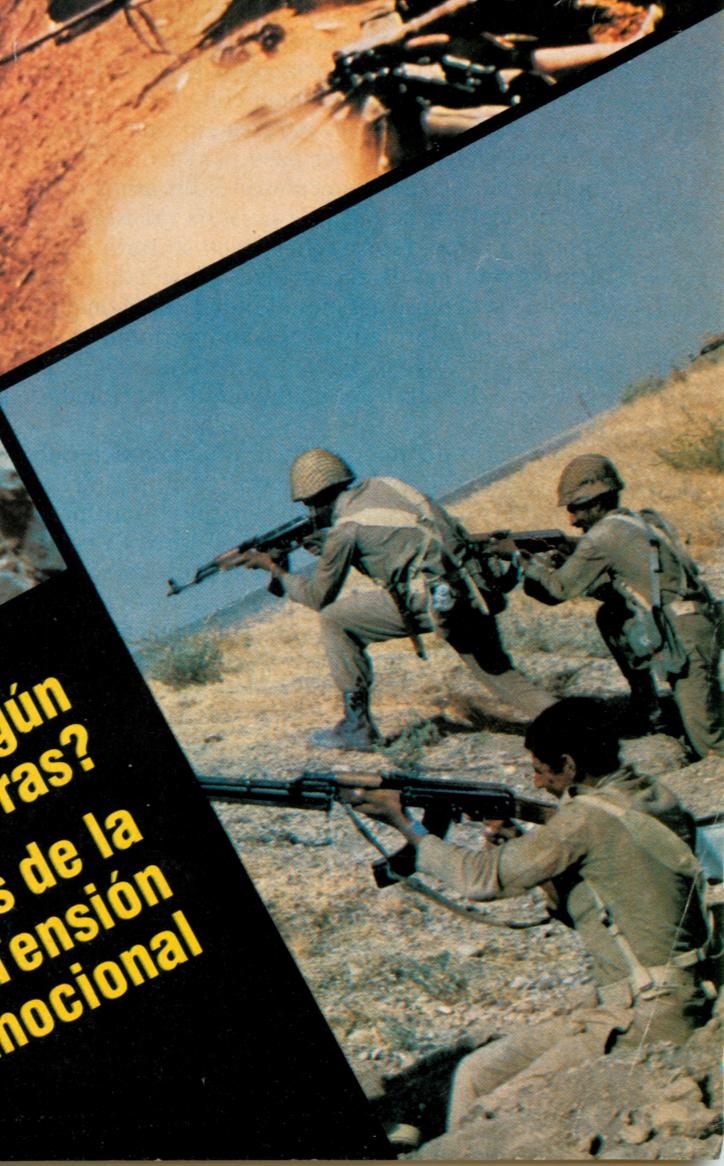
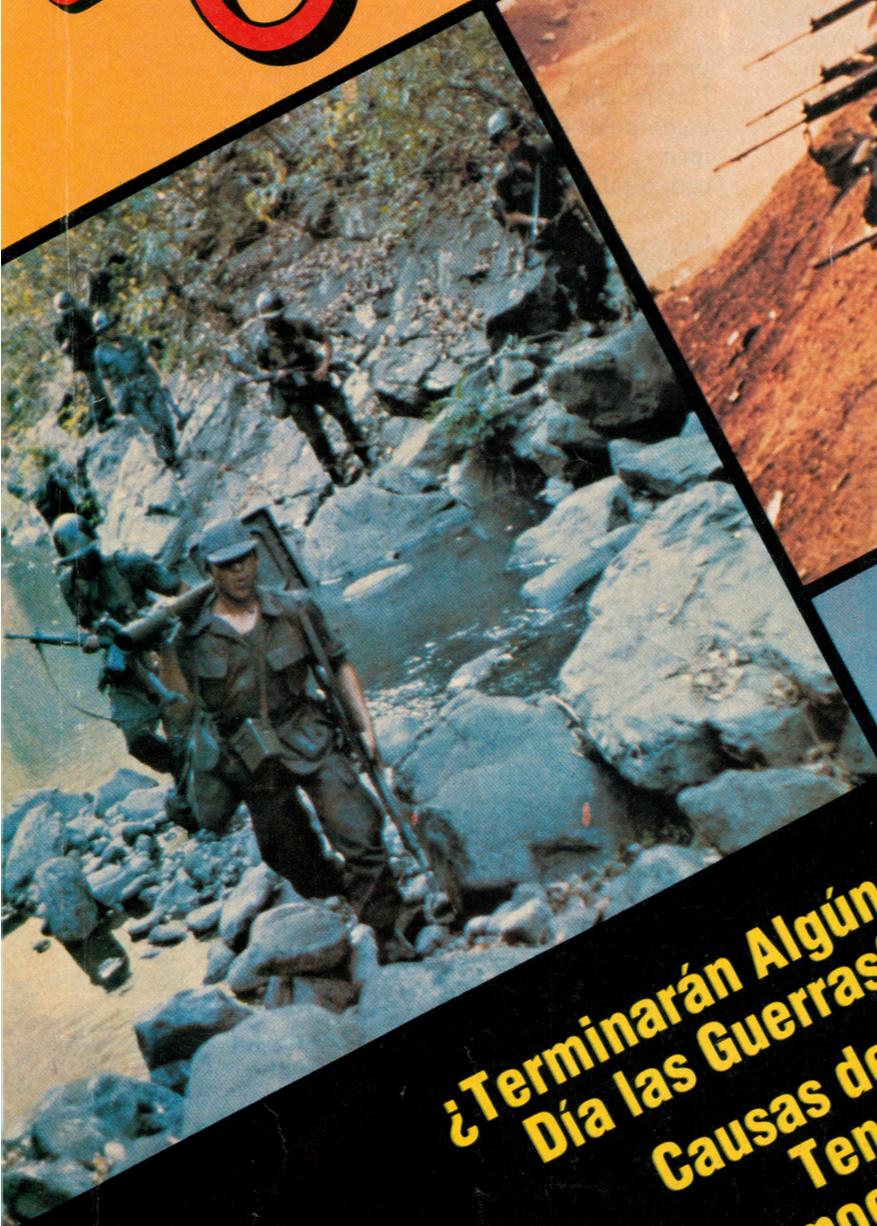


**BAJO EL SIGNO
DE LA
VIOLENCIA**

el Centinela



**¿Terminarán Algún
Día las Guerras?
Causas de la
Tensión
Emocional**

UN ARTE ESENCIAL

LA UNIVERSIDAD de Chicago y la Asociación para la Educación de Adultos de Illinois efectuaron hace poco una investigación que duró dos años y costó una ingente suma de dinero. El propósito del estudio era contestar la pregunta: “¿Cuál es el interés primario de los adultos?”

Algunos suponían que la respuesta sería el dinero o el sexo o los placeres. Sin embargo, se descubrió que el interés número uno era la salud, y el siguiente, cómo relacionarse en forma positiva con otras personas. Las personas adultas —y algo semejante ocurre con los jóvenes, aunque en menor medida— quieren llevarse bien con los demás y aprender la técnica de influir sobre sus semejantes.

Este es un arte esencial, tanto en el hogar y en el lugar de trabajo como en las relaciones sociales en general. De que lo dominemos dependen en gran medida nuestro éxito y felicidad.

¿Cuáles son algunos principios básicos del arte — y la ciencia— de llevarse bien con el prójimo?

Aunque a algunos les parezca extraña la declaración que sigue, el primer paso para tener buenas relaciones con nuestros semejantes es llevarnos bien con nosotros mismos. Si la persona no está en paz consigo misma, eso se reflejará en su trato con los demás en forma de agresividad, ansiedad, inseguridad, conductas defensivas, inestabilidad emocional, complejos de inferioridad y otros comportamientos análogos.

¿Cómo disfrutar de ecuanimidad emocional, de paz interior?

El espacio de que disponemos y el carácter de esta nota editorial impiden contestar esta pregunta en forma extensa. Digamos tan sólo que es indispensable tener una autoimagen realista y positiva, ya que ello determina cómo la persona se proyecta socialmente. Junto con eso han de eliminarse los sentimientos de culpa, el temor al futuro y otros elementos perturbadores, cultivando una profunda fe en Dios, en su misericordia perdonadora y en su sabia providencia.

