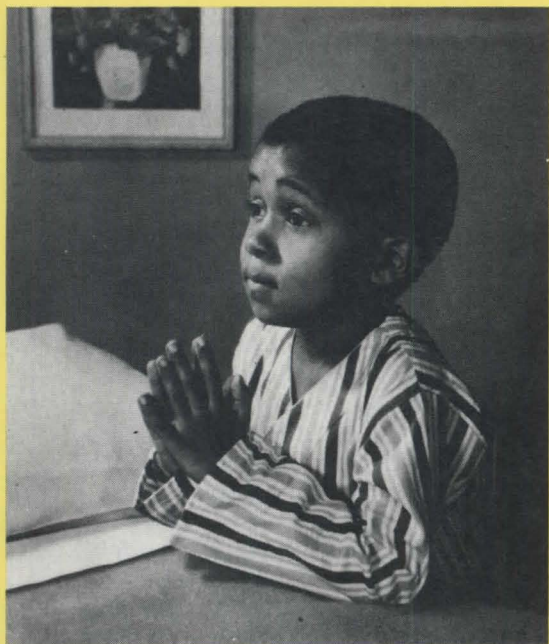
Requisitos de la oración eficaz

Para que nuestra oración sea eficaz, debemos satisfacer determinadas condiciones. La primera consiste en dirigirnos a Dios con un corazón limpio, sin sentimientos o intenciones pecaminosos. El salmista dijo: "Si en mi corazón hubiese yo mirado a la iniquidad, el Señor no me habría escuchado" (Salmo 66: 18). Sólo el poder del Espíritu de Cristo puede cambiar nuestra vida y nuestra actitud de tal manera que nuestras plegarias sean escuchadas.

Otra condición para que Dios nos conteste es que pidamos conforme a la voluntad divina —la cual está expresada en su Palabra—, ya que "si pedimos alguna cosa conforme a su voluntad, él nos oye" (1 S. Juan 5: 14). La tercera condición es que oremos con fe, porque la segura promesa de Cristo es que "todo lo que pidieréis orando, creed que lo recibiréis, y os vendrá" (S. Marcos

DIOS LAS ORACIONES?

Por Francisco Caraveo



11: 24). Cuando oremos, creamos de todo corazón que el Señor nos ha escuchado y nos ha dado lo que hemos solicitado porque nos ama y desea complacernos. Levantémonos de nuestras rodillas con la plena seguridad de que hemos recibido la bendición de Dios, y démosle gracias por ello.

Dios siempre contesta nuestras oraciones. A veces nos dice: "Aquí está lo que me pides"; en otras ocasiones nos susurra al oído: "Espera, dentro de un tiempo te daré lo que deseas"; pero el Todopoderoso, que conoce el fin desde el principio, también contesta algunas veces en forma negativa, y nos dice: "No te conviene lo que pides, te daré algo distinto pero mejor". Debemos aceptar con gozo la voluntad del Señor y darle gracias por cualquiera de sus tres formas de contestar nuestras oraciones.

Podríamos mencionar detalladamente otros requisitos de la oración eficaz, pero por razones de espacio nos limitaremos a decir que también debemos tener un espíritu perdonador, humildad, perseverancia (Elías oró siete veces antes de recibir una contestación positiva), amor a Dios y una inalterable confianza en él, y hemos de orar en el nombre de Jesús.

Respuestas de Dios a la oración de fe

Vivimos en un siglo sofisticado y descreído, cuando se piensa que los días en que Dios se manifestaba en forma poderosa pertenecen al pasado, y que sólo Satanás puede obrar maravillas en el presente a través del espiritismo y otras ciencias ocultas. La realidad es otra. "Jesucristo es el mismo ayer, y hoy, y por los siglos" (Hebreos 13: 8). Es hoy el mismo poderoso Salvador, Restaurador y Sanador que vivió en la tierra hace dos mil años, y podemos tener la seguridad de que, cuando clamamos a él, nos oye.

He sido ministro de Jesucristo por espacio de catorce años, a través de los cuales he presenciado las maravillas que Dios hace en respuesta a la oración de fe. Tanto en México, El Salvador y Costa Rica, donde me ha tocado prestar mis servicios, como en los Estados Unidos, donde estoy sirviendo ahora, la poderosa mano de Cristo se ha manifestado en diversas formas en favor de sus hijos suplicantes. No podría detallar cada caso, porque para ello sería necesario un libro, pero en pocas palabras puedo decir que, junto con mi esposa, he orado por personas con problemas mentales, cáncer y otras enfermedades, y han sanado, algunas en forma instantánea y otras poco a poco, hasta recuperarse completamente.

