El Centinela

COMO DEJAR DE FUMAR

COLON Y LA SEGUNDA VENIDA DE CRISTO,
p. 3

NO OLVIDE SUS VACACIONES,
p. 10

EN LAS HUELLAS DE CRISTO

Sergio Moctezuma

CONOCI al Dr. Erwin Bosolo en la bella isla de Borinquén, muy cerca del parque turístico "El Yunque", situado al este de San Juan de Puerto Rico. Allí estaba junto a su esposa, frente al *van* (furgoneta) que ha sido habilitado como clínica rodante para servir a la comunidad puertorriqueña. Alcancé a leer en el vehículo las palabras "Servicios Médicos Misioneros INC" y luego, en letras más pequeñas: "Nuestro Ejemplo es Jesucristo, el Gran Médico Misionero".

Tal vez al leer estas líneas, usted se pregunte si será necesario tener un servicio de esta naturaleza en Puerto Rico, que es una isla tan próspera y alegre. Permítame decirle que las bellezas y encantos naturales de la isla, sumados a sus playas y a su clima tropical, ayudan a sobrellevar u olvidar algunos de los problemas que experimentan sus habitantes. Sin embargo, es halagador saber que siempre hay individuos como el Dr. Bosolo, que descubren las necesidades de la comunidad y con buena voluntad se disponen a atenderlas.

La motivación la reciben de Jesucristo, el Maestro de los maestros, quien, de acuerdo con lo registrado en la Santa Biblia, nació milagrosamente y actuó en el escenario de este mundo prodigando amor, bondad y servicio.

De él se dice que rompió la rutina de su tiempo. Aunque la sociedad que lo rodeaba tenía como única norma lo de "ojo por ojo y diente por diente", Jesús se aventuró a enseñar y practicar la máxima: "Amaos los unos a los otros".

Gonzalo Báez-Camargo, ilustre poeta contemporáneo, vierte en sus cadentes versos el siguiente consejo:

¡Rompe la rutina!
No hagas de tu vida una misma nota
Golpeando en sordina;
Deja los senderos trillados y viejos
Y sigue la ruta que nadie ha pisado.
Echa a andar tu planta por nuevos caminos.

El Dr. Bosolo, junto con otro grupo de personas, siguió el consejo del poeta sin medir esfuerzos o inversiones; de ese modo han logrado romper la rutina de sus vidas. Se han lanzado al surco de la necesidad humana y están cosechando expresiones de gratitud y una vida de plenas realizaciones mientras ayudan a sus semejantes.

Este médico, después de sentir en carne propia la tristeza de ver muy de cerca los estragos de la muerte, se encontró con el Dador de la Vida en un plano diferente y decidió romper la rutina de su vida y experimentar nuevos caminos. Tan pronto como se identificó totalmente con el Cristo de los Evangelios, decidió emular a su Maestro recorriendo el sendero marcado por sus huellas. Así se inició en el camino del amor, la bondad y el servicio al prójimo. Semana tras semana, el vehículo que se aprecia en la fotografía avanza por las supercarreteras o los caminos sinuosos de la isla, para llevar junto con su esposa y demás asociados, bienestar material y espiritual a los que lo necesitan.

Se ofrecen consultas al aire libre o dentro del vehículo, y además se efectúan pruebas de laboratorio, electrocardiogramas, medición del colesterol, de la presión arterial y detección del azote implacable que en la actualidad cobra tantas vidas: "el cáncer". Cuando es necesario, hasta se practican cirugías menores en esta sala rodante de bienestar social. En estas incursiones por las típicas ciudades y poblados del territorio borinqueño, siempre se incluyen el consejo sobre medicina preventiva y el cuidado del hogar y del espíritu.

Sí, las inversiones que tanto el doctor como otros han hecho para elaborar esta suma de bien son bastante altas. Sin embargo, tanto nuestro protagonista como sus colaboradores se sienten verdaderamente realizados y felices, pues al dibujarse las sonrisas en los rostros de los que reciben ayuda, se refleja claramente el sentimiento de gratitud de corazones que han recibido lo que necesitaban. Para los que han roto la rutina de sus vidas y siguen las huellas de Jesús el Cristo, esto es más que suficiente.

El ejemplo que hemos dado se repite a lo largo y a lo ancho de este continente americano, que durante el presente año conmemora el 500 aniversario de su descubrimiento. La ayuda la ofrecen hombres y mujeres que, viviendo plena y gozosamente, sirven al prójimo cuando resulta necesario.

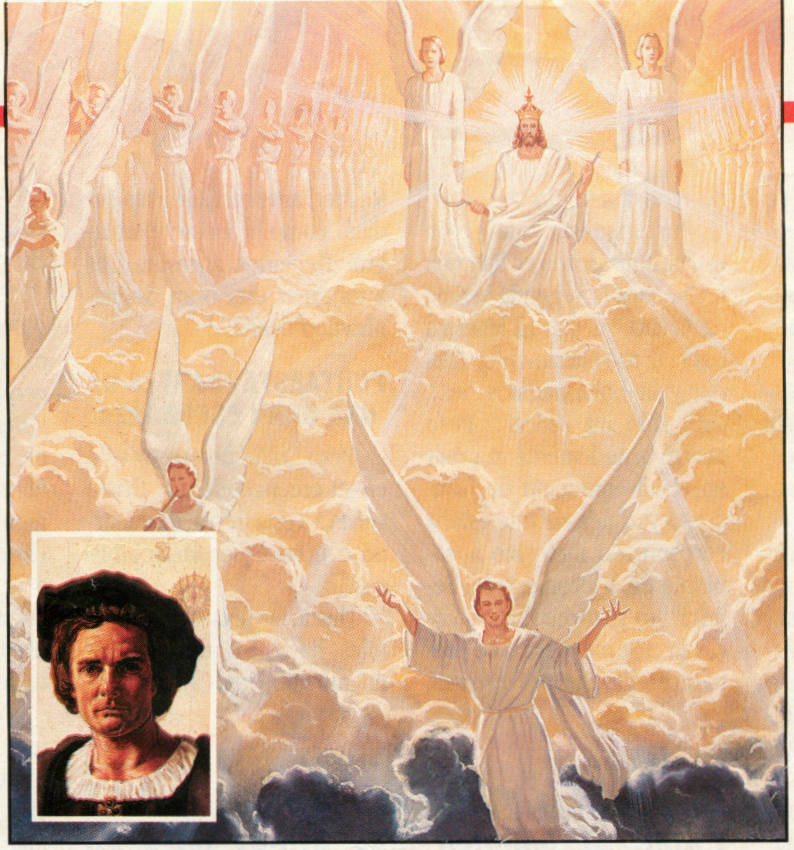
Báez-Camargo repite en su poema:

Rompe la rutina,
Avienta al sendero tus nuevas visiones;
Y al ir de camino por todos los rumbos,
Fuego nuevo enciende para cada día,
Que alce llamaradas en los corazones...

Querido lector, sigue el consejo del poeta; emula el ejemplo del Maestro Jesucristo, que dijo: "Amaos los unos a los otros". La vida es muy corta, hay que vivirla haciendo bien. ◊

El autor es director del Programa de las Misiones de la Iglesia Adventista en México, Centroamérica, Colombia, Venezuela y el Caribe. También coordina los servicios a la comunidad en áreas necesitadas.

EL CENTINELA (ISSN 8750-4308). Published monthly by Pacific Press Publishing Association, 1350 North Kings Road, Nampa, ID 83687, U.S.A. Subscription rate $9.50 a year. July 1992, Vol. 96, No. 7. Second-class postage paid at Nampa, ID. POSTMASTER: **Send address changes to EL CENTINELA, P.O. Box 7000, Boise, ID 83707.**



C. PROVONCHA \ LARS JUSTINEN

COLON Y LA SEGUNDA VENIDA DE CRISTO

Dr. Tulio N. Peverini

"SI MI queja contra el mundo es nueva –escribió Colón a Doña Juana de la Torre, todavía con sus muñecas encadenadas–, su manera de maltratarme es muy antigua. Me ha dado mil combates y a todos he resistido hasta ahora, cuando ni armas ni avisos me eran de provecho. Con crueldad me ha arrojado en las profundidades".[1]

Razones tenía Colón para quejarse.

Hacia el fin del tercer viaje del Almirante a América, el comendador Bobadilla lo había arrestado en Santo Domingo, al igual que a sus hermanos Bartolomé y Diego, invocando errores administrativos y valiéndose de un rigor excesivo. Y en octubre de 1500, a ocho años de haber descubierto América, llegó Colón a Cádiz en la carabela *La Gorda*, calumniado y maniatado como un criminal.

Como dice Salvador de Madariaga, el "descubridor de La Española se veía desterrado de aquella tierra que era suya", y el que "había desatado los atamientos del océano, cruzaba encadenado aquel océano cuyas cadenas había roto".[2] ¡Qué ironía tan dolorosa!

Tan traumática fue esta experiencia, que tres años más tarde describió sus sufrimientos a los reyes de España en tonos patéticos: "Fui preso y echado con dos hermanos en un navío, cargado de fierros... Yo vine a servir [a la Corte Real] de veinteocho años, y agora no tengo cavello en mi persona que no sea cano y el cuerpo enfermo y gastado..."[3]

DE LAS PROFUNDIDADES A LAS ALTURAS

Sin embargo, fue en esas circunstancias angustiosas cuando la fe y el idealismo de Colón se elevaron a increíbles alturas.

En efecto, entre la terminación del malhadado tercer viaje y el comienzo del cuarto y último viaje a "las Indias", Colón escribió el *Libro de las profecías*, específicamente, entre septiembre de 1501 y marzo de 1502. Si bien en todos sus escritos son evidentes su conocimiento de las Escrituras y su confianza en la Providencia, ambos elementos se destacan especialmente en los 84 folios de esta obra singular, cuyo manuscrito original se encuentra en la Biblioteca Capitular y Colombina de la catedral de Sevilla.

