

Septiembre 86

EL

CENTINELA



UNA JUVENTUD OPTIMISTA
La Fecundación Artificial
¿Por Qué Viven Más
los Adventistas?

EDICION
HISPANOAMERICANA

Gerente General

Eugene M. Stiles

Presidente del Consejo Editorial

Dr. Humberto M. Rasi

Director

Dr. TULIO N. PEVERINI

Redactor

Lic. Juan J. Suárez

Redactor ayudante

Lic. Miguel A. Valdivia

Diagramador

Enrique Fuentealba

Director de Ventas Internacional

Lic. José L. Campos

Interamérica: Juan de Armas

Responsable de Circulación

Belia Peterson

Secretaría Editorial

Adly Campos

Edición en francés

Daniella Ducret

Director asociado para Puerto Rico y la Rep. Dominicana

Dr. Francisco López Castillo

Colaboradores Especiales

Dr. Fernando Chaij, José Espinosa,
Eloy Martínez, Sergio Moctezuma,
Ricardo A. Rodríguez.

Corresponsales

Centroamérica y Panamá: Teyvni Grajales
Colombia y Venezuela: Mirto Presentación
Estados Unidos: Eradio Alonso, Pedro Geli,
Max Martínez, Manuel Vázquez
México: Félix Cortés Antonio

Suscripción anual, dólares 5.95. Número suelto, \$1.00 (un dólar). 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 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 Safeliz, S. L., Aravaca. 8, 28040 Madrid, España. **ESTADOS UNIDOS:** P. O. Box 7000, Boise, Idaho 83707. **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. **VENEZUELA:** Apartado 4908, Caracas. Apartado 525, Barquisimeto.

Portada: D. Tank

Copyright © 1986, by
Pacific Press Publishing Association

EDITORIAL

UNA JUVENTUD OPTIMISTA

A FINES del año pasado, un joven de 22 años de edad, Steven Faulkner, fue honrado por la Institución Carnegie, junto a otras 20 personas responsables de algún acto de heroísmo. Steven salvó la vida de una mujer cuyo auto cayó en las aguas heladas del río Skagit, en el Estado de Washington. De las 21 personas homenajeadas, 10 eran menores de 30 años.

Michelle Bush, también de 22 años de edad, renunció a una posible medalla de oro en los Juegos Olímpicos de 1984, porque la carrera decisiva se realizaría en sábado, día de reposo bíblico. Michelle manifestó que su convicción religiosa era más importante que cualquier medalla.¹

Frecuentemente se comenta la actitud irresponsable y a veces desenfrenada de los jóvenes. Sin embargo, los incidentes arriba citados son evidencia de principios positivos, generosos y profundos en la juventud.

La juventud actual se enfrenta a los cambios científicos y sociológicos más vertiginosos de la historia. El futuro les asalta con sus complicaciones insospechadas. Pueden ser objeto de lo que algunos denominan la "enfermedad de los cambios", al no poder adaptarse a la velocidad con que se producen las innovaciones. Los jóvenes buscan respuestas en un mundo donde las estructuras sociales y morales se han derrumbado o están confundidas.²

El Dr. Saúl Levine, de la Universidad de Toronto, expone que los jóvenes necesitan dos cosas que la cambiante sociedad actual no les puede proveer: la primera, un sentido de pertenencia y la otra, algo en que creer.³ Cuando el medio ambiente no satisface estos requisitos, los jóvenes pueden buscar alternativas que mitigan falsamente esos anhelos y les hacen perder el rumbo.

El joven actual necesita percibir estabilidad en su familia y en la sociedad. Necesita saber que los adultos toman en serio sus propios ideales, que están tratando de acatar ciertos principios que son estables, en contraste con una sociedad convulsionada por cambios.

Necesita también desarrollar un concepto saludable de sí mismo, reconocer que hay rasgos positivos y loables en su personalidad, y dedicarse con ahínco a convertir en realidad todas sus posibilidades.

Fundamental para su sentido de dignidad y respeto propio es saber que hemos sido creados a la imagen de Dios. Que nuestra existencia no es producto de una voluntad caprichosa e inestable. Tenemos un Dios que nunca cambia, en el cual hay autenticidad y pertenencia. La juventud que se renueva y vigoriza en la Fuente de la vida, tiene toda razón para ser optimista.

Pero este optimismo no los lanza en una celebración descabellada de su juventud, sino que los motiva a una reflexión cuidadosa de los temas básicos de la vida. La juventud optimista cristiana sabe de dónde viene y adónde va. No sólo demanda respuestas sino que también logra proveerlas. Reconoce que su juventud es un privilegio como también una responsabilidad.—Miguel A. Valdivia.

(1) Insight's Adventist Academy News Service, Mayo de 1984. (2) Alvin Toffler, Future Shock (New York: Random House, 1970), p. 2. (3) Judy Dobbie, Atlas World Press Review, Sept. de 1977, p. 48.

NUEVO COLABORADOR: Acaba de unirse al personal de EL CENTINELA en calidad de redactor ayudante, un nuevo colaborador, el Lic. Miguel A. Valdivia. De nacionalidad cubana, se crió desde su infancia en Miami y obtuvo su preparación superior en Puerto Rico, donde también formó una hermosa familia compuesta por su esposa, doña Olga L. Noriega de Valdivia, y tres niños de corta edad.

Es un joven talentoso, con aptitudes periodísticas sobresalientes, que por la gracia de Dios ha cultivado una sólida experiencia cristiana. Terminó su licenciatura en 1980 y su maestría en religión en 1985. Durante sus años de estudiante fue diagramador en la imprenta del Antillian College y redactor de tres revistas. Desde 1980 hasta comienzos de este año actuó como pastor de jóvenes y luego como pastor de tres congregaciones en Canóvanas, Puerto Rico. También dictó un curso sobre Apocalipsis en una extensión universitaria. Le damos al Lic. Valdivia una cordial bienvenida a ésta, su revista, y nos complacemos en presentarlo al público lector con la seguridad de que su labor periodística hará mucho bien.—EL DIRECTOR.

SUICIDIO

Dr. RENE F. W. DIEKSTRA

LA MADRE de Raúl encontró a su hijo inconsciente en el dormitorio. Había ingerido una sobredosis de pastillas para dormir que eran de su padre. Fue llevado al hospital; le lavaron el estómago, y quedó en observación casi dos días. Raúl y sus padres evitaban cualquier conversación sobre este hecho. Evidentemente se sentían molestos y avergonzados. Una semana después el muchacho fue hallado muerto junto a un edificio. Se había lanzado al vacío mientras sus padres aún dormían. Raúl dejó una nota en la cual decía que había perdido todas sus esperanzas; que se sentía deprimido por no poder vivir de acuerdo a los deseos de sus padres; y porque comprendía sus reproches “silenciosos” debido a su anterior intento de suicidarse. “No quiero ser más una carga y una frustración para ustedes —decía a sus padres—, pues soy incapaz de seguir mis estudios y hallar un trabajo decente. Estoy seguro de que entenderán que lo que estoy haciendo es lo mejor para nosotros”. Raúl acababa de cumplir 18 años de edad.

RAUL es uno de los cientos de miles de jóvenes de los países ricos y pobres que se suicidan cada año. El suicidio en todo el mundo es —entre otras causas de muerte violenta— más común entre los adolescentes y los hombres

que entre las adolescentes y las mujeres. El índice de suicidios aumenta con la edad, lo que, entre otros factores, ha dado fuerza a la idea de que el suicidio es típico de los ancianos, de los deprimidos y de los solitarios. Sin embargo, es enteramente inapropiado, basándose en una sola causa, catalogar que los que se suicidan pertenecen a un determinado grupo social.

Según las estadísticas, el

suicidio ha aumentado mucho entre los jóvenes de ambos sexos, especialmente entre los adolescentes y adultos jóvenes. El suicidio entre los 15 y los 29 años de edad es, en muchos países, la segunda o tercera causa de muerte. Los científicos han dado una serie de explicaciones para este fenómeno: la inestabilidad económica que lleva a la pobreza, el desempleo, el crimen, la desintegración de los víncu-

los familiares, el aumento del divorcio, el debilitamiento de la afiliación religiosa, y las relaciones sociales consiguientes. Aunque hay evidencia sustancial de que estos factores separados o combinados se relacionan con el aumento en el índice de suicidios, aún se desconoce la naturaleza de esta relación.

Como el comportamiento del suicida es un fenómeno social e individualmente de-

El autor es director del Departamento de Psicología Clínica en la Universidad de Leiden, Holanda.

LA BIBLIA Y LA PREVENCIÓN DEL SUICIDIO

Frente a las crisis de la vida, que a muchos conducen a la desesperación y aun al suicidio, invitamos a nuestros lectores a reflexionar en estas reconfortantes promesas que Dios nos hace en su Palabra:

"No temas, porque yo estoy contigo; no desmayes, porque yo soy tu Dios que te esfuerzo; siempre te ayudaré, siempre te sustentaré con la diestra de mi justicia" (Isaías 41:10).