Dios oye toda petición sincera

No hay una sola petición sincera que Dios se niegue a escuchar. Sus oídos están siempre abiertos a los ruegos de los hijos de los hombres. Apreciado lector, Dios te ama y escucha tus oraciones. En este mismo instante inclina tu rostro y clama a Jesucristo. Pídele un nuevo corazón, una nueva mente capaz de creer en sus promesas, y te será dado. ¿Tienes sentimientos de culpabilidad? El te concederá paz y tranquilidad. ¿Estás tentado? Te librará. ¿Eres débil? Te fortalecerá. ¿Estás enfermo? Si ésa es su voluntad, te sanará. Todas las verdaderas necesidades serán satisfechas al rendirte en forma completa a Jesús y a su cuidado amoroso. Cuéntale a él tus problemas, faltas, pecados y enfermedades; luego cree que has sido sanado de la enfermedad espiritual del pecado, y que con amante sabiduría él habrá de guiar todos los aspectos de tu vida. Te aseguro que encontrarás alivio, libertad y gozo en Cristo. El te ama y nunca te abandonará. Siempre dale gracias al Señor por esto.

Formemos el hábito de orar cada día en forma individual y como familia. Nuestra vida personal y hogareña será más exitosa y feliz, porque estaremos en contacto con Dios, la fuente de todo poder. ◇

La Fe Infantil que DOMINO A UN CABALLO

ERA un hermoso domingo de junio, y teníamos visitas.

Mis tres hijas y las tres hijas de nuestros huéspedes abandonaron la mesa antes del postre. Sintiendo curiosidad, poco después las seguí con la seguridad de que tenían un proyecto entre manos.

En efecto, habían decidido —todas hablando al mismo tiempo— que conseguirían el caballito Shetland que teníamos en casa y cabalgarían en él por turno.

A nadie le gusta chasquear a un niño, y estas seis criaturas estaban tan ansiosas y felices ante la perspectiva, que me resultó doblemente difícil negarme al pedido de ellas.

Si Ud. nunca ha tenido un pony o “petiso” de este tipo, quizá le resulte difícil comprender sus características y lo ingeniosos que son cuando quieren evitar algo que no desean hacer. Por supuesto hay excepciones. Algunos son muy tratables y dignos de confianza, como ocurría con éste. No había ninguna razón por la cual las niñas no habrían de montarlo, ninguna excepto el hecho de que un rato antes lo habían soltado de su corral y estaba pastando campo afuera. Allí se lo veía retozar muy a gusto con algunos terneros, y sobre

todo era evidente que amaba su libertad.

El corral se abría hacia el campo de pastoreo, y cada noche el ganado venía para recibir su forraje especial. Varias veces por la mañana temprano, mirando a través de la ventana, había visto yo al pony en el corral comiendo el forraje que el ganado vacuno no había terminado. Sin embargo, apenas yo abría la puerta, giraba como un resorte y se iba al galope hacia el campo abierto, cruzaba el arroyo y se encaminaba hacia las colinas cercanas. Podía correr más rápidamente que la mayoría de los shetlands, y para traerlo de vuelta a la casa era necesario contar con dos jinetes bien montados, porque el pony conocía todas las triquiñuelas habidas y por haber para poder escaparse.

Y bien, allá podía ver al caballito a la distancia, con su silueta claramente recortada contra el horizonte en el centro de una meseta coronada por un montecillo, a más de un kilómetro de distancia. Les expliqué a las niñas que yo solo no podría traer el animal, y traté de sugerirles que se entretuviesen en otra cosa. Para mi sorpresa, después de una consulta que hicieron cuchicheando entre sí, todas se arrodillaron y comenzaron a orar.

Bien, mi esposa y yo habíamos dedicado mucho tiempo y esfuerzo a la instrucción religiosa de nuestras tres hijas —como lo hacen la mayoría de los padres— y me imagino que para el pensamiento ingenuo y sin inhibiciones de una criatura parecía lo más natural y razonable del mundo acudir a Dios en busca de ayuda. Con todo, la decisión de ellas



me tomó enteramente de sorpresa, y me estaba preguntando si quizá no sería un sacrilegio orar con el propósito de conseguir que un caballito inquieto regresara al corral.

Agrupadas en un pequeño círculo, con sus cabecitas muy cercanas la una de la otra, las niñas oraban tan ferviente y devotamente que casi me sentí impulsado a unirme a ellas si no me hubiese parecido que su pedido era tan intrascendente y su causa tan fútil. Estaba a punto de decirles que uno no debe pedirle a Dios cosas de este tipo, cuando, levantando mi rostro, vi que el caballito se acercaba a la carrera cerro abajo. Cruzó el llano a toda velocidad, traspuso el arroyo, entró raudamente al corral y se detuvo en el centro del mismo, resoplando fuertemente. Las niñas habían terminado sus oraciones y ya se habían puesto de pie, esperando con una fe implícita que el pony viniera.

Decir que quedé atónito sería simplemente subestimar la realidad. Estoy seguro de que mis mandíbulas estaban entreabiertas, tiesas, como expresando mi profundo asombro, mientras las criaturas corrían y reían en medio del corral.