Estas "profecías" no se componen de vaticinios hechos por Cristóbal Colón, sino más bien de una compilación de predicciones hechas en las Sagradas Escrituras que el Almirante relacionó con su gran empresa. Representan una confirmación de su fe en la dirección de la Providencia y en el hecho de que él había sido elegido con una misión sagrada: descubrir las Indias, evangelizar a sus habitantes y agenciar recursos para rescatar a Jerusalén y los Santos Lugares de manos de los infieles.

En última instancia, el *Libro de las profecías* es un canto de victoria en medio de la adversidad, un fanal de luz penetrando las tinieblas. Y posiblemente fue esta obra la que persuadió a los Reyes Católicos para que autorizaran y patrocinasen el cuarto viaje del Almirante.

COLON, UN ADVENTISTA

La historiadora Kay Brigham, que dedicó años al estudio del *Libro de las profecías*, escribió lo siguiente: "La doctrina bíblica que le proporcionó [a Colón] el impulso más eficaz para su alta misión, fue la de la segunda venida de Jesucristo. Se entiende por segunda venida la manifestación, en el fin del mundo, del

Hijo del Hombre, que ha de aparecer en las nubes con poder y gran gloria, para establecer sobre la tierra un reino de justicia, el cual compartirá con sus santos".[4]

Veamos lo que dice el mismo Colón en el folio 5 de este libro: "La Sacra Escritura testifica en el Viejo Testamento, por boca de los profetas, y en el Nuevo por nuestro Redentor Jesucristo, que este mundo vendrá a su fin: Mateo, Marcos y Lucas han registrado las señales de cuándo esto ha de ser; los profetas también lo habían predicado abundantemente".

Más aún, Colón estaba convencido de que apenas restaban 155 años para el regreso de Cristo, lo que le daba un sentido de urgencia a su misión evangelizadora entre los habitantes de las Indias. He aquí la base para esta afirmación, según figura en el folio ya citado:

"San Agustín dice que el fin del mundo ocurrirá en el séptimo milenio después de la creación... Desde la creación del mundo, o desde Adán, hasta el [primer] advenimiento de nuestro Señor Jesucristo, transcurrieron 5.343 años y 318 días, según el cálculo [de las *Tablas Astronómicas*] del rey Alfonso, que es el considerado como el más exacto... Agregando estas cifras a los aproximadamente 1501 años [desde el nacimiento de Cristo hasta cuando Colón redactó este libro], el total es de unos 6.845 años.

"De acuerdo con este cálculo –concluye Colón– no quedan sino 155 años para el cumplimiento de los siete mil, en el cual, como he dicho anteriormente por las autoridades citadas, el mundo vendrá a un fin".[5]

Por supuesto que Colón estaba equivocado en fijar una fecha para la segunda venida de Cristo, ya que el Maestro había dicho claramente: "Del día y la hora nadie sabe..., sino sólo mi Padre".[6] Pero acertó grandemente al creer en el advenimiento de Jesucristo y al pensar que estaba cercano. No hizo sino apropiarse de la promesa del Señor: "No se turbe vuestro corazón... Si me fuere y os preparare lugar, *vendré otra vez*, y os tomaré a mí mismo, para que donde yo estoy, vosotros también estéis".[7]

Colón mencionó, en el *Libro de las profecías* y en otros escritos, una serie de señales de la cercanía del retorno de Cristo. Entre ellas se destacan: (1) la apostasía y la manifestación del Anticristo (folio 6); (2) el hecho de que Jerusalén sería desolada (folio 20); y (3) la predicación del Evangelio (folios 20-21 y otros).

Y él se consideraba un instrumento en las manos de la Providencia para apresurar el regreso de Cristo: "Antes del fin del mundo, todas las profecías deben cumplirse, el Evangelio debe ser predicado por toda la tierra, y la santa ciudad [Jerusalén] debe volver a manos de la Iglesia. Nuestro Señor se ha propuesto, mediante mi viaje a las Indias, cumplir un gran milagro. Debemos apresurarnos a terminar esta obra de inspiración divina".[8]

PORTAESTANDARTES DE UNA GRAN ESPERANZA

Pero Colón no estuvo solo en su creencia de que Cristo volverá a esta tierra, de acuerdo con las enseñanzas bíblicas.

Desde los días de los apóstoles hasta los del Renacimiento hubo una cadena ininterrumpida de fervientes defensores de esta gran esperanza, incluso en los siglos difíciles de la Edad Media. Y también los ha habido desde que el navegante genovés cerró los ojos en Valladolid, el 20 de mayo de 1506.

La doctrina bíblica que le proporcionó a Colón el impulso más eficaz para su misión, fue la de la segunda venida de Jesucristo. Creía que ese evento estaba próximo.

Como un homenaje a la memoria de Colón y a su fe en el advenimiento de Cristo, mencionemos algunos portaestandartes de esta verdad luminosa que actuaron en el Nuevo Mundo descubierto por el Almirante.

Manuel Lacunza (1731-1801). Este talentoso sacerdote jesuita nació en Santiago de Chile y se destacó como predicador e investigador de las Sagradas Escrituras. Cuando los jesuitas fueron expulsados de España y de todas sus colonias por decreto de Carlos III, Lacunza se trasladó a Cádiz y luego a Imola, Italia, hasta su muerte en forma accidental a los 70 años.

Tras veinte años de estudio (1767-1788), publicó en español su célebre obra *La venida del Mesías en gloria y majestad,* bajo el seudónimo de Juan Josafat Ben-Ezra, un hebreo cristiano, y la dedicó al "sacerdote Cristófilo" (*amante de Cristo*). Escribía preferiblemente durante la noche y pasaba cinco horas diarias en devociones espirituales.

Poco después de la muerte de Lacunza, su tratado fue traducido al latín, al italiano, el inglés, el francés y el alemán; y el general Manuel Belgrano, uno de los héroes de la independencia argentina, pagó con sus recursos una edición de 1.500 ejemplares que hizo llevar de Londres a su país. Fue tan vasto el impacto de la obra de Lacunza, que el Dr. Abel Chanetón declaró que "desde La Habana al Cabo de Hornos, no quedó villa americana de cierta importancia adonde no llegaran ejemplares".[9]

Lacunza presentó los dos advenimientos de Cristo –el primero en forma humilde, el segundo en gloria y majestad– como los dos grandes puntos focales de toda profecía y el objetivo de la historia. También destacó la verdad fundamental de que el segundo advenimiento ocurrirá antes del milenio, según enseña la Biblia, una verdad que muchos ignoran hoy día. Asimismo describió los principales acontecimientos vinculados con el regreso de Cristo que son mencionados en las Sagradas Escrituras, presentándolos en orden cronológico.

Hasta el día de hoy se sien-

te la influencia de Manuel Lacunza, valiente y concienzudo expositor de la verdad.

Francisco Ramos Mejía (1773-1828) fue un patricio y abogado argentino que ocupó importantes cargos públicos en su país. Mezcla de místico y de reformador, fue calificado como un "hombre genial" que se adelantó en mucho a su época. Sobre todo se destacó como un estudioso de las Sagradas Escrituras, interés que posiblemente le vino de su madre María Cristina Ross y Pozo, de ascendencia protestante.

Francisco Ramos Mejía, que actuó en Argentina a comienzos del siglo XIX, creía en la cercanía de la segunda venida de Cristo y también observaba el sábado, de acuerdo con los Diez Mandamientos.

Ramos Mejía conoció y estudió a fondo la obra de Lacunza, *La venida del Mesías en gloria y majestad,* y la comparó cuidadosamente con la Vulgata latina que tanto amaba. Para él, el advenimiento del reino de Dios era su única esperanza y fe, aunque "las naciones todavía están en posesión del enemigo". Luego exclama: "¡Jesús, Hijo de David, venga tu reino!" Ramos Mejía insistía también en que "pronto" ocurrirá una resurrección literal de los que han muerto.

Este teólogo laico y singular ponía en práctica su religión. Aceptó para sí la vigencia de los Diez Mandamientos y los hacía guardar entre sus familiares y los empleados de sus estancias, como también entre los indios que se acogían a su influencia benefactora. Observaba fielmente el sábado, y también lo hacían sus allegados. De este modo se convirtió en uno de los primeros "sabatistas y adventistas" de Hispanoamérica.

José María Gutiérrez de Rozas (1769-1848). Este brillante jurista mexicano ocupó cargos de mucho prestigio en el gobierno de su país e incluso fue honrado por el gobierno de España. Como indica el historiador Froom en su sólida obra *The Prophetic Faith of Our Fathers* (La fe profética de nuestros padres), "de Rozas escribió con notable claridad y considerable extensión sobre el inminente segundo advenimiento de Cristo y el fin cercano de los tiempos, como lo revela la profecía".[10]

En 1848 de Rozas, bajo el seudónimo de "Un Teólogo Mexicano", publicó un tratado titulado *Disertaciones crítico-teológicas sobre las doctrinas de Juan Josafat Ben-Ezra,* esto es, Manuel Lacunza. En esta obra de 68 páginas defendió vigorosamente la tesis fundamental de Lacunza sobre la inminencia del segundo advenimiento de Cristo en gloria y majestad. También defendió a Lacunza diciendo que su obra no tendría que haber sido puesta en el *Index* de los escritos prohibidos.

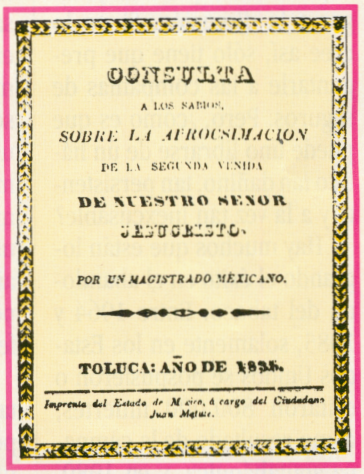
La mayor contribución teológica de de Rozas, sin embargo, fue un tratado de 235 páginas, publicado en 1835, titulado *Consulta a los sabios sobre la aproximación de la segunda venida de nuestro Señor Jesucristo,* en el que analizó las profecías de Daniel como nadie lo había hecho en Sudamérica.