Otro principio fundamental del arte de llevarse bien con los demás es recordar y respetar la calidad humana de cada persona con quien nos relacionamos.

En uno de los paneles del pabellón de México que figuró en la Exhibición Internacional de 1958, celebrada en Bruselas, lucían en francés estos versos de un canto nahuatl del siglo XV:

“Me gusta la canción del ceniztle, / el pájaro de las cuatrocientas voces; / me gusta el color del jade / y el intoxicante aroma de las flores, / pero lo que más

me gusta es mi hermano, el hombre”.

Ciertamente, en cada persona con quien nos cruzamos en el camino de la vida hemos de ver a un hermano, con sus luchas, tristezas, necesidades y anhelos semejantes a los nuestros. Sin importar su edad, raza o condición social, hemos de valorarla por el solo hecho de ser un miembro de la familia humana, hijo o hija del mismo Padre celestial y, por lo tanto, digna de todo respeto y comprensión, y poseedora de los mismos derechos que nos asisten a nosotros.

No podemos, no debemos, usar a los demás como un medio para alcanzar nuestros fines personales. Hay muchos que procuran valerse de sus prójimos como peldaños para ascender social o económicamente, o como instrumentos para halagar su propio ego, o tal vez como válvula de escape de sus chascos y frustraciones. ¿Es de sorprenderse, entonces, que haya tantos resentimientos y reacciones negativas en la interacción social de todos los días?

Por supuesto, lo más importante de todo para llevarnos bien con nuestros prójimos es profesarles un amor genuino y práctico. Y esto requiere el ejercicio del dominio propio, la tolerancia, la simpatía y el espíritu perdonador.

He aquí algunas exhortaciones magníficas que sobre este tema encontramos en las Escrituras, el tratado por excelencia de relaciones humanas: “Amaos los unos a los otros con amor fraternal”. “Quítense de vosotros toda amargura, enojo, ira, gritería y maledicencia, y toda malicia. Antes sed benignos unos con otros, misericordiosos, perdonándoos unos a otros, como Dios también os perdonó a vosotros en Cristo” (Romanos 12:10; Efesios 4:31-32).

Todo lo que hemos dicho o podría decirse sobre el arte de llevarse bien con los demás está incluido en la insuperable regla de oro, enseñada y practicada por el mismo Señor Jesús: “Así que, todas las cosas que queráis que los hombres hagan con vosotros, así también haced vosotros con ellos” (S. Mateo 7:12).

Por nosotros mismos es imposible vivir a la altura de esta elevada norma. Nuestra naturaleza frágil y egoísta nos traiciona vez tras vez. Sin embargo, podremos hacerlo si permitimos que el espíritu bondadoso y noble de Cristo se entronice en nuestro carácter y rija nuestra conducta. De ese modo, por la gracia divina dominaremos cada vez más el arte de tratar bien a nuestros semejantes, lo cual contribuirá a nuestra felicidad y a la de aquellos con quienes diariamente nos relacionemos.—T.N.P.



¿Terminarán algún día las

GUERRAS?

Lic.
Otoniel
Cabrera

DESDE el 6 de agosto de 1945 vivimos a la sombra de la bomba atómica. Esa mañana fatídica, a las 8:15 en punto, un B-29 bautizado con el nombre de Enola Gay, dejó caer sobre Hiroshima una bomba de poder extraordinario, hasta entonces desconocido. En cuestión de segundos aquella arma infernal destruyó el 98 por ciento de la ciudad y mató a 70.000 personas. Sólo unos cuan-

tos hombres en el mundo, entre ellos los físicos Bohr, Hahn, Urey, Fermi y otros, sabían lo que había pasado. El mundo "contuvo su respiración". El hombre acababa de adueñarse de uno de los secretos más poderosos de la naturaleza al crear un arma que eventualmente sería capaz de borrar del planeta todo vestigio de civilización.

Una segunda bomba, lanzada sobre Nagasaki, provocó la rendición del Japón y a la vez puso fin a la segunda guerra mundial. Desde el 9 de agosto de 1945 no se ha vuelto a usar esa temida arma, y los hombres y estadistas del mundo se hallan temerosos ante la posibilidad de otra guerra, pues saben que ésta traería

un cataclismo de dimensiones colosales capaz de eliminar todo ser viviente del mundo.

El título que encabeza nuestro artículo encierra un interrogante fundamental. Desde los albores de la historia la guerra ha sido un instrumento en las manos ambiciosas del hombre para obtener poder o para tratar de solucionar sus problemas; pero no ha podido conseguir ninguno de estos objetivos. Para no ir muy atrás en la historia, basta recordar el holocausto que contempló el mundo desde 1914 a 1918, cuando tuvo lugar la primera guerra mundial.

Winston Churchill, hablando sobre ella, señaló que se distinguió de todas las guerras anteriores por el “número inmenso de combatientes y por sus espantosas máquinas de destrucción; y de todas las guerras modernas, por su inaudita brutalidad”.¹ Churchill tenía razón. En los campos de batalla de esa guerra combatieron unos 60 millones de hombres, y en batallas como Verdún, el Somme e Ipres, murieron centenares de miles. El número total de muertos de dicha guerra se calcula en 10 millones y los heridos en 20 millones. La flor y nata de la juventud de Europa quedó desangrada sobre los campos de Flandes y en las estepas rusas.

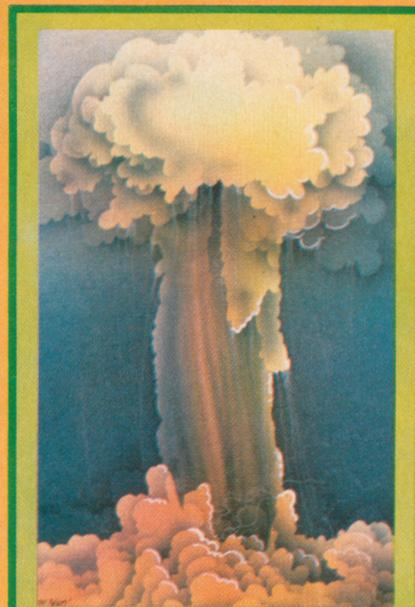
La primera guerra mundial se libró pensando en eliminar con ella toda posibilidad de nuevas guerras. Pero no se alcanzó el objetivo. Durante las décadas que siguieron se hicieron esfuerzos casi sobrehumanos para evitar otro holocausto. En 1922 se nombró una Corte Permanente de Justicia Internacional con sede en La Haya. En 1924 se estableció el Protocolo de Ginebra, y en 1925 se celebró la conferencia de Locarno. El apogeo de los movimientos pacifistas fue el Pacto Briand-Kellog, firmado en París el 17 de agosto de 1928. Más de 60 naciones pusieron su firma al pie de este documento, el cual proclamaba solemnemente que la guerra no sería considerada más como un instrumento de política internacional.

Sin embargo, a pesar de los esfuerzos del hombre por proscribir la guerra, en 1939 el mundo se vio envuelto en otro conflicto que excedió con mucho al anterior, en número de muertos y en daños causados, y que culminó con el sacrificio de Hiroshima y de Nagasaki.

Todo esto nos lleva a la pregunta planteada en nuestro artículo: ¿Cuándo terminarán las guerras? Los esfuerzos del hombre, a pesar de lo bien intencionados, no han podido solucionar el problema. Al terminar la segunda guerra mundial se estableció la Organización de las Naciones Unidas para bregar con los problemas internacionales, pero esa institución tampoco ha podido lograr su objetivo final, y actualmente se halla en grave crisis, pues el fan-

tasma de la guerra levanta con más osadía que nunca su horrible cabeza.

El jefe del Estado Mayor combinado de los Estados Unidos, general David C. Jones, hablando ante un comité del senado norteamericano decía que esta década sería “peligrosa e inestable”. Similarmente, el canciller de Alemania Occidental, Helmut Schmidt, hablando al pueblo alemán sostuvo que “el objetivo de su generación es evitar que el mundo vaya a la ruina”. Estas declaraciones de líderes del mundo cumplen al pie de la letra lo dicho por nuestro Señor Jesús y registrado en el Evangelio de San Lucas, capítulo 21, versículo 26, que describe lo que sería la condición del mundo al acercarse el fin de la historia humana: “Desfalleciendo los hombres por el temor y la expectación de las cosas que sobrevendrán en la tierra”.