Seguramente una de ellas se daría cuenta de que convenía cerrar la puerta del corral para evitar que el animal se escapase. Pero no se puede esperar que la astucia y la inocencia vayan juntas. ¿Sería que se aproximaron al petiso con palabras tranquilizadoras, tal vez manteniendo la brida y las riendas fuera de la vista? De ninguna manera. Todas se abalanzaron directamente hacia el animal, con sus brazos extendidos y sacudiendo en alto la brida; y con fuertes exclamaciones de gozo y de bienvenida se echaron encima del pony como abejas sobre su víctima. El animal no hizo el menor movimiento para escapar. Después de varios intentos finalmente le pusieron la brida, y, estando aún abierta la puerta que conducía a la libertad, llevaron al pony al campo abierto para someterlo a una tarde agotadora.

Mientras observaba el increíble cuadro, tremendamente conmovido, comencé a captar el profundo

La actitud de las niñas conmovió al curtido hombre de campo y cambió el rumbo de su vida.

significado de lo que había visto. Cuando el caballito vino en respuesta a la oración de las niñas, éstas no hicieron el menor comentario, no expresaron la menor sorpresa. Tenían una fe completa e inconmovible. Su única sorpresa habría sido que el pony no hubiese venido. En ese momento se afirmó en mí la convicción de que, cuando tenemos una fe genuina e inconmovible, podemos pedirle a Dios cualquier cosa, a menos, por supuesto, que haya razones por las cuales Dios sepa que no debe conceder nuestra petición.

Mi huésped, el padre de las otras tres niñas, se había acercado al lugar poco antes de que aquéllas hubieran comenzado a orar, y había presenciado este incidente imposible exactamente como yo lo he narrado. Era un hombre bueno, inteligente y próspero, pero había dejado enteramente en manos de su esposa las responsabilidades religiosas de la familia. Tanto ella como las hijas pertenecían a nuestra iglesia y asistían a la misma regularmente,

excepto él. No es que tenía amargura contra Dios o contra la iglesia; lo que pasaba es que a esta altura de su vida la religión no tenía significado para él. Siendo un hombre práctico, realista y muy entendido en todas las faenas del campo, captó en su impresionante impacto todo lo que había presenciado.

Creo que nunca he visto a un hombre tan conmovido, sacudido hasta lo más íntimo. Se dirigió hacia donde yo estaba, con su rostro pálido por la emoción, y dijo: "Parece que lo que importa no es lo que Ud. pide en oración sino quién es el que ora".

Estoy seguro de que no me habría creído la historia si yo se la hubiese contado; pero habiendo sido testigo del episodio no pudo olvidar la lección. Comenzó a leer la Biblia y poco después empezó a asistir a los servicios religiosos junto con su familia. Desde aquella fecha ha ejercido diversos cargos en la iglesia. Jaime y yo hemos cultivado una larga amistad, de modo que lo conozco a fondo; creo que hay muy pocas personas que posean una fe más inconmovible que la suya.

Bien se ha dicho que a veces Dios logra sus propósitos por caminos extraños. Estoy convencido de que es así al recordar aquel día cuando seis niñas, sobre sus rodillas, traspasaron toda regla y todo principio de equitación enseñado o escrito para quienes conocen las costumbres de los animales. ◇

Plegaria

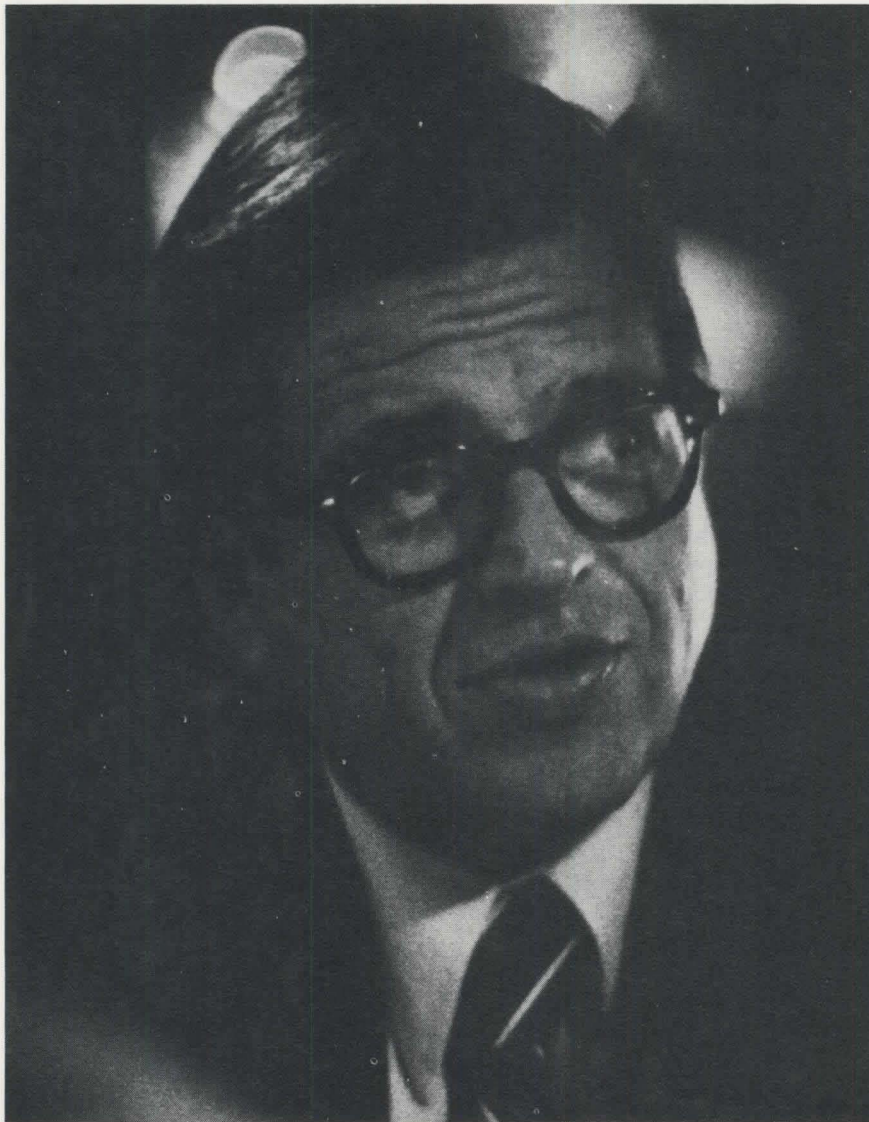
Señor, hazme instrumento de tu paz. Donde haya odio, siembre yo amor; donde haya injuria, perdón; donde haya duda, fe; donde haya desaliento, esperanza; donde haya sombras, luz; donde haya tristezas, alegría.