Al comienzo de este libro, de Rozas señaló claramente el propósito del mismo: "Al acercarnos a la mitad del siglo XIX, estamos, según creo con serio fundamento, en el tiempo señalado por la Sagrada Escritura para este segundo, glorioso y majestuoso advenimiento de nuestro amantísimo Redentor. Esto es lo que voy a probar".[11] Y más adelante dijo que la lluvia de estrellas fugaces de noviembre de 1833 constituía un cumplimiento de la profecía de Apocalipsis 6:13 y una evidencia de que se aproximaba el fin del mundo.

A las puertas del fin. Durante el siglo pasado, y en lo que va del presente, surgieron en las tres Américas una serie extraordinaria de portavoces de la "esperanza bienaventurada".[12] Hombres y mujeres que unieron su fe adventista a Colón, a Lacunza, a Ramos Mejía, a de Rozas... y a tantos otros creyentes en la promesa maravillosa del Maestro: "Vendré otra vez".[13]

Las décadas de este siglo XX, próximo a expirar, han presenciado el cumplimiento impresionante de las señales de la Biblia que anuncian el fin de este mundo y el establecimiento del reino glorioso de Jesucristo. Este evento será incomparablemente más importante que el descubrimiento de América o que cualquier otra cosa que haya ocurrido.

Colón declaró con fe inamovible: *"La Sacra Escritura testifica... qu'este mundo a de aver fin"*. ¿Comparte usted la fe de Colón? ◊


CONSULTA
A LOS SABIOS,
SOBRE LA APROXIMACION
DE LA SEGUNDA VENIDA
DE NUESTRO SENOR
JESUCRISTO.
POR UN MAGISTRADO MEXICANO.
TOLUCA: AÑO DE 1835.
Imprenta del Estado de Mexico, á cargo del Ciudadano Juan Matute.

Portada del libro* Consulta a los sabios sobre la aproximación de la segunda venida de Nuestro Señor Jesucristo, *de José María Gutiérrez de Rozas, referente a las profecías bíblicas sobre el fin.

(1) Cristóbal Colón, *Diario de navegación y otros escritos* (Santo Domingo: Editora Corripio, 1988), p. 319. (2) Salvador de Madariaga *Vida del muy magnífico señor don Cristóbal Colón* (Buenos Aires: Editorial Sudamericana, 1991), p. 434. (3) Cristóbal Colón, *Op. cit.*, pp. 341-342. (4) Kay Brigham, *Cristóbal Colón, su vida y descubrimiento a la luz de sus profecías* (Barcelona: Editorial Clie, 1990), p. 156. (5) Kay Brigham, *Christopher Columbus's Book of Prophecies* (Barcelona: Editorial Clie, 1991), pp. 180-181. (6) S. Mateo 24:36. (7) S. Juan 14:1-3. (8) Citado por Daniel Hammerly Dupuy, *Descubrimientos orientadores* (Buenos Aires: Casa Editora Sudamericana, 1956), p. 31. (9) Citado por Daniel Hammerly Dupuy, *Defensores latinoamericanos de una gran esperanza* (Buenos Aires: Casa Editora Sudamericana, 1955), p. 83. (10) Le Roy E. Froom, *The Prophetic Faith of our Fathers* (Washington, D.C.: Review and Herald, 1954), t. 4, p. 303. (11) Citado por Daniel Hammerly Dupuy, *Op. cit.*, pp. 174-175. (12) Tito 2:13. (13) S. Juan 14:3.

Nota: Este artículo está tomado, con adaptaciones, del libro del autor *El mayor descubrimiento*.

COMO DEJAR DE FUMAR

Dr. Elie Honoré

Campaña antitabáquica y antialcohólica en las calles de Puerto Príncipe, Haití, bajo el auspicio de la Iglesia Adventista.

ES TANTA la cantidad abrumadora de evidencia que prueba que el hábito de fumar conduce a la muerte prematura, que no deja lugar a la discusión. Si no lo cree así, sólo tiene que preguntarle a las compañías de seguros. Pero, ¿cómo es que puede uno librarse de un hábito tan dañino, tan persistente y a la vez tan inexcusable?

Hay muchos que están logrando el éxito en el abandono del tabaco. Entre 1964 y 1985, solamente en los Estados Unidos se pospusieron o evitaron 800.000 muertes, como resultado de la campaña antitabáquica, y en 1989, el número de fumadores en este país llegó sólo a 56 millones, en vez de los 90 millones que se habían proyectado anteriormente. Aun así, en 1988 más de 434.000 norteamericanos murieron por causa de problemas de salud provocados por el tabaco, de acuerdo con un informe publicado en febrero de 1991 por los Centros Federales para el Control de Enfermedades. El monto anual de muertes causadas por estas enfermedades seguirá aumentando debido a que gran número de niños, adolescentes y cada vez más mujeres están adquiriendo el hábito.

En Europa y otros países también el tabaco está causando estragos. Por ejemplo, en Francia mueren por lo menos 1.000 personas a la semana por causa del tabaco, un 10 por ciento de todas las muertes. Entre las 65.000 muertes relacionadas con el uso del tabaco en Francia el año pasado, 34.000 fueron por cáncer y 13.000 por enfermedades cardiovasculares.

¿Por qué es que un hábito tan peligroso, que mata a más personas cada año que las que morirían si dos Boeing 747 se estrellaran diariamente durante 365 días, puede controlar la vida de gente inteligente y responsable?

Es sumamente difícil dejar de fumar por causa de la *nicotina*. Esta es una poderosa droga psicoactiva que llega al cerebro casi inmediatamente e inicia y mantiene un control férreo sobre el fumador por medio de un sorprendente mecanismo inconsciente de deseos, necesidad percibida, ritos y conducta que propicia la continuación de la práctica.

EL PLAN DE CINCO DIAS

La Sociedad Internacional de Temperancia cree firmemente que el hombre, creado a la imagen de Dios y provisto de una tremenda habilidad mental, merece algo mejor que la subyugación total de su voluntad a un hábito estúpido y peligroso, y que, por lo tanto, se debe ayudar a los fumadores a dejar de fumar. Nuestro Plan de Cinco Días incluye los siguientes ingredientes principales en forma de charlas:

- Información detallada sobre el fenómeno de la adicción en general y la adicción al tabaco en particular.
- Un estudio de los procesos fisiológicos del cuerpo humano y de cómo éste es afectado por el uso del tabaco. Lo que sucede cuando se deja de fumar.
- Una descripción de cómo los hábitos y la adicción disminuyen la "fuerza de voluntad"; cómo recobrarla y fortalecerla.
- El principio de que, para efectuarse una cura permanente, debe adoptarse una nueva forma de vida.

Este plan tiene éxito del 50 al 65 por ciento de las veces; el fracaso casi siempre es atribuible al descuido de las siguientes condiciones:

Usted debe tomar la decisión de dejar de fumar, no sólo desearlo. La decisión debe ser del fumador, no del cónyuge u otra persona, y debe estar motivada por razones sólidas y valederas, suficientemente fuertes como para sostener al fumador a través del síndrome de privación y durante el primer año después de ese momento.

¿COMO PUEDO DEJAR DE FUMAR CON EL PLAN DE CINCO DIAS?

He aquí algunos consejos prácticos que usted puede seguir:

1. **Decida honestamente, y hágalo saber,** que de ahora en adelante usted "ya no fuma". Escriba y repita tantas veces como pueda: "He decidido dejar de fumar y ya no fumo". Ponga un cartel de "Prohibido Fumar" en su puerta.

2. **Pare totalmente y de una vez,** en lugar de mantener una tortura de semanas o meses mientras trata de redu-

cir su uso gradualmente o comienza a usar tabaco de mascar.

3. **Líbrese de todo instrumento de fumar:** cigarrillos, tabaco, pipas, fósforos, encendedores, boquillas, ceniceros, no importa el costo u origen, porque estas son trampas que pueden provocarle una recaída. Durante los primeros tres días, aléjese de otros fumadores, quienes a menudo lo tentarán, avergonzados de su propia falta de voluntad. Evite los lugares favoritos que usted asocie con fumar, por ejemplo: el sillón frente al televisor, o algún otro lugar saturado con el olor del tabaco, y por lo tanto capaz de despertar el fuerte deseo de fumar.

4. Si es posible, **visite al dentista** para que le haga una buena limpieza.

5. **Tome mucha agua,** al menos ocho vasos diarios, para acelerar la eliminación de la nicotina del cuerpo.

6. **Use el agua externamente.** Un baño tibio antes de acostarse limpiará su piel de residuos de tabaco y lo ayudará a relajarse. Una ducha de agua progresivamente fría en la mañana y masajes vigorosos de la piel lo estimularán y lo prepararán para los desafíos del día.

7. **Respire profundo** por lo menos tres veces al día. Cinco minutos de ejercicio respiratorio al aire libre suplirá al cerebro con el oxígeno necesario para facilitar los procesos fisiológicos involucrados en la destoxificación y la decisión de abandonar el tabaco.

8. **El ejercicio físico** es mandatorio. Si usted tiene más de 35 años, consiga el visto bueno de su médico. Trate de caminar cada día unos 10 km (de 5 a 6 millas). Si es posible, practique ejercicios aeróbicos seguidos de ejercicios de estiramiento y relajación. Después del almuerzo no se siente, camine animadamente por unos 10 a 15 minutos para activar la digestión y vencer la pereza.

9. **Planee un menú especial** para los cinco días: una dieta sencilla de frutas, vegetales y cereales. En el primer día sería bueno limitarse a frutas y agua; pero desde el segundo día, tenga un buen desayuno, un almuerzo normal y una cena ligera, si es que cena. Debido a que cosas como el café, el té, el alcohol, las carnes, los alimentos condimentados, el azúcar y las grasas estimulan el deseo de fumar, es recomendable excluir su uso mientras se lucha contra la dependencia del tabaco. Reemplace el café con bebidas de cereal caliente.

10. **Apóyese en amigos que lo ayuden** durante los períodos de deseo más agudo.

11. **Cuando sienta el deseo de fumar**, debe saber que los impulsos más fuertes pasan después de tres minutos. Resista. Con el reloj en la mano repita su decisión, levántese y camine, respire hondo un par de veces, tome agua o dése una ducha, y pídale ayuda a Dios.

12. En relación con esto último, **ore.** Para fortalecer su fuerza de voluntad debilitada por el hábito de fumar, es altamente recomendable pedir la ayuda de Dios, su Creador.

