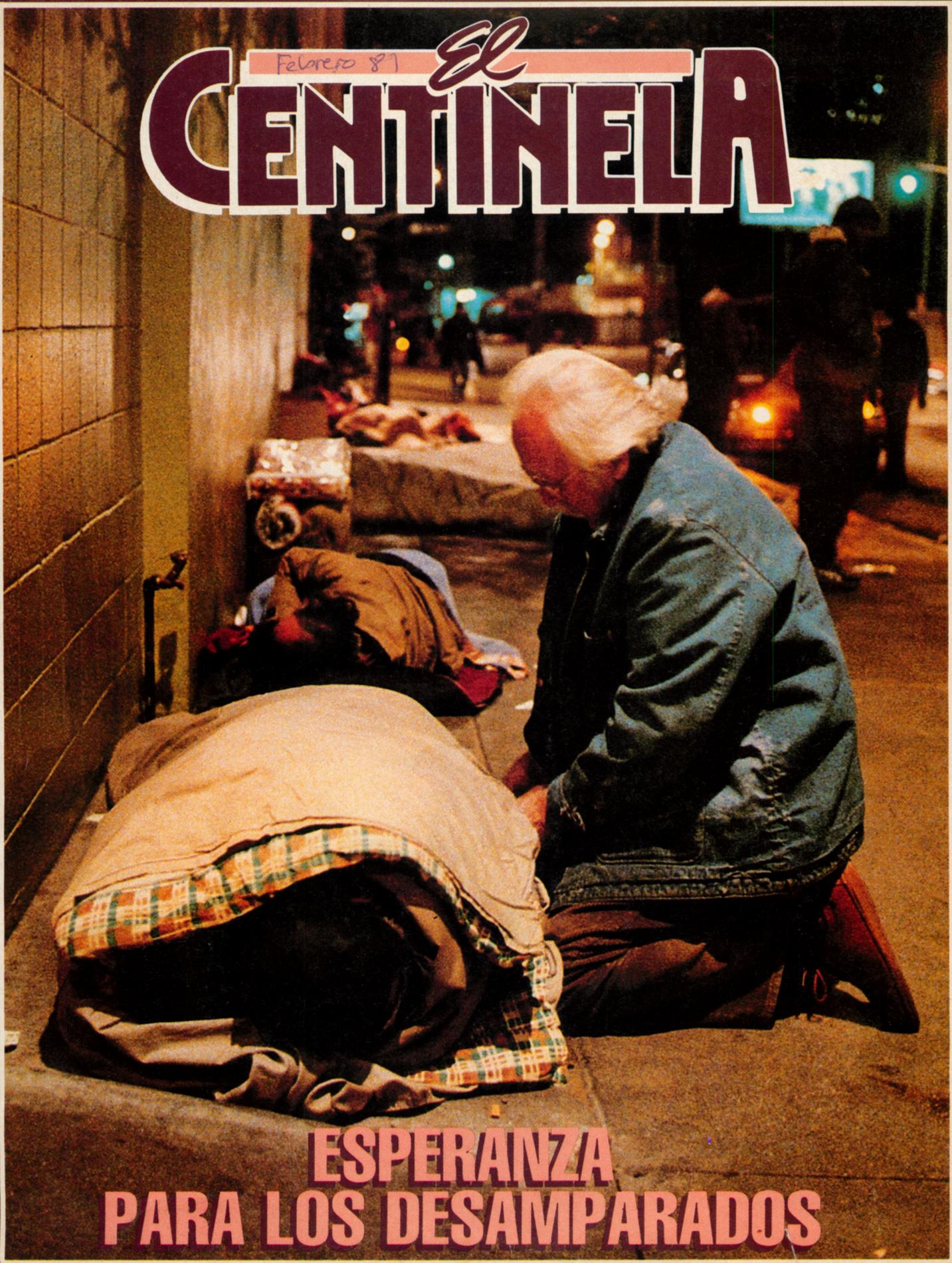
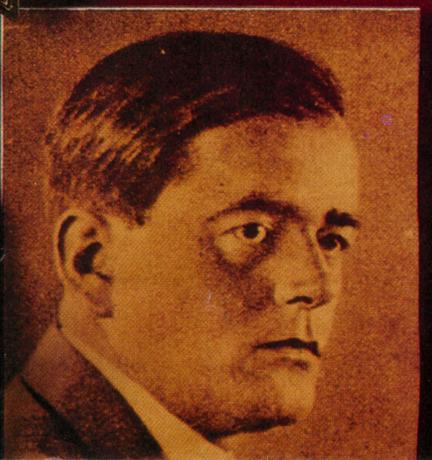
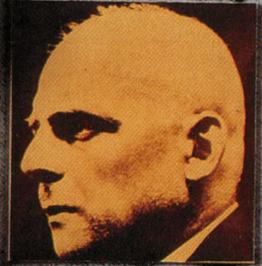


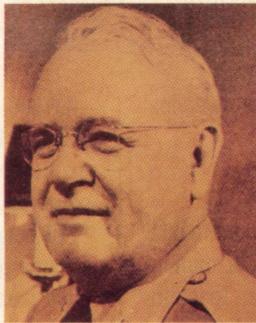
Febrero 87

El CENTINELA



**ESPERANZA
PARA LOS DESAMPARADOS**





Henry Gerecke
Capellán
del Ejército
de los Estados Unidos

EL CAPELLAN DE NUREMBERG Y SU INFAME CONGREGACION

ARROGANTE y presuntuoso, Joachim von Ribbentrop, el ministro de Relaciones Exteriores de Alemania, no hizo el menor intento de disimular su indiferencia al ver entrar en su celda desaliñada a un capellán del ejército de los Estados Unidos. Ribbentrop era un hombre poco amigable, despreciado aún por sus colegas, y tenía 52 años de edad, aunque parecía mayor. Durante toda la Segunda Guerra Mundial había sido uno de los “hombres fuertes” de Hitler. Fanáticamente antisemita, consideraba a los judíos como una especie inútil que afeaba su permanencia en la tierra mediante intenciones propias de ladrones y de asesinos.

El hombre que había ido a verlo a la prisión era Henry Gerecke, un capellán del ejército norteamericano de mediana edad, con el rango de mayor. Gerecke había sido nombrado consejero espiritual de los 15 secuaces más importantes de Hitler, los “criminales de guerra” de los famosos juicios de Nuremberg, en la Alemania de postguerra. Su historia —una asombrosa combinación de valor abnega-

Frederick Grossmith es secretario general del Concilio de Locutores Cristianos de Gran Bretaña. Este artículo está basado en su libro The Cross and the Swastika (La cruz y la svástica).

El mayor Henry Gerecke, arriba, capellán del ejército norteamericano, fue designado consejero espiritual de los “criminales de guerra” nazis de los famosos juicios de Nuremberg, que se realizaron en Nuremberg, Alemania, de 1945 a 1949. A la izquierda y en el centro, en medio de símbolos del poderío nazi, Hermann Goering; a su alrededor, en el sentido de las manecillas del reloj: Fritz Sauckel, Albert Speer, Joachim von Ribbentrop and Wilhelm Keitel.

La historia inédita de los últimos días de los hombres fuertes de Hitler y de su encuentro con la gracia de Dios.

FREDERICK GROSSMITH

do, humildad ante Dios y genuino amor servicial— demuestra el poder milagroso de la gracia salvadora de Dios.

SACUDIDO Y PERPLEJO

De pie en la celda de Ribbentrop, Henry Gerecke se sentía incómodo al invitar a este hombre impopular a asistir al servicio religioso del domingo. Tal como esperaba, Ribbentrop no hizo ninguna promesa. “Este asunto de la religión no es tan serio como usted lo considera”, respondió. Gerecke salió, ofreciéndose a visitarlo nuevamente a pesar de la falta de interés de Ribbentrop.

Cuando por primera vez se le hizo la propuesta de convertirse en el capellán de los nazis encausados, Gerecke se sintió sacudido y perplejo. Escudriñando su mente y corazón, luchaba dentro de sí para determinar su respuesta. “¿Cómo puede un

humilde predicador, que en un tiempo fue un muchacho campesino, causar alguna impresión en los discípulos de Adolfo Hitler?”, se preguntaba para sus adentros.

Mientras Gerecke caminaba por las calles de Nuremberg, reflexionando sobre el nombramiento de que había sido objeto, la decadencia y la muerte se veían por doquiera. Esta ciudad una vez orgullosa, que contenía fortificaciones de los tiempos de la Edad Media, mostraba ahora profundas cicatrices y sus ruinas cubrían 30 mil muertos. El olor ofensivo de los desinfectantes saturaba el aire. “Tenía abundantes razones para sentir amargura hacia estos hombres—reflexionó más tarde Gerecke—. Yo había estado en el campo de concentración de Dachau, donde mi mano se había embadurnado con sangre humana que se filtró por una pared. Mi hijo mayor, aunque había sobrevivido la guerra, había sido literalmente destrozado.

“Pero lentamente los hombres encarcelados en Nuremberg llegaron a ser para mí no criminales de guerra, sino sencillamente almas perdidas a quienes se me estaba pidiendo que ayudase. Decidí como nunca antes odiar el pecado, pero amar al pecador”.