“Podríamos vivir con la amenaza de una guerra nuclear por accidente, durante 10, 20, ó 30 años, pero es imposible que vivamos así para siempre”.

El ser humano se halla muy preocupado por la situación mundial y comprende perfectamente lo que podría ocurrir. Al comentar sobre las posibilidades de que se desate un conflicto nuclear por causa de algún tipo de error accidental, el Dr. James E. Muller, de la Universidad de Harvard, escribía en marzo último lo siguiente en la revista *Newsweek*: “Podríamos vivir con la amenaza de una guerra nuclear por accidente, durante 10, 20 ó 30 años, como hasta aquí ha venido ocurriendo, pero es imposible que vivamos así para siempre”. Por su parte, la primera ministra de Inglaterra, Margaret Thatcher, señaló que “enfrentamos tiempos problemáticos, y esto significa que levantamientos políticos y choques militares se producirán, sin advertencia, en partes críticas del mundo”.²

Los arsenales nucleares continúan creciendo y haciendo más pavoroso el temor a otro desastre nuclear. Aún se recuerdan las masivas demostraciones populares efectuadas en Europa, en señal de protesta contra el despliegue de las avanzadas armas nucleares de los Estados Unidos en el viejo continente. Todo ello evidencia el justificado temor de los europeos ante la amenaza de un holocausto nuclear en su territorio.

Leonid Brezhnev, en un discurso pronunciado ante el parlamento hindú el 10 de diciembre de 1980, describió cómo las naciones en un esfuerzo por obtener superioridad militar “inflan los presupuestos militares en proporciones sin precedentes, se acelera la producción de armamentos, las bases militares existentes son ensanchadas y se establecen otras nuevas por todo el mundo”.³ Las guerras continuas, los movimientos guerrilleros como los de Centroamérica, los accidentes y secuestros de aviones, la situación inestable en Medio Oriente, los problemas socioeconómicos en Polonia, y otros fenómenos semejantes, muestran la insuperable crisis por la que atraviesa nuestro mundo, y la necesidad imperiosa de que Jesucristo regrese a este mundo e intervenga en los destinos humanos. Al venir, Cristo establecerá un nuevo orden de cosas donde las guerras no existi-



Diálogo Abierto

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

SE HA ENFRIADO EL AMOR

Hace ocho meses que somos novios. Ambos asistimos a la misma universidad. Hasta hace poco él me trataba muy bien, pero últimamente se muestra muy frío conmigo. No me quiere decir qué es lo que le pasa y ya no puedo soportar más. ¿Debo exigirle una explicación, o simplemente terminar mis relaciones con él?

Ud. sabe que los estudios universitarios suelen ser muy exigentes. Antes que resuelva tomar alguna decisión, piense en la probabilidad de que lo intenso de los estudios de él pueda ser lo que está afectando a su noviazgo. Puede ser que él piense que por el momento debe dar la preferencia a sus estudios. Si esto es lo que realmente ocurre, lo más posible es que muy pronto vuelva a ser con Ud. como era antes.

Por otra parte, pudiera también ocurrir que realmente su novio ha perdido el afecto que sentía por Ud., y sencillamente no se atreve a decírselo por no lastimar sus sentimientos. Si esto fuera lo que en verdad ocurre, habría que aceptar la realidad y, lamentablemente, dejar de luchar por lo que ya está perdido. Recuerde que, aunque para una joven esto resulta ser muy doloroso, siempre es menos grave que llegar a casarse y luego ver fracasar el matrimonio.

LOS TACONES ALTOS Y LA SALUD

Me gusta usar zapatos de tacones bien altos, pero algunos me dicen que esta práctica puede afectar mi salud. Yo los he usado por mucho tiempo y no he notado que me hayan hecho daño alguno. ¿Cree Ud. que podría llegar a afectar mi salud seriamente si los continúo usando?

Se considera el uso de calzado con tacones altos como algo muy elegante que realza la figura femenina. Sin duda que esta es la razón por la cual son tan usados por tantas damas.

Sin embargo, las personas que le dicen a Ud. que los tacones altos pue-

den llegar a afectar su salud, le están diciendo algo cierto. Según el Dr. John Menell, médico especializado en terapia física, los tacones altos alteran el centro gravitacional del cuerpo, trastornan el balance e impiden la tensión normal de sus músculos sustentadores. Esto favorece un rápido desgaste y desgarraduras en todas las articulaciones desde la nuca hasta los pies. Los músculos de la parte inferior de la espalda resultan especialmente fatigados. Con el tiempo, los resultados son espasmo y dolor.

Como Ud. puede ver, amiga lectora, la elegancia de los tacones altos puede costarle infinitamente más que el precio que Ud. paga por tan atractivo calzado.

QUIERO VIVIR

Soy una joven de 20 años de edad y tengo un problema que me desespera, y que ha paralizado "mi vida": son mis nervios alterados y la ansiedad. Hasta he tenido que dejar mis estudios universitarios. Aun entre mi familia me siento sola y abandonada. Soy religiosa, y sé que Dios me puede ayudar, pero aunque me horroriza pensar en tener que visitar a un psiquiatra, estoy dispuesta a ir si es necesario, porque quiero vivir.

Puedo comprender lo desesperado de su condición. Una mujer tan joven como Ud. debiera ser una persona feliz y poder disfrutar la vida como la disfrutan otras personas de su edad. Creo que su fe en Dios puede ser suficiente para la curación del mal que afecta su sistema nervioso, pero creo también que no es contrario a la voluntad de Dios que Ud. procure la ayuda de médicos especializados en el tratamiento de los problemas nerviosos. Ud. debe mirar este problema como una enfermedad más y aprovechar la ayuda de la ciencia. La verdadera ciencia y Dios no son necesariamente incompatibles, como algunos suelen a veces pensar. Mantenga su confianza en Dios, trate de superponerse Ud. misma en lo posible, y no vacile en buscar la apropiada ayuda médica.

rán (Daniel 2:44), pues éstas son el resultado del malvado corazón humano, el cual Jesús promete transformar y darnos, a cambio, corazones donde estén escritos sus sagrados principios de amor, tolerancia y perdón (Ezequiel 11:19-20). Sin embargo, para poder entrar en ese nuevo mundo es necesaria una entrega total a Jesús, quien nos dice "Venid a mí todos los que estáis trabajados y cargados, y yo os haré descansar" (S. Mateo 11:28). Dios quiere que vayamos a él tal como estamos, con nuestros defectos, temores y necesidades, y a su vez promete darnos el descanso y la paz del alma que anhelamos junto con la seguridad de que seremos ciudadanos de esos "cielos nuevos y tierra nueva, en los cuales mora la justicia" (2 S. Pedro 3:13).

La esperanza de un mundo nuevo ha alentado a los seres humanos a través del tiempo. En el capítulo 11 del libro de Hebreos, se nos recuerda cómo los héroes de la fe vivieron en comunión con las promesas de Dios. Ellos no vieron, en su tiempo, el cumplimiento de las mismas, pues Dios anhela que nosotros también, juntamente con ellos, seamos participantes de su gloria en el día final. En el capítulo 14 del Evangelio según San Juan, nuestro Señor Jesucristo les prometió a los discípulos ir a preparar lugar para sus fieles, y en el capítulo 21 de Apocalipsis el mismo apóstol nos describe una ciudad de oro, donde no habrá violencia, dolor ni muerte.

Estimado lector, ¿será que nosotros realmente desearemos entrar allá? La puerta está abierta. Lo único que el Señor espera es que le permitamos entrar en nuestro corazón. En Apocalipsis 3:20 el Señor se nos presenta como llamando a la puerta de nuestros corazones. Si le permitimos entrar, podremos decir, en el momento de nuestra conversión, con el poeta Francisco Estrella: "Y en mi desierto floreció la rosa / y hubo corrientes de aguas cristalinas". ♦

(1) Citado por Raimundo Beach, *Crepúsculo o aurora* (Ediciones Interamericanas, México; 1955), p. 123. (2) Margaret Thatcher, "The West: In Good Shape to Face International Upheavals", *Vital Speeches of the Day* (January 15, 1981), p. 195. (3) Leonid Brezhnev, "USSR. Relationship with the U.S.", *Vital Speeches of the Day* (February, 1981), p. 229.

