



centinela

AL SERVICIO DE LA FAMILIA, LA SALUD Y LA FE

**LIBERTAD
PARA ADORAR
A DIOS, p. 3**

**AMIGOS
INVISIBLES,
p. 6**

**EL MENSAJE
DEL
SANTUARIO,
p. 8**



**EL QUIJOTE
DE LA
MANCHA,
p. 14**



**¿POR QUE
NO QUEREMOS
HABLAR
DEL SIDA?**

escriben los lectores

LEYO EL CENTINELA EN LA CARCEL

Estando en mi celda, triste, solo, sin ánimo de nada, alguien me prestó dos números de EL CENTINELA y doy gracias a Dios por ello, ya que no sólo me ha ayudado a comprender mejor la Biblia, sino también a modificar algunas de mis creencias religiosas. Desde ese día empecé a buscar a Dios. Aunque sólo transcurrieron cuatro meses, para mí han sido los más felices de mi vida—*Beacon, Nueva Jersey.*

"ME HA ACERCADO MÁS A JESUS"

Soy mexicana y estoy de visita aquí en los Estados Unidos. Acabo de conocer EL CENTINELA y doy gracias a Dios por ello, ya que me ha ayudado a entender mejor la Biblia. Lo más importante, me ha acercado más a Jesús. Mil gracias y que Dios los llene de bendiciones—*Denver, Colorado.*

"QUIERO DEJAR DE FUMAR"

He leído por medio de la revista EL CENTINELA que miles de personas han dejado de fumar por medio de su ayuda, porque ustedes tienen un método muy eficaz. Yo quiero dejar de fumar pues es el único vicio que tengo, y le he pedido a Dios que me ayude. He hecho muchos esfuerzos y no he podido dejar el cigarrillo. Espero en Dios y en ustedes que lo voy a lograr.—*Los Angeles, California.*

El método utilizado durante décadas por la Iglesia Adventista del Séptimo Día se llama El Plan de Cinco Días para Dejar de Fumar y ha resultado en que miles de personas hayan podido abandonar el peligroso hábito. Consiste en una combinación de elementos físicos tales como cambios en la dieta y el uso de los recursos naturales, y el desarrollo de confianza en el poder divino.

Por razones de espacio y claridad, la redacción de la revista se reserva el derecho de condensar o adaptar las cartas. Se prefieren las cartas cortas que se refieren a artículos publicados en EL CENTINELA.



editorial

UN SALVADOR EFICAZ

HOY en día cualquier persona pensante siente reservas al abordar un tema abiertamente religioso. Pero si usted ha abierto esta revista y ha comenzado a leer estas letras, es probable que ya haya salvado las barreras que nos impedirían comunicarnos en el plano espiritual. En un ambiente crecientemente secular, que algunos denominan post-cristiano, incluso los temas centrales del cristianismo han sido colocados en tela de juicio. El concepto mismo de Cristo varía según la disposición de la persona a aceptar versiones parciales del Jesús de los Evangelios, o la versión completa y autorizada que reclama un lugar en nuestra mente y corazón.

Comencemos por lo básico. Yo creo que hay un mundo espiritual e invisible y un Dios que nos comprende y se interesa por nosotros. También creo, amparado en la Biblia, que necesito un Salvador. No creo que estoy en un proceso evolutivo natural que me convierta en un mejor ser humano. Fuera de mí percibo que la raza humana puede haber acumulado ciencia y conocimientos, pero todavía se debate entre el bien y el mal, y cada nueva generación tiene su dosis de guerras, problemas sociales, inmoralidad y corrupción. Dentro de mí advierto que a menudo yerro, que adquiero cargas espirituales que sólo reciben alivio gracias a la persona de Jesucristo.

¿Qué nos da Jesús?