Gerecke tomó la decisión de que por la gracia de Dios llevaría el Evangelio de Jesucristo a estos hombres odiados y temidos. En las horas difíciles de postguerra, el mundo podría haber determinado que estos dirigentes nazis eran casos sin esperanza, pero él sabía que mediante la cruz, el perdón es posible para todos.

El 12 de noviembre de 1945, el mayor Gerecke fue asignado al Destacamento de

Seguridad Internacional 6850, la unidad que era responsable de los prisioneros de Nuremberg.

UN CONVERSADOR RAPIDO

En la lista de personas por quienes el capellán debía velar, había nombres que eran sinónimos del mal que casi aplastó el mundo civilizado: Rudolf Hess, Wilhelm Keitel, Karl Doenitz, Joachim von Ribbentrop, Alfred Rosenberg, Erich Raeder, Wilhelm Frick, Albert Speer, Fritz Sauckel, Hjalmar Schacht y Hermann Goering, entre otros. Los prisioneros estaban confinados en celdas ubicadas en la planta baja de la cárcel de tres pisos. Años más tarde, Gerecke describió así lo que sentía cuando comenzó su visita: “Estaba terriblemente asustado. ¿Cómo podría decir lo que conviene, y decirlo en alemán?”

La indiferencia de Ribbentrop pareció amigable en comparación con la brusquedad del legendario Rudolf Hess (que murió en 1987 a los 93 años en la cárcel de Spandau). “¿Le agradaría asistir a los servicios religiosos el domingo de noche?”, preguntó Gerecke en alemán.

“No”, replicó Hess en inglés.

“¿Le parece que puede pasarlo tan bien sin asistir como podría hacerlo si asistiese?”, dijo Gerecke esta vez en inglés.

“Creo que estaré extremadamente ocupado preparando mi defensa —repuso Hess bruscamente—. Si tengo que orar, lo haré aquí”.

La siguiente fue la celda del mariscal del Reich, Hermann Goering. “Tenía temor de encontrarme con este hombre egocéntrico y ostentoso más que con cualquiera de los otros prisioneros”, recordó Gerecke. Cuando el capellán entró, el preso, un hombre obeso, de formas un tanto femeninas y adicto a las drogas, saltó sobre sus pies y golpeó sus talones en posición de firme.

“¿Va a venir y pasar algún tiempo conmigo? —dijo Goering cálidamente—. Oí que usted venía, y me alegro de verlo”.

Goering era un conversador rápido, y muy pronto le preguntó al capellán en cuanto a su familia en los Estados Unidos. A Gerecke le parecía demasiado bueno para ser cierto. “Toda mi timidez se disolvió ante la cordialidad astutamente calculada de Goering”.

El mariscal de campo Wilhelm Keitel, jefe del alto comando alemán, le había prestado una obediencia incondicional a Adolph Hitler, a quien consideraba como un genio militar. Sintiéndose como un vendedor de puerta en puerta en su primera serie de visitas, Gerecke estaba ansioso de impresionar. “¿Qué está leyendo?”, le preguntó a Keitel en forma cordial.

“Mi Biblia —contestó suavemente Keitel—. En base a este libro sé que Dios puede amar a un pecador como yo”. Inmediatamente Gerecke pensó que este hombre era un farsante. “Pero cuanto más lo escuchaba, más sentía que podía ser sincero”.

Keitel sabía que sus posibilidades de verse libre de la horca eran muy remotas. “Se arrodilló junto a su camastro —escribió más tarde Gerecke—, y leyó una porción de las Escrituras. Luego entrelazó sus manos, miró hacia el cielo y comenzó a orar. Nunca había oído una oración como ésta. Habló pacientemente de sus muchos pecados e imploró misericordia en base al sacrificio de Cristo en su favor”.

LA CAPILLA

Como capellán, Gerecke visitó a cada uno de los 15 oficiales nazis y se encontró con una variedad de respuestas. “Aquella noche

—evocó más tarde— tuve que tener una conversación con Jesús, pidiéndole que hiciese algo especialmente por mí. Sabía que a estos hombres debía hablárseles en cuanto al Salvador, en cuanto a cómo había sufrido y muerto en la cruz por ellos”.

El punto focal del ministerio de Gerecke como capellán llegó a ser una pequeña capilla improvisada, que consistía en dos celdas cuya pared intermedia había sido derribada. Su único mobiliario era un pequeño altar, un órgano y sillas para los que asistían. El 18 de noviembre de 1945, un domingo, Gerecke predicó en este modesto ambiente a 13 de los más temidos líderes del Tercer Reich (“reich”, voz alemana que significa “imperio”). Sólo faltaron Rosenberg y Hess.

Aquella noche Henry Gerecke le escribió así a su esposa Alma, en Saint Louis, Estados Unidos: “Pasé otro día con los hombres sobre quienes todo el mundo tiene fijos sus ojos, y la mayoría para condenarlos. Bien, quizás sea así, pero algo está ocurriendo en sus corazones desde que los he estado visitando, y que sólo puede medirse en su valor espiritual.

“Prediqué mi primer sermón en alemán después de 15 años, y no fue fácil. Sin embargo, lo terminé en buen estilo, de acuerdo con el testimonio de estos altos oficiales nazis. Dijeron que se habían sentido conmovidos por la manera en que les presenté el Evangelio. Espero que no estén bromeando, porque algunos de ellos necesitarán todo lo que Dios puede darles para hacer frente al fin que les aguarda”.

Tras ese primer servicio religioso, Fritz Sauckel, ex plenipotenciario general para la ubicación de trabajo, le pidió a Gerecke que lo visitase. En su celda, Sauckel se arrodilló junto a su cama implorando al capellán que le leyese las Escrituras y orase con él.

“Sin ningún temor ni vergüenza, oró conmigo junto a su cama, terminando nuestra oración con el ruego: ‘Dios, sé propicio a mí pecador’”, contó más tarde Gerecke.

De acuerdo con el capellán, la confesión que Sauckel hizo de sus pecados —que eran muchos— “reflejaba la agonía de un alma arrepentida”. No había nada que Sauckel podía hacer ahora para efectuar restitución por los sufrimientos que había causado. Su programa de movilización había implicado desarraigar a 8 millones de personas de sus hogares. En el juicio fue descrito como “el esclavista más grande y cruel desde los faraones de Egipto”. Sin embargo, Dios, en su gran misericordia, había derramado perdón inmerecido en la vida y el corazón de Sauckel. ¡Era ahora un nuevo hombre en Cristo!

Cuando se acercó la Navidad, Gerecke notó un cambio definido en las actitudes de Fritzche, von Schirach y Speer. La mayoría de estos hombres nunca había asistido a un servicio religioso en vísperas de Navidad. Para algunos sería el primero que tendrían como también el último.

Los hombres escucharon con profunda atención cuando el capellán leyó un pasaje de S. Lucas 2 y explicó por qué Dios había enviado a Jesús al mundo para declarar su amor. Cuando hubo terminado, Sauckel se puso de pie y dijo: “Nunca dediqué tiempo a apreciar la Navidad en su significado bíblico. Esta noche estamos despojados de todos los bienes materiales y estamos lejos de nuestra gente. Pero tenemos la historia de Navidad, y eso es todo lo que necesitamos”.

En el órgano el ex coronel Schellenberg, a quien Gerecke había conducido a Cristo, tocaba suavemente *Stille Nacht* (Noche de

Paz). Los hombres comenzaron a seguir la melodía, y unos pocos cantaron quedamente: “Noche de paz, noche de amor. Todo duerme en derredor”. Gerecke terminó el servicio religioso con oración, pero nadie se movió. Durante 5 minutos o más quedaron sentados en silencio.

Ese pareció un punto decisivo. Más miembros del grupo comenzaron a responder al ministerio de Gerecke. El mariscal de campo Keitel fue el siguiente en participar de la comunión. “Que Cristo mi Salvador permanezca junto a mí hasta el fin —Gerecke le oyó decir—; lo necesitaré mucho”. Aun Ribbentrop se manifestó amigable, siempre y cuando el capellán evitase el tema de la salvación en Cristo. Pero Goering ridiculizaba la idea de una Escritura inspirada divinamente.

Pronto Fritzche, von Schirach y Speer recibieron la comunión. “Nunca olvidaré el espectáculo de esos tres hombres corpulentos, arrodillándose, pidiendo que sus pecados fuesen perdonados”, dijo Gerecke. En la primavera de 1946 Raeder abrió su corazón al Señor. Trabajó amistad con von Schirach, enviándole cartas a su celda y pidiendo su opinión sobre ciertas porciones de la Biblia.

En mayo de 1946, comenzaron a circular rumores de que Gerecke podría regresar a los Estados Unidos. Inmediatamente los prisioneros se pusieron en acción. “Su esposo ha estado cuidando durante más de medio año a los que abajo firmamos —le escribieron a la Sra. Gerecke—. Ahora se nos ha dicho que usted desea verlo de regreso en la casa... Por favor, considere que no podemos prescindir ahora de su esposo. Durante los últimos meses él nos ha mostrado una amistad inamovible... Sencillamente hemos llegado a quererlo. Por favor, déjelo con nosotros”. La carta llevaba las firmas de todos los encausados, incluyendo a Hess y Rosenberg.

