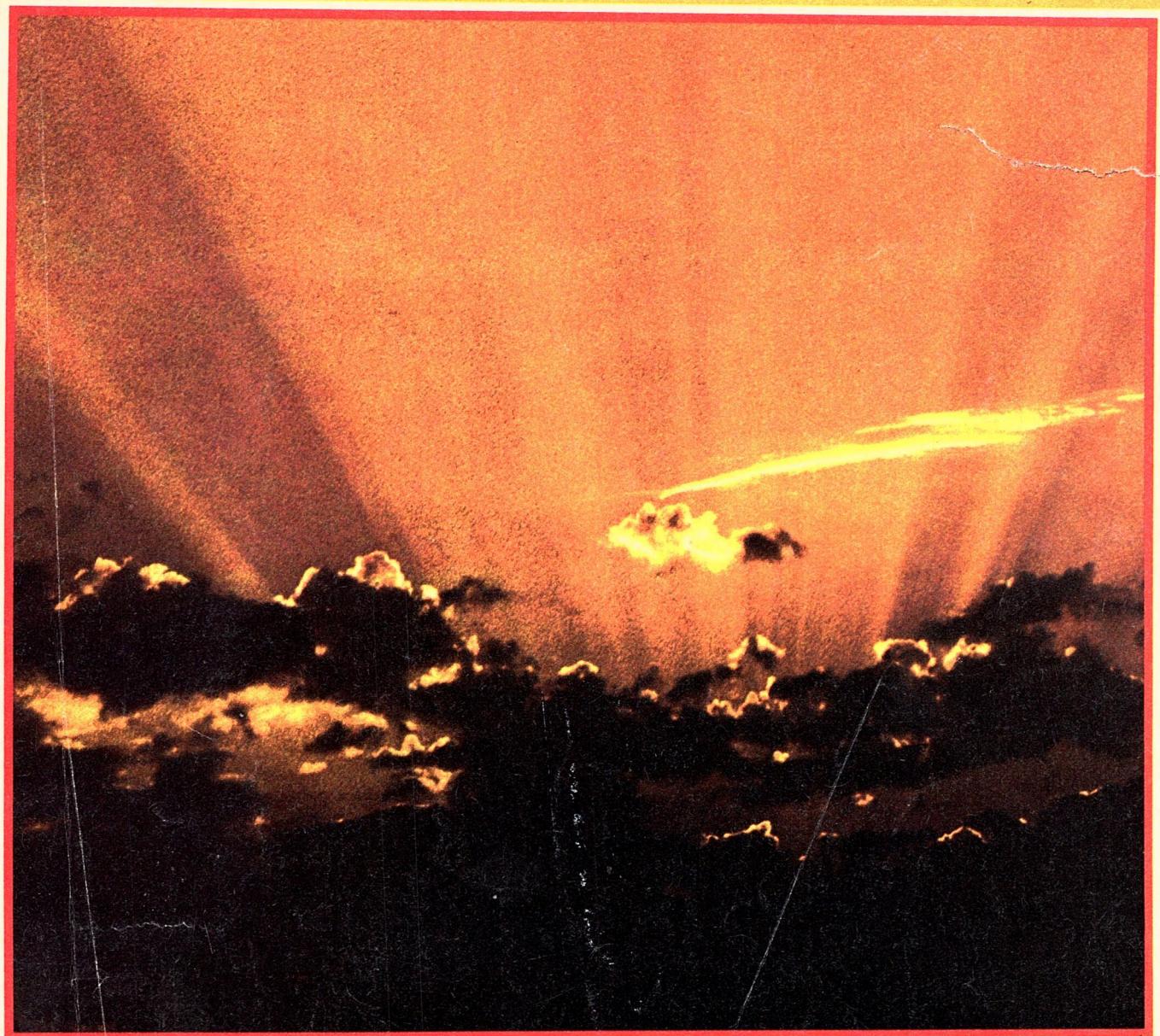


el Centinela



UN FUTURO MEJOR

Reportaje a Gonzalo Báez-Camargo



EDITORIAL

UN FUTURO MEJOR

ESTA mañana prediqué en el servicio fúnebre de un joven que había sido asesinado mientras cumplía con su deber.

Unos 150 oficiales uniformados, de doce jurisdicciones diferentes, formaban la guardia de honor, y a ellos se unió un número de amigos y autoridades civiles en este acto de respeto final hacia quien había dado su vida en servicio a la sociedad.

Gene Clifton se unió al departamento de policía de Palo Alto, California, cuando tenía 23 años. Un joven diligente y talentoso, sirvió en la sección de lucha contra las drogas durante casi cuatro años. Fue baleado en el abdomen mientras interrogaba a un grupo de drogadictos, y murió siete semanas más tarde.

Actualmente muchos se refieren en forma despectiva a los policías y a las autoridades en general. Esta no es la manera como las Sagradas Escrituras los ven. En su epístola a los Romanos el apóstol Pablo se refirió a los magistrados o funcionarios encargados de mantener el orden como servidores “de Dios para tu bien” (Romanos 13: 4).

La Biblia también dice que Dios creó al hombre a su propia imagen y le dio un conjunto de leyes básicas y abarcantes para regir la conducta, a saber los Diez Mandamientos. Si estas leyes hubiesen sido obedecidas siempre, no habría hoy hijos que abandonan el hogar, ni asaltos a mano armada, ni violaciones o prostitución, ni divorcios, ni asesinatos ni siquiera el uso de drogas destructoras, ni violencia o maldad de ninguna especie. Por supuesto, tampoco habría necesidad de policías.

Dios le dio al hombre la prerrogativa de desobedecer si así él lo escogía. Desafortunadamente, el hombre —esto es, todo hombre, mujer y niño que haya vivido sobre la tierra— ha escogido individualmente violar la ley de Dios. Esto significa que todos nosotros somos delincuentes. Y esta es la razón por la cual nos encontramos en medio de tantas dificultades.

Pocas horas después del funeral de Gene Clifton varios otros oficiales de policía fueron asesinados por criminales de la zona de San Francisco, a poca distancia del lugar donde se prepara esta revista.

Pero el crimen y los criminales no continuarán mucho tiempo más.

Es cierto que la Biblia nos dice que “los malos hombres y los engañadores irán de mal en peor” (2 Timoteo 3: 13). Fuera de dudas, estamos viviendo en el período descrito por Cristo como semejante a los días de Noé, cuando la tierra estaba “llena de violencia” (Génesis 6: 13).

Pero el apóstol Pablo nos aseguró que estos días en los que actualmente estamos viviendo son los “postreros [últimos] días” (2 Timoteo 3: 1).

Jesús los llamó los días de “la venida del Hijo del hombre” (S. Mateo 24: 37).

Pronto Jesús regresará con gran poder, “con voz de mando, con voz de arcángel, y con trompeta de Dios” (1 Tesalonicenses 4: 16).

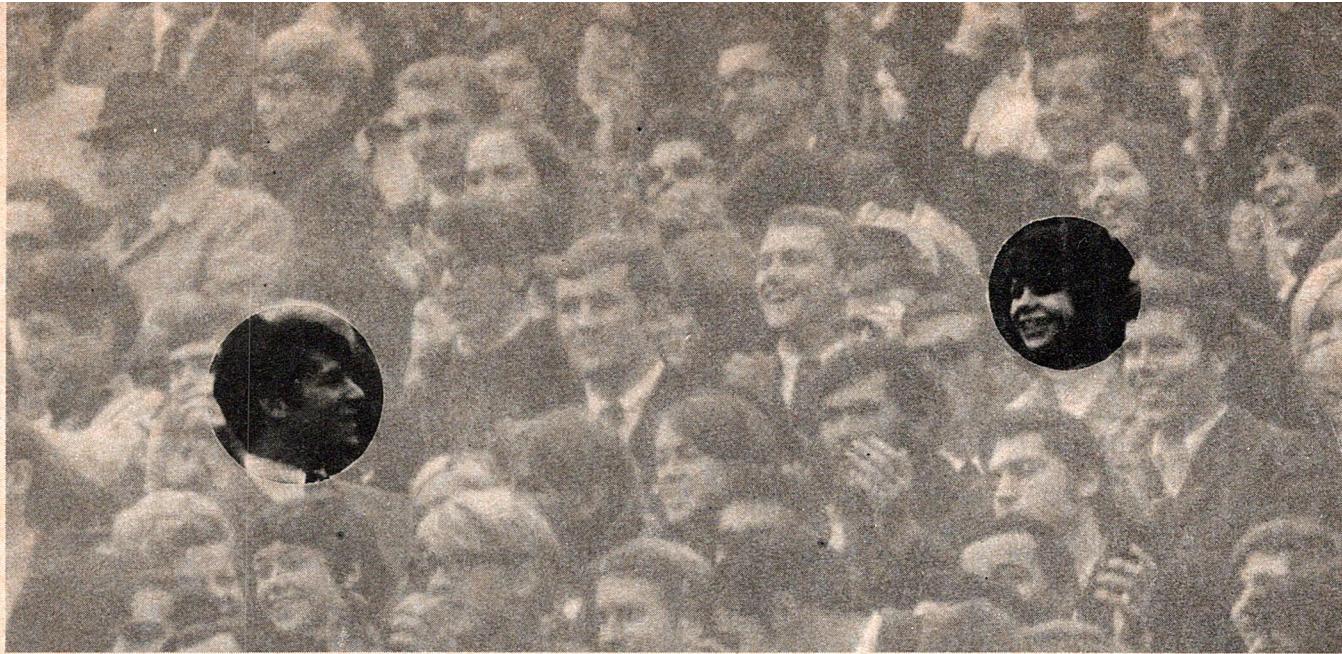
Entonces las naciones corrompidas actualmente por la violencia y la inmoralidad se convertirán en “los reinos ... de nuestro Señor y de su Cristo; y él reinará por los siglos de los siglos” (Apocalipsis 11: 15).