"Y sabemos que a los que aman a Dios, todas las cosas les ayudan a bien" (Romanos 8:28).

"Pueden ustedes confiar en Dios, que no les dejará sufrir pruebas más duras de lo que pueden soportar. Por el contrario, cuando llegue la prueba, Dios les dará también la manera de salir de ella, para que puedan soportarla" (1 Corintios 10:13, V. Popular).

terminado, para que haya una reducción apreciable en el número de suicidios es necesaria la cooperación de los profesionales de la salud, del público, y de los gobernantes y los legisladores.

Los profesionales de la salud deben, en primer lugar, identificar a las personas en peligro de suicidio. Esta tarea no es fácil; pero las numerosas investigaciones demuestran que hay mucha posibilidad de prevenir el comportamiento del suicida. Más de la mitad de los suicidas en acto o en potencia tuvieron un previo contacto con médicos y otros profesionales, y aunque manifestaron trastornos emocionales y [o] sociales, no fueron considerados como probables suicidas, por lo tanto no se los trató apropiadamente. Las causas de este descuido aún no son claras. Algunas personas pueden ser incapaces o renuentes a identificarse y discutir sus sentimientos suicidas, o posiblemente sea que los profesionales, o quienes los atienden, ignoren los síntomas típicos de esta conducta. Las ideas del suicidio o de un plan específico para cometerlo sólo pueden des-

cubrirse si el que atiende al paciente le pregunta directamente: "¿Está usted tan perturbado que ha llegado a pensar en el suicidio?", o "¿Está usted pensando en causarse daño?", o "¿Ha pensado usted en suicidarse?"

La mayor parte de los suicidas sufren de depresión, por lo tanto la evaluación correcta del riesgo de suicidio es siempre importante. Los síntomas que presentan los que sufren disturbios depresivos pueden ser: insomnio, movimientos lentos, pérdida de peso y/o de apetito; incapacidad para trabajar normalmente, falta de interés en el sexo opuesto, llanto, desasosiego y pérdida de toda esperanza. Los adolescentes deprimidos son a menudo hiperactivos; pueden fracasar en la escuela y alejarse de su ambiente social.

Después de que se haya descubierto que una persona está en peligro, es de vital importancia que el que la ayuda actúe inmediatamente. Son posibles varias técnicas: aislamiento para aliviar la tensión, apartar los peligros mortales, inculcar otros medios de desahogarse de la ira y de otros sentimientos

negativos; evitar una decisión final de suicidio durante la crisis, restablecer los vínculos sociales, aliviar la preocupación extrema y el insomnio (por ejemplo, con un breve tratamiento para dormir).

Este tipo de intervención en la crisis es comúnmente el *primer* paso, que debe ser seguido por un acercamiento más directo hacia algunos objetivos. Ante todo se debe tratar de corregir los disturbios psicológicos y sociales que haya en la vida del paciente; y no menos importante es mejorar la imagen que la persona tiene de sí misma y enseñarle cómo abordar los problemas con un comportamiento positivo, no autodestructivo. La persona con sentimientos suicidas debe ser ayudada adecuadamente para que adquiera las destrezas necesarias y descubra un plan de vida satisfactorio. Esto de-

pende evidentemente de factores psicológicos y sociales.

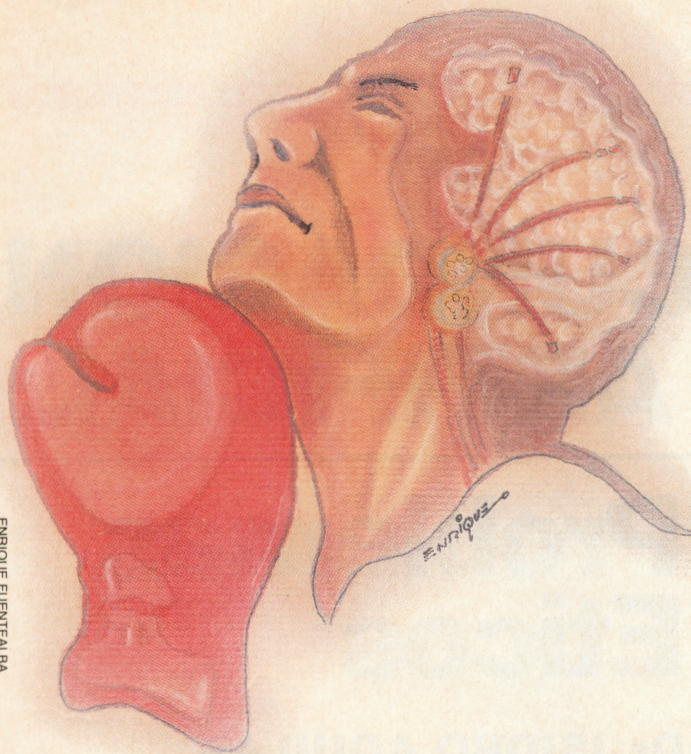
La prevención del suicidio depende finalmente de que se haga un énfasis consciente y completo sobre los factores psicológicos de la salud mental y el bienestar de una determinada comunidad. Este punto lo ha destacado Eric Fromm en su libro *The Sane Society* (La sociedad sana), al escribir que el nivel del índice de suicidios en una comunidad es inequívocamente una indicación del nivel general de la salud mental.

De acuerdo a las últimas estadísticas en cuanto al índice de los suicidios, nuestro mundo no es un lugar muy sano para vivir; pero existe el potencial para mejorar y, por lo tanto, para prevenir las muertes por causa del suicidio. ♦

Tomado de *Salud Mundial*, agosto-septiembre, 1985.

RAZONES QUE SE DAN PARA TOMAR SOBREDOSIS DE PILDORAS PARA DORMIR

1. Para que otros se sientan tristes, para que se sientan culpables, para horrorizarlos, para vengarse de ellos.
2. Para que otros sepan lo desesperado que estoy.
3. Para influir sobre otros o para hacerlos cambiar de conducta.
4. Para escapar de una situación mental intolerable.
5. Para buscar ayuda, inclusive profesional.
6. Para saber si alguien realmente me ama o no.
7. Para escapar temporalmente de una situación insoportable.
8. Para demostrar cuánto amo a otra persona.
9. Para facilitarle las cosas a otra persona.
10. Para morir.



UN INSULTO AL CEREBRO

Dr. ADE LONGE

DERRAMES cerebrales, epilepsia, parálisis cerebral y otras enfermedades causadas por traumas o intoxicaciones del cerebro, son algunas de las manifestaciones de daños cerebrales que la mayoría de las veces pueden evitarse. En los países desarrollados se han tomado medidas para prevenir estos daños, inclusive con leyes obligatorias; además, el mejoramiento de los centros de salud ha reducido los daños

cerebrales en los nacimientos y las infecciones en la niñez. Los daños cerebrales producidos en la práctica de ciertos deportes son poco comunes, pero han llamado la atención pública, y hay mucha preocupación por la seguridad de los boxeadores y otros deportistas.

En los países subdesarrollados la situación es diferente. A medida que avanza la industrialización, crece desproporcionadamente el número de accidentes en las carreteras. Han disminuido

las infecciones bacterianas y las infestaciones parasitarias en el cerebro, pero los ataques (apopléticos o cerebrales) han aumentado hasta el punto de corresponder a casi la mitad de los casos de los que sufren enfermedades nerviosas. La persona que sufra de alta presión arterial tiene un riesgo *siete veces* mayor de sufrir un derrame cerebral, que la que tenga una presión normal. La alta presión es lo que causa más ataques; las enfermedades del corazón están en segundo lugar.

La industrialización produce empleos, pero también serias consecuencias sociales a menos que se establezcan medidas apropiadas. Los desechos, vapores tóxicos y gases industriales producen daños a los obreros y a los que viven en los alrededores. Las medidas de seguridad se imponen en muchos países, pero donde no se hace, la gente queda expuesta a un gran peligro. Estos daños a veces tienen proporciones de epidemia. Es urgente tomar las medidas necesarias.

El mecanismo del cerebro en relación con el resto del organismo, y el perfecto complejo estructural y funcionamiento de sus millones de células, nos dota de inmensos poderes intelectuales y de comunicación, y también de gran destreza en el movimiento de nuestro cuerpo. El cerebro debe estar en perfectas condiciones para que podamos utilizar al máximo nuestras facultades.