Más allá de su motivación –no importa cuán fuerte sea–, más allá de la efectividad reconocida de la dinámica de grupo de nuestro plan, y el realce de los procesos naturales de destoxificación, Dios –el Arquitecto de nuestro cuerpo y Sustentador de sus sistemas– nos conoce y puede sostenernos como nadie puede hacerlo. Tenemos un cuerpo físico y facultades mentales a través de las cuales nos relacionamos con nuestro medio ambiente, pero también tenemos un nivel funcional superior que nos advierte acerca del bien y el mal y nos alerta de la presencia de Dios.

Cualquier cosa que perjudique o altere los procesos fisiológicos del cerebro, afecta nuestra habilidad para razonar o tomar decisiones. Dicho de otra forma, las tres dimensiones funcionales del ser humano: la que se relaciona con uno mismo (el cuerpo), con los demás (la mente) y con Dios (el espíritu), son menoscabadas por el uso del tabaco.

Como en cualquier otra situación crítica, la oración al Ser Supremo, llámelo Dios, Jehová, o Yahveh, es la clave principal de la victoria en su lucha. Creemos que él está profundamente interesado en librarnos de nuestros hábitos destructivos, si se lo pedimos y estamos dispuestos a cooperar con él. ◊

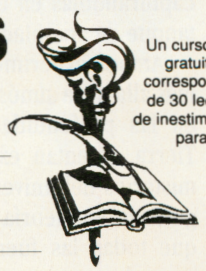
DUANE TANK

La práctica del ejercicio contribuye eficazmente para vencer el hábito de fumar. Antes de hacerlo conviene consultar con el médico para asegurarse de que no es contraindicado.

El autor es médico y dirige el Departamento de Salud y Temperancia de la Iglesia Adventista en México, el Caribe, Centroamérica, Colombia y Venezuela.

TESOROS de Vida

Curso gratuito por correspondencia



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

Nombre _____

Calle y N.º _____

Ciudad _____

Prov. o Estado _____

Código postal (zip code) _____ País _____

Envíe este cupón a: La Voz de la Esperanza, P.O. Box 55, Los Angeles, CA 90053, EE. UU. de N. A.

EL UNIVERSO Y EL CREADOR

Lic. Miguel A. Valdivia

A UNOS 900 km (560 millas) de la superficie de la Tierra, un satélite de la NASA conocido por la sigla COBE (Explorador del entorno cósmico) se dedica a medir las débiles radiaciones que supuestamente se originaron en la gran Explosión Primordial (Big Bang). Los datos que comenzaron a publicarse desde comienzos del 1990 han sacudido al limitado sector científico que estudia el origen del universo.[1]

En la mina Homestake, cerca del poblado de Deadwood, en Dakota del Sur, a más de un kilómetro bajo tierra, un físico llamado Ray Davis intenta medir la proporción de partículas subatómicas emitidas por el Sol, llamadas neutrinos, capturándolas en un enorme tanque de amoniaco.[2]

Ambos experimentos, uno más allá de la atmósfera y otro en las profundidades de la Tierra, intentan explicar los misterios del universo, persiguiendo una teoría que unifique todas las fuerzas de la naturaleza.

Unos proponen la teoría de las "cuerdas" para explicar las aparentes contradicciones entre el modelo *standard* propuesto por Einstein y los hallazgos de la física. Las "cuerdas" son lazos unidimensionales –mucho menores que los átomos– que vibran con diferentes "tonos", así convirtiéndose alternadamente en diferentes partículas subatómicas.[3]

Otra teoría que se expone últimamente sostiene que el universo se formó en base a "arrugas" en el campo electrofísico Higgs, que produjeron una serie de "terremotos cósmicos" capaces de originar galaxias enteras.[4]

En cuanto al comienzo mismo del universo, la teoría generalmente aceptada es la de la famosa Explosión Primordial o *Big Bang* (en inglés). El caso es que todos estos modelos de la evolución del universo asumen la existencia de explosiones y varias otras perturbaciones o "bultos" en el tejido tiempo-espacio que habrían de dar origen a las galaxias durante los primeros 1.000 millones de años después del *Big Bang*. El análisis de las radiaciones hecho por el satélite COBE mencionado al comienzo, ha comprobado la ausencia total de esos disturbios.

Se deben desechar o modificar 26 años de predicciones.

EL *BIG BANG* EN PELIGRO

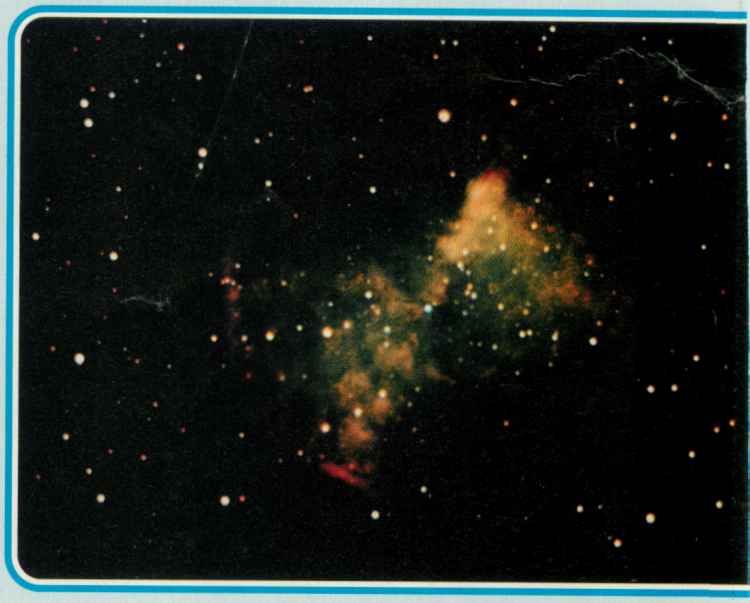
Cuando el astrofísico John Mather, responsable del proyecto COBE, mostró un gráfico resumiendo los resultados de la observación durante una reunión de la Sociedad Astronómica Americana, la mayoría de los modelos físicos del universo y de su origen cayeron por tierra. El mayor defensor del *Big Bang*, David Schram, de la Universidad de Chicago, se refirió a las implicaciones que estos resultados tienen para los estudiosos del cosmos con las palabras: "Es una zona de misterio", y añadió que sólo "las hadas" pueden explicarlo.[5]

Con razón Neil Turok declaró: "Quizá los problemas que la cosmología ha querido solucionar probarán ser muy difíciles de resolverse científicamente. Después de todo –continuó diciendo–, somos bastante atrevidos para suponer que podemos describir el universo con una simple teoría".[6]

¿HAY O NO HAY DISEÑO?

Lo que se desprende de todo esto es que *la ciencia no tiene todas las respuestas.* Cuando astrofísicos, físicos nucleares, astrónomos u otros teóricos intentan explicar el origen del universo o incluso lo que es más difícil, el de la raza humana, invariablemente llegan al triste momento de tener que poner sus teorías a un lado para aceptar asombrados la complejidad infinita de la creación. Y aunque la ciencia nunca llegue a comprobar la existencia de Dios –porque está fuera de su competencia–, cada vez se aproxima más a admitir la necesidad imperiosa de un Creador.

El famoso Stephen Hawking, físico de la Universidad de Cambridge, confinado a una silla de ruedas durante los últimos 25 años, afirma en un conocido libro: "Las leyes de la ciencia, tal como las conocemos actualmente, contienen muchas cantidades fundamentales, como la magnitud de la



carga eléctrica del electrón y la relación entre las masas del protón y el electrón... El hecho notable es que los valores de esas cantidades parecen haber sido ajustados sutilmente para hacer posible el desarrollo de la vida. Por ejemplo, si la carga eléctrica del electrón hubiese sido sólo ligeramente diferente, las estrellas, o habrían sido

incapaces de quemar hidrógeno y helio, o, por el contrario, no habrían explotado... Sería muy difícil explicar por qué el universo debería haber comenzado justamente de esa manera, excepto si lo consideramos como el acto de un Dios que pretendiese crear seres como nosotros".[7]

Pero como el mismo Hawking sugiere más adelante en su libro, "la mayoría de los científicos han estado demasiado ocupados con el desarrollo de nuevas teorías que describen *cómo* es el universo para hacerse la pregunta de *por qué*".[8] Y es el *porqué* el interrogante que escapa a la intención de la ciencia y entra en el campo de la religión y la fe.

Ante la grandeza de un universo cuyas dimensiones son aparentemente infinitas o inmensurables, pareciera muy difícil creer que su Creador, la Primera Causa, se interese por un pequeño planeta azul llamado Tierra y sus habitantes. Pero es mucho más difícil no creerlo. El diseño es demasiado complejo como para excluir a un gran Diseñador.

Acerca de la incompetencia del azar como agente creador, el profesor Pierre Grassé, quien durante 30 años dirigió la cátedra de evolución en la Sorbona ha escrito: "La probabilidad de que el polvo llevado por el viento pueda reproducir la obra 'Melancolía' de Durer, es menos rara que la probabilidad de errores en las moléculas DNA que conducen a la formación del ojo... No hay leyes en contra de soñar, pero la ciencia no debe dedicarse a hacerlo".[9]

BUSCANDO AL CREADOR

En oposición a la incertidumbre de la ciencia, hace ya muchos siglos el rey cantor de Israel escribió: "Los cielos cuentan la gloria de Dios, y el firmamento anuncia la obra de sus manos".[10] Y otra vez, arrobado ante la grandeza de un cielo estrellado, escribió: "Cuando veo tus cielos, obra de tus dedos, la luna y las estrellas que tú formaste, digo: ¿Qué es el hombre, para que tengas de él memoria, y el hijo del hombre, para que lo visites?"[11]

Como David, no miramos al cielo con asombro sólo para rendirnos ante la grandeza de lo infinito. Tenemos conocimiento a través de la Palabra de Dios, de que más allá del firmamento hay Alguien que no sólo nos creó, sino que nos sustenta y nos ama.