Grandemente sorprendida, sin embargo sensible a las providencias del Espíritu Santo, la Sra. Alma Gerecke le envió este cable a su esposo: “Por favor, quédate. Te necesitan”. Su esposo también se conmovió. “Los hombres fuertes de Hitler —reflexionó— que habían atormentado al cristianismo y quebrantado los Diez Mandamientos más que cualquier otro villano en la historia, ¡le estaban dirigiendo un ruego a una ama de casa norteamericana!”

El largo juicio terminó el 31 de agosto de 1946. Los 8 jueces iniciaron su sesión secreta para considerar los veredictos. Durante ese período, se les permitió a las esposas que visitasen a sus espo-

sos en la prisión. A menudo los hijos de los presos quedaban en la oficina de Gerecke en los días de visita. La esposa de Goering, Emmy, instó a su hija, Edda, a hablar con el capellán. “Le pregunté a la niña si ella acostumbraba orar —escribió más tarde Gerecke—. Ella replicó: ‘Oro cada noche’ ”.

“¿Y cómo oras?”

“Me arrodillo junto a mi cama, miro al cielo y le pido a Dios que abra el corazón de mi papito para que deje entrar a Jesús”.

Goering había asistido a 70 servicios religiosos en la capilla, pero nada parecía tocarlo. Su esposa le dijo lo que su hija le había dicho al capellán. “Por primera vez vi lágrimas en sus ojos”, recordó más tarde Gerecke. Pero esa noche Goering se suicidó tragando una cápsula de cianuro de potasio. De alguna manera había ocultado el pequeño recipiente de bronce que contenía la dosis letal.

LA HORCA

El primero de octubre de 1946 se le había informado a Goering que su sentencia sería la de muerte por ahorcamiento. Con el suicidio de Goering, von Ribbentrop ahora encabezaba la lista de los que serían ejecutados. “Una de las experiencias más conmovedoras que tuve fue observar el lento pero firme progreso del diplomático Joachim von Ribbentrop, desde una fría indiferencia a una sincera y completa fe cristiana”, declaró Gerecke. He aquí lo que pasó, contó más tarde Gerecke, cuando Ribbentrop se paró debajo de la horca: “Se volvió hacia mí —y mi corazón todavía se conmueve al pensarlo— y me dijo: ‘Lo veré otra vez’.

“Dije una corta oración. Luego fue colocado sobre su rostro el gran capuchón negro, y se ajustó detrás de su cabeza la cuerda con trece vueltas; se deslizó el piso falso y Ribbentrop cayó al vacío”.

Keitel fue el siguiente en morir. Gerecke ascendió los escalones de la segunda horca y oró con él. Dirigiéndose al capellán, Keitel dijo: “Le agradezco con todo mi corazón a usted y a quienes lo enviaron”.

Uno tras otro, aquellos que habían sido sentenciados a muerte, fueron conducidos a la horca. Algunos habían recibido a Cristo. Otros —como Rosenberg— permanecieron inflexibles hasta el fin.

Henry Gerecke murió en 1961. Fue un hombre que puso en práctica el amor de Dios por los pecadores. Quizás Albert Speer lo describió mejor cuando dijo: “El capellán Gerecke fue un hombre con un corazón cálido. ¡El se interesó por nosotros!” ◇

CONOZCA LA CONGREGACION

He aquí los 15 dirigentes nazis que estuvieron bajo el cuidado de Henry Gerecke, y las sentencias que cada uno de ellos recibió:

1. *Karl Doenitz*, Gran Almirante, Comandante en Jefe de la Armada Alemana. Diez años de prisión.
2. *Wilhelm Frick*, Ministro del Interior del Reich. Ahorcado.
3. *Hans Fritzche*, Jefe de la División de Radiotransmisión, Ministro de Propaganda. No culpable.
4. *Walther Funk*, Ministro de Economía. Prisión perpetua.
5. *Hermann Goering*, Mariscal del Reich y Comandante en Jefe de la Luftwaffe. Sentenciado a la horca, pero se suicidó.
6. *Rudolf Hess*, Comisionado del Führer hasta 1941. Prisión perpetua.
7. *Wilhelm Keitel*, Mariscal de Campo y Jefe del Alto Comando Alemán. Ahorcado.
8. *Konstantin von Neurath*, Ministro de Relaciones Exteriores

de 1932 a 1938. Quince años de prisión.

9. *Erich Raeder*, Gran Almirante, Comandante en Jefe de la Armada Alemana de 1928 a 1943. Prisión perpetua.

10. *Joachim von Ribbentrop*, Ministro de Relaciones Exteriores. Ahorcado.

11. *Alfred Rosenberg*, Ministro del Reich para los Territorios Orientales Ocupados. Ahorcado.

12. *Fritz Sauckel*, Plenipotenciario General para la ubicación de trabajo. Ahorcado.

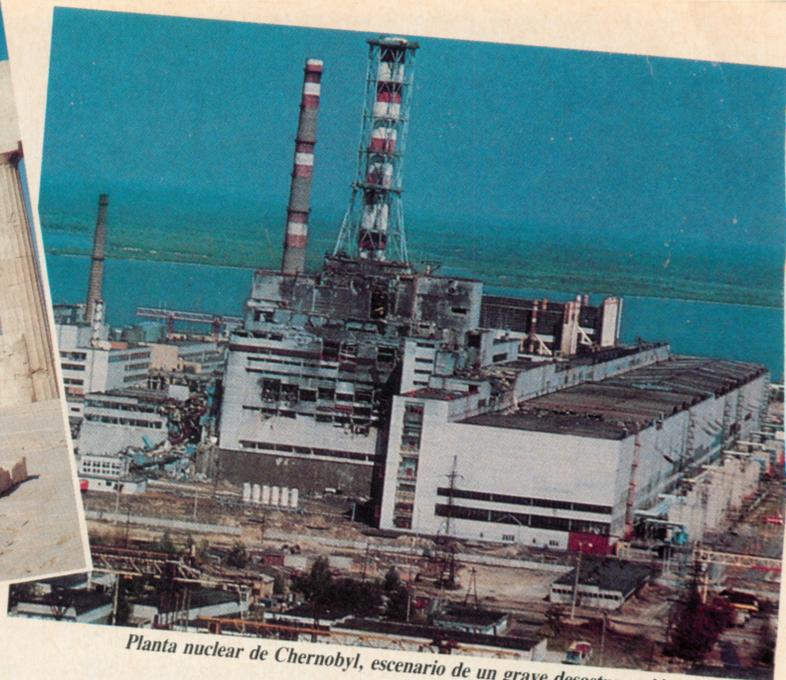
13. *Hjalmar Schacht*, Ministro de Economía del Reich de 1935 a 1937. No culpable.

14. *Baldur von Schirach*, Dirigente de la Juventud Hitlerista. Veinte años de prisión.

15. *Albert Speer*, Ministro del Reich para Armamentos y Producción de Guerra. Veinte años de prisión.



Ruinas de la antigua Grecia testifican de una gloria perdida.



Planta nuclear de Chernobyl, escenario de un grave desastre ecológico.

EL OCASO DE LOS DIOSSES

Avanzamos hacia una catástrofe social, moral y ecológica inmensa, en la cual pueden perecer todos los valores que ha creado la civilización.

Lic. OTONIEL CABRERA

EN SU libro *La última batalla*, Cornellius Ryan nos habla del último concierto que presentó la orquesta Filarmónica de Berlín. El concierto fue presentado en el "Beethoven's Hall", y la obra fue *Sie Goetterdammerung* (El ocaso de los dioses), de Richard Wagner. Sin duda alguna no podía presentarse un concierto más apropiado. Alemania se hallaba vencida: nueve millones de víctimas, sus líderes muertos o cautivos y sus ciudades arrasadas.

La obra narra las luchas de los dioses de la mitología germánica y

El autor es licenciado en Historia y catedrático en el Antillian College, Mayagüez, Puerto Rico. Ha escrito numerosos artículos sobre temas de actualidad y libertad religiosa en el diario El Mundo, de Puerto Rico.

concluye con la ascensión de Brunilda para unirse a Sigfrido en la pira fúnebre. Nosotros también estamos siendo testigos del "crepúsculo de los dioses", es decir, del deterioro de nuestra civilización y sus recursos.

Hace unos años se publicaron dos documentos de suma importancia en cuanto a la caótica situación de nuestro mundo; pero se les ha prestado muy poca atención.

The Global 2000 Report to the President (El informe global sobre el año 2000, para el presidente) fue encomendado por Jimmy Carter, poco después de su toma de posesión como presidente de los Estados Unidos, a un muy calificado grupo de científicos, expertos y altos funcionarios. El propósito era que le presentaran una perspectiva seria y bien documentada sobre las tendencias globales de la economía y la sociedad mundial en los próximos veinte años.