Debemos recordar que la capacidad del cerebro para recobrar sus funciones perdidas o para adaptar las que le quedan para suplir las ta-

reas de las que ha perdido, es, desafortunadamente, más bien limitada cuando se la compara con la de otros órganos menos especializados. Pero por naturaleza, como para superar esta desventaja, el cerebro ha sido colocado en una caja ósea para protegerlo contra posibles daños. Debemos evitar en lo posible los golpes contra el cráneo (accidentes, caídas, sacudidas, agresiones violentas, etc.) para que nuestro precioso pero delicado cerebro tenga el respeto y protección que merece. En resumen, la prevención contra los daños cerebrales debe verse como una responsabilidad del individuo, de la comunidad y del Estado.

La iniciativa de la persona es decisiva para impedir accidentes de tráfico o de trabajo, para rehuir el uso del alcohol, para evitar una nutrición deficiente y el descuido de la debida atención médica, factores importantes en los riesgos de accidentes del cerebro.

Debe haber una acción comunitaria para participar en el desarrollo de los servicios de salud, para crear un ambiente de seguridad y despertar la sensibilidad contra los accidentes. Este tipo de acción estimulará a los gobiernos a dar énfasis a aquellas medidas que eviten los daños al cerebro. El mejoramiento del cuidado maternal y la inmunización contra las infecciones en la niñez, reducirán el índice de estos daños en los niños. ♦

Tomado de *Salud Mundial*, agosto-septiembre, 1985.

El autor es conferenciante de Medicina Neurológica en la Universidad de Benin, Benin City, Nigeria.

LA FECUNDACION ARTIFICIAL:



La decisión de practicar una inseminación artificial con un donante que no es pareja legal de la mujer, es sumamente delicada, y plantea problemas de todo orden: sociales, jurídicos, morales y psicológicos. ¿No habrá otras maneras de saciar las ansias legítimas de maternidad y paternidad?

Problemas Éticos

Dr. ISIDRO AGUILAR

HACE ya bastante tiempo que la fecundación artificial humana comenzó a extenderse, sobre todo en los Estados Unidos. Hoy se trata de una práctica corriente, si bien no muy generalizada en algunos países. Se han creado bancos de líquido seminal (al igual que hay bancos de huesos, de ojos, de sangre). En ellos, el producto es conservado por congelación (aunque el espermatozoides fresco es más eficaz), tras una rigurosa selección de los donantes. Se busca la ausencia de taras hereditarias, preferiblemente padres de hijos sanos y normales, etc., y una clasificación estricta de color de ojos y de cabello, talla, grupo sanguíneo, características psicológicas, etc. A pesar de que se trate de espermatozoides de buena calidad, los intentos de fecundación no suelen ser positivos más que en el 10 por ciento de los casos.

INSEMINACION HOMOLOGA. Es la que se realiza depositando en la vagina de la

mujer, o en el interior de su matriz o del cuello de ésta, el producto del eyaculado seminal del propio cónyuge de la mujer objeto de la inseminación.

Se recurre a este procedimiento porque el varón es incapaz de depositarlo él mismo en el vaso femenino. En lo que se refiere a la mujer, puede recurrirse a este procedimiento cuando el moco del cuello cervical resulta infranqueable para los espermatozoides; o cuando éstos, aun depositados en la vagina, no se hallan en número suficiente, o el medio vaginal les resulta hostil.

INSEMINACION HETEROLOGA. Consiste ésta en el aporte por procedimientos especiales de células reproductoras o espermatozoides de un individuo diferente al cónyuge, y procedentes, por lo general, de un banco de espermatozoides. En Francia, con una población de 54 millones de habitantes, ya existen 20 de estos centros, y otros en vías de creación.

Se recurre a esta inseminación cuando el cónyuge mascu-

MARIO COLLINS

lino es infecundo y desea tener descendencia; también, cuando el varón es portador de una tara hereditaria grave e indiscutible; o en los casos de incompatibilidad del factor Rh que podría causar la muerte del feto.

Para borrar la pista del donante, se mantiene el más estricto secreto en cuanto a los datos que podrían servir para identificarlo. Con el mismo objetivo se mezcla el semen de diversos individuos con características semejantes.

Para evitar los problemas de consanguinidad, es decir, que el mismo dador—sobre todo en pequeñas localidades—fuera el padre de varios hijos que luego se casaran entre sí, se procede a la renovación frecuente de los dadores, o se limita el número de fecundaciones de cada uno (a cinco en Francia y a diez en Inglaterra).

AUSENCIA DE LEGISLACION. Que nosotros sepamos, aún no hay nada legislado en este momento en España y Francia, concerniente a la fecundación artificial humana. Tal legislación no puede tardar en aparecer, vistos los problemas, a veces graves, que en ocasiones se plantean, como en el reciente caso del uso de un semen congelado, por la viuda del esposo fallecido. También pueden surgir problemas jurídicos, según cuál sea el estado de la mujer: soltera, viuda o casada, con conocimiento o no de su cónyuge.

Ya en el año 1948, el Tribunal Supremo de Nueva York declaró legítimos a veinte mil niños concebidos artificialmente en el Estado. Por el contrario, en Inglaterra, en donde la inseminación artificial fue bien acogida, el ministro Willink declaró en nombre del gabinete, que estaba prohibido registrar como hijo legítimo al proceden-

te de inseminación artificial heteróloga.

LA MORAL CATOLICA. En esta práctica, como en las otras que tocan a la procreación, la Iglesia Católica es muy exigente. Declara ésta que, si ya de primera intención, la eyaculación tiene lugar fuera del *vasum femineum* (vagina), o si la recogida del semen se realiza después de una retirada tras un coito comenzado y se procede a su inyección artificiosa, se comete un acto ilícito, pues se trata de un verdadero onanismo. No así si la recogida se efectúa en el vaso femenino, para volverlo a inyectar en la *cavitatem uteri* (útero). Aquí el acto es lícito, porque hubo coito completo.

EL PROBLEMA ETICO. Es criterio general el de que la decisión de practicar una inseminación artificial con donante heterólogo, es una decisión grave, a la que no se debe llegar en caso de reticencia de uno de los cónyuges, ni intentarla tampoco con miras a consolidar una unión que se resquebraja. Pero aun en el mejor de los casos, la fecundación de una mujer por un varón que no es pareja legal, plantea problemas de todo orden: sociales, jurídicos, morales, psicológicos y otros. Cada uno de éstos revestirá mayor o menor importancia según sea el estado civil de la mujer.

En el caso de la mujer casada, los inconvenientes y probables fallos del sistema son variados y difíciles. El esposo puede desarrollar sentimientos de frustración e inferioridad con respecto al donante. La mujer puede resultar atraída hacia el verdadero padre de su hijo y desear conocerlo, con un resultante desinterés por su legítimo cónyuge.¹ En el hijo, pueden surgir conflictos con respecto al verdadero padre.

Todo esto constituye un obstáculo para la dicha familiar.

Personalmente, no vemos inconveniente mayor en la práctica de la inseminación homóloga. Por el contrario, y sin querer estigmatizar a quienes la aprueban, consideramos que, por los motivos expuestos, y aun por otros que pueden presentarse, la inseminación artificial heteróloga es una práctica

imprudente, hasta reprochable, que conviene evitar.

Hay otras maneras, por cierto honrosas e incuestionables, de saciar y aun de sublimar las ansias nobles y legítimas de maternidad y paternidad. ◇

(1) La Federación de bancos de esperma de un destacado país europeo acaba de decidir levantar el anonimato de los donantes, mostrando incluso la fotografía de éstos y facilitando la entrevista de donante y receptora, pero sólo después de la inseminación.

CAPSULAS de la SALUD

Dra. Irma B. de Vhymeister
Especialista en Nutrición

LA VITAMINA C

Según el informe de un experimento reciente, el hierro de las papas puede ser bien absorbido por el organismo humano. Este hecho se explica por la mayor solubilidad del hierro en la presencia del ácido ascórbico (vitamina C) presente en la papa.

En otro experimento se comprobó que la vitamina C en un alimento que también contiene bioflavonoides (naranja) es más utilizable por el organismo de conejillos de Indias, que el ácido ascórbico sintético.

El nivel de ácido ascórbico en el plasma de ancianos es relativamente bajo, especialmente en aquellos que viven en instituciones. También el efecto de drogas puede disminuir este nivel. Un aumento de ácido ascórbico a 60 mg o más por día, mantiene dicho nivel en una proporción adecuada. Excesivas ingestiones de ácido ascórbico no son recomendables, y en ciertos casos, especialmente de insuficiencia renal, podrían ser dañinas para la salud.