En ese reino eterno no volverá a manifestarse el mal. Por las puertas de la ciudad santa que Dios establecerá “no entrará ... ninguna cosa inmunda, o que hace abominación y mentira”. Quedarán afuera para siempre “los hechiceros, los fornicarios, los homicidas, los idólatras, y todo aquel que ama y hace mentira” (Apocalipsis 21: 27; 22: 15).

Por fin habrá terminado la gran controversia entre el bien y el mal. No habrá más crimen ni criminales. “Todo el universo está purificado. La misma pulsación de armonía y de gozo late en toda la creación. De Aquel que todo lo creó manan vida, luz y contentamiento por toda la extensión del espacio infinito. Desde el átomo más imperceptible hasta el mundo más vasto, todas las cosas, animadas, e inanimadas, declaran en su belleza sin mácula y en júbilo perfecto, que Dios es amor”.

¡Ojalá pronto llegue ese día!

La muerte violenta de oficiales de policía como Gene Clifton y la ilegalidad rampante que vemos por todas partes nos demuestran que ese día vendrá muy pronto. Dios no permitirá que la injusticia continúe por mucho tiempo más. La resurrección del Cristo crucificado es la garantía de este hecho glorioso, de un futuro mejor.—L.M.



DE WYS, INC.

¿ME CONOCE DIOS?

¿Conoce Dios las multitudes que llenan el mundo? ¿Nos distingue en nuestra individualidad, o desde allá arriba todos parecemos la misma cosa?

POR VARIOS minutos observé las sombras negras que se escurrían a lo largo de la ruta en su afanoso trabajo. Un ejército de hormigas estaba abriéndose paso a través de un bosque de pasto. Sólo Dios sabía el inescrutable propósito que guiaba a estos animalitos.

Al principio me sentí entretenido y fascinado. Enfoqué a uno de estos pequeñísimos insectos y observé su marcha. Mientras movía sus antenas, telegraftaba algún secreto a las otras hormigas que encontraba, y luego se dirigía apresuradamente hacia un destino desconocido. Por un instante aparté mi vista hacia otro sector del camino, y luego la fijé nuevamente en el sitio que estaba observando antes; pero no podía estar seguro de encontrar la misma hormiga.

Todas ellas parecían iguales!

Fue entonces cuando sentí un escalofrío de temor. Pocas horas antes había subido a una lancha de motor para recorrer la corriente del

WALTER R. L. SCRAGG

Ganges. Desde las horas tempranas de la mañana, largas filas de devotos hindúes salían de sus chozas conduciendo ofrendas de alimentos para su dios. Mientras observaba, algunos se bautizaron a sí mismos, otros lanzaron al agua pequeñas lámparas de aceite para que flotaran a lo largo de la corriente a fin de encontrarse con el sol naciente.

Ahora, mientras esperaba el avión que me llevaría de Patna a Delhi, me di cuenta de la similitud de mis emociones frente a ambas escenas. Al observar a las hormigas había experimentado primero la misma curiosidad y luego la misma despreocupación que había sentido por la mañana al contemplar a miles de seres humanos cuya identidad y cuyos problemas ignoraba tanto o más que los de los insectos.

Pero mis reflexiones no se detuvieron allí. En cuanto a las hormigas, no había esperanza de que yo

las comprendiera. No podía conocerlas; ellas no me podían conocer a mí. Para ellas yo era una sombra que ocultaba el sol, y mi pie, un instrumento que podría poner término a su vida.

Luego pensé en Dios. ¿Me conoce Dios? ¿Conoce él las multitudes de Patna, de la India, del mundo? Desde allá arriba ¿todos parecemos la misma cosa? ¿Es él tan sólo una sombra a lo largo de nuestro camino, el árbitro de un destino caprichoso?

Una gran parte de la religión tiene el propósito de hacer que la divinidad tome nota del hombre. El frenesí de un derviche, la espalda lacerada de un flagelado, el aislamiento de un ermitaño, son gritos que se dirigen a Dios: "¡Mírame! ¡Toma nota de mí! ¡Obsérvame como individuo! Soy diferente. Tú puedes escogerme entre el resto de la muchedumbre".

Preocupación divina

Probablemente fue para contestar esta pregunta que Jesús dijo:

“¿No se venden dos pajarillos por un cuarto? Con todo, ni uno de ellos cae a tierra sin vuestro Padre. Pues aun vuestros cabellos están todos contados. Así que, no temáis; más valéis vosotros que muchos pajarillos” (S. Mateo 10: 29-31).

Dios dice: “Yo tomo nota de ti. Tengo interés en ti. Te veo. Conozco tu nombre”. Aunque hay más de cuatro mil millones de habitantes en el mundo, Dios se interesa por cada uno de ellos como si fuera el único ser que existiese en el universo.

Muchas veces Jesús fue rodeado por millares de personas. En medio de estas muchedumbres estaban los débiles, los que tenían dudas, los desechados. Un día, una mujer enferma se abrió paso entre la multitud. Años de hemorragias la habían privado de su vitalidad. Ahora estaba decidida a llegar a la presencia del Salvador. “Porque decía: Si tocare tan solamente su manto, seré salva” (S. Marcos 5: 28).

¿Podía ser que el Hijo de Dios notara este toque entre la multitud que lo oprimía por todas partes? El estaba siendo tocado constantemente; sin embargo, dándose vuelta preguntó: “¿Quién ha tocado mis vestidos?” (vers. 30).

Unos pocos minutos después la mujer abandonó la muchedumbre, gozosa y totalmente sanada. Cristo había reconocido su necesidad personal y la había satisfecho.

Tal preocupación por las personas como individuos es tan antigua como la Biblia. Al principio Dios

Dios dice: “Yo tomo nota de ti. Te conozco por nombre. Me intereso por ti como si fueras el único ser que existiese en el universo”.

hizo a dos individuos, no a una colonia de hormigas, para que tuvieran su semejanza. Trató con ellos individualmente, habló con ellos en forma personal, y cuando pecaron trató de ayudarlos individualmente.

Pensemos por un momento en la infinita paciencia de Dios con Abrahán y Jacob. Con razón el Padre celestial llegó a ser para los hijos de Israel “el Dios de Abrahán, de Isaac y de Jacob”. Más tarde él reconoció el clamor sincero de David cuando éste buscaba perdón por su pecado. Elías, temeroso por su vida y solo en el desierto, descubrió la preocupación personal de Dios por sus hijos.

Dios se interesa por nosotros

Dios provee un medio en el cual la vida puede desenvolverse con éxito. Sea que uno ame a Dios o lo ignore, que uno se llame cristiano o budista, o que sea ateo o escéptico, la lluvia cae sobre todos, las estaciones se suceden y las cosechas se recogen.

Pero esto no es todo. “Los ojos de Jehová están sobre los justos, y atentos sus oídos al clamor de ellos” (Salmo 34: 15). Agar, echada de su hogar por los celos de Sara, y temerosa por la vida de su hijito Ismael, le dio a Dios un

nombre. “Llamó el nombre de Jehová que con ella hablaba: Tú eres Dios que ve; porque dijo: ¿No he visto también aquí al que me ve?” (Génesis 16: 13).

La seguridad de una relación única, especial e individual entre Dios y una persona ilumina las páginas de la Biblia. El conocimiento que Dios tiene de los individuos penetra el pasado, el presente y el futuro.