El resultado fue sencillamente aterrador, pues confirma lo que muchas veces se ha repetido: que se está reduciendo más y más la capacidad de nuestro planeta para soportar el exagerado consumo de los recursos no renovables por parte de una población que crece exageradamente. La consecuencia es obvia: si no se cambia efectivamente esa tendencia, habrá

una mayor degradación del nivel de vida y un empobrecimiento fatal de los recursos naturales para poder vivir. Según dicho informe, la población mundial llegará en el año 2000 a 6.350 millones de habitantes. El consumo de alimento per cápita descenderá notablemente por debajo de los actuales niveles —ya dramáticamente insuficientes en muchas naciones— y se agravará la escasez de agua, la desaparición de los bosques y el deterioro de la vida vegetal. Se alude también a la continua destrucción de la capa de ozono en la atmósfera debido a la actividad industrial, lo que amenaza con elevar la temperatura general en la tierra. Se estima que un alza de 5 a 10 grados en la temperatura polar produciría un inmenso deshielo y un aumento correspondiente del nivel de los mares, lo que haría necesario abandonar puertos y ciudades costeras.

Otro documento similar fue presentado hace poco por la llamada Comisión Brandt, presidida por el ex canciller alemán Willy Brandt y compuesta por un valioso conjunto de grandes figuras mundiales. Este informe trata ampliamente sobre el gravísimo problema político y social de la creciente desigualdad entre el Tercer Mundo, cada vez más pobre,

y el mundo de los países industrializados, cada vez más ricos y poderosos.

No se han propuesto medidas efectivas para enfrentar los gravísimos problemas mencionados. Hay sí una especie de ciega conformidad con todo lo que pasa, en espera de que las cosas no sean tan serias como parecen y que todo termine por arreglarse satisfactoriamente de una manera u otra.

Esta actitud de indiferencia, o de resignación, o de incredulidad, es más general de lo que se piensa. Los documentos mencionados, vitalmente importantes para la humanidad, no han tenido todo el eco y resonancia que merecen, ni tampoco los que los han precedido. La opinión pública se conmueve mucho más por el accidente de Chernobyl o por lo que hacen algunos guerrilleros árabes, que por estas serias comprobaciones y voces de alerta sobre el rumbo suicida que la humanidad entera ha tomado en los últimos tiempos.

Cuando se publicó el primer informe del famoso Club de Roma sobre los límites del crecimiento, hubo un gran eco en el mundo entero; pero el segundo informe tuvo menos resonancia, tan pequeña como la que producen los estudios del Banco Mundial y las comprobaciones aterradoras que han surgido de grandes conferencias internacionales convocadas por las Naciones Unidas, como las del Ambiente Humano (1972), Población (1974), Alimentación (1974), Establecimientos Humanos (1976), Agua (1977) y Ciencia y Tecnología para el Desarrollo (1979). Se produjeron conclusiones y recomendaciones del mayor interés y se lanzaron serias voces de alarma; pero no han sido oídas.

¿Y qué diremos de la creciente inmoralidad que amenaza con envolvernos a todos? En 1979 se gastaron en los Estados Unidos cuatro mil millones de dólares en pornografía y en esta nación circulan unas 270 publicaciones de carácter pornográfico. La revista *Newsweek* informó que “casi la mitad de las jovencitas estadounidenses entre los 15 y 19 años han tenido relaciones sexuales premaritales, y que la edad para este

comienzo continúa bajando”.

La revista *Time* informó en un artículo titulado *Children Having Children* (Niños teniendo niños), en noviembre de 1985, que 51 por ciento de cada mil muchachas negras y 19 por ciento de mil muchachas blancas quedan embarazadas antes de casarse, y que 41 y 47 por ciento de dichos embarazos terminan, respectivamente, en abortos. Además, 30 por ciento de los abortos en general son de muchachas adolescentes. El problema se agrava porque 15 por ciento de cada millón de muchachas repiten su embarazo al año y 30 por ciento a los dos años.

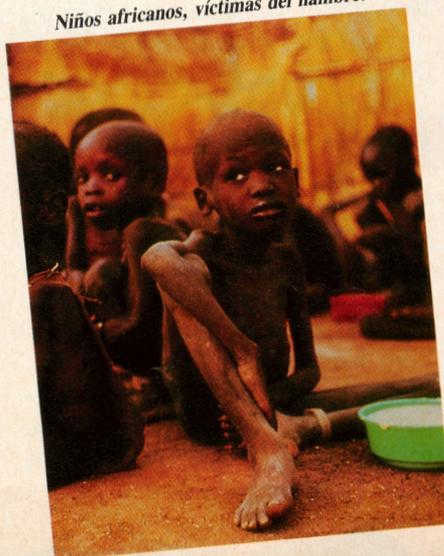
De los demás países no tenemos datos estadísticos; pero la ola de inmoralidad crece por todas partes.

Las voces más autorizadas se han alzado para alertar sobre el camino de la humanidad hacia el desastre. Avanzamos hacia una catástrofe social, moral y ecológica inmensa, en la que pueden perecer todos los valores que durante miles de años ha creado la civilización.

Pero hay una especie de fatalismo que se ha ido extendiendo. Parece como si ya fuésemos incapaces de reaccionar. Confiamos en que surgirá algún genio con una fórmula mágica para resolver estas amenazantes dificultades sin necesidad de nuestro esfuerzo.

Los lobos que nos amenazan, como señalaba acertadamente hace unos meses el eminente periodista Dr. Arturo Uslar Pietri, son cada día más numerosos; pero hacemos muy poco colectivamente para destruirlos o

Niños africanos, víctimas del hambre.



siquiera detenerlos.

El apóstol San Juan nos habla en el Apocalipsis de plagas tenebrosas que caerán sobre la tierra como una clara señal de la desaprobación de Dios porque el mundo ha rechazado su santa ley. Los ídolos de la educación, el conocimiento, la ciencia, el dinero y aún la religión, han perdido su exacto valor precisamente porque los hemos convertido en dioses.

Estos ídolos y otros serán completamente despreciados en el momento supremo y decisivo para la humanidad: “Aquel día [cuando Jesucristo venga a este mundo] arrojará el hombre a los topos y murciélagos sus ídolos de plata y sus ídolos de oro, que le hicieron para que adorase, y se meterá en las hendiduras de las rocas y en las cavernas de las peñas, por la presencia formidable de Jehová, y por el resplandor de su majestad, cuando se levante para castigar la tierra”.¹

Jesús, el profeta supremo, miró hacia nuestro tiempo, y predijo: “Mas como en los días de Noé, así será la venida del Hijo del Hombre. Porque como en los días antes del diluvio estaban comiendo y bebiendo, casándose y dando en casamiento, hasta el día en que Noé entró en el arca, y no entendieron hasta que vino el diluvio y se llevó a todos, así será también la venida del Hijo del Hombre... Porque se levantará nación contra nación, y reino contra reino; y habrá pestes [enfermedades], y hambres, y terremotos en diferentes lugares”.²

“Entonces habrá... en la tierra angustia de gentes, confundidas a causa del bramido del mar y de las olas; desfalleciendo los hombres por el temor y la expectación de las cosas que sobrevendrán en la tierra; porque las potencias de los cielos serán conmovidas. Entonces verán al Hijo del Hombre [Jesús], que vendrá en una nube con poder y gran gloria”.³

Pero la segura promesa para los que esperan al Señor, es la siguiente: “Jehová te pastoreará siempre, y en las sequías saciará tu alma,... y serás como huerto de riego, y como manantial de aguas, cuyas aguas nunca faltan”.⁴ ◇

(1) Isaías 2:20-21; 24. (2) S. Mateo 24:37-39, 7, 30. (3) S. Lucas 21:25-27. (4) Isaías 58:11.

EL VERDADERO SIGNIFICADO DE LA CRUZ

EL SEÑOR de gloria murió en rescate por la familia humana. Al entregar su preciosa vida, Cristo no fue sostenido por un gozo triunfante. Todo era lobreguez opresiva. No era el temor de la muerte lo que le agobiaba. No era el dolor ni la ignominia de la cruz lo que le causaba agonía inefable. Cristo era el príncipe de los dolientes. Pero su sufrimiento provenía del sentimiento de la malignidad del pecado, del conocimiento de que, por la familiaridad con el mal, el hombre se había vuelto ciego a su enfermedad. Cristo vio cuán terrible es el dominio del pecado sobre el corazón humano, y cuán pocos estarían dispuestos a desligarse de su poder. Sabía que sin la ayuda de Dios la humanidad tendría que perecer, y vio las multitudes perecer teniendo a su alcance ayuda abundante.

Sobre Cristo como sustituto y garante nuestro fue puesta la iniquidad de todos nosotros. Fue contado por transgresor, a fin de que pudiese redimirnos de la condenación de la ley. La culpabilidad de cada descendiente de Adán abrumó su corazón.