¡Oh Divino Maestro! Concédeme que no busque ser consolado, sino consolar. Que no busque ser comprendido, sino comprender. Que no busque ser amado, sino amar.

Porque dando, es como recibimos; perdonando, es como Tú nos perdonas; y muriendo en Ti, es como nacemos a la vida eterna.

San Francisco de Asís

ENTREVISTA CON CHARLES



GAIL HUNT

**¿QUE significa nacer de nuevo?
¿Cómo explicaría Ud. este proceso a
alguien que nunca lo ha
experimentado?**

La expresión “nacer de nuevo” ha caído hoy en cierto descrédito porque se ha abusado de ella y se la ha usado en forma secularizada, casi frívola. Para mí es muy sagrada. En el Evangelio según San Juan, capítulo 3, Cristo usa el término cuando dice: “El que no naciere de nuevo, no puede ver el reino de Dios”.

Para nacer de nuevo, una persona debe confrontar la realidad de quién es Jesucristo. Debe ver a Cristo como el Dios viviente, como el Salvador compasivo. El poder del Espíritu Santo debe reavivar la mente y el corazón del individuo, según escribe el apóstol Pablo, lo cual es la esencia del nuevo nacimiento. Entonces la persona se consagra a Cristo completamente y hace un pacto de lealtad amante a él. Este es el comienzo; es la apertura de la puerta. Ud. no puede comenzar la vida cristiana sin esta experiencia.

La inesperada conversión al cristianismo de Charles Colson —una figura clave en la conspiración Watergate, que tuvo que pasar varios meses en la cárcel como resultado de sus delitos— ha sido una de las historias de conversión más publicitadas en los últimos años. El hecho tuvo notable repercusión en los círculos políticos y religiosos de los Estados Unidos, y en otros países también, y dio lugar a un bestseller titulado Nací de nuevo, que últimamente ha sido llevado a la pantalla. En esta entrevista, Colson explica qué significa para él nacer de nuevo, desde el punto de vista espiritual, y habla sobre cómo los cristianos pueden ayudar a los presidiarios a encontrar a Cristo y a llegar a ser personas “nacidas de nuevo”.

Por Rafael Blodgett

Sin embargo, el nacer de nuevo implica mucho más. Abarca la regeneración y transformación que Dios hace de la persona. San Pablo escribió en Romanos 12: 2: “No os conforméis a este siglo [mundo], sino transformaos por medio de la renovación de vuestro entendimiento”.

La experiencia del nuevo nacimiento implica una renovación total del hombre por el poder del Espíritu Santo. Y con frecuencia nosotros omitimos ese aspecto en nuestra enseñanza cristiana. Simplemente decimos: “Acepté a Jesús”, y ése pareciera ser el fin. Pero no lo es. Es el comienzo de toda una nueva vida en la cual Dios realmente va a transformarnos.

¿Qué daño causan aquellos que enseñan, como Ud. dice, que la persona ha de aceptar a Jesús y allí se acabó todo?

Hay peligro de que rebajen el poder de la gracia divina, que la

Hay alguna posibilidad de que su vida cambie. Y si esto se hiciera por cada presidiario, se resolvería un enorme problema. Realmente creo que ésta es la respuesta a este desafío.

¿Qué ocurre con un preso cuando se hace cristiano? ¿Es cierto que otros presidiarios miran a los que se han convertido dentro de la cárcel, en forma negativa?