1. **Un camino de salvación.** La iniciativa divina comienza en el momento en que Adán y Eva deciden transferir su lealtad del Creador a la serpiente. Allí mismo Dios nos dijo que no nos abandonaría a nuestra suerte. "Y pondré enemistad entre ti y la mujer—le dijo a la serpiente—, y entre tu simiente y la simiente suya; ésta te herirá en la cabeza, y tú le herirás en el calcañar".¹ Los seres humanos perdieron la unión con Dios de que gozaban cuando fueron creados, y éste ha tomado la iniciativa, por medio de su Hijo Jesucristo, la Simiente de la mujer, de proveernos toda posibilidad de restaurar la relación rota. De todos los medios que Dios ha escogido para manifestarse a los seres humanos, el más completo y excelso es el ministerio y sacrificio incomparables de Cristo.² Por eso sólo él puede decir: "Yo soy el camino, la verdad y la vida".³

2. **Perdón.** Cuando nos sentimos manchados por acciones o pensamientos impuros o egoístas, no hay método psicológico que resuelva y deshaga nuestra culpabilidad. Jesús promete lavarnos, limpiarnos y echar nuestra culpa a lo profundo del mar. En el sentido trascendente (el que nos dice que nuestras acciones juegan un efecto en el escenario del universo), Cristo es nuestro abogado que intercede por nosotros en el juzgado celestial: el santuario.⁴

3. **Nueva vida.** El perdón de Jesús nos coloca en un plano de novedad de vida, no importan cuáles hayan sido las circunstancias de nuestra experiencia pasada. "De modo que si alguno está en Cristo, nueva criatura es; las cosas viejas pasaron; he aquí todas son hechas nuevas".⁵

4. **Esperanza de salvación y vida eterna.** Jesucristo promete salvación para todo aquel que cree en él. Y en esencia, la salvación no es complicada. "Y este es el testimonio: que Dios nos ha dado vida eterna; y esta vida está en su Hijo. El que tiene al Hijo, tiene la vida; el que no tiene al Hijo de Dios no tiene la vida".⁶

5. **Amor y paz.** La evidencia interna de la presencia de Jesús en la vida no admite discusión ni condena. No hay ateo o escéptico que pueda desaprobar el influjo de amor, paz y bienestar que provee el Espíritu Santo a la vida.⁷ Nuestro Dios nos ama con amor eterno y hasta el grado de sacrificar a su propio Hijo por salvarnos y restaurarnos.⁸ Usted y yo decidimos si creemos en ese amor o lo rechazaremos con todo lo demás que Jesús puede traer a nuestra vida.

(1) Génesis 3:15. (2) Hebreos 1:1-2. (3) S. Juan 14:6. (4) Isaías 1:18; Miqueas 7:19; 1 Juan 2:1; Hebreos 4:14-16. (5) 2 Corintios 5:17. (6) 1 Juan 5:11-12. (7) Romanos 5:1. (8) Jeremías 31:3; S. Juan 3:16.

MIGUEL A. VALDIVIA

La Sra. Viviane Morales presenta el discurso académico a la clase graduanda de la Corporación Adventista en Medellín, Colombia.

VIVIANE Morales es una mujer sencilla y accesible, cuya vocación de servicio cristiano le ha permitido escalar grandes alturas. A causa de su trayectoria, la Corporación Universitaria Adventista de Medellín, Colombia, la invitó a presentar el discurso académico

Entrevista con Viviane Morales, representante ante la Cámara en Colombia.



Libertad Para Adorar a Dios

ENOC IGLESIAS

de su vigésima graduación, ocurrida el 2 de noviembre de 1997.

La Dra. Viviane Morales es representante ante la Cámara por el Distrito Capital. Obtuvo su título de abogada en el Colegio Mayor de Nuestra Señora del Rosario, y uno de magíster en Derecho Público en la antigua Facultad de Derecho de París. Desde su elección inicial en 1992 ha sido miembro de la Comisión Primera o de Asuntos Constitucionales, en donde se ha caracterizado por defender los derechos humanos, la justicia y el Estado. Uno de sus grandes

logros es la autoría del proyecto de ley sobre Libertad Religiosa y de Cultos, identificada como la Ley 133 de 1994. También ha sido asesora en la Asamblea Nacional Constituyente de 1991, viceministra de la cartera de Desarrollo, secretaria general y asesora jurídica de la misma. Actualmente también es profesora de Derecho Constitucional Colombiano, en la Universidad del Rosario, de Bogotá.