¿Cómo es posible esto? ¿Puede conocer Dios a cada uno de los ochocientos setenta millones de habitantes de la China, los seiscientos treinta millones de la India; los doscientos veinte millones de Norte América, y los ochenta y dos habitantes de la isla Pitcairn? Si Ud. ha visitado la feria mundial de Nueva York, quizás recuerde el librito pequeño de una pulgada cúbica en el cual estaba escrita cada palabra de la Biblia con fidelidad. Un gigante tecnológico como una computadora IBM podría registrar el nombre, el lugar de nacimiento y la condición financiera de toda persona que vive en la tierra. Al toque de los botones respectivos, tal máquina revelaría más información acerca de cada uno de nosotros de la que pensamos que alguien tuviera.

Si los hombres finitos pueden lograr esto, ¿podemos honradamente dudar del poder de la divinidad para hacer lo mismo y mucho más?

Dios lo necesita a Ud.

Recuerde la parábola de los talentos. Ella dice que Dios lo nece-

EL CENTINELA

Intérprete Bíblico de Nuestro Tiempo

Año 84 — N.º 10

Presidente del Consejo Editorial
Dr. Humberto M. Rasi

Director
Dr. Tulio N. Peverini

Director Asociado
Dr. León Gambetta

Redactor
Raúl Villanueva
Diagramador
Elias A. Papazán

Directores de Ediciones Internacionales: Sergio Collins (Francés), Lawrence Maxwell (Inglés), Ivacy de Oliveira (Portugués); Colaboradores Especiales: I. B. Benson, José Luis Campos, Fernando Chaij, José Espinosa, Sergio Moctezuma; Secretaría de Redacción: Lillian Sánchez; Promotores: Claudio Ingleton, Raúl Rojas; Subgerente de Circulación: Belia Peterson.

Suscripción anual, dólares 3,00. Número suelto, dólar 0,30. Agregar un dólar para el franquicio 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 HOLANDESES: Box 300, Curazao. 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 Safliz, 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 18-813, México 18, D.F. NICARAGUA: Apartado 92, Managua. PANAMA: Apartado 10131, Panamá 4. PUERTO RICO: Este: P.O. Box 29176, 65th Infantry Station, Rio 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.

sita a Ud. En alguna parte, en el presente o en el futuro, hay una obra especial que Dios quiere que Ud. haga para él, y que Ud. es el único que puede hacer. Ud. es único en el mundo. No existe un duplicado.

Como seres humanos vamos de un extremo a otro. A veces pensamos: "Nadie me distingue en la multitud". Otras veces decimos: "Nadie me comprende". Elías se sintió así. Jezabel lo perseguía. No tenía alimento. Lo mejor que podía hacer era morir. Pero Dios lo necesitaba a Elías así como necesitaba a los otros 6.999 que estaban adorando a Dios, y que eran desconocidos para Elías y tal vez para todos los demás.

El poner en duda el conocimiento personal que Dios tiene de nosotros es poner en tela de juicio la misma naturaleza de Dios. La Biblia lo llama Padre para que lo veamos como una persona. El se preocupa personalmente por todos los que sufren en la humanidad. "Dios estaba en Cristo, reconciliando al mundo consigo mismo".

Dios trata de cultivar con nosotros una relación individual. Dios es amor, y porque él ama, él conoce. "Y nosotros hemos conocido y creído el amor que Dios tiene para con nosotros. Dios es amor; y el que permanece en amor, permanece en Dios, y Dios en él" (1 S. Juan 4: 16).

Cuando sufrimos Dios está observando y se identifica con nuestro dolor. Cuando en nuestra soledad o desesperación clamamos a él, nos escucha. Lo mejor de todo, él nos ama. Y porque nos ama, actúa en nuestro favor. El hace que Cristo sea nuestro. El nos proporciona perdón por el pecado. Nos ofrece dirección. Nos da paz.

Cristo quiere que Ud. sea de él en un sentido que ningún otro podría entender. El dice: "Yo en ellos, y tú en mí, para que sean perfectos en unidad, para que el mundo conozca que tú me enviaste, y que los has amado a ellos como también a mí me has amado" (S. Juan 17: 23).

Sí, Dios lo conoce a Ud. y lo ama. ◇

CONOZCA LAS ENSEÑANZAS DE JESUS



Estudios inspiradores basados en las Sagradas Escrituras

Lección N.º 10

¿Qué Pasa Cuando el Hombre Muere?

Versículo clave: "Le dijo Jesús: Yo soy la resurrección y la vida; el que cree en mí, aunque esté muerto, vivirá" (S. Juan 11: 25).

1. ¿Qué dos elementos usó Dios para crear al hombre?

Respuesta: Polvo de la tierra y aliento de vida. Génesis 2: 7.

2. Cuando la persona muere, ¿qué sucede con el cuerpo?

Respuesta: Se vuelve polvo. Dios le dijo a Adán, después que éste pecó: "Con el sudor de tu rostro comerás el pan hasta que vuelvas a la tierra, porque de ella fuiste tomado; pues polvo eres, y al polvo volverás". Génesis 3: 19.

3. ¿Qué sucede con el soplo o aliento de vida al morir?

Respuesta: Vuelve a Dios que lo dio. Eclesiastés 12: 7. Las expresiones "aliento de vida", que aparece en Génesis 2: 7, y "espíritu", que figura en Eclesiastés 12: 7, son sinónimas.

4. ¿Cuánto saben los muertos de lo que hacen los vivos?

Respuesta: Absolutamente nada. La Biblia es muy clara al respecto: "Los que viven saben que han de morir; pero los muertos nada saben, ni tienen más paga; porque su memoria es puesta en olvido. También su amor y su odio y su envidia feneieron ya; y nunca más tendrán parte en todo lo que se hace debajo del sol". Eclesiastés 9: 5-6.

5. ¿Cuánta sabiduría tienen los que están en el sepulcro?

Respuesta: Ninguna, porque están enteramente inconscientes. Eclesiastés 9: 10.

6. Según la Biblia, ¿pueden los vivos hacer algo en favor de la salvación de los que ya murieron?

Respuesta: No, porque el tiempo de gracia y oportunidad es sólo esta vida que tenemos ahora. Eclesiastés 9: 4-5.

7. ¿A qué comparó Jesús la muerte?

Respuesta: A un sueño, al estado inconsciente en que nos encontramos cuando dormimos. S. Juan 11: 11-14.

8. ¿Quedarán los muertos para siempre en el sepulcro?

Respuesta: No, nuestro Señor Jesús ha prometido que resucitarán. S. Juan 5: 28-29.

9. ¿Cuándo resucitarán los muertos?

Respuesta: a) Los justos resucitarán cuando Jesús regrese por segunda vez a esta tierra, con toda su gloria. 1 Tesalonicenses 4: 16. b) Los impíos resucitarán al final del período de los mil años. Apocalipsis 20: 5.

10. ¿En quién debemos creer de todo corazón para alcanzar la inmortalidad?

Respuesta: En Jesús, la fuente de vida. 1 S. Juan 5: 12; S. Juan 11: 25.

COMENTARIOS

Como seres humanos sólo podemos albergar la esperanza de una vida futura si confiamos y creemos en Jesús. Si Dios no hubiese enviado a su Hijo unigénito a esta tierra para padecer y morir por nosotros pecadores, jamás habría llegado al hombre la esperanza de una resurrección. Pero Jesús, el Hijo de Dios, murió en el Calvario en lugar del hombre, fue colocado en el sepulcro, y al tercer día resucitó, con lo cual aseguró al hombre la realidad de la resurrección y de la vida eterna.

Una entrevista realizada por Leslie Hardinge

UN CARNICERO se Vuelve VEGETARIANO

Un carnicero y su esposa, que hicieron un cambio drástico en su dieta, dicen que no tienen nada que lamentar.

DURANTE una reciente visita a Bellingham, Washington, mi esposa y yo fuimos invitados a cenar en la casa de Richard y Bee Byrnes. Durante el transcurso de nuestra conversación supimos que el Sr. Byrnes es un carnicero que durante treinta años ha trabajado para dos grandes cadenas de supermercados en la zona, y que recientemente decidió, junto con su esposa, seguir un régimen de alimentación vegetariano. Pensando que él podría darme alguna información en cuanto a la condición y la calidad de la carne que el público consume, le pregunté si estaba dispuesto a contestarme algunas preguntas. Con entusiasmo y determinación me las contestó todas y aun me autorizó a usar la información recibida en la forma que yo deseara.

P. Deseo hacerle algunas pocas preguntas acerca de ciertos aspectos de su trabajo como carnicero.

R. Muy bien, adelante.

P. Vamos a hablar primeramente de la forma como actualmente se sacrifican los animales. He observado reses que son fuertemente golpeadas con un martillo para atolondrarlas antes que el carnicero las degüelle. ¿Cómo se realiza este proceso actualmente?