Oh, sí. Se los persigue. Es muy difícil practicar la fe cristiana en una cárcel. El código de conducta entre los presidiarios es que si Ud. ayuda a una persona que está herida o moribunda, entonces Ud. es el siguiente en la lista de víctimas. Así que no se los ayuda. Se los pasa de largo. Sin embargo, nuestros hombres, los presos cristianos, no pueden hacer eso. Se acercarán y ayudarán a quien esté sufriendo o enfrentando un problema.

También Ud. está sujeto a muchas burlas, al ridículo y a comentarios irónicos. Cuando estuve en la cárcel descubrí que esa actitud gradualmente se va atenuando después de un tiempo. Con todo, tengo la impresión de que actualmente las cosas están cambiando en muchas cárceles. No veo que se ridiculice como antes a los presidiarios que se han convertido. Quizá parte de este cambio se ha producido como resultado del trabajo que nosotros estamos haciendo.

¿Tiene Ud. una idea aproximada de qué porcentaje de presidiarios aceptan el cristianismo con la esperanza de obtener una sentencia más corta?

Jamás habrá una forma segura de saber eso. Sin embargo, los reglamentos relacionados con la reducción de condenas y libertad condicional de los presidiarios no tienen muy en cuenta la conducta de éstos en la cárcel. De modo que estarían perdiendo su tiempo si tratasen de conseguir mediante este recurso que se les acortara la sentencia.

¿Hay algún proceder incorrecto por parte de los cristianos que visitan las cárceles? ¿Habrá quienes ejercen una

influencia negativa por algunas cosas que hacen?

Muchas personas consideran seriamente la orden de Cristo de visitar a los presos, y deciden ir a la cárcel local para cumplir con dicho mandato. Pero encuentran que el lugar es miserable. Es maloliente y horrible, como para que se sufran náuseas y por lo tanto no regresan. Y esta actitud es otro rechazo hacia personas que se han pasado la vida siendo rechazadas. Este proceder es peor que no ir nunca a la cárcel.

Otra observación es la de que los cristianos que visitan una cárcel deben tener una actitud abierta y tolerante. No tiene sentido ir y decirles a los presidiarios que no pueden fumar o tomar bebidas alcohólicas. Esto les resulta totalmente irrelevante. Y hablando francamente, si yo pudiese conseguir que cambiasen su corazón hasta el punto de que decidieran no asesinar más a ninguna persona, consideraría que ya habrían hecho un gran progreso y permitiría que el resto de los cambios llegase a su debido tiempo. El tercer problema es que a veces Ud. ve en las cárceles a personas que enseñan a Cristo más algo más. Para mí Cristo más otra cosa no es cristianismo. Esta actitud ha creado una cantidad de problemas en muchas cárceles.

¿Hay alguna forma de evaluar el carácter genuino de una experiencia de conversión, por ejemplo teniendo en cuenta si en la persona se manifiestan los frutos del Espíritu?

En las Sagradas Escrituras se nos advierte en cuanto a falsos maestros, y se nos insta a que probemos los espíritus para ver si son de Dios. Pienso que frecuentemente uno siente una calidez espiritual, una comunicación positiva con alguien que también cree en Cristo. Y antes de mucho Ud. está en condiciones de desarrollar cierto discernimiento de la vida espiritual, como se declara en las Escrituras. En otras oportunidades uno debiera simplemente esperar y ser paciente para ver lo que ocurre con una persona que pretende haberse convertido, y antes de mucho se verá

si su vida armoniza con su profesión. El apóstol Santiago escribió al respecto y dijo que la fe sin obras es muerta, porque por definición —si en efecto ha ocurrido la regeneración de la vida— debe haber evidencias de la verdadera fe.

¿Qué es lo más grande que el cristianismo tiene para ofrecer al mundo?

Para mí lo más grande del cristianismo es la relación con nuestro Creador, la vida eterna, y el hecho de que podemos estar en paz con Dios, en armonía con nuestro Hacedor. Y esto es tan transcendental, tanto más importante que las demás cosas, que el resto resulta secundario.

No creo que la vida cristiana es fácil, y definitivamente no es nada fácil en una cárcel. Cristo nunca sostuvo que lo era. Nos dijo que el “camino estrecho” es difícil.

Hay personas que andan diciendo que si Ud. se hace cristiano tendrá en todo momento una sonrisa en su rostro, y para mí eso es pura palabrería. Esa no es la fe que yo sigo. Cristo sufrió. También sufrieron sus discípulos, y los cristianos convertidos en las cárceles también sienten y sufren. Pero éste es el camino de la verdad, y es la esencia de nuestras vidas.

Estoy imaginando un preso que ha cometido un asesinato, que ha hecho cosas terribles, que ha caído en la degradación y maldad más ruines. ¿Qué le diría Ud.?