¿Sabe cómo DISCIPLINAR a SUS HIJOS?

Lic. LUIS ALAÑA BARREZUETA



A CLAREMOS de entrada que el niño no es un diablo suelto. “En el fondo de todo niño —alguien ha dicho— hay un sabio y un loco, un ángel y un demonio, un héroe y un cobarde”. Esta dualidad enraizada en la naturaleza humana y que San Pablo, con un impresionante graficismo, sintetizó en dos palabras: espíritu y carne, acompaña al hombre desde la cuna a la tumba. La lucha entre estas dos tendencias es inevitable, y el padre o el educador muchas veces pueden inclinar la suerte hacia el lado positivo.

El niño tampoco es un angelito caído del cielo. Es la segunda verdad que queremos dejar sentada. Pensar así es reflejar una candidez roussoniana, mil veces contradicha por la experiencia. Como padres o educadores ustedes me darán la razón. El niño es una mezcla de luz y de sombras, de posibilidades estupendas y defectos garrafales. ¿Por qué no subrayar con trazos gruesos y llamati-

vos sus cualidades buenas, sin fijarse demasiado en los defectos, lo que por cierto no significa que haya que ignorarlos?

¿Una filosofía del castigo? No creo oportuno ni posible desarrollar aquí en el poco espacio de que disponemos. Digamos tan sólo que en la antigüedad el castigo era altamente recomendado, como lo atestiguan estos conocidos dichos: “La letra con sangre entra” y “Quien bien te quiere, te hará llorar”. Y si echamos mano de la Biblia nos encontramos con frases como éstas: “La vara y la corrección dan sabiduría” (Proverbios 29:15). “El que detiene el castigo, a su hijo aborrece; mas el que lo ama, desde temprano lo corrige” (Proverbios 13:24).

En estos últimos tiempos la actitud hacia el uso del castigo —especialmente físico— ha cambiado, y hay quienes dicen que el castigo fomenta los miedos morbosos, la hipocresía, la crueldad, la amargura, la sed de venganza, el sadismo y otros males semejantes. Por todo ello se

arrincona el castigo como un trasto viejo ya definitivamente superado. Pero los hechos han demostrado sobradamente las consecuencias negativas de esta postura indulgente, que pretende desconocer que el niño es caprichoso, indócil y necesita ser correctamente disciplinado.

El problema es: ¿Cómo usar el castigo para que sea verdaderamente provechoso y útil? Castigar es fácil, sobre todo para algunas madres demasiado nerviosas o para algunos padres demasiado biliosos. Lo difícil es castigar bien. He aquí algunos principios que pueden ayudar:



El castigo no debe rebajar ni degradar. El niño no es un don nadie. Tiene su dignidad que debemos proteger a toda costa. Tiene derechos inviolables. Cuando los niños

no son respetados por sus educadores, no pueden formar su sentido de dignidad propia. Un enfermo mental nos contó que un tío suyo, medio "bárbaro", lo cuidó de adolescente. A la más ligera travesura, lo desvestía y lo flagelaba con una cuerda de tender ropa. Las heridas físicas cicatrizaron, pero la humillación y degradación de ser desnudado en sus años de pubertad, jamás cicatrizaron.



El castigo tiene que ser adecuado, en proporción con la falta cometida. No es justo que el niño tenga que sufrir las consecuencias del revés económico que experimentó el negocio del papá o del chisme que la maliciosa de la vecina le levantó a la mamá.

Deberíamos recordar que los niños son más inteligentes de lo que a veces parece, y que suelen "medir" con bastante justeza las faltas que cometen, aunque a veces lo disimulen. Sería un error grueso aplicar el "mismo castigo" por haber dejado unos zapatos sucios o una puerta mal cerrada que por haber dicho una mentira. Si se procede así, el niño hará una confusión en la escala de valores y no podrá jerarquizarlos convenientemente.



La razón del castigo debe ser comprensible para el niño. Ilustramos esto con un incidente tomado de la vida real. Un día Jorgito rompe una taza de loza. La mamá casi ignora el accidente y se limita a decirle que tenga más cuidado. Pero la próxima semana Jorgito rompe otra taza, la de "porcelana importada" que le regalaron a mamá el día de su cumpleaños. Se arma en la casa una tremenda batahola. La mamá grita desaforadamente y termina dándole al niño una soberana paliza. Jorgito está totalmente confundido. Para él una taza —cualquier taza— es una cosa que sirve para tomar leche, y la leche sabe lo mismo en cualquier taza. Es importante que seamos consecuentes en nuestro modo de disciplinar al niño.



Hay que disciplinar con amor y firmeza. Todo castigo que no esté impulsado por el amor debe ser desterrado de cualquier sistema pedagógico, porque es contraprodu-

cente. Bien declaró una célebre educadora:

"El amor tiene un hermano gemelo que es el deber. El amor y el deber se encuentran lado a lado. El amor puesto en ejercicio mientras se descuida el deber, hará a los hijos testarudos, voluntariosos, perversos, egoístas y desobedientes. Si se emplea solamente el severo deber, sin que el amor lo suavice y domine, tendrá un resultado similar. El deber y el amor deben fusionarse a fin de que los niños sean debidamente disciplinados".



Un niño aprende a hacer lo que se espera de él. Si un educador o padre espera que su hijo o educando se porte mal, tendrá que recurrir frecuentemente al castigo, y las más de las veces estérilmente. Un niño aprende a hacer lo que se espera de él. Si a un niño se lo castiga porque se porta mal, y piensa de sí mismo que es malo, se portará peor. Si a un niño se lo castiga porque es un buen muchacho que puede mejorar, entonces se portará mejor. Confiar en un niño es creer que él puede portarse bien y que, por medio de la educación y la experiencia —y ocasionalmente por el castigo—, aprenderá a portarse mejor. ◇

NO SIEMPRE...

1. ...se logra lo que se quiere
2. ...se alcanza lo perseguido
3. ...se obtiene lo merecido
4. ...se acepta lo que conviene
5. ...se dice lo que se debe
6. ...te aprecian como tú mismo
7. ...tenemos cuanto quisiéramos
8. ...disfrutamos lo que tenemos

PERO MUCHAS VECES...

1. ...no se quiere lo que conviene.
2. ...no se persigue lo más valioso.
3. ...no se merece lo recibido.
4. ...no conviene lo que se acepta.
5. ...debe saberse más de lo que se dice.
6. ...tú mismo no te aprecias lo suficiente.
7. ...estorban las posesiones.
8. ...no tenemos conciencia del disfrute verdadero.

Lic. Valentín Acosta

CULPA

TEMOR

ODIO

Causa
TENS

condición humana fundamental de todas estas personas es la inseguridad. Esto provoca un desequilibrio anímico muy grave que produce un estado casi permanente de temor, ansiedad y angustia. Esta situación está bastante gene-

ralizada en la sociedad moderna. Muchas personas, desesperadas, confían la solución de su problema a las drogas o al oído del psiquiatra. Al respecto, un informe de la revista *Visión*, del 21 de septiembre de 1981, menciona que una investigación realizada en 1977 en los Estados Unidos determinó que los médicos habían extendido ese año 120 millones de recetas (equivalentes a 4.000 millones de dosis) de tranquilizantes. Esta grave situación fue puesta dramáticamente de relieve por un polémico libro de Richard Hughes y Robert Brewin titulado *The Tranquilization of America* (El aquietamiento de los Estados Unidos). Según dicho informe, la realidad latinoamericana con relación al mismo problema es igualmente alarmante. ¿Adónde iremos a parar?

Lo anterior es un índice elocuente de la condición emocional por la que atraviesa la mayoría de la gente en la actualidad, lo que hizo preguntarse al conocido escritor Fernando Chaij: "¿No será que los miembros de nuestra sociedad moderna sufren de cierto grado de pobreza emocional?"¹ Como si fuera una respuesta a esa pregunta, el Dr. Mario Enrique Dulanto, jefe del Departamento de Adolescencia del Hospital Infantil de México, dijo hace poco en un congreso: "Más que hambre física hay desnutrición emocional en

Lic. FELIX CORTES A.