R. El martillo se usa en la actualidad sólo cuando se va a sacrificar un ternero, aunque hay algunas excepciones. En algunos de los mataderos grandes se está usando para esto el electrochoque, pero el método más común es el disparo en la cabeza con un revólver calibre 38. A los pollos y a los pavos se los sacrifica introduciéndoles un instrumento agudo a través del paladar hasta llegar al cerebro.

P. Pero esos métodos no logran producir un desangramiento completo, ¿no es cierto?

R. Ud. tiene razón, así es. El corazón de la res moribunda puede seguir bombeando por un corto tiempo más, y expulsa así un poco de sangre; pero a la verdad un desangramiento completo nunca llega a ocurrir. Cuando llega el momento de cortar la carne se la encuentra toda impregnada de sangre. A veces ésta adquiere un color negruzco.

P. ¿Qué puede decirnos en cuanto a esos aditivos que se usan en la carne?

R. Hay lugares en donde se inyectan a las reses grandes cantidades de sustancias químicas ablandadoras tan pronto como se les da el tiro de muerte y antes de empezar a cortar su carne. Los pocos latidos que sigue dando el corazón de la res bombean esta sustancia química y la esparsen

por todos los tejidos. De esta forma la carne se ablanda aún antes de que se empiece a cortar. Se trata de sustancias químicas muy potentes.

P. ¿Ha visto Ud. evidencias de algunas enfermedades en los órganos internos y en los tejidos de las reses sacrificadas cuando está cortando la carne?

R. ¡Por supuesto! Yo le diría que en la mayoría de las reses sacrificadas que me ha tocado cortar he visto esas enfermedades. Lo que más encuentro son evidencias de cáncer y de tuberculosis. En cierta ocasión un agricultor trajo, para ser inspeccionado, un animal que había sido criado en su propia casa. El veterinario inspector examinó el corazón y el hígado, y declaró al animal impróprio para el consumo humano. Luego de sacrificado éste a insistencia del dueño, al cortar la carne encontramos que el cuerpo entero estaba lleno por den-

tro de un sinnúmero de ulceritas verdes. De paso le diré que éste fue uno de los pocos casos cuando vi que un animal fuera desechado totalmente. Por lo general las partes enfermas que están a la vista se entresacan y el resto de la carne se vende al público.

P. ¿Y qué se hace con las partes enfermas que se extraen de los animales? ¿Se usan tal vez en la confección de alimentos para gatos y perros?

R. ¡Oh, no! Se las usa para mezclarlas con la carne de las hamburguesas.

P. ¿Cuál, diría Ud., es hoy el mayor peligro que existe para la salud al consumir la carne que se vende en los mercados?

R. Permítame mencionar algunos pocos: el método de matanza de los animales que no permite el desangramiento completo; las sustancias químicas ablandadoras que se inyectan a los animales; lo inadecuado de la inspección de los animales enfermos, y la autoridad que confiere la ley para que se desechen las partes enfermas y el resto se venda al público para el consumo.

Todos estamos conscientes de lo difícil que es extirpar el cáncer de los humanos y cómo éste se extiende por los tejidos del cuerpo. Pues el mismo problema existe en los animales. Muy a menudo los cánceres se espacian por todo el cuerpo del animal, y la sangre que esos cuerpos retienen hacen mayor el peligro.

P. Entiendo que, a pesar de la naturaleza de su oficio, Ud. mismo es vegetariano. ¿Tiene algo de qué lamentarse al pensar en los cambios que el sistema vegetariano ha traído a su vida?

R. Ninguno en absoluto. Mi esposa y yo nos sentimos mucho mejor que antes. Ahora que somos vegetarianos mi esposa prepara en la casa todos los ingredientes para hacer nuestro propio pan. Comemos las mejores frutas y verduras que podemos conseguir, y consumimos los huevos que producen nuestras propias gallinas, a las que alimentamos con granos y cereales. Ambos nos sentimos más sanos y felices con nuestro nuevo régimen alimentario y damos gracias a Dios por ello. ◇



Una Alimentación Equilibrada

He aquí algunos principios generales que podrán orientar en la obtención de un régimen alimentario equilibrado:

1. En las frutas —carnosas (manzana, pera, etc.) y oleaginosas (nueces, etc.)—, las verduras, las legumbres y los cereales, se encuentran todos los elementos de nutrición que necesitamos.

2. Las legumbres (porotos o frijoles, garbanzos, habas, arvejas o guisantes y lentejas) constituyen ricas fuentes de proteína. El frijol soya contiene un 40 % de proteína completa.

3. Los cereales proporcionan hidratos de carbono y proteína. Si son integrales, contienen también vitaminas.

4. Las verduras u hortalizas son ricas fuentes de vitaminas y de sales minerales. Contienen también hidratos de carbono y, en menor proporción, proteína. Deben comerse por los menos tres diferentes clases de verduras por día, y una de ellas será de hojas y se comerá cruda.

5. Las frutas frescas proveen abundancia de vitaminas e hidratos de carbono. Deben comerse dos frutas crudas por día como mínimo.

6. Las frutas oleaginosas (nueces, almendras, avellanas, etc.), son también una fuente rica de proteína.

7. Una dieta estrictamente vegetal puede ser equilibrada si se planea con buen juicio; de lo contrario puede originar carencias.

8. La leche es un alimento completo, insustituible en la alimentación infantil y útil como fuente de proteína en la dieta del adulto. No obstante, su riqueza en colesterol hace que no sea aconsejable su uso ilimitado a partir de la edad media de la vida. Este inconveniente puede obviarse si se toma leche descremada.

9. El requesón (cottage-cheese, queso, ricota) también es muy rico en proteína completa. Si se quiere evitar el exceso de colesterol, se debe utilizar leche descremada, y consumirlo luego sin agregarle crema.

10. Los huevos constituyen una rica fuente de proteína y de vitaminas A y D. Los niños y jóvenes pueden comer un huevo por día; los adultos, no más de tres o cuatro por semana y a partir de la edad media de la vida, su supresión parece ser la conducta más prudente debido a su alto contenido de colesterol.

11. La dieta ovo-lacto-vegetariana es la ideal para los niños, los jóvenes y los adultos; y se requieren en los ancianos las restricciones que ya hemos mencionado.

12. La carne es un alimento rico en proteína; tiene sin embargo, inconvenientes y peligros que no hacen aconsejable su consumo. Su proteína sólo se absorbe en proporción del 75 %, a diferencia de la proteína de la leche y el huevo, de la cual se asimila el 93 %. La cuarta parte de la proteína de la carne recorre el intestino sin ser asimilada, y sufre además la acción de los gérmenes intestinales, que realizan sobre ella un proceso de putrefacción.

La carne retiene las sustancias tóxicas que los tejidos no pudieron eliminar al producirse la muerte del animal. Dichas sustancias (xantina, hipoxantina, creatina y creatinina) actúan como excitantes sobre el sistema nervioso central. Por eso puede asegurarse que la reactividad y el temperamento de las personas que comen carne están modificados desfavorablemente por acción de las mismas.

La carne puede transmitir al hombre diversas enfermedades que padecen los animales, particularmente si, como ocurre muchas veces, su cocción no es perfecta. Mencionaremos como ejemplos la tuberculosis, la brucelosis, la teniosis y la triquinosis. Existen opiniones autorizadas, que esperan aún confirmación, según las cuales los virus cancerígenos podrían transmitirse al hombre por el consumo de carne.

Dr. PEDRO D. TABUENCA

¿Cuál es el Día del Señor, SABADO O DOMINGO?

SE PUEDE leer la Biblia desde el Génesis hasta el Apocalipsis —escribió el cardenal Santiago Gibbons— y no se hallará una sola línea que autorice la santificación del domingo. La Escritura requiere la religiosa observancia del sábado, día que nosotros [los católicos] nunca santificamos” (Santiago Gibbons, *The Faith of Our Fathers* [La fe de nuestros padres], p. 80).

En este magnífico párrafo escrito por una autoridad católica se contesta de una manera concreta, sencilla y terminante la pregunta que constituye nuestro título. El sábado, y no el domingo, es el día de reposo religioso y de adoración establecido por las Escrituras.

Específicamente, ¿cuáles son las razones por las cuales el sábado, o séptimo día de la semana, es el día del Señor, y no el domingo?