También Dios reveló en su Palabra el proceso creador (ver Génesis 1-2). Según la Biblia, Dios habló y fue hecho. En sólo seis días, la Tierra fue transformada de un lugar "desolado y vacío" en un hermoso planeta dotado de vida vegetal y animal completamente desarrollada, y con capacidad de reproducirse.

Varias cosas son evidentes en el relato bíblico de la creación. Comienza con Dios, él es el gran Protagonista, y describe una serie de cambios destinados a preparar el terreno para su obra maestra: el hombre. Dios diseñó las leyes físicas que permitiesen el funcionamiento no sólo del ecosistema Tierra, sino de todo el universo.

EL PROPOSITO DE LA CREACION

¿Por qué lo hizo?

Para el científico la respuesta es incomprensible. Para el creyente la respuesta es la piedra de toque de la fe en el Creador. Dios nos creó porque "Dios es amor".[12] Nos creó no sólo para contar con nuestro amor y gratitud, sino a fin de que él también pudiese amarnos.

Además, la naturaleza es un testigo poderoso de Dios. Pablo bien declara: "Porque las cosas invisibles de él, su eterno poder y deidad, se hacen claramente visibles desde la creación del mundo, siendo entendidas por medio de las cosas hechas, de modo que no tienen excusa".[13]

BENEFICIOS DE LA CREACION DIVINA

La doctrina de la creación es uno de los pilares de la creencia cristiana. Responde a la pregunta existencial: "¿De dónde vengo?" Dirige nuestra necesidad intrínseca de adorar en una dirección definida, hacia Jehová "el que existe", el Todopoderoso.

El que Dios sea el Creador lo distingue de todos los otros dioses.[14] "Debemos adorar al Dios que nos hizo, y no a los dioses que nosotros hemos hecho".[15]

Aceptar a Dios como Creador es algo tan importante que se incluye en la apelación final a la raza humana. Dice el Apocalipsis de San Juan: "Temed a Dios, y dadle gloria, porque la hora de su juicio ha llegado; y adorad a aquel que hizo el cielo y la tierra, el mar y las fuentes de las aguas".[16]

La verdad de que Dios es el Creador llena la vida de propósito. Usted y yo tenemos un origen eterno. Sí, vivimos en un universo infinito y a menudo incomprensible, pero el Creador de todo es un ser bueno y misericordioso.

No hay duda de que la física y la astronomía han logrado sorprendentes avances en la comprensión de las leyes naturales que gobiernan nuestro universo, pero la ciencia sigue teniendo límites. Observa las leyes de la naturaleza, pero ignora al Legislador. Se maravilla ante el diseño, pero no acepta al Diseñador. No entiende a un Creador porque no puede explicar su amor insuperable.

Sólo aceptando a Dios y su amor, podremos acercarnos a una comprensión inteligente de los misterios y maravillas del universo. ◊

LICK OBSERVATORY

(1) *U.S. News & World Report*, enero 29, 1990, pp. 48-50. (2) *Discover*, mayo, 1991, p. 66. (3) *Discover*, agosto, 1991, p. 56. (4) *Discover*, noviembre, 1991, pp. 20-22. (5) *U.S. News & World Report*, *Id.*, p. 48. (6) *Scientific American*, octubre, 1990, p. 117. (7) Stephen W. Hawking, *Historia del tiempo* (Barcelona: Editorial Crítica, 1988), pp. 179-180. (8) Hawking, *Id.*, p. 223. (9) *Christianity Today*, 7 de mayo, 1982, p. 13. (10) Salmo 19:1. (11) Salmo 8:3-4. (12) 1 Juan 4:8. (13) Romanos 1:20. (14) Salmo 96:5-6; Isaías 40:18-26. (15) *Creencias de los Adventistas del Séptimo Día* (Boise, Idaho: Pacific Press, 1988), p. 86. (16) Apocalipsis 14:7.

ESTE VERANO, NO OLVIDE SUS VACACIONES

Lic. Miriam Alonso

"KENNY, ¿encontraste las linternas?"

"Keren, por favor, ayúdame a recoger las colchas que llevaremos para el viaje".

Juntos habíamos preparado la lista de alimentos, juguetes y ropas que llevaríamos para acampar en Yosemite Park, California. ¡Finalmente había llegado el esperado día de las vacaciones!

Por el camino íbamos cantando, haciendo juegos bíblicos, jugando parchís, etc., y comiendo las ricas meriendas que con tanto entusiasmo habíamos preparado para el viaje.

Al llegar al parque quedamos deleitados con las alegres ardillitas, los arroyuelos cristalinos, los imponentes pinos y las bellas noches estrelladas. Años después aún recordamos cuando en fila india y guiados por Kenny, cruzamos un pequeño precipicio usando como puente un árbol seco que lo atravesaba. Los años pasan, pero las memorias de los buenos ratos de recreación y camaradería familiar de las vacaciones perduran para siempre, trayendo alegría y unidad a la familia.

DUANE TANK

BENEFICIOS DE LAS VACACIONES

Las vacaciones familiares son tan necesarias para los esposos y padres como para los niños y jóvenes. Los esposos, sin el estrés de la lucha diaria por la vida, pueden conversar y reír más, y compartir actividades y experiencias diferentes que fortalecerán las relaciones matrimoniales.

Los niños y jóvenes hallarán que es el ambiente ideal para estrechar lazos de amor, comprensión y confianza con sus padres, y para incrementar los sentimientos de unidad y pertenencia familiar que les ayudarán a crecer más confiados y felices.

La salud física de la familia será revitalizada por unas vacaciones bien planeadas. Muchos hasta podrían posponer su funeral si regularmente detuvieran el curso de su vida para tomarse unas vacaciones de descanso y recreación.

MANERAS SENCILLAS Y ECONOMICAS DE TENER VACACIONES

- *Acampar* puede ser fascinante y económico. A veces se pueden alquilar tiendas de campaña de una iglesia o de algún club de la comunidad a muy bajo precio. Si hay más dinero en el presupuesto, en algunos lugares se puede rentar una casa rodante (*motor home*).
- Pueden planear salidas familiares en bicicleta. Si no todos tienen bicicletas, se pueden conseguir con amistades y familiares, o también se pueden rentar. La ruta a seguir debe ser una para bicicletas y deben hacerse pausas para el descanso, de acuerdo a las necesidades y capacidades físicas de los miembros de la familia.
- Los *paseos en tren o autobús* también pueden resultar atractivos, especialmente cuando se combinan con juegos y actividades exploratorias en el paradero escogido.

COMO PLANEAR LAS VACACIONES

Debido al alto costo de la vida actual, el precio de unas vacaciones puede ser prohibitivo para muchas familias. Sin embargo, cuando se planean con anticipación, se puede economizar mucho al hacer reservaciones con tiempo y comprar los artículos necesarios cuando están a bajo precio. Por lo general, las vacaciones en las ciudades saldrán más costosas y ajetreadas que las tomadas en la naturaleza.

De acuerdo con el lugar o las actividades escogidas para las vacaciones, se ha de fijar el presupuesto necesario, y todos los meses guardar dinero con ese fin. Todos los miembros de la familia deben planear juntos las vacaciones, de manera que se consideren los intereses y expectativas principales de cada uno.

Pero no hemos de esperar hasta las vacaciones para descansar y recrearnos. Dios en su plan ha hecho provisión para que descansemos y nos recreemos cada sábado con las maravillas de su creación. El sabía que tal descanso semanal es indispensable para nuestra salud física, mental y espiritual. Sin embargo, las vacaciones una o dos veces al año traerán felicidad inolvidable para toda la familia. ◊

La autora tiene una maestría en Salud Pública y se especializa en temas sobre la familia.

VACUNE A SUS HIJOS CONTRA EL SIDA

Lic. Mónica Casarramona

La vacuna contra el SIDA existía antes que apareciera la enfermedad, aunque lamentablemente, algunos recién acaban de descubrirla.

AUNQUE parezca mentira, la tan buscada vacuna contra el SIDA está en la familia. Sabemos que cuando una enfermedad se ha declarado, de poco sirve la vacuna. Pero es realmente útil para *prevenir* la enfermedad. Lo mismo sucede con esta *vacuna* contra el SIDA: su utilidad está relacionada con la prevención.

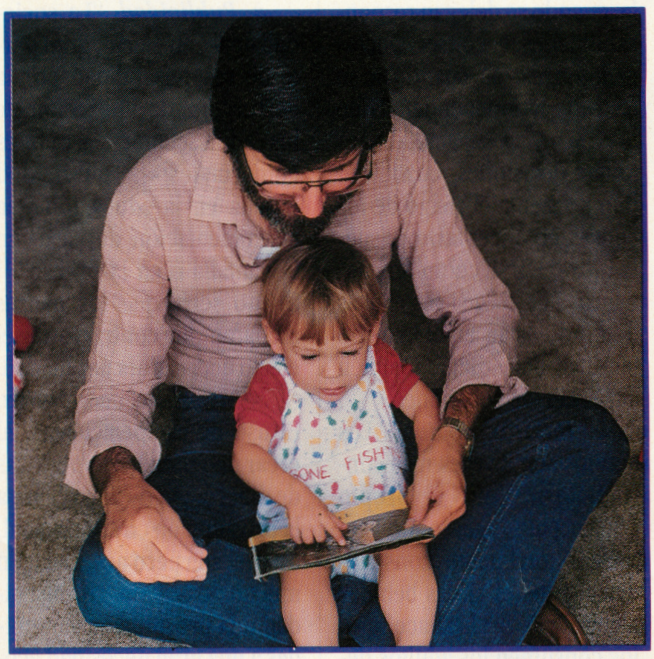
CAUSAS DEL SIDA

Aquí no nos referiremos a las causas biológicas sino a las psicosociales. El SIDA tiene una triple causa socioambiental: la *homosexualidad*, la *drogadicción* y la *promiscuidad*. Son los llamados factores de alto riesgo. No es casualidad, entonces, que esta triple causa –y su prevención– estén en la propia familia del enfermo. ¿Cómo? Veamos.

1. Homosexualidad

Es sabido que una de las vías de contagio del SIDA es el contacto homosexual. ¿Cómo llega una persona, especialmente un hombre, a la homosexualidad?