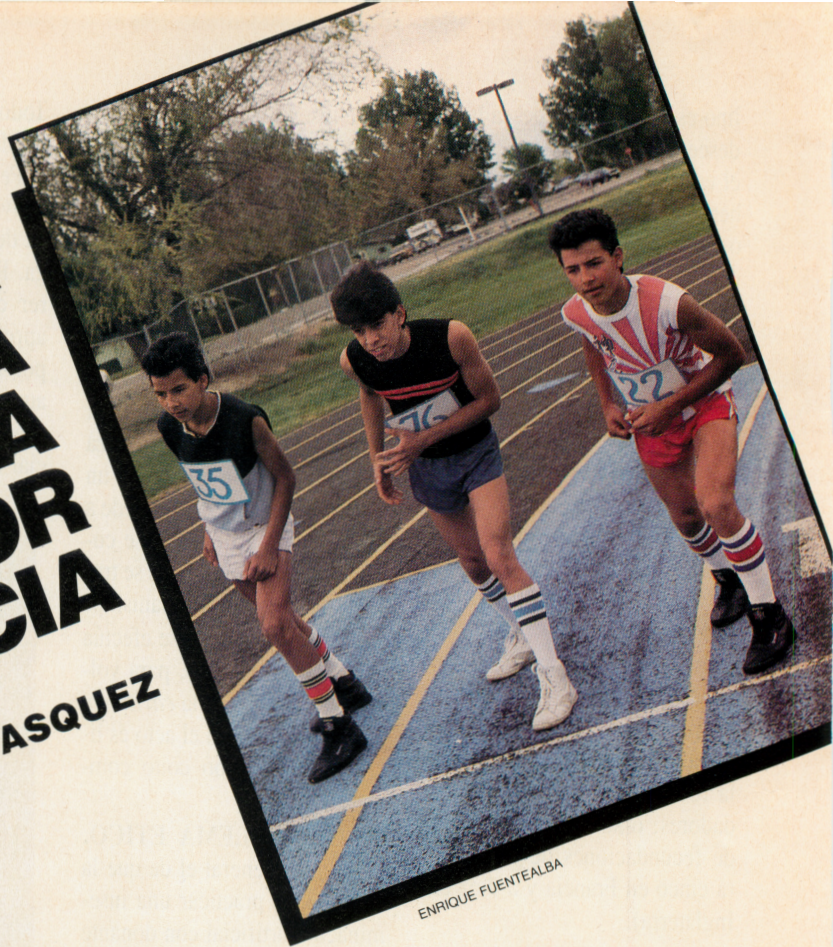
La cantidad normal de ácido ascórbico en el organismo humano es de 1.500 a 2.000 mg. Este nivel se mantiene con un consumo diario de 60 mg o un poco más. Una taza de jugo de naranja contiene más que esta cantidad.

Frutas ricas en vitamina C son las cítricas (toronjas, naranjas, etc.), frutas tropicales (guayaba, mango, papaya, acerola). Las verduras que proporcionan una buena cantidad de esta vitamina son las de la familia de las crucíferas (repollo, col, col de Bruselas, brócoli, coliflor) y las de la familia de las solanáceas (pimiento morrón, pimiento rojo, chile). También se encuentra en los tomates, las papas y los camotes. ◇



LA COMPETENCIA OLIMPICA POR EXCELENCIA

Lic. MANUEL VASQUEZ



ENRIQUE FUENTEALBA

UNOS 45 mil espectadores se hallaban recostados en las laderas-escalinatas del estadio de Olimpia una tarde de verano del año 776 a. C. De pronto se pusieron de pie y comenzaron a gritar y aplaudir de alegría porque un corredor acababa de dejar atrás a sus rivales y avanzaba velozmente hacia la meta. El ganador era Coroebus, un joven cocinero de la cercana ciudad de Elis. Su disciplina y completa preparación ha-

bían sido recompensadas. De ese modo, se convirtió en el primer ganador de la primera olimpiada que registra la historia.

Las competencias olímpicas comenzaron a celebrarse a partir de esa carrera que se llevó a cabo hace 2.700 años. Actualmente el Comité Olímpico Internacional reconoce 21 deportes para estos torneos; pero las competencias de pista —que a veces llamamos “juegos atléticos”— son las que más participantes tienen, y las

que más público atraen y causan más emoción en las olimpiadas.

El apóstol Pablo parece que era un gran admirador de esos jóvenes atletas que se preparaban física, mental y espiritualmente para competir en tales eventos cada cuatro años, porque en algunos de sus escritos él compara la vida del cristiano con la de los corredores de las olimpiadas.

El blanco de cada corredor era llegar primero a la meta, y el premio era doble: primero, la gloria. Los generales que regresaban victoriosos de la guerra no eran tan glorificados como los campeones de las olimpiadas. Desde el momento en que el atleta era coronado con laureles —símbolo de victoria—, su nombre era proclamado por toda la nación. Los grandes poetas es-

cribían en su honor poemas líricos que jóvenes cantaban para alabarlos. Sus hazañas eran grabadas en pilares de piedra y los escultores hacían estatuas de su figura.

Segundo: parte del premio consistía en privilegios temporales. El vencedor en las olimpiadas por lo regular quedaba libre de pagar impuestos por el resto de su vida, y recibía regalos valiosos y también dinero. Las cantidades variaban de acuerdo a la economía de la ciudad representada.

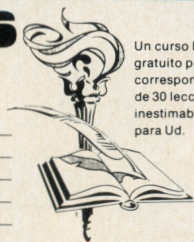
El apóstol Pablo se comparó con uno de estos corredores: “Prosigo a la meta, al premio del supremo llamamiento de Dios en Cristo Jesús”.¹

Y ahora preguntamos: ¿Cuál es la meta o blanco del cristiano? Algunos responderán que es la vida eterna; otros dirán que es el cie-

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, Boise, ID 83707, EE. UU. de N. A.

lo, y quizá unos pocos mencionen que es tener *paz* en el corazón. Pero ninguna de estas cosas es el blanco del cristiano; mas sí son, en cambio, el resultado de haber alcanzado el blanco.

El blanco del cristiano es ser semejante a Cristo; adquirir su carácter y manifestarlo. El apóstol Pablo escribió a los efesios que la capacidad de los apóstoles, profetas, evangelistas, pastores y maestros se dio a la iglesia para equipar o “*perfeccionar* a los santos para la obra del ministerio, para la edificación del cuerpo de Cristo, hasta que todos lleguemos a la unidad de la fe y del conocimiento del Hijo de Dios, a un *varón perfecto, a la medida de la estatura de la plenitud de Cristo*”.²

El apóstol Juan dice que todo aquel que tiene la esperanza de ver a Cristo tal como es, “se purifica a sí mismo, así como él [Cristo] es puro”.³

Ser semejante a Cristo debe ser el blanco de cada cristiano que quiere ser salvo.

Pero ¿cómo se puede alcanzar este blanco? ¿Cómo lo logró el apóstol Pablo? En Filipenses 3:13 nos dice que él hizo, por lo menos, dos cosas:

Primero: “Olvidando ciertamente lo que queda atrás”. Dejó su manera antigua de pensar, sus pecados: el orgullo, la autocompasión, los fracasos, la incredulidad, la infidelidad y la duda. Para el cristiano sincero no existe el pasado, sólo el presente y el futuro.

Segundo: “Extendiéndome a lo que está delante”, o sea la meta: su objetivo.

Imaginémonos a Coroe-

bus a pocos segundos de la meta, inclinando hacia adelante la parte superior de su cuerpo en su esfuerzo por conquistar el premio. Su figura atlética puede representar la dedicación total que el cristiano debe tener al correr la carrera más importante de la vida, tal como San Pablo siguió el sendero que Jesús trazó para él, con dedicación, sin distracciones ni miradas hacia atrás, sino manteniendo su vista en el blanco: “en Jesús, el autor y consumidor de la fe”.⁴ San Pablo sabía que para conquistar la victoria es necesario recordar constantemente *el blanco y el premio*.

Los que corremos la carrera cristiana de la vida, que se llama *santificación*, no debemos permitir que los aplausos o los insultos nos distraigan y nos hagan desmayar o tropezar, ni mucho menos detenernos; sino que debemos avanzar con ánimo y entusiasmo hasta cruzar la meta.

Las Sagradas Escrituras enseñan claramente que la obra de santificación o semejanza en carácter a nuestro Salvador, es progresiva, pues somos transformados a su imagen “de gloria en gloria”⁵ mediante la intervención del Espíritu Santo.

Nuestra vida cristiana comenzó cuando nosotros, siendo aún pecadores, fuimos convertidos y perdonados por medio del sacrificio de Cristo en el Calvario. En ese momento fuimos justificados, pues fueron perdonados todos nuestros pecados e incredulidades anteriores. Y desde ese momento hemos tenido que aferrarnos a la gracia santificadora de nuestro Salvador, creciendo

siempre hasta alcanzar la “medida de la estatura de la plenitud de Cristo”.²

Mirar a Jesús, fijar nuestros ojos en él, es el factor clave para obtener la victoria en la gran carrera. Pero no es sólo mirar, sino abandonar, despojarnos de todo peso o pecado que nos impida ganar la carrera.⁶ ¿Cómo podemos contemplar a Cristo? Leyendo y estudiando la Biblia, su Palabra. Así podremos verlo y conocerlo tal como él es, pues por medio de la práctica diaria de las virtudes que hallamos en su vida llegaremos triunfantes a la meta.