Es una cristiana comprometida con Dios y con el pueblo cristiano. Prueba de ello es que su Ley 133 ha fraccionado en dos la

historia religiosa de Colombia, con sus consecuencias en otras esferas de la vida nacional. A causa de su integridad, valor y honestidad en el trabajo parlamentario, ha sido catalogada por los medios de comunicación colombianos como una de las figuras políticas más rutilantes de los últimos años.

Enoc Iglesias: *Doctora, cuéntenos un poco: ¿cuándo nació en usted ese deseo de defender los sagrados derechos de adoración, conciencia y religión?*

Viviane Morales: Yo soy cristiana evangélica, y como tal, en una sociedad

con otras creencias y reglas que hasta 1991 favorecían a una sola colectividad religiosa y desconocían a las otras, fui sensible a esta situación. Además, por mi formación como abogada, especializada en derecho público, también soy sensible al tema de los derechos humanos. Considero que el fin del Estado es reivindicar la dignidad del hombre, y por ello he defendido los derechos humanos. Dentro de estos, uno de los principales es el de libertad religiosa, conciencia y culto. Con el cambio de Constitución en 1991, yo me involucré activamente y

fui asesora de los miembros cristianos que llegaron a la Asamblea Nacional Constituyente, y desde allí empecé a dirigir mi trabajo hacia la modificación del artículo relativo a la libertad religiosa, y además, hacia la igualdad de todas las confesiones religiosas. Este fue un giro total en la concepción del derecho constitucional colombiano, porque se había admitido antes la tolerancia, pero no la libertad religiosa.

E. I.: *Al considerar sus papeles de parlamentaria cristiana y de mujer, ¿no se le hizo difícil liderar todos estos procesos tendientes a transformar toda una ideología o manera de pensar?*

V. M.: Fue difícil porque yo no estaba dentro de ninguno de los dos partidos tradicionales, era una minoría política; era una minoría desde el punto de vista del sexo, pues en el Congreso colombiano apenas el 6 por ciento en el Senado son mujeres y en la Cámara el 11 por ciento. Y también era una persona joven, pues yo llegué al Congreso cuando tenía 29 años; era la parlamentaria más joven en la Cámara. Y hubo oposición. Se organizaron algunas marchas en la época cuando se discutía la ley. Los parlamentarios sintieron temor, en un principio, de aprobar un proyecto de ley que pensaban que iba en contra de una colectividad religiosa, pero mi labor consistió en demostrar que no iba en contra de nadie; me esforcé en demostrar que iba en favor de todos, ya que la igualdad y el reconocimiento de un derecho humano no pueden significar ir en contra de nada ni de nadie.

E. I.: *¿En algún momento quiso usted dejar a un lado su objetivo o se sintió desanimada?*

V.M.: Estoy segura de que el Señor me llevó en ese momento a la Cámara para realizar esa tarea. Y de esa convicción nacieron mi deseo y valor para no claudicar ante nada. Le quiero contar una anécdota: Cuando debía ir al último debate en el Senado era también la fecha cuando debería nacer mi segundo hijo (de

acuerdo con el médico); era el 20 de mayo de 1994, y yo fui al Congreso acompañada por mi marido. Cuál no sería mi sorpresa cuando llegó una carta en que se presentaban observaciones a todos los artículos de la ley.

E. I.: *¿Qué pensó usted entonces?*

V. M.: Yo pensé que la ley se hundiría. Me empezaron los dolores de parto y salí a la clínica desde el Congreso. Luego me pregunté: ¿Pero quién va a estar ayudando en estos días cuando no podré estar presente? Solamente interrumpí mi gestión por quince días, pero fue quizá una manifestación del Señor de que él era el dueño de esa obra. Yo sólo era un instrumento, sin mí también podía hacerlo.