Hay dos planteos: el genético y el psicosocial o ambientalista. El primero, defendido por Kallmann y basado en el estudio de gemelos monocigóticos, afirma que la tendencia a la homosexualidad se hereda. El segundo, con mayor apoyo, asevera que "no se nace homosexual, sino que uno se hace homosexual. Esta desviación de la sexualidad es fruto del medio donde el niño vive",[1] depende de la experiencia y se la adquiere.[2]



DUANE TANK

L. Bender, tras estudiar niños de 4 a 12 años con problemas de identidad sexual, señala que las alteraciones del desarrollo psicosexual van unidas a importantes problemas en las primeras relaciones padres-hijo.[3] Estas situaciones son:

a. Madre sobreprotectora y/o dominante. En muchos homosexuales se observa una gran dependencia de la madre, así como regresión e infantilismo en todos los aspectos de su vida psíquica. "En efecto, una relación excesivamente íntima y anormalmente fuerte entre la madre y el hijo puede constituir un factor casi determinante de la homosexualidad masculina".[4]

La madre dominante controla rígidamente el desarrollo psicológico del niño, y le impide integrarse a diferentes grupos de amigos. Esta "supermadre" a veces va más allá todavía: realiza las actividades que el niño debiera asumir de acuerdo con su edad cronológica (lo viste, peina y baña), lo lleva a dormir a la "cama grande", etc.

b. Padre débil, ausente u hostil. "A veces el niño se relacionará más con su madre, porque el padre se comporta pasivamente o está ausente, o bien, por el contrario, actúa como un tirano".[5] El ambiente familiar de tales niños suele estar perturbado: el padre es débil, sumiso, nulo. O bien puede mostrarse abusivo, hostil, rechazador o indiferente, de manera que no existe una intimidad emocional y afectiva entre él y su hijo.

c. Falta de afecto (vacío, abandono). El ansia de afecto, de compañía, son algunas de las necesidades psicológicas que acosan a las víctimas de la homosexualidad, precisamente porque en su ambiente familiar esos aspectos psíquicos no fueron satisfechos. Estas víctimas creen recibir del compañero adulto o mayor del mismo sexo toda la atención y dedicación que sus padres no les proporcionaron.

d. Falta de identificación con el padre del mismo sexo. Elizabeth Moberly, psicóloga e investigadora de la Universidad de Cambridge, considera que el impulso homosexual es esencialmente motivado por la necesidad inconsciente de reparar el déficit emocional de la relación padre-hijo o madre-hija. La necesidad persistente de amor ofrecida por una persona del mismo sexo proviene de la necesidad de amor insatisfecha por parte del padre del mismo sexo.[6]

e. Educación moral. "El ambiente familiar, sus prácticas educativas, religiosas, morales, etc., son muy importantes a la hora de explicar la homosexualidad. Así, por ejemplo, el niño que es criado en un ambiente familiar donde los aspectos religiosos son fundamentales, difícilmente llegará a la conducta homosexual; aunque también es necesario subrayar que cuando las prácticas educativas, del orden que sean, se vuelven obsesivas y neuróticas, la salida homosexual puede convertirse en un desahogo y, además, en una forma de agresividad del adolescente contra su propia familia".[7]

2. Drogadicción

El 20 por ciento de los enfermos de SIDA han contraído el mal por contagio sanguíneo a causa del uso común de jeringas contaminadas, el 75 por ciento por ser homosexuales, el 1,5 por transfusiones, el 1 por ciento por compañeros heterosexuales, y el 2,5 por ciento por ser hemofílicos y por causas no identificadas.[8]

Si bien es cierto que la drogadicción tiene en sí una serie compleja de causas ambientales y múltiples factores desencadenantes, el funcionamiento de la familia es una de las causas fundamentales. ¿Cómo? Mediante determinadas conductas:

a. Automedicación. Actualmente la automedicación es muy común. Los padres administran (para sí o para sus hijos) medicamentos con toda naturalidad, porque "a fulano le hizo bien". "El niño debe aprender desde muy pequeño que la decisión de utilizar medicamentos depende del médico".[9]

b. Falta de afecto y comunicación. La drogadicción no tiene que ver con la existencia de las drogas sino con la necesidad de ellas.

Cuando no hay comunicación entre padres e hijos, cuando se deja que esos temas "tabú" los trate la escuela, cuando se delegan responsabilidades y consecuencias en los maestros, cuando no se fomenta la independencia de los hijos y su capacidad para tomar decisiones, cuando el hijo no siente el afecto de los padres, entonces la droga suele introducirse como una panacea. Por eso, si las causas de fondo están en el entorno familiar del adicto, también allí están las soluciones.[10]

c. Hábitos nocivos. Los adultos son a veces más contradictorios que el propio adolescente. ¿Acaso no son drogas totalmente consentidas el café, el té, las bebidas alcohólicas o el tabaco? ¿No los consumen los adultos delante de sus hijos y hacen todo tipo de chanzas al respecto? Luego se sorprenden cuando el adolescente intenta fumar marihuana. ¿Qué diferencia hay entre el tabaco y la marihuana cuando se ha desvirtuado el principio educativo?

d. Falta de estímulos y visión pesimista de la vida. El hogar debería ser un campo creativo de metas y valores. Muchos jóvenes se aburren en el hogar y en la escuela. No se los impulsa a adquirir ideales nobles, desafiantes. Se les muestra el estudio como innecesario para "ganar dinero", y las virtudes de carácter y profesionales como algo anticuado.

3. Promiscuidad

Un modo desordenado de practicar el sexo es causa y origen de no pocos problemas psicosociales. Sabemos que el 1 por ciento de los contagios del SIDA han sido causados por contactos heterosexuales promiscuos. La promiscuidad –y su extremo, la prostitución– tiene numerosas causas socioambientales. Esas causas son:

a. Publicidad. "La sociedad tiene, en efecto, gran parte de responsabilidad por la desvergonzada utilización de los adolescentes para fines comerciales: la publicidad basada en la educación y la instrumentación del sexo en la pantalla o en la prensa".[11] Bueno sería que los padres lucharan por contrarrestar el efecto nocivo de la publicidad.

b. Necesidad económica. El uso de estupefacientes, al crear necesidades imperiosas de dinero, puede abrir la vía a la prostitución circunstancial, no deseada pero aceptada. En muchos casos, la promiscuidad o la prostitución van unidas a una gran necesidad económica causada por un bajo nivel sociocultural. Niños criados en barrios pobres, rodeados de ejemplos de promiscuidad, repiten la historia aun antes de haber llegado a la adolescencia.

c. Autoagresión. A veces la promiscuidad sexual y la prostitución evidencian un sentimiento de autoagresión. Psicológicamente, estas conductas sexuales están clasificadas como comportamientos delictivos. Y estos comportamientos tienen en forma subyacente sentimientos de autoagresión o minusvalía causados en su gran mayoría por el abandono o el descuido familiar.

Un niño o adolescente bien integrado a su medio familiar, con un claro modelo de respeto para imitar entre sus miembros, desarrollará ese modelo al formar su propia familia.

A esta altura, usted ya habrá sacado la conclusión a esta exposición: un hogar bien constituido, dirigido por padres amantes e interesados en la formación equilibrada del carácter de sus hijos, con límites claros y respetados, y con valores éticos y religiosos que definen la relación familiar, constituyen la vacuna más segura contra el SIDA o cualquier otra enfermedad que tenga que ver con la mente o el espíritu de sus hijos. ◊

---

(1) Paulino Castells Cuixart, *Guía práctica de la salud y psicología del niño* (Barcelona: Planeta, 1983), p. 74. (2) W. Arnold, H. Heysenck, R. Meili, *Diccionario de psicología* (Madrid: Rioduero, 1979), t. 2, p. 146. (3) J. de Ajuriaguerra, *Manual de psiquiatría infantil* (Barcelona: Masson, 1984), p. 395. (4) José Flórez Lozano, "Desviaciones sexuales en el niño", *Psicología infantil y juvenil* (Madrid: Nueva Lente, 1985), t. 3, p. 628. (5) Joan Corbella Roig, "La homosexualidad", *Enciclopedia práctica de psicología* (Barcelona: Orbis, 1985), t. 4, pp. 74-75. (6) Elizabeth Moberly, *Homosexuality: a New Christian Ethic* (Cambridge: James Clarck, 1983). (7) Flórez Lozano, *Id.*, pp. 628-629. (8) G. Guierre, "Le SIDA", *Vie et Santé*, junio, 1987, p. 14. (9) J. E. Murad, citado por A. Brito en *O Desafío das Drogas* (San Pablo: Casa Publicadora Brasileira, 1985), p. 55. (10) Guillermo H. Vázquez, *Lo que los padres y maestros deben saber acerca de las drogas* (Texas: Casa Bautista de Publicaciones, 1984), pp. 109-110. (11) Martha Harris, *Su hijo adolescente* (Buenos Aires: Paidós, 1983), p. 115.

VERDADES QUE OFRECEN SALVACION

Resumen de las principales doctrinas de la Biblia

LAS SAGRADAS ESCRITURAS

Las Sagradas Escrituras, que abarcan el Antiguo y el Nuevo Testamento, constituyen la Palabra de Dios en forma escrita. Esta revela la voluntad divina y es la norma del carácter del creyente. (2 S. Pedro 1:20-21; 2 Timoteo 3:16-17; Salmo 119:105; Proverbios 30:5-6; Isaías 8:20; S. Juan 17:17.)

LA TRINIDAD

Hay un sólo Dios, que es una unidad de tres personas coeternas: Padre, Hijo y Espíritu Santo. Este Dios uno y trino es inmortal, todopoderoso, omnisapiente y omnipresente. (Deuteronomio 6:4; S. Mateo 28:19; S. Juan 1:1-3; 14:16-18, 26; 15:26-27; 16:7-13; 2 Corintios 13:14; Efesios 4:4-6; Colosenses 1:15-19; 1 S. Pedro 1:2; 1 Timoteo 1:17; Apocalipsis 14:6-7.)

LA CREACION

Dios es el Creador de todas las cosas. Hizo "los cielos y la tierra" y todo ser viviente que la puebla durante la semana de la creación. (Génesis 1; 2; Exodo 20:8-11; Salmos 19:1-6; 33:6, 9; 104; Hebreos 11:3.)