1. Porque es el día ordenado por la ley moral de Dios, o sea los Diez Mandamientos. En efecto, en la Biblia católica de Jerusalén se leen las siguientes palabras, que forman el cuarto mandamiento del Decálogo: “Recuerda el día del sábado para santificarlo. Seis días trabajarás y harás todos tus trabajos, pero el día séptimo es día de descanso para Yahveh, tu Dios. No harás ningún trabajo, ni tú, ni tu hijo, ni tú hija, ni tu siervo, ni tu sierva, ni tu ganado, ni el forastero que habita en tu ciudad. Pues en seis días hizo Yahveh el cielo y la tierra, el mar y todo cuanto contienen, y el séptimo descansó; por eso bendijo Yahveh el día del sábado y lo hizo sagrado” (Exodo 20: 8-11).

Y como sabemos, la ley de Dios

**Por el Dr.
FERNANDO CHAIJ**

es eterna e inalterable, ya que es nada menos que el reflejo del perfecto carácter de Dios.

2. Porque ese mandato divino, de tanta importancia que forma parte del Decálogo o ley moral de Dios, nunca fue cambiado o abrogado, ni podría haberlo sido, por lo que dijimos en el párrafo anterior. Al contrario, Cristo lo confirmó y lo puso en práctica en su propia vida. El enseñó la inalterabilidad de la ley en las siguientes palabras: “No penséis que he venido para abrogar la ley o los profetas; no he venido para abrogar, sino para cumplir. Porque de cierto os digo que hasta que pasen el cielo y la tierra, ni una iota ni una tilde pasará de la ley, hasta que todo se haya cumplido” (S. Mateo 5: 17-18).

La muerte del Señor Jesús en la cruz no hace sino rubricar con la sangre preciosa del Hijo de Dios la gran verdad de que la ley moral de Dios es de carácter necesario e inalterable. La ley exige la vida del transgresor. El ser humano se hizo acreedor de la sentencia de muerte cuando cayó en el pecado. Si Dios hubiera tenido alguna forma menos onerosa que la vida de su propio Hijo para rescatar al hombre —o si hubiera podido cambiar la ley—, lo hubiera hecho.

3. La tercera razón que establece el sábado como día de descanso es que ese día fue instituido por Cristo en el Edén, pues cuando, conjuntamente con Dios el Padre,

él creó la tierra y al hombre que la poblaría, descansó el séptimo día, lo bendijo y lo santificó, instituyéndolo como recordatorio de su maravillosa obra creadora (léase Génesis 2: 1-3).

4. La cuarta razón es que Cristo confirmó el carácter santo del sábado al dar la ley en el Sinaí, y reiteró su santidad cuando se humanó. En su vida terrenal Jesús santificó siempre el sábado, adorando a Dios y concurriendo a la casa del Señor ese día. San Lucas relata que cuando vino a Nazaret, “en el día de reposo [sábado] entró en la sinagoga, conforme a su costumbre, y se levantó a leer” (S. Lucas 4: 16).

Con su muerte Jesucristo también reafirmó la santidad del sábado. El viernes de tarde, antes de la puesta del sol, expiró en la cruz por nuestros pecados, y el sábado lo pasó descansando tranquilamente de su obra redentora en el sepulcro. Tan sólo el domingo de madrugada resucitó y apareció a sus discípulos.

5. El sábado es el verdadero día de adoración de Dios porque Cristo dio dos nombres al séptimo día: lo llamó sábado (o día de reposo) y también día del Señor. Por lo tanto, con sus propias palabras estableció que él es el creador del sábado, y que el sábado es su día, y no el domingo. Textualmente, éstas son las palabras del Maestro: “Y les dijo: El sábado ha sido instituido para el hombre y no el hombre para el sábado. De suerte que el Hijo del hombre también es señor del sábado” (S. Marcos 2: 27-28, Biblia de Jerusalén).

6. Según el mandato del Señor,



El emperador romano Constantino promulga en el año 321 la primera ley para instituir la santidad del domingo.

los discípulos debían orar continuamente porque la destrucción de Jerusalén no ocurriera en sábado, y él sabía que esa destrucción ocurriría el año 70 de nuestra era. Es decir que, según la enseñanza de Jesús, su muerte y resurrección no cambiarían el mandamiento del sábado, porque cuarenta años des-

pués de su crucifixión todavía ellos debían observar el descanso sabático (S. Mateo 24: 20).

7. Porque el séptimo día o sábado no sólo fue observado por el Señor sino que también los apóstoles, la Virgen María y los creyentes de la iglesia cristiana primitiva lo observaron fielmente (S. Lucas 23: 54-56; Hechos 17: 1-2; 18: 1-4).

Cómo y por qué ocurrió el cambio

¿Por qué la mayor parte de los cristianos hoy en día guardan el

primer día de la semana en lugar del sábado? Sabemos que lo hacen con sinceridad, impulsados por el amor a Dios y el deseo de servirle. Sin embargo, ¿qué nos dicen la historia y las Escrituras?

Una profecía bíblica indicaba, 500 años antes de Cristo, que surgiría una potencia que intentaría cambiar “los tiempos y la ley” (véase Daniel 7: 25). Dios vio de antemano que ocurriría ese cambio, y nos amonestó acerca del mismo.

Es cierto que en los primeros siglos de nuestra era algunos de los cristianos tenían mucho interés en diferenciarse de los judíos, y comenzaron a guardar el domingo en lugar del sábado por ese motivo, y para honrar la resurrección de Cristo. Pero este grupo quizás era la minoría. Algunos padres de la Iglesia documentan el hecho de que, hasta bien entrado el siglo IV, grandes sectores de la iglesia continuaban santificando el sábado. Entre los tales se hallan Tertuliano, Lactancio, Jerónimo, Orígenes, Sócrates Escolástico y otros.

Las principales razones del cambio, sin embargo, responden a dos hechos: el primero es que el domingo es de origen pagano. Era el día del sol, particularmente en el mitraísmo, muy difundido en todos los ámbitos del Imperio Romano. *Sunday*, domingo en inglés, significa literalmente día del sol, y recuerda ese origen. Después que Constantino aceptó nominalmente el cristianismo, en el año 321 promulgó un decreto para instituir la santidad del domingo, esperando de esta manera congraciarse con el mundo pagano.

No obstante, la adopción final del domingo como día de reposo de la Iglesia Católica se operó mediante un decreto del Concilio de Laodicea en el año 386. De esta

Tanto la historia como las Escrituras documentan el hecho de que la observancia del domingo no tiene base bíblica.

manera el catolicismo oficializó como institución cristiana una práctica que tiene un origen eminentemente pagano, y trató de reemplazar la observancia del único auténtico día del Señor, o sea el sábado, por el domingo, que hasta allí había sido el día del sol.

Si el espacio nos lo permitiera, podríamos presentar muchos testimonios para documentar el hecho

de que la observancia del domingo no tiene base bíblica alguna, y que fue adoptado mayormente por la autoridad de la iglesia. Pero por falta de espacio nos limitaremos sólo a uno.

En un catecismo doctrinal escrito por Esteban Keenan se lee lo siguiente: “*Pregunta: ¿Hay otra manera de probar que la Iglesia [Católica] tiene poder de instituir fiestas?* *Respuesta:* Si no tuviera tal poder, no hubiera podido hacer aquello en que todos los religiosos concuerdan. No hubiera podido sustituir la observancia del sábado, el séptimo día, por la del domingo; un cambio para el cual no hay autoridad en las Escrituras” (*A Doctrinal Catechism*, p. 174).

Significado e importancia del sábado

Va de suyo que ninguna iglesia, ninguna tradición, ninguna autoridad en la tierra, tiene la facultad de cambiar la eterna y perfecta ley de Dios, y lo que la Biblia claramente ha establecido.

Existen cinco razones fundamentales por las cuales la observancia del sábado tiene una trascendencia indiscutible y una importancia básica para quien desea ser un cristiano que aspire a la salvación eterna.

1. En primer término el sábado conmemora la obra creadora de Dios (Exodo 20: 8-11). Su observancia es un testimonio de nuestra fe en que Dios creó todas las cosas conforme al relato bíblico, y es a la vez un dique contra la avalancha del ateísmo y de la teoría evolucionista. Aunque esta teoría pretende tener un carácter científico, es apenas una hipótesis, una interpretación filosófica que de ninguna manera es concluyente, porque no puede ser comprobada, y que deja muchos hechos de la naturaleza sin explicación alguna.

2. La observancia del sábado conforme al mandato divino es también un testimonio en favor de la obra redentora de Cristo, que implica la realización de un nuevo nacimiento espiritual en cada ser humano, pecador por naturaleza, por medio del poder de Jesús.

3. Es la señal externa de un pacto de santificación, que implica consagración y transformación de la vida. En este sentido el sábado señala la justicia de Cristo, que justifica y también santifica (Exodo 31: 13).

Al observar el sábado, conforme a la ley divina, el cristiano muestra que cree en Dios como su Creador y Redentor, y que lo ama de todo corazón.