El mensaje para una persona tal —¡y cómo quisiera destacar la importancia de esto!— es que puede ser que la sociedad lo haya rechazado; puede ser que está viviendo en un lugar despreciable y difícil; y puede ser que no tenga ni siquiera un amigo en el mundo; pero hay alguien que se interesa en él y que lo ama: Jesucristo y aquellos que forman el pueblo de Dios. Cuando Ud. penetra más allá de la superficie endurecida que tiene la mayoría de estos presos, descubrirá que por dentro hay corazones tiernos y hasta infantiles. Sencillamente muchos de ellos jamás han sido amados. ◇

COLSON

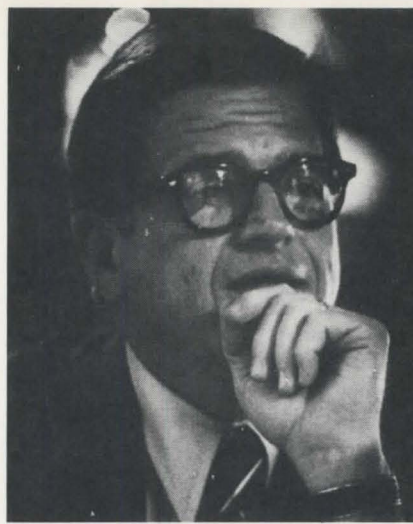
reduzcan a una "gracia barata", acerca de lo cual escribió Dietrich Bonhoeffer en su libro *El costo del discipulado*. Una cantidad de personas cree que las obligaciones del cristiano se limitan a pegar propagandas relativas al cristianismo en los paragolpes de los vehículos, a fin de que el cristianismo se esparza como el movimiento de moda y tenga aceptación en la comunidad, pero el resultado de este esfuerzo es que los cristianos no ejercen verdadero impacto en la sociedad.

La debilidad que encontramos actualmente en la fe cristiana es que, aunque en nuestro hemisferio occidental la mayoría de las personas profesan ser cristianas y haber nacido de nuevo, continuamos viviendo en un mundo en el que hay apostasía, egocentrismo, materialismo y una decadencia moral generalizada. Por todas partes vemos una ausencia de convicciones morales absolutas, una ausencia de búsqueda de la verdad y de práctica de la misma. Y todo esto ocurre al mismo tiempo que se habla de un reavivamiento religioso. Esto sucede porque me parece que no hemos enseñado lo suficiente en cuanto a lo que verdaderamente significa seguir a Cristo.

¿Cómo puede un cristiano nacido de nuevo, una persona tipo promedio, corriente, hacer un impacto significativo en la sociedad actual?

Para hacer tal impacto creo que primeramente debemos tener el valor moral de obedecer las Escrituras, de seguir lo que ellas dicen, no importa cuál sea el costo.

En segundo lugar, para ejercer una influencia efectiva en la sociedad, los cristianos deben comenzar actuando en forma constructiva en las comunidades a las que pertenecen. Ayer estábamos conversando con un amigo, en un avión, en cuanto a cómo tantas iglesias se interesan en dar ofrendas



"La experiencia del nuevo nacimiento implica una renovación total del hombre por el poder del Espíritu Santo. Y con frecuencia nosotros omitimos ese aspecto en nuestra enseñanza cristiana".

para beneficiar a países distantes, y sin embargo cuán pocas se preocupan por los graves problemas sociales que existen del otro lado de la calle de su propia iglesia. Si cada cristiano se interesara siquiera en su vecino, se produciría una verdadera revolución espiritual.

¿Qué pueden hacer los cristianos en favor de los presos? En un tiempo Ud. estuvo en la cárcel. ¿Podría darnos algunas sugerencias definidas sobre la manera como los que están afuera pueden ayudar a los que están adentro?

Ud. puede escribirles. Muchos de ellos jamás han recibido una carta. Algunos podrían "adoptar" a un

preso, y visitarlo sistemáticamente. También podrían proporcionar transportación a la familia del presidiario que no tiene medios para movilizarse. Cuando un preso finalmente es liberado, como cristianos podríamos ayudarle a solucionar los problemas de alojamiento y de empleo, y sobre todo podríamos brindarle amistad.

En las cárceles hay muchos, muchos casos de personas sin ninguna esperanza para el futuro. Me encontré hace un par de semanas con un caso de éstos; se trataba de un hombre que había estado encarcelado por ocho años. No tenía ninguna esperanza. Ud. no puede imaginarse, nadie puede hacerlo, lo que es vivir en esas celdas sin nadie del exterior que se interese por la vida de uno, sin ninguna esperanza para el futuro.

Este preso se me acercó y dijo con una expresión hermosa, radiante y llena de gozo: "Hace ocho años estoy en la cárcel. Había perdido toda esperanza. No tenía ningún motivo para seguir viviendo. Pero le escribí a Ud. una carta, y Ud. la remitió a una familia cristiana. Ellos comenzaron a escribirme; me han visitado dos veces, y toda mi vida ha cambiado. Ahora tengo una razón para vivir".

Se lo veía realmente feliz. Creo que tiene una sentencia de cuarenta años de prisión, y pasará un largo tiempo antes de que recupere la libertad. Pero por lo menos es un ser humano que no se siente completamente rechazado, olvidado y perdido.

CURSO BIBLICO GRATUITO

¿Le gustaría seguir un curso bíblico que le traerá un mensaje de amor, esperanza y paz? Pídale ahora mismo. Las lecciones del curso se le enviarán por correo, gratuitamente y sin compromiso alguno. Diríjase a *El Centinela*, 1350 Villa St., Mountain View, California 94042, EE. UU. de N. A.