EL GRAN CONFLICTO

La humanidad y el universo entero se encuentran involucrados en un conflicto entre Cristo y Satanás en torno al carácter de Dios, a su ley y a su soberanía sobre el universo. Este conflicto comenzó en el cielo y pasó a este planeta. (Apocalipsis 12:4-9; Isaías 14:12-14; Ezequiel 28:12-18; Génesis 3; Romanos 1:19-32; 5:12-21; 8:19-22; Génesis 6-8; Hebreos 1:14.)

LA VIDA, MUERTE Y RESURRECCION DE CRISTO

Mediante la vida de Cristo, de perfecta obediencia a la voluntad de Dios, y sus sufrimientos, su muerte y su resurrección, Dios proveyó el único medio válido para expiar el pecado de la humanidad y darnos acceso a la vida eterna. (S. Juan 3:16; Isaías 53; 1 S. Pedro 2:21-22; 1 Corintios 15:3-4, 20-22; 2 Corintios 5:14-15, 19-21; Romanos 1:4; 3:25; 4:25; 8:3-4; Filipenses 2:6-11.)

LA EXPERIENCIA DE LA SALVACION

Cuando guiados por el Espíritu Santo experimentamos nuestra necesidad, reconocemos nuestro pecado, nos arrepentimos y ejercemos fe en Jesús como Señor y Cristo, mediante él somos justificados, adoptados como hijos e hijas de Dios y librados del señorío del pecado. (2 Corintios 5:17-21; S. Juan 3:1-16; Gálatas 1:4; 4:4-7; Tito 3:3-7; S. Juan 16:8; Gálatas 3:13-14; 1 S. Pedro 1:23; 2:21-22; Romanos 10:17; 3:21-26; 8:1-4.)

LA IGLESIA Y SUS SACRAMENTOS

La iglesia es la comunidad de creyentes que confiesa que Jesucristo es Señor y Salvador y se reúne para adorar a Dios, recibir instrucción en la Palabra, celebrar la Cena del Señor, el bautismo, servir a la humanidad y proclamar el Evangelio. (Génesis 12:3; Hechos 7:38; Efesios 4:11-15; 3:8-11; S. Mateo 28:19-20; 16:13-20; Efesios 2:19-22; 1 Corintios 10:16-17; 11:23-30.)

DUANE TANK

EL BAUTISMO

El bautismo es un símbolo de nuestra unión con Cristo, del perdón de nuestros pecados y de nuestra recepción del Espíritu Santo. Se realiza por inmersión de todo el cuerpo en agua y sigue a la instrucción en las Sagradas Escrituras. (S. Mateo 3:13-16; 28:19-20; Romanos 6:1-6; Coiosenses 2:12-13.)

LOS DONES ESPIRITUALES

Por medio del Espíritu Santo, Dios concede a todos los miembros de su iglesia dones espirituales para que cada uno los emplee en amante ministerio para el bien común de la iglesia y la humanidad. Estos dones incluyen ministerios tales como fe, sanidad, profecía, predicación y enseñanza. (Romanos 12:4-11; Efesios 4:8, 11-16; Joel 2:28-29; Hechos 2:14-21; 6:1-7; 1 S. Pedro 4:10-11.)

LA LEY DE DIOS Y EL SABADO

Los grandes principios de la ley de Dios están incorporados en los Diez Mandamientos y ejemplificados en la vida de Cristo. Constituyen la base del pacto y la norma del juicio divino. El cuarto mandamiento requiere la observancia del séptimo día —el sábado— como día de reposo, culto y ministerio. (Exodo 20:1-17; S. Mateo 5:17; Salmo 40:7-8; S. Mateo 22:36-40; Génesis 2:1-3; S. Lucas 4:16; 23:56; Isaías 58:13-14; Hebreos 4:1-11.)

LA CONDUCTA CRISTIANA

Toda nuestra conducta debe estar en armonía con las más elevadas normas cristianas. Esto influye sobre nuestros hábitos, nuestra vestimenta y nuestra alimentación, y requiere la abstención de sustancias dañinas para nuestro cuerpo. (Romanos 12:1-2; 1 S. Juan 2:6; Efesios 5:1-21; Filipenses 4:8; 1 Corintios 6:19-20; 10:31; Levítico 11:1-47; 3 S. Juan 2.)

EL MATRIMONIO Y LA FAMILIA

El matrimonio fue establecido por Dios en el Edén, y confirmado por Jesús, para que fuese una unión por toda la vida entre un hombre y una mujer en amante compañerismo. Los padres deben criar a sus hijos para que amen y obedezcan al Señor. (Génesis 2:18-25; S. Mateo 19:3-9; S. Juan 2:1-11; Efesios 5:21-33; S. Mateo 5:31-32; Exodo 20:12; Efesios 6:1-4.)

LA MUERTE Y LA RESURRECCION

La paga del pecado es muerte; pero Dios, el único que es inmortal, otorgará vida eterna a sus redimidos. Hasta ese día, la muerte constituye un estado de inconsciencia para todos los que han muerto. (Romanos 6:23; 1 Timoteo 6:15-16; Eclesiastés 9:5-6; S. Juan 11:11-14; 5:28-29; Salmo 146:3-4; 1 Corintios 15:51-54.)

LA SEGUNDA VENIDA DE CRISTO

La segunda venida de Cristo es la bienaventurada esperanza de la iglesia, la gran culminación del Evangelio. La venida del Salvador será literal, personal, visible y de alcance mundial. Lo que está pasando en el mundo muestra que el regreso de Cristo está cercano. (Tito 2:13; Hebreos 9:28; S. Juan 14:1-3; Hechos 1:9-11; S. Mateo 24; Apocalipsis 1:7; 1 Tesalonicenses 4:13-18; 5:1-6; 2 S. Pedro 3:3-14.)

AYUDANDO A LOS AFLIGIDOS

ADRA es la Agencia Adventista de Desarrollo y Socorro. Mantiene proyectos de desarrollo para los pobres y responde a desastres en más de 60 países alrededor del mundo. A continuación le ofrecemos algunos datos acerca de las actividades de esta agencia:

• **El hambre amenaza a millones en Etiopía y Sudán.** Es probable que mueran de hambre más africanos en Etiopía y Sudán cada día que todos los refugiados kurdos que habrán muerto como resultado de la Guerra del Golfo. Se calcula que corren peligro de sufrir hambre severa de 10 a 20 millones de sudaneses y etíopes.

Junto con otras agencias de socorro, ADRA se está moviendo rápidamente para distribuir alimentos a la gente hambrienta de Sudán. De hecho, se le pidió a ADRA que fuese la agencia coordinadora de asistencia alimenticia para varias agencias de socorro que operan en Jartum, la capital sudanesa.

En su condición de agencia general, ADRA es responsable de almacenar los alimentos donados por el gobierno de los Estados Unidos y proveerlos a otras agencias que los distribuyen. También controla e informa sobre el proceso de distribución. El proyecto de ADRA se concentra en alimentar a niños de menos de cinco años de edad que no tienen el peso normal y a sus familias. También se distribuyen alimentos a mujeres desnutridas que están embarazadas y a madres que están amamantando. Más de 150.000 personas reciben alimentos cada mes.

• **La epidemia de cólera se extiende.** Los funcionarios de sanidad de Perú estiman que más de 1.400 personas han fallecido como consecuencia del brote de cólera que comenzó en el mes de enero de 1991. Por lo menos 150.000 personas contrajeron la enfermedad en ese país. La epidemia se ha extendido a Ecuador y Colombia, y se predice que probablemente alcanzará a Brasil y a Centroamérica.

ADRA imprimió y distribuyó 45.000 folletos en el Perú explicando cómo evitar el cólera. La agencia también ha entrenado a 150 trabajadores de sanidad para enseñar las últimas medidas de prevención. Cada uno de estos trabajadores se estaciona en un centro que actúa como una unidad de información sobre el cólera y un punto de distribución de medicinas. En el centro también se proporciona información sobre el tratamiento del agua y saneamiento.

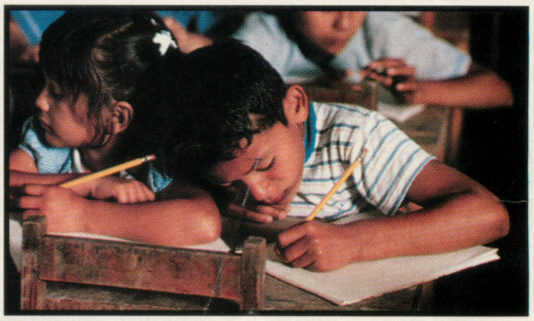
• **Terremoto sacude a América Central.** El 22 de abril de 1991 un poderoso terremoto sacudió a Costa Rica y Panamá, matando a más de 75 personas, lesionando por lo menos a 800 y dejando unas 15.000 personas sin hogar. Los residentes en vecindarios pobres que fueron seriamente afectados durmieron en las calles y pocos tienen dinero para reconstruir.

ADRA está trabajando en las regiones más pobres de Costa Rica y Panamá para brindar auxilio a las víctimas del terremoto. Se han proporcionado alimentos, medicinas y frazadas a cientos de familias. ADRA permanecerá en el área afectada por lo menos un año para ayudar a reconstruir casas para las familias más pobres.

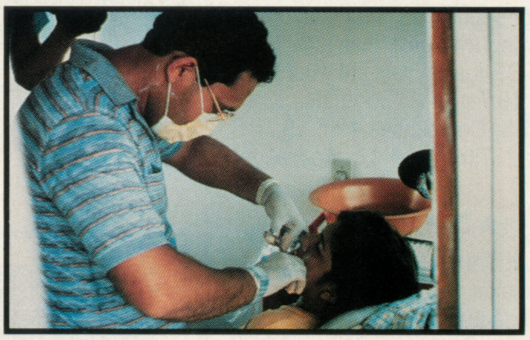
• **Alimentos para Liberia.** Este país de 2,3 millones de habitantes sufre por causa de la violencia civil. Allí ADRA ha distribuido 18 toneladas de semillas de arroz y otros granos a los agricultores que los necesitan.