La ira de Dios contra el pecado, la terrible manifestación de su desagrado por causa de la iniquidad, llenó de consternación el alma de su Hijo. Toda su vida, Cristo había estado proclamando a un mundo caído las buenas nuevas de la misericordia y el amor perdonador del Padre. Su tema era la salvación aun del mayor de los pecadores. Pero en estos momentos, sintiendo el terrible peso de la culpabilidad que lleva, no puede ver el rostro reconciliador del Padre. Al sentir el Salvador que de él se retraía el semblante divino en esta hora de suprema angustia, atravesó su corazón un pesar que nunca podrá comprender plenamente el hombre. Tan grande fue esa agonía que apenas le dejaba sentir el dolor físico.

POR QUIEN MURIO JESUS

El inmaculado Hijo de Dios pendía de la cruz; su carne estaba lacerada por los azotes; aquellas manos que tantas veces se habían extendido para bendecir, esta-

ELENA G. DE WHITE

ban clavadas en el madero; aquellos pies tan incansables en los ministerios de amor estaban también clavados a la cruz; esa cabeza real estaba herida por la corona de espinas; aquellos labios temblorosos formulaban clamores de dolor. Y todo lo que sufrió, las gotas de sangre que cayeron de su cabeza, sus manos y sus pies, la agonía que torturó su cuerpo y la inefable angustia que llenó su alma al ocultarse el rostro de su Padre, habla a cada hijo de la humanidad y declara: Por ti consiente el Hijo de Dios en llevar esta carga de culpabilidad; por ti saquea el dominio de la muerte y abre las puertas del paraíso. El que calmó las airadas ondas y anduvo sobre la cresta espumosa de las olas, el que hizo temblar a los demonios y huir a la enfermedad, el que abrió los ojos de los ciegos y devolvió la vida a los muertos, se ofrece como sacrificio en la cruz, y esto por amor a ti. El, el Expiador del pecado, soporta la ira de la justicia divina y por causa tuya se hizo pecado.

En silencio, los espectadores miraron el fin de la terrible escena. El sol resplandecía; pero la cruz estaba todavía rodeada de tinieblas. Los sacerdotes y príncipes miraban hacia Jerusalén; y he aquí, la nube densa se había asentado sobre la ciudad y las llanuras de Judea. El Sol de justicia, la Luz del mundo, retiraba sus rayos de Jerusalén, la que una vez fuera la ciudad favorecida. Los fieros rayos de la ira de Dios iban dirigidos contra la ciudad condenada.

De repente, la lobreguez se apartó de la cruz, y en tonos claros, como de trompeta, que parecían repercutir por toda la creación, Jesús exclamó: "Consumado es". "Padre, en tus manos encomiendo mi espíritu". Una luz circuyó la cruz y el rostro del Salvador brilló con una gloria como la

del sol. Inclino entonces la cabeza sobre el pecho y murió.

Entre las terribles tinieblas, aparentemente abandonado de Dios, Cristo había apurado las últimas heces de la copa de la desgracia humana. En esas terribles horas había confiado en la evidencia que antes recibiera de que era aceptado de su Padre. Conocía el carácter de su Padre. Comprendía su justicia, su misericordia y su gran amor. Por la fe confió en Aquel a quien había sido siempre su placer obedecer. Y mientras, sumiso, se confiaba a Dios, desapareció la sensación de haber perdido el favor de su Padre. Por la fe, Cristo venció.

CONSUMADO ES

El clamor "Consumado es" tuvo profundo significado para los ángeles y los mundos que no habían caído. La gran obra de la redención se realizó tanto para ellos como para nosotros. Ellos comparten con nosotros los frutos de la victoria de Cristo.

Hasta la muerte de Cristo, el carácter de Satanás no había sido revelado claramente a los ángeles ni a los mundos no caídos. El gran apóstata se había revestido de tal manera de engaño que aun los seres santos no habían comprendido sus principios. No habían percibido claramente la naturaleza de su rebelión.

Dios podría haber destruido a Satanás y a los que simpatizaban con él tan fácilmente como nosotros podemos arrojar una piedrecita al suelo; pero no lo hizo. La rebelión no se había de vencer por la fuerza. Sólo el gobierno satánico recurre al poder compulsorio. Los principios del Señor no son de este orden. Su autoridad descansa en la bondad, la misericordia y el amor; y la presentación de estos principios es el medio que quiere emplear. El gobierno de Dios es moral, y la verdad y el amor han de ser la fuerza que lo haga prevalecer.

Era el propósito de Dios colocar las cosas sobre una eterna base de seguridad, y en los concilios del cielo fue decidido que se le debía dar a Satanás tiempo para que desarrollara los principios que constituían



el fundamento de su sistema de gobierno. El había aseverado que eran superiores a los principios de Dios. Se dio tiempo al desarrollo de los principios de Satanás, a fin de que pudiesen ser vistos por el universo celestial.

Satanás indujo a los hombres a pecar, y el plan de la redención fue puesto en práctica. Durante cuatro mil años Cristo estuvo obrando para elevar al hombre, y Satanás para arruinarlo y degradarlo. Y el universo celestial lo contempló todo.

Cuando Jesús vino al mundo, el poder de Satanás fue dirigido contra él. Desde que apareció como niño en Belén, el usurpador obró para lograr su destrucción. De toda manera posible procuró impedir que Jesús alcanzara una infancia perfecta, una virilidad inmaculada, un ministerio santo y un sacrificio sin mancha. Pero fue derrotado. No pudo inducir a Jesús a pecar. No pudo desalentarlo ni inducirle a apartarse de la obra que había venido a hacer en la tierra. Desde el desierto al Calvario, la tempestad de la ira de Satanás le azotó, pero cuanto más despiadada era, tanto más firmemente se aferraba el Hijo de Dios de la mano de su Padre y avanzaba en la senda ensangrentada. Todos los esfuerzos de Satanás para oprimirle y vencerle no lograron sino hacer resaltar con luz más pura su carácter inmaculado.

Si se hubiese podido encontrar un pecado en Cristo, si en un detalle hubiese cedido a Satanás para escapar la terrible tortura, el enemigo de Dios y del hombre habría triunfado. Cristo inclinó la cabeza y murió, pero mantuvo firme su fe y su sumisión a Dios. "Entonces oí una gran voz en el cielo, que decía: Ahora ha venido la salvación, el poder, y el reino de nuestro Dios, y la autoridad de su Cristo; porque ha sido lanzado fuera el acusador de nuestros hermanos, el que los acusaba delante de nuestro Dios día y noche".¹

Satanás vio que su disfraz le había sido arrancado. Su administración quedaba desenmascarada delante de los ángeles que no habían caído y delante del universo celestial. Se había revelado como homicida.

Por su vida y su muerte, Cristo demostró que la justicia de Dios no destruye su misericordia, que el pecado podía ser per-

donado, y que la ley es justa y puede ser obedecida perfectamente. Las acusaciones de Satanás fueron refutadas. Dios había dado al hombre evidencia inequívoca de su amor.

Otro engaño iba a ser presentado ahora. Satanás declaró que la misericordia destruía la justicia, que la muerte de Cristo abrogaba la ley del Padre. Si hubiese sido posible que la ley fuera cambiada o abrogada, Cristo no habría necesitado morir. Pero abrogar la ley sería inmortalizar la transgresión y colocar al mundo bajo el dominio de Satanás. Porque la ley era inmutable, porque el hombre podía ser salvo únicamente por la obediencia a sus preceptos, fue levantado Jesús en la cruz.

La guerra contra la ley de Dios, que empezó en el cielo, continuará hasta el fin del tiempo. Cada hombre será probado. El mundo entero ha de decidir si quiere obedecer o desobedecer. Todos serán llamados a elegir entre la ley de Dios y las leyes de los hombres. En esto se trazará la línea divisoria. Habrá solamente dos clases. Todo carácter quedará plenamente definido; y todos demostrarán si han elegido el lado de la lealtad o el de la rebelión.

Cuando la gran controversia termine, el carácter de Dios quedará revelado a todos los seres creados. Se verá que los preceptos de su ley son perfectos e inmutables. El pecado habrá manifestado entonces su naturaleza; Satanás, su carácter. Entonces el exterminio del pecado vindicará el amor de Dios y rehabilitará su honor delante de un universo compuesto de seres que se deleitarán en hacer su voluntad y en cuyo corazón estará su ley.

Bien podían, pues, los ángeles regocijarse al mirar la cruz del Salvador; porque aunque no lo comprendiesen todos entonces, sabían que la destrucción del pecado y de Satanás estaba asegurada para siempre, como también la redención del hombre, y el universo quedaba eternamente seguro. Cristo mismo comprendía plenamente los resultados del sacrificio hecho en el Calvario. Los consideraba todos cuando en la cruz exclamó: "Consumado es". ◇

(1) Apocalipsis 12:10.

ESPERANZA PARA LOS DESAMPARADOS

Dr. REINDER BRUINSMA

EN NOVIEMBRE de 1985, durante un seminario de la UNESCO sobre el tema de albergues de bajo costo para los habitantes de las naciones del Tercer Mundo, el Sr. Din Edouard, director del Departamento de Viviendas en Camerún, reveló que la ciudad portuaria de Douala tiene unos 100.000 habitantes sin vivienda permanente, la mayoría sin agua, electricidad y servicios de alcantarillados. Delineó el enorme desafío de alterar esta deplorable situación e indicó que este problema no se limita a los centros urbanos. El Sr. Edouard calculó que en todo su país, el surgimiento de viviendas precarias aumenta a razón de 5.000 unidades diarias.