4. El sábado es un símbolo del reposo espiritual que Cristo da al alma humana, cuando la libra del pecado (Hebreos 4: 9-10; S. Mateo 11: 28).

5. La observancia del verdadero día del Señor tiene un significado y una trascendencia particularísima en esta época en que vivimos. Según las profecías del Apocalipsis, en las últimas escenas del gran conflicto milenario que se ha venido librando entre Dios y Satanás, entre el bien y el mal, entre la verdad y el error, la observancia del sábado será el signo de lealtad a Dios, a Cristo y a la verdad eterna.

Una potencia opositora que la profecía llama el anticristo, la bestia y Babilonia, querrá imponer una marca sobre todos los habitantes de la tierra. Esta marca será un falso día de reposo: el domingo (Apocalipsis 13: 14-17).

Mientras la fiel observancia del séptimo día será el sello del Dios vivo y una señal de lealtad y de amor a él, el enemigo de Dios y la verdad, obrando por medio de potencias adversas, intentará prohibir la observancia del sábado e imponer en forma obligatoria la observancia del domingo, con amenazas severas para los desobedientes. Y la humanidad entera estará dividida en dos grandes grupos, los que reciban el sello de Dios y los que acepten la marca de la bestia, los que obedezcan la ley de Dios y los que prefieran seguir las enseñanzas

de los hombres.

Por eso, el cumplir en forma sincera con el cuarto mandamiento de la ley de Dios tiene en estos últimos días de la historia humana una importancia especial: muestra si realmente creemos en Dios como nuestro Creador y Redentor, y si lo amamos de todo corazón. Cristo dijo: "Si me amáis, guardad mis mandamientos" (S. Juan 14: 15). Esa es la razón por la cual Dios invita a sus hijos fieles a permanecer leales a él, y advierte, en el tercer mensaje de Apocalipsis (cap. 14: 9-10), acerca del trágico fin de los que se niegan a aceptar a Jesús y son desviados de su lealtad a él, y deciden plegarse a la corriente fácil y arrolladora de la apostasía.

Bendiciones y beneficios de la fidelidad

En cambio aquellos que manifiestan lealtad a Dios, a Cristo y a la verdad, y lo revelan por su fidelidad en la observancia del sábado —practicada sólo por la gracia de Dios y por amor a él—, entran en una esfera inmensa de bendiciones, tanto en esta vida como en la por venir. He aquí una de las muchas promesas de la Biblia para los fieles: "Si retrajeres del sábado tu pie [es decir, si dejas de pisotearlo], de hacer tu voluntad en mi día santo, y lo llamas delicia, santo, glorioso de Jehová; y lo venerares, no andando en tus propios caminos, ni buscando tu voluntad, ni hablando tus propias palabras, entonces te deleitarás en Jehová; y yo te haré subir sobre las alturas de la tierra, y te daré a comer de la heredad de Jacob tu padre; porque la boca de Jehová lo ha hablado" (Isaías 58: 13-14).

Esta promesa abarca la felicidad y la paz en esta vida y la bienaventuranza en el reino futuro de Dios, donde el fiel disfrutará de una vida perpetua llena de gozo y alegría, junto con Dios y con Cristo, y con la placentera compañía de los salvados de todas las edades. Vale la pena resolver ser fiel a Dios en medio de la apostasía generalizada de esta hora, para gozar de esta paz y este bienestar presente y futuro que Dios nos ha prometido. ◇



DIALOGO ABIERTO

Consultas sobre el hogar, bienestar físico y mental, y problemas juveniles. Contesta el Lic. Raúl Villanueva T.

QUIERE DEJAR DE FUMAR

Mi esposo quiere dejar el hábito de fumar, pero dice que no puede. ¿Qué podría hacer yo para ayudarlo?

Cada día los estudios científicos confirman más y más el grave daño que el fumar causa a la salud. Para vencer el hábito, actualmente se sugiere una amplia variedad de métodos. Sin embargo para obtener el éxito mediante cualquiera de ellos es indispensable que la persona, al convencerte del peligro, tome una firme decisión de abandonar el vicio. Ello no resulta nada fácil. Muchos fumadores fracasan vez tras vez en el intento, pero por otra parte cada día son más los que triunfan. Sugiero Ud. a su esposo que confíe en la ayuda divina al tomar su decisión. La Iglesia Adventista tiene un programa gratuito de ayuda para los fumadores que se conoce como Plan de Cinco Días para Dejar de Fumar; miles de personas han abandonado el vicio practicando este plan. Le sugiero que investigue cuándo esa actividad se celebrará en la zona donde Ud. vive, e invite a su esposo a asistir.

MI NOVIO SE OPONE A LA LUNA DE MIEL

Mi novio es muy práctico y dice que, en vez de hacer un viaje de luna de miel cuando nos casemos, más bien se invierta el dinero en otra cosa. ¿Qué cree Ud. de esto?

El dinero que se gasta en la luna de miel es un dinero muy bien invertido. Redundará en beneficio de la felicidad matri-

monial futura. Constituye algo muy necesario para el correcto inicio de la vida matrimonial. Si bien no debiera hacerse en esos momentos una inversión tal que pueda sumir a la pareja en deudas innecesarias, ni tampoco convendría llevar a cabo un programa de actividades agotadoras, de ninguna manera el matrimonio tendría que privarse del beneficio afectivo y emocional que proporciona esta buena costumbre. Un famoso consejero matrimonial afirma lo siguiente: "La luna de miel es la corta transición que se produce entre el noviazgo y el establecimiento de un hogar. Muchos detalles del noviazgo continúan durante este período. Muchos detalles de la vida familiar se inician en ese momento". Le recomiendo que trate de convencer a su novio en cuanto a la importancia de esta parte de su boda, y que tracen planes definidos para tener una luna de miel que no sea costosa, pero sí tranquila y feliz. Nunca se arrepentirán.

EL COLESTEROL Y LA FIBRA EN LOS ALIMENTOS

¿Es verdad que la fibra en los alimentos ayuda a reducir el colesterol?

Es posible que así sea ya que de acuerdo con estudios recientes realizados en la Universidad de Alberta, Canadá, el consumo diario de 50 gramos de cereales integrales redujo sustancialmente el contenido de colesterol en la bilis de nueve pacientes que sufrían de cálculos biliares. La bilis de estos pacientes había estado antes supersaturada de colesterol.

CURSO BÍBLICO GRATUITO

¿Le gustaría seguir un curso bíblico que le traerá un mensaje de amor, esperanza y paz? Pídalo 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

Hablando con GONZALO BAEZ-CAMARGO

• Exclusivo para EL CENTINELA

• Entrevistó el Dr. Rafael Escandón

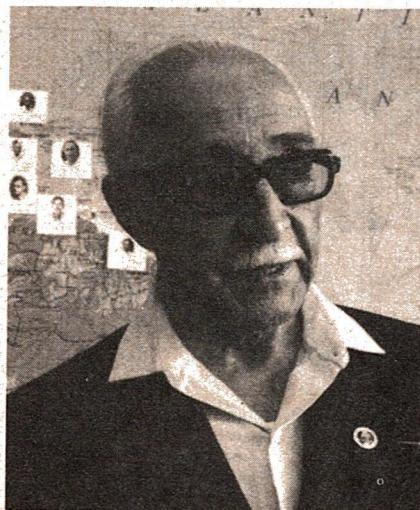
SIN duda alguna, el Dr. Gonzalo Báez-Camargo es el periodista de más experiencia de México. Ha colaborado en varios diarios por más de 60 años y en el periódico *Excelsior* se ha desempeñado en el departamento editorial durante los últimos 50 años.

Pedro Gringoire —como se lo conoce en el mundo intelectual— es un personaje polifacético. Sus intereses son múltiples. Es poeta, ensayista, hebreísta, traductor, investigador, lingüista, conferencista, políglota y aun músico. Es un amante de las Sagradas Escrituras y un cristiano a carta cabal.

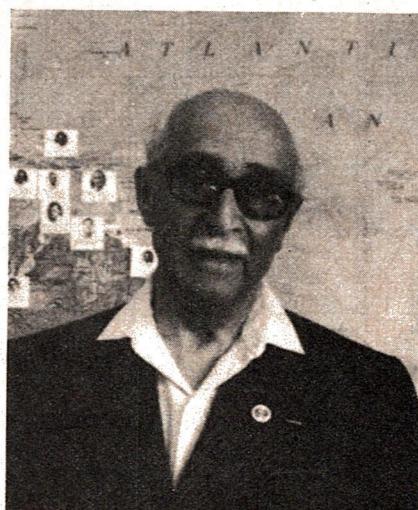
El 27 de noviembre de 1977 este insigne intelectual mexicano fue invitado por el gobierno de Israel a viajar a Jerusalén para recibir el premio "Jorge García Granados", el cual se entrega cada dos años a una

persona que se haya distinguido en la magna tarea de preservar y enriquecer las relaciones entre algún país de la América Latina y el Estado de Israel. Además de este reconocimiento ha recibido otros galardones por su extraordinaria labor, incluyendo tres doctorados honoris causa: uno de la Universidad Anglicana de San Pablo, en Tokio, Japón; otro del Instituto Internacional de Estudios Superiores de México, y el tercero de la Universidad Metodista del Sur, de los Estados Unidos.