La mayor parte del trabajo de ADRA consiste en proyectos de largo alcance que benefician a comunidades pobres de países en desarrollo. Esto incluye la construcción de pozos y acueductos, entrenamiento laboral, enseñanza de técnicas de cultivo, y la construcción y equipamiento de clínicas, hospitales y escuelas.

Noticias provistas por Nina Martínez, Directora Asistente para noticias y relaciones públicas de ADRA.



Uno de los proyectos de ADRA en Honduras, en favor de niños de edad escolar.



Las lanchas médicas de ADRA proveen atención a miles de aldeanos que viven junto al río Amazonas, en Brasil.

INFORME 1991

DATOS ESTADISTICOS SOBRE LA OBRA SOCIAL QUE LA IGLESIA ADVENTISTA REALIZA ALREDEDOR DEL MUNDO

OBRA MEDICA

Hospitales y sanatorios	154
Clínicas, dispensarios y lanchas médicas	336
Pacientes tratados durante el año pasado	8.272.041

SERVICIOS A LA COMUNIDAD*

Colaboradores voluntarios en el programa de ayuda	1.825.700
Horas de ayuda cristiana	19.069.320
Dinero y valor de alimentos y ropa distribuidos	$17.390.192

EDUCACION

Universidades, colegios y academias	995
Escuelas primarias	4.267
Total de alumnos inscritos	736.662

** Estos datos corresponden a 1989, el último año con estadísticas disponibles.*

Andrés Bello

PATRIARCA DE LAS LETRAS HISPANOAMERICANAS

Prof. Domingo Mena

ENRIQUE FUENTEALBA

"PATRIARCA de las letras hispanoamericanas" es el título que Orlando Gómez-Gil da al ilustre venezolano, Don Andrés Bello[1] (1781-1865). "Libertador intelectual del Continente" es otro de los títulos que se suelen dar a "Don Andrés", como cariñosa y respetuosamente lo siguen llamando los chilenos de hoy.

Además de ser un buen escritor, Don Andrés fue destacado poeta, erudito, lingüista, humanista, psicólogo, filósofo, jurista, crítico literario, gramático, pedagogo y publicista.

Sus ansias de saber eran notorias desde su niñez, cuando economizaba cuanto dinero recibía para comprar obras de Cervantes y de Calderón de la Barca, sus autores españoles favoritos. Comenzó su educación en el Convento de la Merced y en el Seminario de Santa Rosa, para continuar con sus estudios de filosofía y latín en la Universidad de Caracas. Fue amigo del científico alemán Alejandro de Humboldt y maestro privado de Simón Bolívar, quien siempre tuvo una alta estima hacia su maestro.

Debido a que Don Andrés hablaba bien inglés, francés y latín, fue enviado a Londres en 1810 por la Junta Revolucionaria de Venezuela, para servir como secretario, intérprete y asesor de Simón Bolívar y de López Méndez, los delegados oficiales, quienes deseaban obtener la ayuda de Inglaterra en la lucha por la independencia de Venezuela.

Después que la misión diplomática fracasó, Don Andrés permaneció en Londres hasta 1829. Se ganaba la vida enseñando español y latín. Esa permanencia en Londres fue utilísima para Don Andrés; ahí, bajo la influencia inglesa, maduró como hombre de letras.

En 1829 se trasladó a Chile y allí permaneció hasta su muerte, en 1865. Los años pasados en Chile fueron los más fructíferos de su vida. Fundó la Universidad de Chile, de la cual fue su primer rector. Frente a esa universidad hay una estatua grande, levantada a la memoria de Don Andrés con donativos del pueblo que lo quería tanto. También hay una universidad privada en Santiago de Chile, a la cual se dio el nombre de Andrés Bello.

Como jurista, fue meritoria la obra de Don Andrés al escribir el Código Civil Chileno (1855), que es un modelo por su precisión expresiva y su claridad jurídica. Muchos chilenos le conceden un gran valor judicial a dicho código en el proceso democrático chileno, que ha prevenido –en líneas generales– la presencia de dictadores: problema común de muchos países latinoamericanos.

Cuando Don Andrés publicó su *Gramática de la lengua castellana* (1847), causó revuelo en España, donde cualquier edición de la *Gramática de la lengua castellana* es el trabajo de un grupo de eruditos. La gramática de Bello es el trabajo de un solo hombre. Después que se calmaron los comentarios, acordaron nombrarlo miembro honorífico de la Real Academia Española.

Andrés Bello publicó en 1826 su poema "Silva a la Agricultura de la Zona Tórrida", uno de los poemas más famosos de las letras hispanoamericanas del siglo XIX. Por su influencia sobre grandes líderes, sus labores diplomáticas, sus servicios como educador y como jurista, Andrés Bello merece ser recordado como un gran latinoamericano.

(1) Orlando Gómez-Gil, *Historia crítica de la literatura hispanoamericana*, p. 197.

El CENTINELA

Intérprete Bíblico de Nuestro Tiempo

Año 96 — N.° 7

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

Gerente General
Robert E. Kyte

Director
Dr. TULIO N. PEVERINI

Redactor
Lic. Miguel A. Valdivia

Diagramador
Enrique Fuentealba

Interamérica: Juan De Armas

Secretaria Editorial
Sara Taylor

Edición en francés
Daniella Ducret

Corresponsales
Centroamérica y Panamá: Tevni Grajales
Colombia y Venezuela: Mirto Presentación
Estados Unidos: Eradio Alonso, Ernesto Castillo, Onésimo Mejía, Frank Ottati, Juan Prestol, Jorge Soria, Manuel Vásquez
Puerto Rico y la Rep. Dominicana: Dr. Israel Recio, Félix Ríos López, Escriel Romero

Suscripción anual, dólares 9,50. Número suelto, $1,20. 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 HOLANDESAS: Box 300, Curazao. **COLOMBIA:** Apartado 4979, Bogotá. Apartado 261, Barranquilla. Apartado 813, Bucaramanga. Apartado 1269, Cali. **COSTA RICA:** Apartado 10113, San José. **REP. 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.

Por cambios de dirección o reclamos sobre la circulación en los Estados Unidos y Canadá, escribir a: EL CENTINELA, P.O. Box 7000, Boise, Idaho 83707, o llamar por TE a: 1-800-545-2449.

PORTADA: BETTY BLUE / DUANE TANK

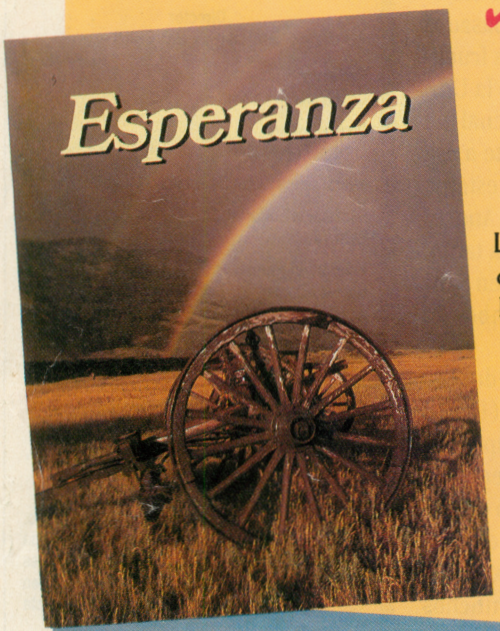
Copyright © 1992, by
Pacific Press Publishing Association

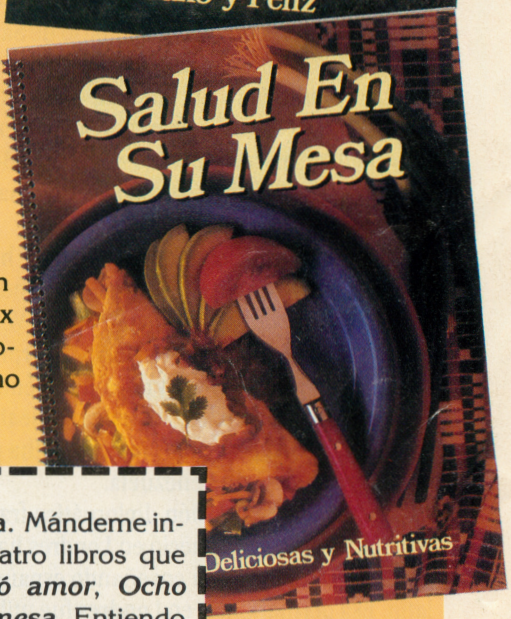
Usted PUEDE disfrutar de la buena vida

2C
2C
2C
2C
2C
2C

¿Qué es la "buena vida"?

- ✔ Salud
- ✔ No tener preocupaciones
- ✔ Felicidad
- ✔ Disfrutar de su trabajo
- ✔ Tiempo libre





Le ofrecemos el juego de cuatro libros que le mostrará cómo disfrutar de la buena vida que usted se merece. ***Esperanza***, le ayudará a reconocer la bondad y la hermosura del universo de Dios. A través del libro ***El enseñó amor***, aprenderá acerca del gran amor que Jesús tiene por cada ser humano como usted y yo. Les sigue ***Ocho recursos seguros***, indicándole cómo tener buena salud con ejercicios, descanso y una dieta apropiada. Después, ponga en práctica la buena nutrición con el libro de cocina, ***Salud en su mesa.*** El tamaño de cada libro es de 8 x 10,5 pulgadas (20,5 x 27 cm) y todos tienen ilustraciones en colores.

Para mayor información, llene el cupón y envíelo a la siguiente dirección, Félix Castro, Pacific Press Publishing Association, P. O. Box 7000, Boise, Idaho 83707.

"Sr. Castro, estoy listo para disfrutar de la buena vida. Mándeme inmediatamente más información acerca de los cuatro libros que muestran cómo lograrlo: ***Esperanza***, ***El enseñó amor***, ***Ocho recursos seguros***, y el libro de cocina, ***Salud en su mesa***. Entiendo que la información es gratis y no tengo obligación de comprarlos".

Nombre _____

Dirección _____

Ciudad _____ Estado ____ (ZIP) _____

Teléfono ( ) _____

2906 EC 10 / 89