Usted quizá estará pensando: ¿Llegaría San Pablo triunfante a la meta de su carrera cristiana? El mismo le responderá. Desde su prisión en Roma escribió al joven Timoteo lo siguiente: “Porque yo ya estoy para ser sacrificado, y el tiempo de mi partida está cercano. He peleado la buena batalla, he acabado la carrera, he guardado la fe. 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”.⁷

¿Cómo podremos nosotros ganar la carrera más importante de todas? **Primero**, despojándonos de todo peso, de todas las cargas del mundo y del pecado; **segundo**, corriendo con paciencia, con constancia, la carrera que tenemos por delante, poniendo “los ojos en Jesús, el autor y consumidor de la fe”.⁶

“Vi, además, debajo del sol —escribió el sabio Salomón—, que no *siempre* es de los ligeros la carrera”.⁸

En la carrera cristiana no importa la velocidad para cruzar la meta, sino la *constancia*, la *consagración* y la *lealtad*. El apóstol Pablo nos recuerda que en las carreras de los paganos todos corrían, pero sólo uno se llevaba —conquistaba— el premio, y el interés dominante era recibir una corona corruptible y temporal; pero nosotros —gracias a Dios— corremos para ganar una corona inmortal, incorruptible, eterna,⁹ y que está al alcance de todos. ◇

(1) Filipenses 3:14. (2) Efesios 4:12-13. (3) 1 S. Juan 3:3. (4) Hebreos 12:2. (5) 2 Corintios 3:18. (6) Hebreos 12:1-2. (7) 2 Timoteo 4:6-8. (8) Eclesiastés 9:11, RVR 1977. (9) 1 Corintios 9:24-25.

PARA REFLEXIONAR Y PARTICIPAR

Para obtener un mayor beneficio de este artículo, invitamos al lector a contestar las preguntas que siguen:

1. ¿Cuál es el blanco más noble del cristiano y de todo ser humano? Ver Efesios 4:12-13; 1 S. Juan 3:2.
2. ¿Cómo puede alcanzarse la excelsa meta de ser semejante a Jesús?
(a) “Olvidando ciertamente _____” (completar la parte central del texto de Filipenses 3:13). (b) “Extendiéndome a _____” (completar la última parte de Filipenses 3:13).
3. En esta “carrera” del perfeccionamiento del carácter, ¿en quién debemos mantener concentrada nuestra mirada y nuestros afectos? (Véase Hebreos 12:1-2).
4. ¿Cuál será el premio que recibirán los vencedores? (Véase 2 Timoteo 4:8).
5. Memorice y trate de apropiarse de esta extraordinaria declaración del apóstol Pablo: “Todo lo puedo en Cristo que me fortalece” (Filipenses 4:13).

LA MUJER VESTIDA DEL SOL

Lic. ERADIO ALONSO

EL APOSTOL San Juan contempló una visión maravillosa mientras estaba desterrado en la isla de Patmos. Vio "... una mujer vestida del sol, con la luna debajo de sus pies, y sobre su cabeza una corona de doce estrellas".¹

¿Quién es esta misteriosa mujer? La respuesta la encontraremos en las Sagradas Escrituras, pues ellas son su mejor intérprete y comentario. El sabio Salomón hace una serie de preguntas muy relacionadas con la mujer que vio San Juan: "¿Quién es ésta que se muestra como el alba, / Hermosa como la luna, / Esclarecida como el sol, / Imponente como ejércitos en orden?"² Y el profeta Jeremías nos da la respuesta: "A mujer hermosa y delicada comparé a la hija de Sión".³ El profeta Isaías acude también en nuestra ayuda: "... Y diciendo [Jehová] a Sión: Pueblo mío eres tú".⁴

El apóstol San Pablo escribió a la iglesia de Corinto: "Pues os he desposado con un solo esposo, para presentaros [a la iglesia] como una virgen pura a Cristo".⁵ Y agrega: "Maridos, amad a vuestras mujeres, así como Cristo amó a la



JOHN STEEL © PPPA

iglesia, y se entregó a sí mismo por ella".⁶

La "mujer vestida del sol, con la luna debajo de sus pies" significa que la iglesia está fundada sobre las Escrituras del Antiguo y del Nuevo Testamento. Así lo afirman muchos eruditos bíblicos.

Y ahora una pregunta que muchos se hacen cada día: Hay más de 300 iglesias que afirman que son la iglesia de

Cristo, ¿cuál será la iglesia verdadera? Averigüémoslo. La iglesia verdadera, la esposa legítima de Cristo, posee la verdad: "... la iglesia del Dios viviente, columna y baluarte de la verdad";⁷ y la verdad, según palabras textuales de Cristo, el Esposo, libera a todo el que la cree y la practica: "Y conoceréis la verdad, y la verdad os hará libres".⁸

VERDADES DISTINTIVAS DE LA VERDADERA IGLESIA

A. Las Sagradas Escrituras.—Ambos, el Antiguo y el Nuevo Testamento constituyen la Palabra de Dios infalible y eterna. Las Escrituras son el mapa para guiar al cristiano a la vida eterna, pues son inspiradas divinamente (2 Timoteo 3:15-17; S. Juan 5:39; 17:17; S. Lucas 24:25-27), y son la única regla de fe y práctica del verdadero cristiano.

B. La Santísima Trinidad.—La palabra "Trinidad" no aparece en las Escrituras, pero sí encontramos en ellas la doctrina trino que llamamos "Trinidad", compuesta por el Padre, el Hijo y el Espíritu Santo. El *Padre* es la verdad (Jeremías 10:10). El *Hijo* es la verdad (S. Juan 14:6). Algunos aceptan al Padre, pero no al Hijo como Dios; sin embargo, las Escrituras enseñan la divinidad de Cristo (S. Juan 1:1-3; Hebreos 1:8-10; Romanos 9:5; 1 S. Juan 5:20). El *Espíritu Santo* es Dios (S. Juan 14:17). No es "una fuerza impersonal" o "la fuerza activa de Jehová". Posee cualidades personales; es Dios (Génesis 1:2; S. Mateo 28:19; 1 S.

Juan 5:7; 2 Corintios 13:14). Tiene conocimiento (1 Corintios 2:9-11), voluntad (1 Corintios 12:11), mente (Romanos 8:27); siente amor (Romanos 15:30) y tiene comunión con otros seres (2 Corintios 13:14). Se entristece (Efesios 4:30) y se puede pecar contra él (S. Mateo 12:31-32; Hechos 5:3-4, 9).

C. La creación.—La creación directa de este mundo por la Santísima Trinidad es una doctrina completamente bíblica. Las teorías evolucionistas han intentado despojar a Dios de su poder creador, y enseñan que la aparición del hombre no es más que un accidente natural. Muchas iglesias cristianas no creen que Dios fue el creador directo de todo cuanto existe, pero la Palabra de Dios enseña que él es el creador de todas las cosas (Génesis 1-2; Salmo 33:6, 9; Jeremías 10:10-12; Hebreos 11:3).

D. El origen del pecado.—La historia de la caída de nuestros primeros padres es para muchos sólo un mito. Se burlan del relato bíblico (Génesis 3). No creen en la existencia de Satanás, que tentó e hizo caer a Adán y Eva. Pero Cristo y sus

apóstoles creyeron y predicaron esta verdad (Ezequiel 28:12-19; Isaías 14:12-15; Apocalipsis 12:7-9; 20:1-3, 7-10; 2 S. Pedro 2:4; Judas 6; S. Lucas 10:18).

E. El plan de salvación.—En S. Juan 3:16 se sintetiza este plan. Cristo murió sobre la cruz para salvarnos de nuestros pecados; pero resucitó y ascendió al cielo para interceder por nosotros como nuestro Sumo Sacerdote. La salvación es sólo por la gracia, a través de los méritos de Cristo. Las obras son el fruto de la fe salvadora. Salvos por la gracia, pero “juzgados... según sus [nuestras] obras” (Apocalipsis 13:8; 20:12-13; Romanos 16:25; 2 S. Pedro 3:9; Efesios 1:9-11).

F. La segunda venida de Cristo y la resurrección de los muertos.—La segunda venida de Cristo—la doctrina que más enseñan las Escrituras— es la bienaventurada esperanza de los hijos de Dios. La resurrección de los muertos sucederá cuando Cristo regrese a la tierra. Sonará la trompeta de Dios, y los hijos de Dios se levantarán de sus tumbas (S. Juan 14:1-3; S. Mateo 16:27; 23:39; Hechos 1:9-11; Apocalipsis 22:12, 20; 1 Tesalo-

nicenses 4:16-17).