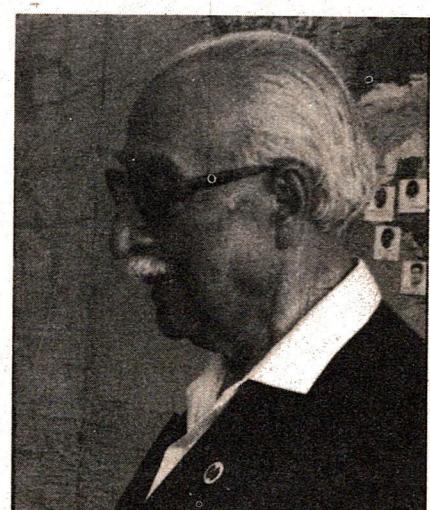
Gonzalo Báez-Camargo es un hombre muy sencillo. Hace poco tuve la oportunidad de entrevistarlo en el Centro Regional de las Sociedades Bíblicas Unidas, con sede en la ciudad de México, y éste fue el resultado de nuestra conversación, exclusiva para los lectores de *El Centinela*.



"Desde muy niño me atrajeron las Sagradas Escrituras en forma especial, y por eso, bajo la orientación de mis padres, me propuse recibir una educación religiosa".



"Tengo muchos poetas predilectos, pero si fuera a escoger uno de ellos, creo que seleccionaría a Amado Nervo, y el poema de él que más me gusta es el titulado 'Pastor'".



"Me permite recomendar que se escudriñe la Biblia no sólo como una cuestión de estudio doctrinal sino como una fuente de inspiración personal para la vida".

"Mis primeros versos los compuse cuando tenía siete años. Como se rieron de mí, rompé el poema y por años colgué la lira".

Sabemos que Ud., Dr. Báez-Camargo, es un hombre de amplia cultura y de intereses múltiples. También nos consta que es ávido estudiioso de las Sagradas Escrituras y un propulsor diligente de su difusión. ¿Podría decirnos cómo nació su interés en la Biblia?

Desde muy niño me han atraído las Sagradas Escrituras en forma especial, y por eso, bajo la orientación de mis padres, me propuse recibir una educación evangélica. Estudié en el Seminario Unido de México, en donde culminé mis estudios en el año 1921. Mi sueño era ingresar en la Sociedad Bíblica de México, pero entonces no fui aceptado. Creo que si en aquellos años juveniles se me hubieran abierto las puertas, con toda seguridad hubiera colaborado en forma más activa en la investigación y distribución de la Biblia. Pero Dios tiene sus planes, y me dediqué a otras labores literarias, aunque siempre seguía estudiando la Palabra de Dios y cooperando con su difusión. Desde 1960, sin embargo, comencé a trabajar sistemáticamente para la Sociedad Bíblica, más que todo como traductor.

Tengo entendido que Ud. tiene una colección de diversas versiones de la Biblia. ¿Cuál de ellas tiene mayor significado para Ud.?

Yo no soy un coleccionista, pero sí tengo en mi poder las versiones más importantes que han ido apareciendo en inglés, alemán, francés y, por supuesto, en español. Tengo una versión al catalán, hecha por los monjes de Monserrat, la cual recibí cuando estuve en ese lugar. Tengo otra escrita en el idioma ladino, o sea el español antiguo que hablaban los judíos. Y en cuanto a la versión más significativa no sé qué decirle. Por asuntos sentimentales, creo que escogería la Reina-Valera porque con ella me he formado bíblicamente. Profesionalmente no podría decirle que prefiero esta versión, porque en ciertos pasajes encuentro que otras versiones la superan. Si fuera a señalar una de las mejores versiones escogería la Biblia de Jerusalén, aunque también encuentro que en ciertos pasajes hay otras versiones mejores. Por lo tanto le confieso que todas tienen su valor.

Si tuviera que elegir un pasaje del Antiguo Testamento y otro del Nuevo, ¿cuáles escogería y por qué?

Tengo tantos pasajes favoritos... pero si tuviera que elegir uno, escogería el Salmo 23. Y del Nuevo Testamento, creo que seleccionaría el pasaje que se encuentra en Filipenses 2: 5-11. Allí el apóstol Pablo nos da la esencia del evangelio, mostrándonos el plan de salvación. Cristo Dios se despoja de su divinidad y se hace hombre, sufriendo la muerte más ignominiosa que jamás haya existido. Pero luego la escena se detiene para colocarlo de nuevo en la gloria, para que todo el mundo confiese que Jesús es el Rey de reyes y Señor de señores.



El Dr. Báez-Camargo muestra al representante de EL CENTINELA la reciente versión popular de la Biblia titulada "Dios habla hoy".

Seguramente que Ud. sabiendo el hebreo, gozará mucho leyendo los Salmos en su forma original en verso. ¿Podría decirnos cómo nació en Ud. la vocación poética?

No sé exactamente cuándo nació mi inspiración poética. Recuerdo que mi primer verso lo compuse cuando tenía unos siete años de edad. Se trataba de un poema dedicado al director de la escuela que regresaba de un viaje al extranjero. En aquella fiestecita leí aquellos versos originales, pero fui objeto del escarnio y de la burla por parte de uno de los profesores, y los demás compañeros, por supuesto, se rieron de mí. Así fue que rompé el poema y colgué la lira, tratando de borrar de mi mente aquel episodio. Hasta que un día tuve un profesor de literatura que hizo renacer en mí aquel amor por la poesía, y comencé a escribir versos de nuevo. Tendría por entonces unos doce años de edad. Los versos que se conocen en la actualidad fueron compuestos mayormente durante mi juventud; mis trabajos como traductor e investigador no me han permitido escribir más versos. Y en cuanto a los Sal-

"Tengo tantos pasajes bíblicos favoritos... Si tuviera que elegir uno, creo que finalmente escogería el Salmo 23".

mos, en verdad me gozo leyendo esos trozos poéticos en su forma original; y no solamente con ellos: hay muchos otros pasajes de la Biblia que fueron escritos en forma poética.

Nos gustaría saber, Dr. Báez-Camargo, cuál ha sido su producción literaria, y si piensan Uds. en la Sociedad Bíblica publicar los salmos en forma versificada.

En cuanto a la segunda parte de la pregunta le diré que no hay planes de elaborar un proyecto de esa naturaleza. Ud. sabe que para versificar se tiene que sa-

Gonzalo Báez-Camargo ha escrito un buen número de hermosas poesías, como se indica en el reportaje adjunto. Ofrecemos a nuestros lectores aquella que a juicio de muchos es quizás la más representativa de su inspirada producción.

RETORNO

Voy a seguir tus huellas,
Jesús, definitivamente.
Sólo beberé el agua de tu fuente,
sólo amaré el fulgor de tus estrellas,
y hacia tu faz afirmaré la frente.

¡Cuán pavorosa la aventura
de mi triste desvío!
Mis flores eran cardos, la amargura
de las aguas de Mara mi dulzura;
mi luz la sombra y mi calor el frío.

Mas torno a ti, Jesús, hermano mío,
y hoy sí tendrá mi ruta nuevamente
olor de nardos y brillar de estrellas,
porque definitivamente
voy a seguir tus huellas.

Gonzalo Báez-Camargo

crificar un poco la fidelidad. Hay que añadir y recortar a fin de lograr la rima y el ritmo. Muchos de los pasajes poéticos de la Versión Popular de la Biblia fueron escritos en verso libre, y aunque a veces se convierten en paráfrasis, tienen un valor poético muy grande. Y en cuanto a mi producción le diré que apenas tengo un libro de poesías, escrito, como le dije, durante mis años juveniles. Además creo he publicado unos veinte libros, y en cuanto a mis artículos ya perdí la cuenta, aunque estoy haciendo planes de clasificarlos un día de estos (se calcula que son más de cinco mil).

¿Cuál es su poesía favorita?

Tengo muchos poetas predilectos, pero si fuera a escoger uno de ellos, creo que seleccionaría a Amado Nervo, y el poema que más me gusta de él es aquel que se titula "Pastor". Esa poesía me gusta tanto que hasta me atreví a ponerle música y ahora se canta en muchas iglesias protestantes.