SON las seis de la tarde, hora "pico" en una gran capital latinoamericana. Es la hora de mayor concentración de gente en calles, estaciones y medios de transporte. De todas partes, hasta de debajo de la tierra, sale un torrente humano como por arte de magia. La multitud semeja un solo cuerpo, que se mueve como si tuviera vida propia. El individuo como tal se siente disminuido y casi anulado

por ese ser monstruoso. Cada persona pareciera una célula de ese cuerpo social gigantesco. ¡Cuántos rostros hay, sin embargo! Ojos brillantes, elocuentes. ¡Cuánto dicen esas miradas! ¡Y cuánto callan! Hablan de inseguridad, temor y angustia. Y esos rostros, aislados y ausentes, ocultan su propio drama.

Estadísticas referentes a multitudes semejantes nos dicen que más de la mitad de sus miembros manifiesta rasgos neuróticos. La

nuestro país".² Lo mismo podría decirse de los habitantes de todas las grandes ciudades modernas. Es evidente que un grave mal emocional, psíquico, espiritual, afecta a la mayoría de las personas en nuestra sociedad moderna.

que podría afirmarse que es la ansiedad el mal universal de nuestra época, como consecuencia de la inestabilidad en que se encuentra hoy la humanidad civilizada".³

Pero hay una causa más profunda que subyace en el fondo de

manos. Pueden detectarse las zonas erróneas de la personalidad, puede practicarse el autocontrol y la meditación trascendental, puede realizarse el aprendizaje asertivo y el análisis transaccional... pero el mal permanece incurra-

Las raíces profundas de la TENSION EMOCIONAL

Las raíces de una epidemia universal

Las causas de este problema radican parcialmente en el estilo de vida de la sociedad actual. La prisa con que se vive impide al hombre alimentar su espíritu con lo bueno, noble y edificante que la vida ofrece. La tensión que produce el temor a la guerra, los azares de la vida política, la contaminación ambiental, la lucha por la vida y la competencia social y económica, son otras tantas causas de este grave problema de nuestro tiempo. Por otra parte, casi todo contribuye hoy al lesionamiento de la estructura emocional del hombre. La persona se ve disminuida y casi aniquilada por una serie de factores comerciales, industriales y sociales adversos. La propaganda comercial que se ha apoderado de casi todos los medios masivos de comunicación, quita prácticamente la necesidad y hasta la capacidad de pensar. Así se despoja al hombre de su más valiosa posesión: la facultad de pensar, de razonar, de decidir.

El mecanismo de hierro de la vida moderna ha dejado al hombre convertido en un ser indefenso. Las siguientes palabras escritas ya hace años son hoy más vigentes que nunca: "Las condiciones en que vive el hombre actual, lo llevan con excesiva frecuencia a situaciones de ansiedad al extremo de

toda la inquietud y falta de paz interior del hombre actual. Es el sentimiento de culpa que nace de la convicción profunda que tiene el hombre de su pecaminosidad. El pecado separa al hombre de Dios, única fuente de gozo y paz. Por eso podemos afirmar que la causa básica y real de todos los conflictos, inquietud y angustia es el pecado.

El Dr. Guillermo Sadler, miembro de la Asociación Americana de Psiquiatría, escribió: "Nadie puede apreciar tan plenamente como un médico el porcentaje sorprendentemente alto de enfermedades y sufrimientos humanos que pueden adjudicarse directamente a la congoja, el conflicto, la inmoralidad, la disipación y la ignorancia, el pensar insalubre y el vivir impuro".⁴ Es lo que dijo el profeta: "Pero los impíos son como el mar en tempestad... No hay paz, dijo mi Dios, para los impíos" (Isaías 57:20-21).

Para disfrutar de paz interior

¿Cómo lograr esta preciada posesión, la paz? Médicos, psiquiatras, filósofos y divulgadores han detectado esta enfermedad de la humanidad civilizada y han publicado centenares de libros y tratados con abundancia de soluciones para el problema que estamos describiendo. Pero el mal que aqueja al hombre es profundo. No puede curarse con recursos hu-

ble, porque pertenece a otra dimensión. Es más que físico y mental. Es espiritual. Es un problema de relación.

El hombre fue hecho para tener comunión con Dios. Por creación está incapacitado para vivir lejos de Dios. Su mente y su cuerpo sólo funcionan adecuadamente en la comunión con Dios. Por eso Jesús dijo: "Venid a mí todos los que estáis trabajados y cargados, y yo os haré descansar ... y hallaréis descanso para vuestras almas" (S. Mateo 11:28-29).

Apreciado lector, Cristo y su doctrina constituyen la medicina más efectiva para las enfermedades del alma, porque resuelven el mayor problema del hombre que es la causa básica de todas sus calamidades: el pecado. Toda la humanidad carga pesadas cargas. La más pesada que le ha tocado en suerte es la carga del pecado. Cristo promete librar al hombre de esa pesada carga y proporcionarle el descanso y la paz que necesita con urgencia.

Hay una provisión divina efectiva para librar al hombre del pecado. Es el poder purificador de la sangre de Cristo, derramada en propiciación por los pecados de todos los hombres, y que "limpia de todo pecado" (1 S. Juan 1:7). En virtud de su fe en la eficacia de la sangre purificadora de Cristo, el pecador es declarado justo por Dios. De ese modo entra

en posesión de las bienaventuranzas de los justos. Una de las más preciadas posesiones de los justos es la paz. Es lo que dijo el apóstol San Pablo: "Justificados, pues, por la fe, tenemos paz para con Dios por medio de nuestro Señor Jesucristo" (Romanos 5:1).

Teniendo paz con Dios, inmediatamente se halla la paz con los demás y especialmente con nosotros mismos. El Dr. Mas de Ayala escribió lo siguiente sobre el tema que estamos analizando: "La sincera aceptación de los principios de Cristo, en una vida en que florezca el gozo y la paz mental, una vida de pensamiento abnegado y conducta pura, al instante eliminará la mitad de las dificultades, enfermedades y dolores de la raza humana. En otras palabras, más de la mitad de la actual aflicción del género humano podría prevenirse por el tremendo poder profiláctico que reside en vivir de acuerdo con el espíritu personal y práctico de las verdaderas enseñanzas de Cristo".⁵

Al aceptar a Cristo como el Salvador y el Amigo personal, se resuelve el mayor problema del hombre. Se acaban los conflictos, los temores y la angustia. El pecado, causa del enajenamiento de Dios, quien es nuestra única fuente de gozo y paz, pierde su poder irresistible. La causa del sentimiento de culpabilidad que había ahuyentado la paloma de la paz del corazón humano, ha sido desarraigada. Curada la enfermedad, desaparecen los síntomas. El hombre inquieto, lleno de ansiedad y angustia, está ahora en paz con Dios, con los demás y consigo mismo. Entonces se cumple aquella promesa divina: "La paz os dejo, mi paz os doy; yo no os la doy como el mundo la da". "Mucha paz tienen los que aman tu ley, y no hay para ellos tropiezo" (S. Juan 14:27; Salmo 119:165). ◇

(1) Fernando Chaij, *El dilema del hombre moderno*, p. 22. (2) *Diario El Universal*, 4 de septiembre de 1981. (3) Mas de Ayala, citado por Fernando Chaij en *Paz en la angustia*, p. 20. (4) *Idem*, p. 23. (5) *Ibidem*.



Al Abrir la Biblia

Enseñanzas del Señor Jesús para esta hora de crisis
Curso a cargo de Eradio Alonso

ESTUDIO N.º 13

La Corona de la Vida

En este mundo sólo algunas familias privilegiadas han tenido descendientes que han logrado ceñirse la corona de algún reino. En la segunda venida de nuestro Señor Jesucristo, cada cristiano, sin importar lo humilde de la familia de que descienda, se ceñirá la corona de la inmortalidad.