G. Lealtad a los mandamientos de Dios.—El obedecer los mandamientos de Dios es otra característica de la verdadera iglesia. Los Diez Mandamientos, escritos con el dedo de Dios, son la máxima expresión de la voluntad y del carácter divino. Revelan nuestras obligaciones morales hacia Dios y los hombres. Es una ley eterna como su Autor, una copia fiel de su carácter (Exodo 20:3-17; Isaías 8:20; Eclesiastés 12:12-13; Romanos 3:19-20; 4:15; 5:13; 7:7; 1 S. Juan 3:4; Santiago 1:23-25; 2:8-12; S. Mateo 5:17-20; 22:34-40; Romanos 3:31; 8:1-7; Hebreos 10:15-16; Apocalipsis 14:12).

H. El sábado como día de reposo.—El sábado fue bendecido y santificado por Dios, y se lo dio al hombre. Este mandamiento se halla en el centro de la ley de Dios. El sábado fue guardado por Cristo y sus apóstoles, y será guardado en la tierra nueva, la morada final de los salvos (Ezequiel 20:12, 20; S. Marcos 2:27-28; Génesis 2:1-3; S. Mateo 12:8-12; Exodo 20:8-11; S. Mateo 24:20; S. Lucas 4:16; 23:56; Hechos 13: 42-44;

16:13; 17:2-3; Isaías 14; 66:22-23).

La emperatriz Ca de Rusia, plantó en su jardín rosas rojas de Francia. Entonces los enamorados comenzaron a llevarle esas flores a sus novias, y la emperatriz puso un centinela continuo para que las cuidara. Cien años después no había jardín ni rosas, pero el centinela seguía en su puesto. Cuando se investigó la razón de esta guardia, se descubrió la historia de las rosas. Amigo lector, millones guardan lo que no conocen. Por esto Jesús dijo: “... en vano me honran, enseñando como doctrinas, mandamientos de hombres”.⁹

En Apocalipsis 17 aparece otra mujer “vestida de púrpura y escarlata”, la cual representa a la iglesia falsa. Véase en el recuadro, al pie, el paralelismo entre ambas:

El consejo de la Palabra de Dios es: “Compra la verdad, y no la vendas”.¹⁰ Y Cristo nos dice personalmente: “Sé fiel hasta la muerte, y yo te daré la corona de la vida”.¹¹ ◇

(1) Apocalipsis 12:1. (2) Cantares 6:10. (3) Jeremías 6:2, RVA. (4) Isaías 51:16. (5) 2 Corintios 11:2. (6) Efesios 5:22-27. (7) 1 Timoteo 3:15. (8) S. Juan 8:32. (9) S. Mateo 15:9. (10) Proverbios 23:23. (11) Apocalipsis 2:10.

LA “MUJER VESTIDA DEL SOL”

1. Representa el camino estrecho (S. Mateo 7:14).
2. Es “una manada pequeña” (S. Lucas 12:32).
3. Obedece los mandamientos de Dios (Apocalipsis 12:17).
4. Es fiel a la verdad (1 Timoteo 3:15).
5. Tiene un solo mediador (1 Timoteo 2:5).
6. Tiene un santuario en el cielo (Hebreos 8:2).
7. Cristo es su Sumo Pontífice (Hebreos 8:1).
8. Cristo es su Roca y Fundamento (1 Corintios 3:11; 10:4).
9. Bautiza por inmersión.

LA “MUJER... VESTIDA DE PURPURA”

1. Representa el camino ancho (S. Mateo 7:13).
2. Es la mayoría (Apocalipsis 17:15).
3. No obedece los mandamientos de Dios (Apocalipsis 18:4).
4. Se apartó de la verdad (2 Tesalonicenses 2:3).
5. Tiene varios mediadores.
6. Tiene su santuario en la tierra.
7. Tiene un sumo pontífice humano.
8. Tiene una roca y un fundamento humanos.
9. Bautiza por rociamiento o aspersion.

¿POR QUE VIVEN MAS LOS ADVENTISTAS?

“La mitad de su mayor longevidad se debe al hecho de que no fuman, y la otra mitad se relaciona directamente con su régimen alimentario”.

MUCHAS denominaciones cristianas se esfuerzan por dar a conocer quiénes son; sin embargo, los Adventistas del Séptimo Día comienzan explicando *lo que no son*: ni Testigos de Jehová, ni Mormones, ni Pentecostales; tampoco Bautistas del Séptimo Día, ni Adventistas Davidianos del Séptimo Día, ni ninguna de las otras denominaciones con las cuales a menudo se los confunde.

Pero hay algo muy cierto en cuanto a los Adventistas del Séptimo Día: son el grupo más sano de los Estados Unidos y también de otros países donde están establecidos, y en los que se han hecho estudios comparativos

con el resto de la población. Ellos creen que es el resultado directo de su doctrina, que es: “primero dar atención a las necesidades físicas del hombre, y luego proveer la ayuda espiritual, porque creen que el cuerpo, la mente y el espíritu están indisolublemente unidos”.

La doctrina adventista prohíbe el tabaco, el alcohol y el consumo de carne de cerdo. Aunque la Iglesia Adventista no exige que sus miembros sean vegetarianos, sí lo recomienda, y 50 por ciento de ellos lo son. ¿Resultado? Los adventistas han proporcionado al mundo algunas estadísticas médicas impresionantes: su población masculina, de 35 a 40 años de edad, tiene la perspectiva de vivir 6,2 años

más que el promedio de la población general, afirma el Dr. John Scharffenberg, profesor de nutrición en la Universidad de Loma Linda, California, fundada por los Adventistas del Séptimo Día. Los miembros femeninos tienen la perspectiva de vivir 3,1 más.

“Aproximadamente la mitad de esto se debe al hecho de que no fuman —dice el Dr. Scharffenberg—, y la otra mitad se relaciona básicamente con su régimen alimentario”.

Los hombres de 55 años o más, sometidos a encuestas, que consumen carne seis o más veces por semana, tienen el doble de probabilidades de morir de un ataque cardíaco que los que son vegetarianos. Tales hallazgos han impulsado a algunos profesores de la Universidad de Loma Linda, no adventistas, a ser vegetarianos.

Además, los Adventistas del Séptimo Día sufren 50 por ciento menos de cáncer que la población general, y esto no está únicamente relacionado con su posición contra el tabaco y el alcohol. Los adventistas están, en conjunto, mejor educados que la población total, y las personas mejor educadas

tienen, regularmente, un porcentaje menor de cáncer. Pero si se comparan con una población de alto nivel intelectual estudiada por la Sociedad Americana del Cáncer, los adventistas tienen aún un promedio de cáncer de sólo 60 por ciento de lo que podría esperarse. Su promedio de cáncer pulmonar es apenas 21 por ciento de lo que podría esperarse, y el del cáncer del colon y el recto es de sólo 60 por ciento de lo que padecen comúnmente las personas.

“La razón de esto —dice el Dr. Scharffenberg— quizá se deba a que los adventistas comen más verduras, semillas, legumbres, e ingieren más vitaminas A y C, lo cual probablemente tenga un efecto protector”. Hay también más fibra en su régimen alimentario, pues sólo usan harina no refinada y granos enteros.

Los adventistas tienen, además, un reducido riesgo de cáncer prostático, no necesariamente relacionado con la carne; pero cuando se estudia el consumo de productos de origen animal, se encuentra que los que consumen carne en abundancia, grasa, huevos, leche y queso, tienen un riesgo tres veces mayor de sufrir de cáncer de próstata.

Para que los adventistas y otros tengan los alimentos nutritivos apropiados, la iglesia posee en todo el mundo 47 fábricas de alimentos de cereales integrales, bebidas de frutas, leche de soya, sazónadores y otros alimentos. A la vez, la iglesia tiene 166 hospitales y sanatorios, y muchas clínicas y dispensarios.

Los adventistas promueven mucho la educación en



Edificio central de la Universidad de Loma Linda, fundada por la Iglesia Adventista para fomentar la conservación y recuperación de la salud.

todos los niveles, y el número de los que terminan sus estudios superiores es tres veces mayor que el de la población en general. La Iglesia Adventista en los Estados Unidos sostiene diez colegios superiores y dos universidades, incluyendo las escuelas de medicina y odontología en la Universidad de Loma Linda, en California; además, cuenta con centenares de instituciones semejantes fuera de dicho país. Y en cuanto a la educación de la salud —especialmente el Plan de Cinco Días para Dejar de Fumar—, la difunden por dondequiera que van.

Los adventistas prefieren, además, los entretenimientos constructivos que benefician más su salud física y mental: caminatas, natación, estudio de la naturaleza, golf, tenis, paseos en bote, etc.