¿Es Ud. también músico?

No. Sencillamente que se me ocurrió preparar un canto especial para dar gracias en ocasión de los campamentos. Me atreví primero a improvisar la tonada y luego resultó la música. No es gran cosa, pero es algo que me llena de satisfacción por haber sido ésta mi primera y última producción musical.

Su vida, doctor, es de gran inspiración; ahora como pregunta final me gustaría saber qué consejo les daría Ud. a los lectores de *El Centinela* para que cobren cariño al estudio de la Biblia.

Sólo les recomiendo que escudriñen la Biblia no solamente como una cuestión de estudio doctrinal sino como una fuente de inspiración personal para sus vidas. Se puede ser un erudito en el estudio de la Biblia y no vivir conforme a la voluntad de Dios. Todo estudio intelectual de la Palabra de Dios no sale sobrando, sino que más bien le ayuda a uno a comprender mejor las enseñanzas sagradas. El secreto consiste en vivir el mensaje de la Biblia, y a medida que se vive ese mensaje se van descubriendo en las Escrituras nuevos tesoros y mayores promesas. Sus bendiciones son inagotables. Y cuanto más estudiamos con oración y humildad, más ampliamente comprendemos el excelente plan de la salvación, realizado para el hombre por un Dios de amor.

"El secreto consiste en vivir el mensaje de la Biblia. A medida que se lo vive, uno va descubriendo nuevos tesoros".

NOTICIAS DE INTERES

El oratorio El Mesías de Handel es presentado en Moscú

El majestuoso oratorio El Mesías de Handel, con su gozosa afirmación de la fe y la esperanza cristianas, fue presentado recientemente en el Conservatorio, el salón de conciertos más importante de Moscú, en dos noches consecutivas. Se cree que esta presentación fue la primera efectuada en la Unión Soviética desde que el comunismo asumió el poder en 1917. El comentario que acompaña al programa trató de resaltar la importancia al significado gioso de la obra. "El Mesías decía el texto— es un himno al pueblo, no al Señor. En realidad, la gente se convierte en su propio mesías".

¿Se ha convertido la televisión en el nuevo dios del siglo XX?

Gordon Dalbey en su artículo "Tele-religión", publicado hace poco en una revista de anuncios, se agrega a la lista aquellos que están preocupados seriamente por la influencia de la televisión en la sociedad moderna. Su advertencia merece tenerse en cuenta:

"Quizás el hecho más sorprendente de la vida doméstica de la sociedad norteamericana [y algo semejante podría decirse respecto a la mayoría de los países donde circula *El Centinela*] es la cantidad impresionante de tiempo que pasamos sentados frente a nuestros televisores. La agencia Neilson informa que la familia norteamericana promedio observa televisión 44 horas por semana. ¡Más de seis horas diarias!" Dalbey ve la connotación espiritual de este fenómeno: "Nos sentamos frente a una pantalla que nosotros mismos hemos construido y le decimos: 'Tú eres mi dios, salvame de la soledad y de la desesperación, de la confusión y del dolor... Ciertamente, días felices y respuestas fáciles me seguirán todos los días de mi vida, y frente al televisor viviré para siempre'".

Dalbey, un pastor evangélico de California, ve en la "tele-religión" una nueva autoridad eclesiástica: "La televisión nos está diciendo deliberada y diligentemente quiénes somos, qué hemos hecho, y qué podemos hacer... Es el lugar al cual vamos para aprender qué es eficaz, valioso y permisible en nuestra sociedad".

Concluye Dalbey su alegato contra la televisión diciendo que a los cristianos se nos exhorta a "proclamar ante nuestra cultura la noción radical de que la televisión no tiene la única historia en este mundo que vale la pena contarse".

sidad.—De *La Biblia en América Latina*, enero-febrero 1980.

¿Una deliciosa taza de té?

A muchos les gusta tomarse lo que llaman "una deliciosa taza de té" para calmar los nervios y lograr una sensación de bienestar. En cambio otros prefieren tomar café con el mismo fin. Pero tales personas no saben que el té, y también el café, no son buenos tónicos para el sistema nervioso.

Aunque el té tiene menos cafeína que el café, posee mayor contenido de ácido tánico. Ahí está el problema. Tanto la cafeína como el ácido tánico son productos que destruyen la vitamina B llamada también tiamina. Sabido es que esta vitamina es indispensable para el buen funcionamiento del sistema nervioso. Por eso los bebedores de té y café, sin saberlo, están perjudicando sus nervios. Cualquier ruido fuerte y repentino los sobresalta. Los gritos de los niños los ponen nerviosos. Tienen frecuentes peleas familiares por cosas sin importancia. Se llevan mal con los compañeros de trabajo.

Cuando baja el contenido de vitamina B en el organismo, la persona necesita algo más que una taza de té para recuperar el equilibrio nervioso y la tranquilidad. Esto es así porque la deficiencia de vitamina B también hace perder el apetito, disminuye la memoria y hace que la persona se sienta cansada la mayor parte del tiempo. También afecta el buen funcionamiento psicológico, ya que tiende a fomentar temores, obsesiones y confusiones mentales.

La buena salud requiere el abandono del té y el café. Mientras se lucha por conseguirlo, conviene consumir vitamina C (lima, limón, mandarina, naranja), porque ella impide que el ácido tánico descomponga y elimine la tiamina o vitamina B.



que se celebraron allí desde el 1.^o hasta el 15 de julio de 1979.

Además se prepararon 5.500 forros para igual número de Nuevos Testamentos que fueron entregados a cada uno de los participantes. La portada y la dedicatoria iban en inglés y español; el Nuevo Testamento, en la lengua materna de cada uno de los 5.000 ó más atletas que tomaron parte en los citados eventos deportivos. En la portada de cada Nuevo Testamento lucía un collar de piedra como los que usaban en sus ceremonias los indios tainos. Al centro estaban la llama olímpica y una paloma, símbolo de la amistad entre los pueblos. El respectivo ejemplar del Nuevo Testamento iba en una bolsa de uso personal que se entregó a cada atleta donde también iban otros artículos de primera necesidad.

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:

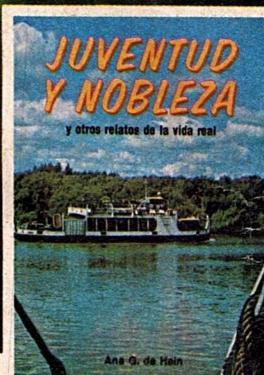
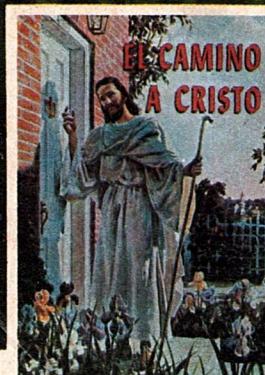
Nombre

Calle y N.^o

Ciudad País

*Precio válido sólo hasta Diciembre 31, 1980.

Viveza la Vida de su Familia y Fortaleza el Carácter de sus Hijos.



No Prive a su Familia del Beneficio que estas Obras Pueden Proporcionarle.

Ediciones Interamericanas

1350 Villa Street, Mountain View, California
Estados Unidos

Sírvanse enviarle información acerca de las siguientes obras:

- La Salud Emocional de la Familia**
- Proteja a Sus Hijos contra la Delincuencia**
- El Camino a Cristo** **Juventud y Nobleza**

Nombre

Calle y número

Ciudad Prov. o Estado

Código Postal País

Envíe sin demora este cupón a:
Ediciones Interamericanas



La Salud Emocional de la Familia

Por Sergio V. Collins

Esta obra explica cómo controlar las emociones negativas antes de que pongan en peligro la armonía, la paz y la felicidad. Además presenta en forma práctica qué se puede hacer para cultivar las emociones positivas en el seno del hogar.

Proteja a Sus Hijos Contra la Delincuencia

Por el Dr. Rafael Escandón

La delincuencia es un mal social que va en aumento; pero no es un mal inevitable. En este libro el lector encontrará numerosas sugerencias interesantes y oportunas que podrá utilizar para proteger sus hijos contra este grave problema.

El Camino a Cristo

Por Elena G. de White

La aspiración suprema de toda persona debe ser conocer a Cristo y reproducir su carácter en la vida personal. Esta verdadera literatura puede transformar a cada miembro de la familia acertadamente a la solución de sus problemas.

Juventud y Nobleza

Por Ana G. de Hein

Un libro de relatos basado en hechos tomados de la historia que exaltan rasgos de nobleza, acciones de valor, seriedad y altos ideales. Excelente ayuda en la formación del carácter puro, firme y elevado.