Quiénes la recibirán

1. ¿Qué dice San Pedro que recibiremos cuando aparezca el Príncipe de los pastores? Respuesta: La corona de gloria. "Y cuando aparezca el Príncipe de los pastores, vosotros recibiréis la corona ... de gloria" (1 S. Pedro 5:4).
2. ¿Cómo será la corona que recibirán los santos de Cristo? Respuesta: Será incorruptible. "Todo aquel que lucha, de todo se abstiene; ellos, a la verdad, para recibir una corona corruptible, pero nosotros, una incorruptible" (1 Corintios 9:25).
3. ¿Qué destacado personaje de la Biblia esperaba recibir también la corona? Respuesta: El apóstol San Pablo. "Por lo demás, me está guardada la corona de justicia, la cual me dará el Señor, juez justo, en aquel día; y no sólo a mí, sino también a todos los que aman su venida" (2 Timoteo 4:8).

Requisitos para recibirla

4. ¿Qué tenemos que hacer para recibir la hermosa corona de vida? Respuesta: Soportar la tentación. "Bienaventurado el varón que soporta la tentación; porque cuando haya resistido la prueba, recibirá la corona de vida, que Dios ha prometido a los que le aman" (Santiago 1:12).
5. ¿Quién recibirá ese eterno premio de salvación? Respuesta: El que persevera. "Mas el que persevera hasta el fin, éste será salvo" (S. Mateo 24:13).

Exhortación final

6. ¿Qué mensaje envió Jesucristo a la iglesia de Filadelfia? Respuesta: Que se esforzara por retener la corona. "He aquí, yo vengo pronto; retén lo que tienes, para que ninguno tome tu corona" (Apocalipsis 3:11).
7. ¿Qué promesa se hace a todo aquel que se mantenga fiel? Respuesta: Que recibirá la corona de la vida. "No temas en nada lo que vas a padecer. He aquí, el diablo echará a algunos de vosotros en la cárcel, para que seáis probados... Sé fiel hasta la muerte, y yo te daré la corona de la vida" (Apocalipsis 2:10).

MI DECISION

Mediante Cristo despreciaré honores y triunfos dudosos de esta vida, con tal de que en el cielo me sea ceñida la corona de la vida eterna.

¿POR QUÉ ENVEJECEMOS?

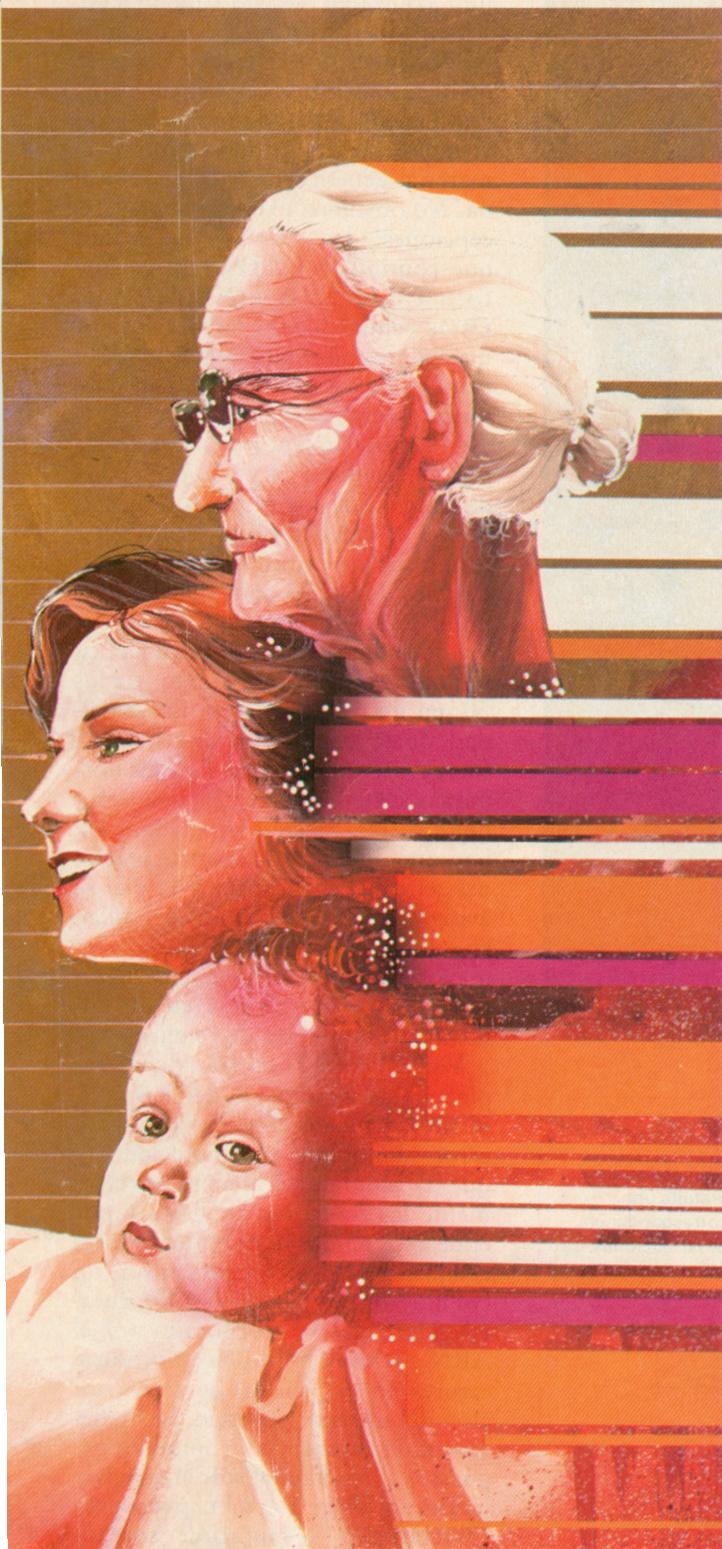
Dr. GERALD VYHMEISTER

EN 1970, había en los Estados Unidos 3 personas con más de 100 años de edad por cada 100.000 habitantes. En la Unión Soviética (en la región de Georgia, a orillas del mar Negro) dicho índice era de 39 personas, y en la región de Azerbaidján (a orillas del mar Caspio) era de 63 personas cada 100.000 habitantes, estando allí también la persona más longeva del mundo en aquel entonces, con 167 años de edad. Por otro lado, en Ecuador, en la región de Vilcabamba, el año siguiente fueron censados nueve centenarios en una población de 819 habitantes, lo cual equivaldría a 1.098 centenarios por cada 100.000 habitantes.

La longevidad, es decir la duración de la vida, varía mucho en una población: algunas personas mueren recién nacidas, otras, de pocos meses; unos cuantos, antes de la adolescencia; otros, en ese período, o en la edad madura, o cuando ancianos. Al sumar las edades de todos los muertos en una población durante un año y dividir las por el número de muertos, se tiene la edad promedio de esa población para ese año. Así tenemos que la longevidad promedio en los Estados Unidos en 1974 fue de 67,4 años, superior en algo más de 12 años a la longevidad promedio mundial de 55,3 años. Se cree que, si hoy día se eliminaran las causas principales de muerte, la vida humana de todos modos no llegaría más allá de un promedio de 100 años.

En los animales encontramos una duración máxima de vida característica para cada especie (ver tabla que acompaña a este artículo). Se ha observado que en general los animales más pequeños tienen un período de vida más corto que los animales más grandes, pero ésta no es una regla absoluta. Así por ejemplo la jirafa, siendo varias veces más grande que el chimpancé, tiene una longevidad menor. También se ha observado que aquellos animales con un cerebro proporcionalmente más grande tienen mayor longevidad. Evidentemente hay un componente genético que es transmitido de generación en generación, porque el envejecimiento no se puede explicar sólo como una consecuencia de ciertas leyes físico-químicas que se esperaría que actúen por igual en todos los animales.

En las plantas encontramos los organismos vivos más viejos de nuestro planeta. Las secuoyas más antiguas tienen más de 3.500 años de edad, y el *Pinus aristata* (abeto



NERY CRUZ



D. TANK

de Santa Lucía) de California excede los 4 mil años. Sin embargo sus células vivas más viejas no tienen más de 30 años de edad, y se encuentran en la zona que separa la madera de la corteza de las plantas.

Estudios hechos con células de tejido conectivo —tejido de relleno, sostén y reparación de los organismos— muestran que las células se dividen unas 50 veces y luego mueren. Pareciera que el límite de 50 divisiones estuviera programado en el material genético de la célula paterna. No obstante, existen algunas excepciones: las células cancerosas, que continúan dividiéndose en una forma esencialmente indefinida. Otras células, como las nerviosas y musculares no son reemplazadas durante toda la vida del organismo, sencillamente envejecen con él.