Los adventistas abogan también por el mejoramiento de la apariencia personal usando medios naturales, sonriendo más y usando menos cosméticos. Su enfoque pragmático a favor de un estilo de vida superior quizá se resume mejor en su actitud hacia el uso de joyas: “Gastar dinero —dicen— en cosas no esenciales como las joyas, cuando hay millones en la tierra que carecen aun de lo más indispensable para la vida, es una pobre mayordomía de los fondos que Dios ha confiado al hombre”. Esta misma lógica se aplica a la salud, pues creen que el cristiano está obligado a mantener la salud física para poder servir a Dios y a sus prójimos en la mejor forma posible.—Reproducido de *The Saturday Evening Post*.

LA BIBLIA RESPONDE

Respuestas bíblicas a consultas de lectores
Sección a cargo del Lic. Juan J. Suárez

P “Altar de tierra harás para mí, y sacrificarás sobre él tus holocaustos y tus ofrendas... Y si me hicieres altar de piedras, no las labres de cantería” (Exodo 20:24-25). ¿Por qué ordenó Dios estas cosas a Israel?

R El pueblo de Israel acababa de salir de Egipto en donde las estatuas, mayormente de piedras, eran indispensables dentro de la religión. Algunas de esas estatuas aún podemos verlas en los museos. Además, Israel viviría en Canaán, poblada entonces por gentes que adoraban imágenes y estatuas. Eran idólatras. En los cultos paganos antiguos la prostitución y la sodomía eran parte integrante de las ceremonias religiosas, y Dios aconsejó varias veces a su pueblo a que no practicara semejantes costumbres.

Estas instrucciones en cuanto a cómo edificar los altares están, además, en concordancia con lo que Dios había escrito con su mano en el segundo mandamiento (vers. 4-6).

Cuando leemos la trágica historia de Israel, encontramos que uno de sus grandes pecados fue la adoración de estatuas, imágenes e ídolos de diversos materiales y la práctica de costumbres degradantes relacionadas con esos cultos idólatras (léase 1 Reyes 11:30-33; 12:25-31; 16:29-33; 2 Crónicas 33:1-7).

El apóstol Juan, deslumbrado por la gloria del ángel que le mostraba las cosas sobre las cuales escribía, en dos oportunidades se arrodilló delante de él; pero en ambas ocasiones el ángel lo aconsejó: “No lo hagas; yo soy consiervo tuyo, y de tus hermanos... Adora a Dios” (Apocalipsis 19:10; 22:9).

“Doblo mis rodillas —escribió S. Pablo— ante el Padre de nuestro Señor Jesucristo” (Efesios 3:14). “Porque hay un solo Dios —agrega—, y un solo mediador entre Dios y los hombres, Jesucristo hombre” (1 Timoteo 2:5).

El altar humilde de tierra no se prestaba para labrar figuras ni para distraer la atención de los adoradores; pero si era de piedra labrada la atención se concentraría más en las cosas materia-

les que en Dios, a quien debemos adorar “en espíritu y en verdad”.

“Los verdaderos adoradores adorarán al Padre en espíritu y en verdad —enseña Cristo—... Dios es Espíritu; y los que le adoran, en espíritu y en verdad es necesario que adoren” (S. Juan 4:23-24).

P “Bienaventurados los que lloran, porque ellos recibirán consolación” (S. Mateo 5:4). ¿Es necesario llorar siempre como señal de religiosidad?

R No. El cristiano verdadero siempre está alegre y contento porque ha conocido a Cristo, el más grande de todos los consoladores.

Cristo se refiere, en este pasaje, a la aflicción sincera que siente el ser humano cuando reconoce que es un pecador y que sus pecados han causado un inmenso daño a Dios y a su Hijo Jesucristo.

El estudio de la Biblia y la contemplación de Cristo muriendo en la cruz por los pecados del mundo, despierta en el pecador un sentimiento de indignidad y de profunda tristeza, pues reconoce que sus pecados están “crucificando de nuevo para sí mismo(s) al Hijo de Dios y exponiéndole a vituperio” (Hebreos 6:6).

Este pesar o llanto impulsa al pecador a acercarse a Cristo, lo conduce al arrepentimiento, y recibe, de parte de su Salvador, la consolación o alivio que todo ser humano necesita y que Cristo anhela impartir a todo pecador.

El verdadero cristiano llora, se lamenta por los pecados y la dureza del mundo; pero actúa con gozo para tratar de mostrar a otros el camino de la fe y la consolación.

“Sed llenos del Espíritu —aconseja S. Pablo—, hablando entre vosotros con salmos, con himnos y cánticos espirituales, cantando y alabando al Señor en vuestros corazones; dando siempre gracias por todo” (Efesios 5:18-20).

CINCUENTA AÑOS CIEGO

ROBERTO EDENS

Confesiones de un hombre que siendo ciego de nacimiento recibió maravillosamente la vista

ME DETUVE al pie de la escalera arrobado por el canto de mi hija Robbie, que se acompañaba al piano. ¡Qué hermoso! —pensé—. ¡Cuánto me gustaría ver su rostro! Un ciego de nacimiento como yo, ¿cómo podía imaginarse un rostro, o una sonrisa, o unos ojos, o el color de las flores? Todos mis anhelos de ver cara a cara a Robbie, y a Ellie, mi esposa, parecían haber muerto.

En esos momentos llegó Debbie Epton, mi conductora, para llevarme al trabajo. Nunca me había sentido tan deprimido por mi ceguera, ¿y por qué iba a hacerlo ahora? Mis padres me habían enseñado a tomarla como una molestia, no como una incapacidad.

Me mantenía activo. Había dirigido equipos juveniles de béisbol, y hasta había escrito y entonado canciones populares. Y ahora me estaba preparando para empezar mi propio negocio como masajista profesional.

Había nacido con las córneas defectuosas, algo que, según los especialistas, era permanente; entonces, ¿para qué consultarlos? Pero mi madre oraba siempre por mí.

“Usted sabe lo que pienso de su ceguera —me dijo Debbie mientras comíamos a mediodía—. ¿Cuánto tiempo hace que no visita a un especialista?”

“Debbie —le respondí sorprendido por su ingenuidad—, mi condición no mejorará; es permanente”.

“¿Y por qué está seguro?”

“Los especialistas siempre me dijeron que nada puede hacerse” —le respondí.

“Pero...” —trató ella de insistir.

“Debbie, olvídalo; tenga la bondad” —la interrumpí con voz firme.

Hubo silencio. Me sentía satisfecho de haber puesto fin a su falsa idea. Sin embargo sentía muy adentro el anhelo indeclinable de poder ver algún día los rostros de mis amados.

Me olvidé de todo; pero Debbie... no. Por razones que aún desconozco, siguió insistiendo en que visitara al especialista. ¿Por qué lo hacía si yo me resistía sistemáticamente?

Una mañana mientras Debbie me llevaba a la oficina, me dijo:

“Tengo que visitar al oftalmólogo para que examine mis lentes”.

Cuando Debbie regresó, entró al auto y respiró profunda y temblorosamente.

“Bueno... estamos aquí. Hice una cita para usted... para ahora mismo”.

“¿Qué hizo usted...?” —exclamé indignado.

“Roberto —me dijo calmadamente—, ¿por qué no lo prueba una vez más?”

“Lo hice muchas veces —ya se lo dije—. Me cansé de recibir negativas”.

“Roberto —insistió suave y delicadamente—, inténtelo una vez más. Le tomará poco tiempo. Tenga la bondad de entrar”.

Y por primera vez en los últimos 17 años visité a un especialista.

El examen fue largo. Finalmente el doctor me dijo que había buenas esperanzas para mí. Me preguntó si había oído hablar de los modernos transplantes de córnea y me describió los avances de la cirugía en los ojos. Debbie puso su mano en mi hombro, y de nuevo, después de tantos largos años, brilló en mí un débil rayo de esperanza.

Hice los arreglos necesarios para mi operación, pero seguía creyendo que nada bueno iba a suceder. ¿Habría acaso algún donante cuya sangre y tejido fueran del tipo mío? Y si así sucediera, ¿tendría éxito la operación?

Una mañana de otoño recibí la noticia de que el Hospital de la Universidad Emory, en Atlanta, había conseguido un donante. Me sentí confundido en cierta manera. Muchas veces había tratado de imaginarme el mundo circundante por medio de mis dedos y mis oídos. ¡Oh, Dios —suspiré—, por mucho tiempo he pensado que la satisfacción de mis anhelos está más allá de ti...!

Recordé la historia bíblica del ciego de nacimiento a quien Jesús había dado la vista (S. Juan 9); pero siempre pensaba que tales milagros sólo sucedían en la Biblia. Sin embargo, haría lo que Debbie siempre me había aconsejado: dejar de desear y actuar. Me acordé de las oraciones de mi madre. Y muy dentro casi escuchaba un anhelo intenso que parecía decir: “¡Señor, haz que yo pueda ver!”

A la medianoche siguiente a la operación me sobresalté. Pedro, mi hermano, hablaba quedamente con su esposa. ¡Mi respiración se entrecortó! ¡Mi voz tembló! ¡Algo había pasado a través de mi vendaje!