E.I.: *¿Qué pasó después?*

V. M.: A los quince días de haber tenido mi bebé volví al Congreso y tuve la ocasión de estar nuevamente en el debate del Senado, que se había aplazado hasta esa fecha, y durante una semana, en unas condiciones físicas de poca resistencia, tuvimos que ejecutar una labor muy intensa para que el proyecto se aprobara antes de la fecha límite.

E. I.: *¿Cómo comparte su fe una parlamentaria cristiana en Colombia?*

V. M.: Creo que hay dos niveles: uno es el testimonio. Allí en el Congreso yo soy una persona que se ha identificado por tener una posición única, vertical y de principios, a quien no convencen con ninguna prebenda, ni con ningún ofrecimiento, y pueden saber que conmigo la palabra es sí, sí; o no, no. Ese comportamiento, diferente del de la mayoría de los que están en este campo político, es un testimonio. Y después, desde el punto de vista personal, yo procuro acercarme a los compañeros en el Congreso, pues todos atraviesan momentos difíciles, y les presento el mensaje del Señor, el mensaje del Evangelio.

E. I.: *¿Qué ha representado la Santa Biblia para usted como mujer, madre y dirigente política?*

V. M.: Lo que representa para un cristiano: La Palabra viva de Dios,

motivo de inspiración diaria, el alimento diario de la vida y una ayuda muy particular en momentos difíciles cuando hay que tomar decisiones. Como abogada busco elementos en mi formación académica y no los encuentro, pero ciertas palabras y pasajes muy claros de la Biblia me han traído luz para tomar decisiones.

E. I.: *Pensando ahora en sus proyecciones, cuáles son sus próximos objetivos?*

V. M.: Siento una vocación de servicio público. Dios me ha capacitado en esta área, y he realizado un gran esfuerzo por conocer el manejo del Estado. Bien en el Congreso, bien fuera del Congreso, espero como cristiana seguir aportándole algo importante a esta sociedad y seguir trabajando, porque yo creo que en Colombia se está necesitando muchísimo el trabajo de hombres y mujeres transformados por el Señor.

E. I.: *¿Qué consejo puede dejarles a los lectores de EL CENTINELA?*

V. M.: Estamos atravesando momentos muy difíciles, muy críticos de la humanidad, cuando hay un trastorno completo de valores, y la gente anda muy desconcertada. Piensan que hasta el cristianismo ha pasado de moda; sin embargo, yo creo que lo único que le va a permitir a la sociedad caminar rumbo al futuro será volver los ojos hacia los valores cristianos. Definitivamente no hay nada que pueda fortalecer a una sociedad y llevarla al desarrollo como asentarse sobre los principios cristianos; ha sido así en el tránsito de la humanidad.

E. I.: Gracias, doctora Morales, por concedernos esta entrevista. Que Dios la siga apoyando como una mujer de temple y empuje en estas nobles causas, pues Dios requiere ciudadanos que defiendan sus valores y principios, y que le adoren como él lo merece. 

• El autor es decano académico de la Corporación Universitaria Adventista en Medellín, Colombia, y colabora frecuentemente con EL CENTINELA.

Nuestra misión es exaltar a Jesucristo como el Salvador de la humanidad y el Rey que pronto vendrá, mediante la exposición de las verdades eternas de las Sagradas Escrituras.

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

Gerente General: Dr. Robert E. Kyte
Director: Dr. Miguel A. Valdivia
Redactor: Dr. Armando Juárez
Diagramador: Enrique O. Fuentealba
Lector de Pruebas: Alfredo Campechano
Director de Promoción: Saúl Agosto, M. Div.
Circulación: Warren Riter
Interamérica: Lic. Antonio Torres
Secretaría Editorial: Sara Taylor
Edición en Francés: Daniella Ducret

Corresponsales:

América Central: Lucindo Murillo

Canadá: Victor Schulz

Colombia: Jaime Piña

Estados Unidos: Eradio Alonso, Eddie Canales, Ernesto Castillo, Luis Leonor, Rafael Orduño, Frank Ottati, Francisco Ramos, Jorge Soria, Manuel Vásquez

Puerto Rico: Francisco J. Vega

Rep. Dominicana: Silvestre González

Venezuela y Antillas: Saúl Llanes

Suscripción anual, dólares 11,49. Número suelto, \$1,50. Agregar tres dólares para el franqueo de suscripciones enviados 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.