El envejecimiento se caracteriza por la disminución en la capacidad de función de los órganos del cuerpo. Se ha calculado que en los seres humanos la capacidad funcional después de los 30 años de edad disminuye un 0,8 por ciento al año, o sea que a los 50 años de edad ha disminuido en un 16 por ciento, y a los 70, en un 32 por ciento. La velocidad de la conducción nerviosa, la fuerza muscular y el nivel de las hormonas sexuales se encuentran disminuidos; las arterias se endurecen, hay atiesamiento de las articulaciones, el cabello encanece y la piel se arruga. En las células se acumulan residuos metabólicos y se observa un mayor número de proteínas defectuosas, lo cual redundaría en un aumento en la muerte de células.

Varias teorías han tratado de explicar este fenómeno del envejecimiento. Una de ellas lo atribuye a errores bioquímicos —mutaciones— que al acumularse afectan adversamente las funciones celulares y por ende a los tejidos que contienen estas células. Por ejemplo, se conoce un compuesto químico —el 5-fluoruracil— que al ser incorporado por el ARN (ácido ribonucleico) produce errores en el proceso de transcripción del mensaje genético. Se ha demostrado también que animales expuestos a irradiación sufren un envejecimiento prematuro, pero esta característica —mutación somáti-

TESOROS de Vida

Curso gratuito por correspondencia

Nombre _____

Calle y N.º _____

Ciudad _____

Prov. o Estado _____

Código postal (zip code) _____ País _____



Un curso bíblico gratuito por correspondencia, de 30 lecciones, de inestimable valor para Ud.

Envíe este cupón a EL CENTINELA, P. O. Box 7000
Mountain View, CA 94042, EE. UU. de N. A.

ca— no se trasmite a sus descendientes, los cuales siguen viviendo el tiempo de vida normal correspondiente a su especie.

Según otra teoría, el principal órgano responsable del envejecimiento sería el timo, que alcanza su mayor peso entre los 7 y los 11 años de edad del individuo y luego disminuye hasta que desaparece completamente en la madurez. El timo removería células inmunes que pueden producir autoanticuerpos (anticuerpos contra los propios tejidos de la persona). Al disminuir la capacidad del timo aumentarían los autoanticuerpos que serían responsables de todos los cambios degenerativos. Es decir, una disminución en la función del timo reduciría la capacidad del sistema inmune para destruir células tumorales recién formadas.

Una tercera teoría atribuye el envejecimiento al colágeno, que constituye hasta el 40 por ciento de la proteína del cuerpo y que está presente en los espacios intercelulares. El colágeno está formado por unidades moleculares (monómeros) llamadas tropocolágeno, las cuales están hechas de tres cadenas polipeptídicas unidas por ligaduras de hidrógeno. Con la edad, entre las cadenas polipeptídicas, y entre los monómeros de tropocolágeno, ocurren enlaces covalentes (enlaces cruzados) que hacen cada vez más difícil extraer y solubilizar el colágeno. Se ha visto que el colágeno de una rata de 2 años y medio (ya envejecida) es sumamente cruzado; no así el colágeno de un niño de 2 años y medio, porque en proporción la duración máxima de vida de cada uno es diferente.

¿Por qué envejecemos? Los científicos no pueden darnos una respuesta satisfactoria, pero nos recomiendan que para tener una vida más larga adoptemos una dieta con bajo contenido en calorías y proteínas, que consumamos grasas vegetales, que llevemos una existencia con actividad física diaria, ausencia de preocupaciones o tensión emocional, y una vida conyugal feliz.

Aun siguiendo estas recomendaciones, todos los seres vivos envejecen y finalmente mueren. No importa qué medida se tome para evitarlo,

el envejecimiento y la muerte vienen con paso firme y seguro. Siendo la muerte el resultado final del envejecimiento, es lógico suponer que envejecimiento y muerte tienen una misma causa. Las Sagradas Escrituras establecen claramente que en un principio el hombre fue creado por Dios con planes de que viviese para siempre, bajo la condición de que fuese obediente y mantuviera una relación de fe en Dios y amor a él. Desgraciadamente el hombre cortó esa relación, es decir, pecó, separándose voluntariamente de Dios, que es la fuente de vida.

La muerte, entonces, es el resulta-

do del pecado (Romanos 6:23), y por lo tanto podemos deducir que el envejecimiento también debe ser consecuencia del pecado. Pero las mismas Sagradas Escrituras señalan que Dios destruirá la muerte para siempre cuando cree nuevos cielos y nueva tierra (Isaías 25:8; 65:17), y además indican que aquellos que acepten su plan redentor vivirán para siempre.

En el sombrío panorama del envejecimiento y la muerte brilla para el creyente en Dios una luz de consuelo y de esperanza en una vida eterna, en una inmortalidad sin trazas de envejecimiento o muerte. ◇

LONGEVIDAD

Organismo	Edad máxima	Edad promedio	Organismo	Edad máxima	Edad promedio
Hombre	167	70	Aves		
Mujer	—	75	Aguila real	80	-
			Avestruz	40	-
			Buitre	117	-
Mamíferos			Estornino	19	-
Alce	26	15	Gallina	20	-
Ardilla	8	6	Golondrina	9	-
Burro	35	12	Paloma	35	-
Caballo	46	20	Reptiles		
Cabra	18	8	Caimán	60	-
Canguro	—	7	Tortuga	150	-
Castor	20	5	Anfibios		
Cebra	—	15	Rana pequeña	20	-
Cerdo	27	10	Sapo	36	-
Ciervo de cola blanca	17	8	Salamandra	50	-
Conejo	13	5	Peces		
Cuy	7	4	Carpa	50	15-20
Chimpancé	44	20	Esturión	100	-
Elefante africano	60	35	Sollo	70	-
Gato	28	12	Invertebrados		
Gorila	39	20	Hormiga (reina)	19	-
Hipopótamo	—	25	Langosta	50	-
Jirafa	33	10	Lombriz de tierra	10	-
León	25	15	Mejillón de agua dulce	100	-
Leopardo	19	12	Plantas		
Lobo	—	5	Abeto de Santa Lucía	4.000+	-
Murciélago	24	6	Alamo	80	-
Oso polar	38	20	Arbustos	10-12	-
Oveja	20	12	Plantas anuales	1 (5-8 meses)	-
Perro	20	12	Plantas bienales	2	-
Puma	19	12	Sequoia	3.500	-
Rata doméstica	3	3			
Tigre	26	16			
Vaca	30	15			
Zorro rojo	14	7			

Nota: Las edades están dadas en años

A detailed illustration of a young girl with long, wavy blonde hair, wearing a red and white dress with a white apron, focused on cutting a piece of paper clothing with scissors. In the background, several other paper clothes are shown, including a purple hat, a blue jacket, a white dress with floral patterns, and a pair of white shoes. The artist's signature 'M.L.' is visible near the girl's hands, and 'MARGO LOCKE' is written in the bottom right corner of the illustration.

Confesión de un Sábado de Noche

KEN McFARLAND

ERA uno de esos placenteros sábados de noche que disfrutamos en nuestro hogar desde que eliminamos la televisión hace algunos años.

Mi hijo hacía correr su tren en las vías de dos niveles que acabábamos de armar juntos. Mi esposa practicaba en el piano algunos nuevos cantos infantiles para tocarlos en las veladas familiares. Las tres niñas y yo estábamos sentados junto a la mesa del comedor, cortando muñecas de papel y vestiditos para muñecas.

“Yo quiero cortar las ropas por mi cuenta”, anunció mi hijita de tres años.

Comprendiendo que esa tarea estaba más allá de sus habilidades, protesté. “¿Por qué no le dejas a papito que corte para ti las ropitas de la muñeca?”.

“No, yo misma las voy a cortar”.

Su manecita tomó las tijeras, pero noté que las manejaba en forma equivocada, pues comenzaba a cortar bruscamente la página donde estaban dibujadas las ropas para las muñecas. El trajecito que ella había escogido **cortar** para “Pidgy”, su muñequita, pronto perdió una pierna y dos o tres lengüetas para armar el vestido de papel. Era doloroso observar lo que estaba pasando.