“Pedro, ¿encendiste la luz?” —le pregunté con voz temblorosa.

“¿Y cómo te diste cuenta?”

La emoción me embargaba. ¡Hermosa luz! ¡Dorada luz! Pedro no quería que abrigara tan pronto grandes esperanzas, y me respondió que quizá era una reacción postoperatoria o mi imaginación y me dijo que esperara a que me quitaran las vendas. Ese bendito

rayo de luz, ¿sería acaso mi imaginación?

Cuando llegó el tiempo indicado vino una enfermera y comenzó a quitarme el vendaje.

“Sr. Edens —me dijo—, abra los ojos. Debo ponerle unas gotas”.

La enfermera me observaba. ¡Me pareció hermosa! Vi un mundo lleno de deslumbrante luz. Observé un ramo de flores sobre mi mesa. Sus colores vivos y brillantes parecían respirar vida. Y agradecí profundamente a Dios.

Por fin llegó el día de ir a mi hogar. Cuando ya casi llegaba a la puerta, ésta se abrió de par en par, y contemplé a una hermosa joven de ojos azules. La sonrisa parecía cubrirle todo el rostro.

“¡Papá!” —exclamó llorando emocionada. Y nos abrazamos fuertemente.

Luego observé a Ellie. Contemplé su hermoso rostro, y la abracé largamente.

¿Se pueden ustedes imaginar qué se siente al ver por primera vez las flores, el sol, las nubes, los pájaros...? Es difícil creer que Dios haya puesto en el mundo tanto color, luz y belleza. Tra-ten de imaginarse qué sentí al ver a mi hija vestida de novia y cubierta con un tenue velo.

La recuperación de mi vista es parte, aparentemente, de un gran cambio que comenzó poco antes de que me exami-naran los ojos. ¡Cuán afortunado había sido yo al tener cerca de mí a Debbie para que encendiera ese débil rayo de esperanza! Pero ahora, con una fe más profunda en Dios, sé que nunca debe-mos perder la esperanza.

“Porque en esperanza fuimos sal-vos” (Romanos 8:24). “Y la esperan-za no avergüenza [frustra]; porque el amor de Dios ha sido derramado en nuestros corazones” (Romanos 5:5). Yo nunca había conocido la verdadera esperanza. Deseaba, pero no esperaba por fe. La esperanza es el sentimiento de que sucederá lo que anhelamos; es el comienzo de creer, de la fe. Y cuan-do creemos, tenemos la absoluta segu-ridad de que algo bueno está a punto de suceder. ◇ (Tomado con permiso de *Vibrant Life*, marzo-abril, 1985.)

JESUS Y YO

HILARIO CABA DE LA CRUZ

TU ERES luz, mi Señor; yo soy tinieblas. Tú, fortaleza; yo, debilidad. Tú eres justicia, mas yo soy pecado. Amor tú eres; yo sólo maldad. Tú eres paz; yo, turbulencia.

Tú eres el pan de vida; yo, mísero y hambriento. Tú, fuente de aguas vivas; yo, viajero sediento, agonizando en un infinito desierto de arenas movedizas.

Tú, de dulzura y gozo el alma llenas; pero yo aun al que me ama lo hago sufrir mucho. Tú eres el Rey de reyes y Señor de señores; yo soy sólo un esclavo del poder del maligno.

Tu vestidura es blanca cual la nieve; mas yo llevo harapos andrajosos sobre mí. Tú eres la vida eterna; yo muerto soy por causa del pecado.

Y así anduvimos muchos años por sendas diferentes: tú me buscabas, y yo no sabía hacia dónde iba.

Un día nos encontramos, o más bien... me encontraste; te contemplé un instante, y me sentí motivado a renacer. Escuché claramente tu invitación tierna y redentora: “Dame, hijo mío, tu corazón, y miren tus ojos por mis caminos”. Pero por momentos me pareció imposible librarme de los lazos que me ataban al mal.

Miré tus ojos: allí se reflejaba el divino poder de la verdad que liberta al cautivo sin esperanza. Vacilé durante algún tiempo, pero entre tanto resonaba en mis oídos tu dulce voz diciendo: “¡Sígueme!” Tu llamado de amor fue irresistible, y respondí con mis ojos inundados de lágrimas: “Sí, mi Señor, vuelvo contigo”.

Al instante me despojaste de mi abrumadora carga. ¡Milagro! ¡Obraste el gran mila-gro! ¡Me transformaste en nueva criatura conforme a tu promesa!

Comprendo que no sólo quieres andar conmigo, sino morar en mí. He abierto las puertas de mi corazón; te he recibido, mi Salvador. Eres huésped eterno en mi vida.

Ahora puedo decir como el apóstol Pablo: “Con Cristo estoy juntamente crucifica-do, y ya no vivo yo, mas vive Cristo en mí; y lo que ahora vivo en la carne, lo vivo en la fe del Hijo de Dios, el cual me amó y se entregó a sí mismo por mí” (Gálatas 2:20)

“Puso mis pies sobre peña, y enderezó mis pasos. Puso luego en mi boca cántico nuevo” (Salmo 40:2-3).

Jesús perdonó la maldad de mi pecado; me ha dado fe en lugar de incertidumbre; desplazó mis tinieblas con su luz; puso fortaleza en lugar de debilidad; cambió mi angustia en felicidad plena; llenó de gozo espiritual todo mi ser.

Sí, ahora puedo sonreír desde lo profundo de mi corazón y mostrar al mundo la esperanza de la salvación.

El Señor desea hacer lo mismo por cada ser humano cuyas condiciones sean seme-jantes a las mías. Si éste es tu caso, amigo lector, te invito a hacer la prueba y te convencerás de que “si alguno está en Cristo, nueva criatura es; las cosas viejas pasa-ron; he aquí todas son hechas nuevas” (2 Corintios 5:17). ◇

Para
beneficio
de usted y su familia
SUSCRIBASE HOY A

EL CENTINELA

Deseo suscribirme por un año a El Centinela. Adjunto \$5,95* 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 _____

Prov. o Estado _____

Código postal (zip code) _____ País _____

*Precio válido sólo hasta Diciembre 31, 1986

Envíe este
cupón a EL CENTINELA,
P.O. Box 7000, Boise,
ID 83707, EE. UU. de N. A.

La leyó por 90 años. Ahora escúchela



CASETES "LO MEJOR DE EL CENTINELA"

1 "Una Voz en la Noche del Artico" y otros relatos emocionantes: "Tenía que estar junto a Dina", "La sonrisa que salvó un avión", "Cuando todos llegaron tarde", "Un canto en la noche", "El ruego de un soldado moribundo" y "¿Quién me besó?"

2 "Las Siete Palabras". Comentario inspirador de las siete frases sublimes pronunciadas por Jesús en la cruz.

- Escuche con devoción este casete y experimente como nunca antes el significado redentor del Calvario.
- Autores: José Argumedo, Jaime Chanagá, Miriam Alonso, José L. Campos, Pedro Geli (h), Eduardo Ocampo y Elías Gómez.

3 "Padres e Hijos" y otros editoriales breves sobre asuntos de actualidad.

- Escuche al Dr. Humberto M. Rasi, Vice Presidente editorial de la Pacific Press.

- Conceptos edificantes presentados en forma atractiva.

4 "Un Mensaje de Esperanza" y otros cinco temas especiales del Dr. Tulio N. Peverini, Director de EL CENTINELA desde 1971.

- Un análisis positivo de problemas de nuestro tiempo, a la luz de las Sagradas Escrituras.

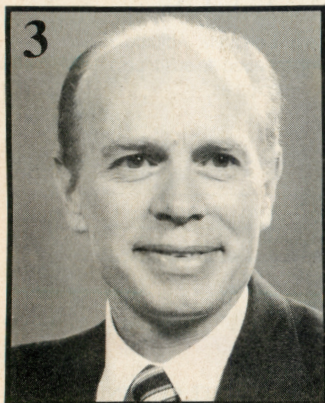
- Escuche estos mensajes que proporcionan fe, esperanza y felicidad.

- 4 casetes de 60 minutos de duración cada uno. Uselos en su carro, en su casa y en todo lugar.

- Edición limitada. Haga HOY MISMO su pedido.

Envíe su cheque o money order a:

EL CENTINELA, P. O. Box 7000, Boise, Idaho 83707.



Oferta 90 Aniversario

Sí, quiero que me envíen el juego de 4 casetes "LO MEJOR DE EL CENTINELA" (US \$12,95). Adjunto además US \$2.00 por gastos de envío.

Nombre _____

Calle y N.º _____ Apt. _____

Ciudad _____ Estado _____

Código postal (Zip Code) _____ País _____

"LO MEJOR DE EL CENTINELA"

Un servicio más de la revista que fortalece el hogar y acerca a Dios