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 5353, Nampa, Idaho 83653-5353. **GUATEMALA:** Apartado 218, C. de Guatemala. **HONDURAS:** Apartado 121, Tegucigalpa. **MEXICO:** Apartado 18-813, México 18, D. F. **NICARAGUA:** Apartado 92, Managua. **PANAMA:** Apartado 10131, Panamá 4. **PUERTO RICO:**

Este: P.O. Box 29176, 65th Infantry Station, Rio Piedras, Puerto Rico 00929. Oeste: P.O. Box 1629, Mayaguez, 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 5353, Nampa, Idaho 83653-5353, o llamar por TEL a: 1-800-545-2449.

A menos que se lo indique de otra manera, las citas bíblicas han sido tomadas de la Versión Reina-Valera, revisión de 1960.

PORTADA: PHOTODISC

INTER-AMERICAN D.P. ASSOCIATION
18-90 N.W. 95 AVENUE
MIAMI FLORIDA

WWW.PACIFICPRESS.COM

Copyright © 1998, by
Pacific Press® Publishing Association

señales

DE LOS TIEMPOS

PARA USTED QUE QUIERE DEJAR DE FUMAR

La Administración de Drogas y Alimentos de los Estados Unidos, en el mes de julio de 1997, aprobó el uso de la sustancia *bupropion* para ayudar a las personas que desean abandonar el hábito de fumar. Esto es el resultado de las inves-

tigaciones hechas por Linda Ferry, doctora adventista del séptimo



día, de la Universidad Loma Linda en California. Cerca de 420.000 personas mueren anualmente en Estados Unidos por causa del tabaco. Con esta nueva droga, se podría ayudar a salvar la vida a unas 300.000 personas que dejen de fumar (*Christianity Today*, 2 de marzo de 1998, p. 74).

BETTY BLUE

LOS ASTEROIDES Y EL FIN DEL MUNDO

Por una semana los científicos y periodistas fueron impactados con el anuncio que el 26 de octubre de 2028, el asteroide XF 11, impactaría la tierra. Por su tamaño, el impacto de dicho asteroide sobre la superficie terrestre sería de tales consecuencias que pondría en peligro la existencia humana en el planeta. Sin embargo, cálculos posteriores indicaron que la trayectoria del asteroide era más lejana, dejando a la tierra fuera de peligro. Este asteroide no es el único de los clasificados como potencialmente peligrosos, hay 108 asteroides detectados, que por diferentes causas pueden estrellarse con la tierra, causar daños catastróficos y poner en peligro aun la existencia humana en el planeta (*Newsweek*, 23 de marzo de 1998, pp. 52-54).

LEY DE LA EUTANASIA CONFIRMADA

El 60 por ciento de los ciudadanos del Estado de Oregon, en Estados Unidos de Norteamérica, confirmaron con su voto la ley estatal de suicidio asistido emitida en 1994. Esto convierte al Estado de Oregon en el primero en la nación en permitir el suicidio asistido por un médico. Esta ley permite a los doctores prescribir dosis letales de barbitúricos a pacientes que hayan sido certificados por dos médicos de que tienen menos de 6 meses de vida (*Moody*, enero-febrero de 1998, p. 37).