(Tenga la bondad de escribir con letra bien clara)

Nombre

Calle y N.º

Ciudad País



NOTICIAS DE INTERES

Condenado por predecir el fin del mundo

Bozidar Vujic, yugoslavo, fue condenado recientemente a dos años de prisión en la ciudad de Dubrovnik por predecir el fin del mundo. Tras el violento temblor de tierra que asoló al litoral yugoslavo, Vujic anunció en público el final inminente del mundo, instando a las personas a que se salvaran antes del Apocalipsis definitivo.

200.000 libros publicados por niños

La biblioteca del Congreso de los Estados Unidos, en Washington, tiene 200.000 libros publicados por niños, libros en más de sesenta idiomas, y 18.000 ejemplares raros o antiguos. Por otra parte, una encuesta efectuada en el país del norte reveló que la mitad de todos los norteamericanos de 16 años o más habían leído uno o más libros en el período de seis meses que duró la investigación, y que una de cuatro personas de este grupo había, como quien dice, devorado diez o más libros. El 39 por ciento de la población se limita a leer diarios y revistas, y quizá 12 por ciento no lee absolutamente nada porque nunca adquirieron

la destreza para ello. La encuesta reveló que las biografías y las autobiografías son la lectura favorita: el 44 por ciento dijo que les agradaba leerlas. Otro hecho importante que se advirtió en la investigación fue que si los jóvenes no se han transformado en lectores antes de terminar sus estudios secundarios, hay poca posibilidad de modificar posteriormente su actitud.

Primera ciudad no fumadora

Sochi, ciudad balnearia situada junto al mar Negro, es la primera ciudad no fumadora de la Unión Soviética. Sus autoridades han prohibido el uso de tabaco en sus calles, restaurantes, reparticiones públicas, transportes colectivos, hospitales y colegios. El prefecto de la policía del lugar ha señalado: "Esperamos que el hábito de fumar en público sea considerado dentro de poco tan ridículo como pasear en pijama por la calle principal de la ciudad". La medida no ha consistido sólo en promulgar una ley que prohíba terminantemente el uso del cigarrillo, sino también en una intensa campaña masiva de presión social. Hasta aquí, el éxito ha coronado los esfuerzos.

Progreso femenino en las Filipinas

Filipinas es el país en el que las mujeres actúan profesionalmente con más éxito y menos discriminación que en ningún otro país asiático. Son dueñas de la tercera parte de todas las empresas comerciales, suman la mitad de los médicos que hay en el país y constituyen el sesenta por ciento del estudiantado.

Hasta la Corte Suprema cuenta con una juez: Cecilia Muñoz Muñoz Palma, de 65 años. Las paredes de su despacho están cubiertas con placas de bronce, citas famosas y diplomas. Pero, mujer al fin, asegura que se sintió muy afectada cuando su primer puesto de juez la obligó a separarse de su marido y de sus hijos para cumplir sus funciones a 60 km de Manila. "Pensé que mi familia era más importante que mi cargo de juez, pero mi marido me convenció que debía desempeñarlo", dijo la Sra. Muñoz.

¿Hormigas ricas y nutritivas?

De acuerdo con las investigaciones realizadas en el Departamento de Zoología de la Universidad de Australia Occidental, debe verse a los insectos no sólo como una amenaza para los cultivos, sino como una rica fuente de proteínas y, por lo tanto, una solución para alimentar a la humanidad.

Afirman que los insectos son muy nutritivos y ricos tanto en proteínas fácilmente digeribles como en grasas y que ofrecen pequeñas pero significativas cantidades de hidratos de carbono, minerales y vitaminas. Un ejemplo: cien gramos de hormigas fritas tienen un valor de 561 calorías, lo que coloca a esa comida entre los alimentos más ricos en ese aspecto.

Hay más: sugieren que se podrían hacer cruzamientos de insectos para aumentar su valor nutritivo, así como se los ha he-

cho, con los respectivos animales, para mejorar la producción de huevos y leche. Por supuesto, ofrecemos esto a título informativo, ya que en absoluto recomendamos esta dieta.



1.300 participan en maratón auspiciado por adventistas

Más de 1.300 corredores participaron en el segundo maratón anual auspiciado por una revista de salud de la Iglesia Adventista. Arriba del 97 por ciento de los participantes no eran miembros de dicha iglesia. 600 personas participaron en la carrera de 26 millas, y otras 700 lo hicieron en las de 13 y de 6 millas. El corredor de más edad tenía 69 años, y el menor fue un niño de siete que recorrió la distancia de 6 millas en 53 minutos. Ganó la competencia Bruce Dewsberry, un joven adventista de 24 años, y lo hizo en dos horas, 31 minutos, 16 segundos. Al término de la carrera todos los participantes recibieron un almuerzo vegetariano y se les regaló una suscripción de seis meses a la revista.

Conozca las verdades que salvan.