En pocos minutos, la expresión de su rostro cambió,

de confianza a concentración, a frustración y luego a derrota y abatimiento. “No puedo cortar bien”, admitió finalmente, con sus grandes ojos llenos de lágrimas.

“¿Quieres que papito te ayude?”, me ofrecí. Respondió entregándome las tijeras y los restos del estropeado trajecito de Pidgy. Después de unos pocos y rápidos cortes y de remendar, con cinta adhesiva transparente, algunos pedazos malogrados, Pidgy ostentó lo que podía juzgarse como un traje razonablemente bien cortado.

Entonces cruzó por mi mente la idea de que en mi hijita podía observarme a mí mismo. Cuántas veces le digo a mi Padre celestial: “Quiero hacer las cosas por mí mismo”, únicamente para comprobar cuán incapaz soy de arreglármelas solo.

Mi Padre debe fruncir el ceño y suspirar profundamente al ver los resultados patéticos y desastrosos de mis esfuerzos pueriles e independientes. Cuántas veces, después que yo he admitido mi fracaso, él me ha ofrecido su ayuda, y luego ha intervenido hábilmente para poner orden en el caos creado por mis esfuerzos obstinados de querer hacer solo las cosas.

A veces me da la impresión de que mi hijita de tres años quizás pueda enseñarme más cosas de las que ella jamás aprenderá de mí. ◇

Gerente General
LeRoy J. Leiske

Presidente del Consejo Editorial
Dr. Humberto M. Rasi

Director
Dr. TULLIO N. PEVERINI

Redactor
Lic. Raúl Villanueva

Diagramador
Enrique Fuentealba

Promotores
Lic. Claudio Ingleton
Lic. Raúl Rojas

Directores de Ediciones Internacionales: Sergio Collins (Francés), Lawrence Maxwell (Inglés), Azenilto Brito (Portugués), Reinder Bruinsma (Holandés); **Colaboradores Especiales:** José Luis Campos, Fernando Chaij, José Espinosa, Sergio Moctezuma, Ricardo A. Rodríguez; **Secretaría de Redacción:** Lillian Sánchez; **Subgerente de Circulación:** Belia Peterson.

Suscripción anual, dólares 4,10. Número suelto, dólar 0,36. 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 Safe-liz, 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, Río Piedras, Puerto Rico 00929. Oeste: P.O. Box 1629, Mayagüez, Puerto Rico 00708. **VE-NEZUELA:** 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.

Portada: United Press Internacional

Copyright © 1982, by Pacific Press Publishing Association



Noticias de Interés

Declaración del Papa sobre el rescate de Dozier

El Papa Juan Pablo II declaró oportunamente que el rescate del general norteamericano James L. Dozier de manos de los terroristas de la brigada roja de Italia no sólo era un motivo de alegría, sino una indicación de que "puede ponerse fin al azote del terrorismo". Hablando a funcionarios de la NATO que asistían a un cursillo especial de capacitación en Roma, el Papa declaró que la liberación del cautivo "renovó nuestra convicción de que los medios no violentos son el único camino para lograr reformas políticas y sociales duraderas en cualquier país". El Papa instó a los funcionarios de la NATO a trabajar en pro de un futuro marcado por "la armonía, la justicia y la paz". Señaló que todavía había muchos obstáculos para alcanzar la paz en el mundo, pero advirtió contra la actitud de abandonarse al "fatalismo y a la desesperación".

Recluidos en la casa por una tormenta de nieve, adventistas adoran por teléfono

El invierno pasado hubo una tormenta de nieve insólitamente severa en diferentes zonas de los Estados Unidos. Dicha tormenta interrumpió la mayoría

de las actividades de la población de Duluth, Minnesota, pero no impidió que la Iglesia Adventista de la ciudad tuviera ese sábado su servicio religioso semanal. En vez de que la congregación fuese a la iglesia, la iglesia fue donde estaba la congregación. El culto religioso se celebró a través de una conferencia telefónica colectiva, que unió a 58 familias. Una serie de operadoras llamaron en la víspera a casi todos los miembros, a fin de convocarlos para la inusitada cita religiosa que tendría lugar el día siguiente a las diez de la mañana. Hubo dos pequeños inconvenientes: sólo un miembro de la familia a la vez podía escuchar el servicio religioso, y no hubo forma de pasar el platillo para recoger la ofrenda.

La Biblia en China

El centro de coordinación para la evangelización mundial de los chinos, con sede en la ciudad de Hong Kong, informa que se han abierto 60 iglesias —católicas y protestantes— en China. Indica, además, que algo más de 100.000 ejemplares de las Sagradas Escrituras fueron enviados en 1980 a dicho país, y que el Seminario Teológico de Nankin reinició sus labores en febrero del año pasado. Y termina diciendo

que "se reciben continuos informes de iglesias que, como en los tiempos de los apóstoles, se reúnen en casas de creyentes".



El cigarrillo, principal causa de mortalidad

A fines de febrero pasado el cirujano general de los Estados Unidos, C. Everett Koop, informó que el cigarrillo será este año el responsable del 30 por ciento de las 430.000 defunciones debidas al cáncer que, se anticipa, habrá este año en dicho país. Koop hizo público el informe anual que el gobierno prepara sobre el cigarrillo y la salud, y dio datos alarmantes. Además de señalar el hecho de que el hábito de fumar es la causa principal de muertes por cáncer del pulmón, el esófago, la laringe y la boca, el informe también indicaba que el cigarrillo es un "factor contribuyente" al cáncer de la vesícula, el hígado y el páncreas. Siendo que el cigarrillo también contribuye a las enfermedades cardiovasculares y pulmonares, Koop declaró textualmente: "La práctica de fumar cigarrillos está claramente identificada como la principal causa prevenible de muertes en nuestra sociedad. Si yo fuera un fumador de pipa, cigarros o cigarrillos, y actuara en forma razonablemente inteligente y hubiese leído este informe, desearía haber dejado de fumar mucho tiempo atrás". Koop dejó de fumar con pipa hace unos diez años. En sus comentarios, este funcionario dijo que "el inhalar involuntariamente el humo de cigarrillo puede representar un riesgo cancerígeno para los no fumadores", y advirtió que, hasta donde sea posible, "la prudencia recomienda que los no fumadores eviten exponerse a humo de tabaco de segunda mano".

Para beneficio de usted y su familia Suscríbase hoy mismo a EL CENTINELA

Envíe este cupón a: Subgerente de Circulación, EL CENTINELA, P. O. Box 7000, Mountain View, CA 94042, U.S.A.

PEDIDO DE SUSCRIPCION

Deseo suscribirme por un año a El Centinela. Adjunto \$4,10* 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, 1982

EL **amigo** de los niños

Entretiene ●
Educa ●
Eleva ●



**LA REVISTA
IDEAL PARA
SUS HIJOS.**

**PREPARADA
PENSANDO
EN ELLOS...
Y EN USTED.**

*32 páginas apasionantes
para los niños, que también
los padres disfrutarán.*

PUBLICACIONES INTERAMERICANAS

P.O. Box 7000, Mountain View, California 94042, Estados Unidos

Me gustaría suscribirme a EL AMIGO para recibirlo trimestralmente durante 1983. Adjunto \$10,00 (añadir \$1,00 para los países fuera de los Estados Unidos).

Nombre _____

Calle y N.º _____

Ciudad _____ Prov. o Estado _____

Código Postal (Zip Code) _____ País _____

- Relatos. Poesías. Historietas en Serie.
 Curiosidades. Crucigramas. Adivinanzas. Acertijos.
 Labores y Experimentos. Dibujos y Canciones, y muchas sorpresas más en cada número.

Suscriba hoy mismo a sus hijos a EL AMIGO DE LOS NIÑOS. Descubrirá que EL AMIGO se transformará en el mejor amigo de su familia. Recorte el cupón de la izquierda y envíelo a: PUBLICACIONES INTERAMERICANAS, P. O. Box 7000, Mountain View, California 94042, Estados Unidos.

También, por medio de nuestra agencia más cercana a su casa, puede obtener información sobre EL AMIGO DE LOS NIÑOS.