Camerún, con aproximadamente 10 millones de habitantes, no es el único país que tiene que lidiar con tales carencias de vivienda para una población de rápido crecimiento. Los expertos de las Naciones Unidas calculan que uno de cada cuatro habitantes de este planeta no tiene un techo sobre su cabeza o vive en condiciones muy deficientes. Esto significa que unos mil millones de personas viven sin albergue adecuado o completamente desamparados.

En el continente sudamericano unos 20 millones de niños y jóvenes duermen en las calles. Incluso en un país de economía sólida como Canadá, unas 40.000 personas no tienen un hogar al cual retirarse en las noches. En Gran Bretaña no menos de un cuarto de millón de personas duerme

El autor, de nacionalidad holandesa, es escritor y coordinador editorial de las publicaciones de la Iglesia Adventista en el continente africano.

en parques, almacenes abandonados o estaciones de ferrocarril. En los Estados Unidos, donde la entrada per cápita es de más de US \$15.000 al año (125 veces más que lo que gana el etíope promedio, o 48 veces más que



AP WIDE WORLD INC.

un haitiano, o 15 veces lo que gana un peruano), hay unos 2,5 millones de desamparados.

La necesidad de vivienda adecuada alrededor del mundo constituye un desafío descomunal. Los grandes centros metropolitanos crecen con una velocidad sorprendente. Los expertos predicen que para el 2000 habrá por lo menos unos 440 centros urbanos con más de un millón de habitantes, 284 de éstos en países en desarrollo. En la India se necesitan 24 millones de unidades de vivienda y sólo uno por ciento de sus 600 millones de habitantes goza de servicios sanitarios adecuados. En la China, unos 200

millones necesitan urgentemente de mejores alojamientos.

MEDIDAS DRASTICAS

En los países ricos los gobiernos gastan más de 40 por ciento de su presupuesto en viviendas, seguro social y agencias de bienestar público. En los países de entradas medias y bajas, este porcentaje oscila entre un 20 y un 6 por ciento. Esto significa que los países con las mayores necesidades, a menudo se ven obligados a descuidar el mejoramiento de las condiciones de vida de sus ciudadanos debido a la situación precaria de su presupuesto nacional.

Frente a la seriedad del problema debieran algunos gobiernos analizar sus prioridades presupuestarias. En ciertas instancias se han gastado enormes cantidades de dinero en proyectos para ganar prestigio y que benefician en muy poco a la mayoría. En otros casos los conflictos armados absorben los recursos que necesita el pueblo.

Se deben explorar nuevas técnicas para asegurar la utilización efectiva de métodos y materiales de construcción. Las instituciones financieras deberán crear facilidades de crédito para que la mayoría de las personas puedan construir casas modestas a un costo mensual menor que las cantidades exorbitantes que a menudo pagan por concepto de renta. Se debe instruir en cuanto a maneras poco costosas de mejorar viviendas, especialmente las condiciones sanitarias.

El problema de los desamparados es uno de esos fenómenos desafortunados que probablemente permanecerán con nosotros hasta el fin de la historia de

este mundo. Mientras tanto, hagamos todo lo que esté a nuestro alcance para mejorar las condiciones de vida de nuestros semejantes. También haríamos bien en considerar algunos asuntos aún más importantes que la carencia de albergue familiar.

CONSTRUYENDO UN HOGAR

Es difícil, si no imposible, tener un hogar sin tener una casa. Este es quizá el peor aspecto del problema de no contar con un lugar decente donde vivir. No tener una vivienda no sólo produce sufrimientos y molestias físicas, también impide disfrutar de una auténtica vida familiar. ¿Cómo se puede gozar del amor y la compañía del cónyuge, padres, hijos, si no se puede vivir bajo el mismo techo, ni comer, hablar, compartir las penas y alegrías, orar y cantar como familia?

Por otra parte, hay muchos que viven en casas hermosas y lujosas, pero nunca han podido establecer un verdadero hogar. En Occidente, el número de integrantes del núcleo familiar ha disminuido consistentemente. Algunos prefieren vivir solos. Otros comparten apartamentos con extraños. La comunión familiar íntima parece cosa del pasado.

Decidamos no sólo trabajar a favor de casas para los desamparados. También destaquemos la importancia de construir hogares donde los individuos compartan sus afectos y tengan más posibilidades de convertirse en seres humanos equilibrados y felices.

PLANES A LARGO ALCANCE

Mientras vivimos en este mundo tenemos la sagrada responsabilidad de mejorar las condiciones de vida del mayor número posible de personas. No hay excusas para permanecer ociosos frente a estas tremendas necesidades. Pero en última instancia, las casas sólo pueden brindar un servicio limitado. Muy pocas casas duran más de un siglo. Aunque algunas son preservadas por su valor arquitectónico, la mayoría se hacen inhabitables y son destruidas después de haber servido a unas pocas generaciones.

Nuestras casas son hechas por el hombre y por lo tanto son temporales y corruptibles. Este mundo, con sus muchas cosas buenas y sus muchas injusticias, imperfecciones y maldades, pasará. Esta es la esperanza del cristiano. Terminarán las miserias de los que

El problema de los desamparados probablemente permanecerá con nosotros hasta el fin de la historia de este mundo. Mientras tanto, hagamos todo lo que esté a nuestro alcance para mejorar las condiciones de vida de nuestros semejantes.

carecen de viviendas tan pronto como el Todopoderoso decida establecer finalmente su reino.

UN HOGAR ETERNO

Cuando estuvo en la tierra, Jesús prometió que un nuevo orden de cosas reemplazaría al orden presente:

“No se turbe vuestro corazón; creéis en Dios, creed también en mí. En la casa de mi Padre muchas moradas

hay; si así no fuera, yo os lo hubiera dicho; voy, pues, a preparar lugar para vosotros. Y si me fuere y os preparare lugar, vendré otra vez, y os tomaré a mí mismo, para que donde yo estoy, vosotros también estéis” (S. Juan 14:1-3).

El capítulo 20 de Apocalipsis ofrece amplios detalles concernientes a los eventos que rodean a la resurrección de los creyentes. Se nos dice que en realidad habrá dos resurrecciones: una para los creyentes y otra para los que han rechazado el ofrecimiento de la gracia divina. Estos últimos serán resucitados mil años después que el primer grupo. Mientras tanto, los que creyeron se encontrarán en el cielo. “Bienaventurado y santo el que tiene parte en la primera resurrección; la segunda muerte no tiene potestad sobre éstos, sino que serán sacerdotes de Dios y de Cristo, y reinarán con él mil años” (Apocalipsis 20:6).

Luego de este milenio en el cielo, los hijos de Dios heredarán la tierra (S. Mateo 5:5). Este mundo llegará finalmente a ser el perfecto hogar para la raza humana redimida. A esto se refirió el profeta Isaías cuando escribió:

“Porque he aquí que yo crearé nuevos cielos y nueva tierra; y de lo primero no habrá memoria. . . Edificarán casas, y morarán en ellas. . . No edificarán para que otro habite, ni plantarán para que otro coma” (Isaías 65:17, 21-22). ◇



AP WIDE WORLD INC.

BACTERIAS Y MAS BACTERIAS

Dra. IRMA B. DE VYHMEISTER

LUIS PASTEUR, científico francés, descubrió el siglo pasado que hay organismos tan pequeños que son invisibles a simple vista. Algunos de estos organismos causan graves enfermedades, y se encuentran en todas partes: en el aire, el agua, la tierra, la piel, el tubo digestivo, y aun en los alimentos que comemos.

El microorganismo infeccioso más común es la bacteria *salmonella*, que se desarrolla en el tubo digestivo. El peligro de contaminación es grande en condiciones antihigiénicas. Los síntomas de contaminación aparecen de 12 a 48 horas después de ingerir los alimentos. La persona siente malestar general, náuseas, vómitos, diarrea y fiebre. Los ancianos y los niños necesitan más cuidado, pero los casos fatales son pocos. La *salmonella* se destruye con el calor. La infección con esta bacteria se puede disminuir con el completo aseo personal y del medio ambiente. Además, nunca deben dejarse alimentos a la temperatura natural durante horas, especialmente en tiempo de calor, pues las bacterias se multiplican rápidamente.

Otra bacteria que causa problemas es el *estafilococo áureo*, que comúnmente se halla en la piel, en la boca, en la nariz y en las heridas con pus. En este caso se pueden contaminar fácilmente los alimentos con la saliva o al tocarlos. Esta bacteria es la que causa mayores problemas en los hospitales. La bacteria secreta una *enterotoxina* (toxina producida dentro del intestino) que causa vómitos, náuseas, diarrea y postración general. La *enterotoxina* es relativamente estable al calor. Aunque hay pocos casos fatales, el malestar es agudo. Las carnes y los alimentos a base

de leche y huevo son fácilmente contaminables.