Suscríbase hoy mismo a EL CENTINELA

Envíe este cupón a: Subgerente de Circulación, EL CENTINELA, 1350 Villa St., Mountain View, CA 94042, U.S.A.

SOLICITUD DE SUSCRIPCION

Deseo suscribirme por un año a EL CENTINELA. Adjunto \$3,00* dólares. (Agregar un dólar para el franqueo de suscripciones a países fuera de los EE. UU.) Mi dirección es:

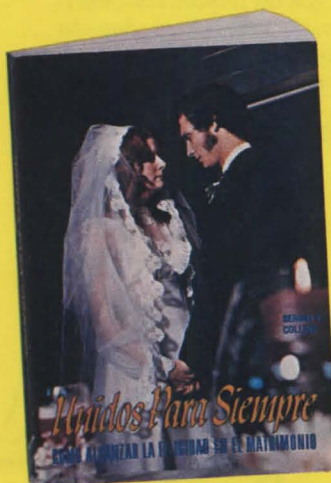
Nombre

Calle y N.º

Ciudad País

*Precio válido sólo hasta Diciembre 31, 1980.

Su familia necesita entretenimiento. Introduzca un cambio. Déle lectura sana, agradable y orientadora.



Para el papá y la mamá:

UNIDOS PARA SIEMPRE

Cómo Alcanzar la Felicidad
en el Matrimonio
Por **SERGIO V. COLLINS**

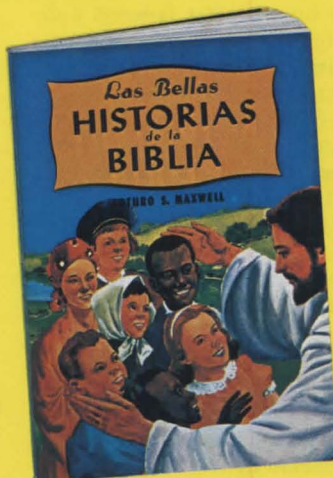
Un libro de 128 páginas que puede enderezar los matrimonios mal avenidos y aumentar la felicidad de los que se llevan bien. Algunos capítulos: "Las peleas matrimoniales y cómo evitarlas", "El dinero en el matrimonio", "Matrimonio y sexualidad", y otros tan interesantes como éstos.

Para los niños:

LAS BELLAS HISTORIAS DE LA BIBLIA

Por **ARTURO MAXWELL**

Esta selección de historias se ha tomado de la colección del mismo nombre publicada en diez grandes tomos. Su contenido realizará un impacto positivo y duradero en el carácter de los niños. Algunos capítulos: "Dios crea al hombre", "El hombre más fuerte", "Una noche con los leones", "¡Adiós, mamá!"



Para los adolescentes:

¡ADELANTE, JUVENTUD!

Por **BRAULIO PEREZ MARCIO**

Esta obra consta de 26 capítulos, distribuidos en 128 páginas, con temas muy apropiados para la juventud moderna que vive en una sociedad que carece de principios sólidos y que abunda en costumbres perjudiciales. De interés especial son estos capítulos: "La vida es lucha", "Una actitud positiva", "El camino del triunfo", "La juventud sensata", "¡Arriba juventud!"

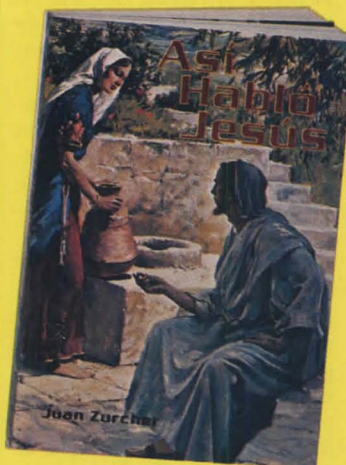


Para toda la familia:

ASI HABLO JESUS

Por **JUAN ZURCHER**

Este libro contiene, organizados en 25 capítulos, los dichos y enseñanzas de Jesús registrados en los cuatro evangelios. Es una obra que toda la familia podrá leer con provecho porque contiene la sabiduría divina. Algunos de sus capítulos son: "Enviado al mundo", "Mis obras dan testimonio de mí", "Guardad mis mandamientos", "Padre, perdónalos", "Seréis verdaderamente libres".



**Estas obras ponen al alcance de su familia:
Comprensión, Felicidad, Paz, Entretenimiento y Orientación.
Adquiéralas y enriquezca su hogar.**

EDICIONES INTERAMERICANAS
1350 Villa St., Mountain View
California 94042, Estados Unidos

Sírvanse enviarme información acerca de las siguientes obras:

☐ UNIDOS PARA SIEMPRE ☐ ¡ADELANTE, JUVENTUD! ☐ LAS BELLAS HISTORIAS DE LA BIBLIA ☐ ASI HABLO JESUS

Nombre

Calle y No.

Ciudad Prov. o Estado

Código Postal País

de esta publicación: artículos, libros, etc., etc.

Envíe
sin demora
este cupón
a:



**EDICIONES
INTERAMERICANAS**