Pero la bacteria más nociva y cuyo envenenamiento es muchas veces fatal, es el *clostridium botulinum* (bacilo grande, móvil, que produce toxinas que causan botulismo). Era común cuando se hacían conservas en casa con alimentos alcalinos o neutros como los vegetales, y se los procesaba a temperaturas bajas y se los envasaba sin presión. En el medio sin oxígeno de la conserva en lata o frascos, la botulina desarrolla esporas. Los frascos o latas con alimento contaminado, se dilatan y las tapas toman forma redondeada en vez de plana, lo que indica que no se debe consumir el alimento que contienen. Una persona contaminada con botulina tiene visión doble, dificultad progresiva para respirar; y si la infección es grave, la persona puede morir por falta de aire. Ultimamente ha habido pocos casos de esta infección. El cuidado y la higiene al envasar comercialmente los alimentos han

reemplazado la preparación de vegetales en casa. Para que estos alimentos se conserven bien deben prepararse a alta temperatura y envasarse a presión. Si hay duda, deben hervirse durante diez minutos o más antes de consumirlos. Los alimentos preparados comercialmente no deben consumirse si la tapa está levantada.

Se ha detectado una pequeña cantidad de botulina en algunas mieles; por lo tanto se aconseja no dar miel a un niño menor de un año.

Para evitar infecciones bacterianas se aconseja lo siguiente:

- El desarrollo de las bacterias es óptimo entre las temperaturas de 40° y 140° Fahrenheit (4° a 60° Celsius).

No se deje alimentos entre estas temperaturas durante horas.

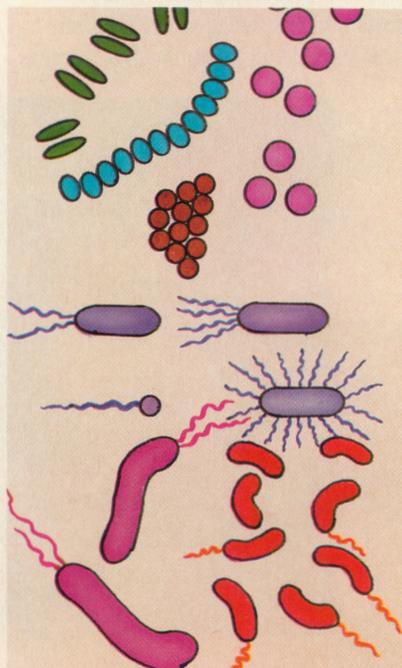
- No se coman crudos ni la carne de res u otros animales, ni la de pescado, ni la de aves, ni la leche sin pasteurizar o esterilizar, ni los huevos. Pueden estar contaminados y el riesgo es mayor.

- El área donde se preparan los alimentos y el equipo de cocina, deben mantenerse limpios. Si se procesa carne cruda, la tabla de cortarla o la máquina para molerla deben limpiarse con agua caliente y jabón o detergente.

- En las excursiones o paseos debe tenerse cuidado de no dejar a la temperatura natural durante varias horas los alimentos cárneos, las salsas, cremas o platos a base de leche y huevos. Una refrigeradora portátil es práctica para mantener las temperaturas correctas. Una capa gruesa de papel de periódico para envolver los envases calientes o fríos mantiene los alimentos en su debida temperatura por algunas horas.

- El aseo personal, el baño diario, el lavado de las manos después de usar el baño y el medio ambiente limpio, son la mejor barrera contra las infecciones bacterianas. ◇

Diferentes clases de bacterias.



La autora es doctora en Nutrición y posee larga experiencia como docente universitaria y educadora de salud en cursos de divulgación pública.



RODOLFO SANCHEZ

COMO DISFRUTAR DE MEJOR SALUD

JOSE QUIÑONES

LAS enfermedades han aumentado en forma alarmante en los últimos treinta años. Esta sombría situación guarda una estrecha relación con nuestra manera de vivir, nuestros hábitos y comportamiento general. El agotamiento físico y la depresión nerviosa son una señal de alarma y nos indican que algo anda mal; por lo tanto, debemos conocer las causas y buscarles una solución efectiva.

Es importante el descanso físico, mental y espiritual. La vida natural y sencilla es la que proporciona más beneficio. Los minutos, las horas y los días a veces pasan inadvertidamente. No prestamos atención en lo más mínimo a las cosas bellas que hay a nuestro alrededor. Las presiones de la vida moderna, la mucha preocupación y la poca oportunidad que tenemos de disfrutar del contacto con la naturaleza, nos llevan a una decadencia general. Debemos reconocer que no se le está prestando especial atención a nuestro cuerpo y a nuestra mente.

La ciencia médica ha beneficiado mucho a la humanidad, aplicando nuevos tratamientos para darnos restauración efectiva. Debemos darle gracias a Dios por esto; pero debemos cooperar haciendo lo mejor

de nuestra parte. Colaboremos para prevenir las enfermedades. Cuidémonos de los excesos, de las presiones de la vida cotidiana, de los elementos intoxicantes y de las cosas malsanas en general. Todos hemos oído hablar del aumento de las enfermedades cardiovasculares, del aparato digestivo, del respiratorio, del urinario, etc.; y, en el aspecto mental, los trastornos emocionales, la depresión nerviosa y el estrés, están llevando a la tumba a miles de personas en forma prematura.

Los factores preventivos no nos hacen inmunes a las enfermedades, pero al tenerlos en cuenta podemos disfrutar de una mejor salud, de una vida más larga y placentera. La providencia divina desea el bienestar físico y mental de cada uno de los seres humanos. Este anhelo se halla expresado en estas palabras: "Amado, yo deseo que tú seas prosperado en todas las cosas, y que tengas salud, así como prospera tu alma".¹

He aquí 10 reglas sugerentes para disfrutar de una mejor salud:

1. Absténgase de ingerir bebidas alcohólicas y cafeinadas.
2. No fume. Esto no sólo lo beneficiará a usted sino también a los demás.
3. Tenga una alimentación balanceada, con poco o ningún contenido de grasa saturada. Lo más recomendable son los alimentos de origen vegetal. Además, no

coma entre comidas para no recargar el estómago.

4. Haga ejercicio físico diariamente, y más aún si su trabajo es sedentario. Caminar diariamente es un buen ejercicio.

5. Tome de 6 a 8 vasos de agua cada día, ya que muchas enfermedades se deben a la falta de líquido en nuestro organismo.

6. La recreación y el contacto con la naturaleza son convenientes por muchas razones. Un fin de semana en el campo con su familia le sería de mucho provecho.

7. Duerma el tiempo necesario. Lo recomendable es de 7 a 8 horas cada noche. El sueño reparador genera energías físicas y mentales.

8. Dedique cada día un poco de tiempo para la reflexión o meditación. Lea todos los días una porción de las Sagradas Escrituras como terapia mental y espiritual.

9. El descanso de un día a la semana es de mucho beneficio para la reparación del desgaste del cuerpo y la mente. El Creador del mundo apartó el sábado o séptimo día como día de descanso.²

10. Confíe completamente en Dios. El nos ama y nos da bienestar, seguridad y felicidad cuando lo buscamos.³ Si practica estos consejos, estoy seguro que recibirá mucho beneficio, pues disfrutará de una mejor salud física, mental y espiritual. ◇

El autor es un estudioso de los temas de salud y es gerente de nuestra agencia de distribución en Barranquilla, Colombia.

(1) 3 S. Juan 2. (2) Génesis 2:2-3; Exodo 20:8-11. (3) S. Mateo 11:28.

UN VIOLONCHELO EN EL SOTANO

ZARA NELSOVA

FALTABAN dos días para la Navidad de 1939 y era la noche de mi vigésimo primer cumpleaños. Mi hermana Ida y yo habíamos viajado juntas desde un Londres amenazado por la guerra hasta Toronto, Canadá. Escogimos ir allí en vez

de mudarnos a Australia con nuestros padres y hermano menor. Entre las dos teníamos menos de cinco dólares, justo lo necesario para pagar por una semana de alojamiento en el YWCA (Asociación de jóvenes cristianas).

Y yo tenía otro problema. “Lo siento, señorita —me había dicho la directora del centro, mirando el enorme estuche de piel del violonchelo en mi mano—, pero usted no podrá tocar eso aquí. Las paredes son muy delgadas”.

Cuando ya nos encontrábamos en nuestra oscura y diminuta habitación, Ida me miró con un rostro que denotaba cansancio y me preguntó:

—¿Dónde practicarás?

—Quizá no podré hacerlo por ahora —respondí tristemente. No podía imaginarme un día sin practicar el violonchelo. Me había estado entrenando desde que tenía cuatro años de edad, y amaba la música.

—Es interesante —dijo Ida para animarme con un poco de humor—, pero todavía recuerdo cuando *no* querías practicar.

Yo me acordaba también. Tenía seis años de edad en aquella época y me molestaba tener que tomar lecciones y practicar en las tardes mientras mis compañeros de clase iban a patinar y a

montar en trineo. Cuando me quejé a mi maestro de música, me escuchó en silencio mientras asentía con movimientos de cabeza. “A veces es difícil, Zara, tener un talento como el tuyo —me dijo—. Tú no tienes este don por accidente. Es un regalo de Dios. Pero para mantenerlo, debes desarrollarlo y compartirlo con los demás”.

Bajé la cabeza. “A veces me parece *tan* difícil...”

Mi maestro me interrumpió sonriendo. “Recuerda, Zara, tu don proviene de Dios. *Tú* haz lo que puedas y él se encargará de que *su* don no se malgaste”.

Sus palabras me ayudaron entonces y casi me parece poder escucharlas ahora. ¿Habría hecho yo todo lo que estaba a mi alcance? “Regreso enseguida —le dije abruptamente a Ida—. Tengo que encontrar un teléfono”.

Llamé al único músico que conocía en Toronto. “Necesito un trabajo —le dije—. Yo sé que no hay muchas oportunidades de empleo para músicos debido a la guerra, pero si al menos pudiera conocer a algunas personas...”

—No puedo prometerte nada —contestó cautelosamente. Pero sí estuvo dispuesto a conseguirme algunas entrevistas.

Cuando regresé al vestíbulo del YWCA noté que la directora todavía estaba allí. Lucía tan seria e intimidante que casi paso de largo, pero algo me detuvo.

—Sé que no puedo practicar el violonchelo en mi cuarto —dije de pronto nerviosamente—, pero, ¿no podría practicar en algún otro lugar?



Me sorprendió con una cálida sonrisa. "Precisamente estaba pensando en ti. ¿Crees que podrías practicar en el sótano?"

Desde luego que asentí. Aunque el sótano estaba abarrotado de cosas y era muy húmedo, practiqué allí cada día, a menudo durante seis o siete horas a la vez.

Mis nuevas amistades me ayudaron también. El invierno cedió paso a la primavera y ésta al verano, y siempre encontré algún trabajo temporario para pagar por la habitación y los alimentos. Cuando no trabajaba, practicaba.

—¿Cómo puedes concentrarte allá abajo? —Ida me preguntó aquella tarde.

Me dirigía de vuelta al sótano donde se encontraba la caldera para la calefacción del edificio, y que ahora parecía un cuarto para tomar un baño sauna.

—Trato de concentrarme en la música —le dije. Pero en esa ocasión sólo sentía el calor. Me senté en un cajón volteado, mi violonchelo entre mis rodillas, y desesperada porque me alcanzara alguna brisa.

Tenía que detenerme cada cierto tiempo para secarme el sudor que corría por mi frente. Pasó una hora y luego otra. Exhausta y molesta, sentí el deseo

de rendirme. No deseaba recordar aquellas palabras: "Tú haz lo que puedas".

Me senté directamente debajo de la ventana con el deseo de sentir el aire del exterior. Levanté de nuevo mi instrumento. Por fin, a pesar del calor y el dolor en mi hombro, llegó ese momento mágico cuando el músico queda totalmente inmerso en los sonidos y ya no siente ni el sudor ni los ruidos. Toqué por largo rato, los ojos cerrados mientras movía el brazo.

—¡Joven! ¡Usted allí abajo! ¡Hola! —Las palabras venían de arriba. Miré en su dirección y quedé tan sorprendida que el arco cayó ruidosamente de mi mano.

Un hombre se encontraba en cuclillas y me observaba a través de la ventana del sótano. Detrás suyo pude ver a una docena de rostros sonrientes.

—Usted toca maravillosamente —dijo el hombre. El resto asintió con un murmullo.

Apenas pude darle las gracias por lo sorprendida que estaba.

—Perdone que la hayamos asustado —el hombre se excusó—. Mi nombre es Elie Spivak. Al notar mi silencio, añadió: —Soy el primer violín de la Orquesta Sinfónica de Toronto.

¿Un primer violín? ¿De cucli-

llas en la acera para escucharme practicar?

Era cierto. El y varios miembros de su orquesta caminaban en dirección al lugar donde practicaban cuando escucharon los sonidos de mi violonchelo que provenían del sótano. Habían estado reunidos alrededor de la ventana para escucharme durante unos veinte minutos.

—Toca muy bien —comentó, y luego añadió festivamente: —Si pudiéramos convencerla de que abandone ese sótano, me encantaría conseguirle una audición para la orquesta.

Aunque parecía sorprendente, una semana más tarde toqué ante Sir Ernest MacMillan, director de la Orquesta Sinfónica de Toronto. Después de esto, lo que me resultó aún más difícil de creer, se me pidió que fuera el primer violonchelo de esa prestigiosa orquesta.

He tocado el violonchelo por más de cincuenta años. He tenido el privilegio de presentarme como solista con las orquestas más destacadas del mundo y he dado centenares de conciertos. Todavía recuerdo las palabras de mi maestro: "Tú haz lo que puedas y Dios se encargará de que *su* don no se malgaste". ♦

Tomado con permiso de *Guideposts*, enero de 1987, pp. 30-31.

EL CENTINELA

Intérprete Bíblico de Nuestro Tiempo

Año 93 — N.º 2

Revista mensual ilustrada, con artículos religiosos y generales, publicada por la Iglesia Adventista del Séptimo Día en español y francés.

Gerente General
Eugene M. Stiles

Director
Dr. TULLIO N. PEVERINI

Redactor

Lic. Juan J. Suárez

Redactor ayudante

Lic. Miguel A. Valdivia

Diagramador

Enrique Fuentealba

Director de Ventas

Lic. José L. Campos

Interamérica: Juan de Armas

Responsable de Circulación

Belia Peterson

Secretaria 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 Chajj, José Espinosa, Sergio Moctezuma, Ricardo A. Rodríguez

Corresponsales

Centroamérica y Panamá: Tevni Grajales
Colombia y Venezuela: Mirtó Presentación
Estados Unidos: Eradio Alonso, Pedro Geli,
Max Martínez, Manuel Vázquez

Suscripción anual, dólares 6,49. Número suelto, \$1,00 (un dólar). Agregar tres dólares 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 813, Bucaramanga. 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: AP/WIDE WORLD INC.

Copyright © 1988, by
Pacific Press Publishing Association

Para beneficio de usted y su familia
SUSCRIBASE HOY A

EL CENTINELA

Deseo suscribirme por un año a El Centinela. Adjunto \$6,49* dólares. (Agregar tres dólares para el franqueo de suscripciones a países fuera de los EE. UU.) Mi dirección es:

Nombre _____

Calle y N.º _____

Ciudad _____

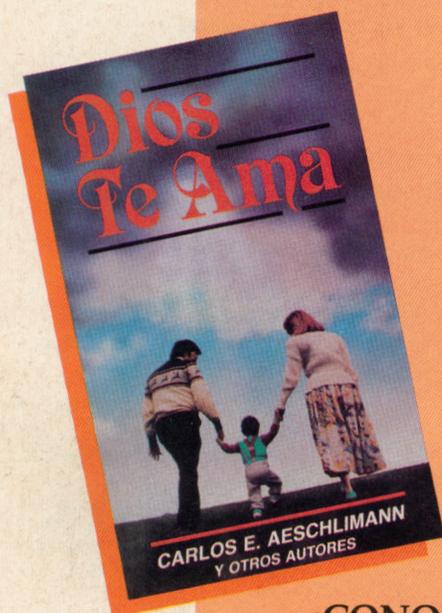
Prov. o Estado _____

Código postal (zip code) _____ País _____

* Precio válido sólo hasta Diciembre 31, 1989

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

TRES VALIOSOS LIBROS PARA USTED Y SU FAMILIA



DIOS TE AMA

Una apropiada selección de dieciocho artículos de la revista internacional EL CENTINELA, que presenta los eternos principios de la felicidad que aparecen en las Sagradas Escrituras.

¡CONOZCAMONOS MEJOR!

Por Ken McFarland

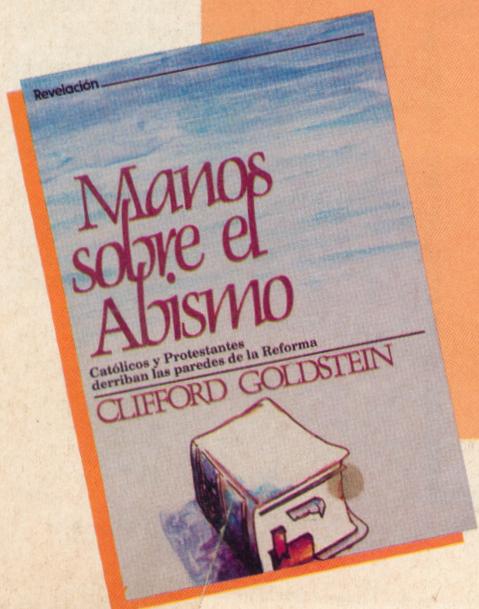
Una presentación sencilla pero comprensiva de las doctrinas y los propósitos de la Iglesia Adventista del Séptimo Día.



MANOS SOBRE EL ABISMO

Por Clifford Goldstein

Una exposición poco común sobre las relaciones de la Iglesia Católica con el protestantismo y las causas del asombroso auge del papado.



Para información y precios,
escriba a Publicaciones Interamericanas,
P.O. Box 7000, Boise, Idaho 83707,
Estados Unidos