VIDA DESPUES DE LA MUERTE

El 81 por ciento de los norteamericanos dice creer en la vida después de la muerte. Desde principios del siglo, según los registros, esta creencia ha crecido entre los católicos, judíos y no creyentes, según los resultados de una encuesta realizada por un sociólogo de la Universidad de Chicago. En 15 encuestas realizadas entre 1973 y 1994, se les preguntó a más de 19.000 adultos en toda la nación: "¿Cree usted en la vida después de la muerte?" Los encuestados respondieron afirmativamente según los siguientes porcentajes:

	Antes	Ahora
Protestantes	80	80
Católicos:	65	84
Judíos:	22	40
Sin afiliación religiosa	31	50

(*Moody*, enero-febrero, 1998, p. 37)

*Lily Ana
contempla
horrorizada cómo
se desploma
el alerón bajo
el cual se
resguardaba
segundos antes.*



JUSTINEN CREATIVE GROUP

SAMUEL
RODRIGUEZ
HERNANDEZ

Amigos Invisibles

UNA de las cosas que más recuerdo de la casa de mi abuelita materna es un calendario que tenía colgado en la pared de su recámara. Tenía una ilustración en la que aparecía un hermoso ángel cuidando a dos niños que cruzaban un puente a punto de derrumbarse sobre un caudaloso río, en una noche tormentosa. Muchas personas y en especial los jóvenes de hoy, son escépticas en cuanto a la existencia de los ángeles y su intervención para cuidarnos en determinados

momentos. En lo personal, me gusta pensar en ellos como seres que me protegen constantemente de peligros que ni siquiera alcanzo a percibir.

La sabiduría popular ha acuñado la expresión “el ángel de la guarda”, para referirse a ese ser invisible que vela nuestros pasos diariamente. Contrario a la creencia general de que los ángeles se aparecen como seres luminosos, avasalladores y superpoderosos, o seres alados acompañados de una música de arpas celestiales, me inclino a creer

que se presentan mayormente como seres humanos comunes y corrientes, cuya presencia o desaparición misteriosa, difícilmente se puede explicar. Quiero compartir con ustedes la historia de Lily Ana, una joven que ha tenido dos experiencias en las cuales la intervención de los ángeles ha sido manifiesta.

Lily terminó recientemente de estudiar odontología. Forma parte de una familia cristiana que vive en Monterrey, México. Su papá, Manuel, es médico; Anita, su mamá, odontólo-

ga; su hermana mayor, Silvia, es diseñadora gráfica, y su hermano menor, Manolo, estudia todavía. Lily ha sido siempre muy activa. Le gustan el ejercicio aeróbico y la natación; además es pianista en su congregación religiosa. El 12 de junio de 1991 Lily acudió como de costumbre a su entrenamiento de natación en el Centro de Seguridad Social N.º 1.

A la 1:30 p.m., cuando terminó el entrenamiento, decidió caminar unas siete cuadras para tomar un solo autobús que la llevara de

regreso a su casa. En pocos minutos llegó al cruce de las calles Hidalgo y Pino Suárez, en donde decenas de personas esperaban el transporte urbano que las condujera a sus respectivos barrios. El calor era intenso y varias personas se resguardaban del sol bajo una saliente de concreto de aproximadamente metro y medio, parte del techo de una oficina bancaria.

Lily observó a la gente que esperaba y en especial a una señora con una bebé en brazos. Acarició la mejilla de la nena y decidió esperar allí su autobús. En aquel momento escuchó una voz que la llamaba con mucho respeto: "Señorita Lily, señorita Lily", decía con insistencia. Volteó hacia donde se escuchaba la voz y en contraesquina observó a un hombre maduro, bien vestido, que le indicaba amablemente: "Tome el autobús en la siguiente parada". Al mismo tiempo, el misterioso hombre señalaba con su mano la esquina que estaba hacia el sur. Por unos segundos Lily vaciló. ¿Por qué habría de hacerle caso a aquel desconocido y caminar cien metros hasta la siguiente parada, si con sólo cruzar la calle podía tomar su autobús?

Vio nuevamente al hombre, pero ya no escuchó su voz, sólo el ademán enfático que le señalaba la siguiente esquina. Su mirada no era común, era una mirada llena de simpatía y de bondad. Así que por alguna extraña razón decidió hacerle caso y comenzó a caminar hacia el lugar que le indicaba. Apenas había recorrido unos treinta me-

tros cuando escuchó un terrible estruendo a sus espaldas. La loza de concreto debajo de la cual se protegía del sol unos segundos antes, se había derrumbado, aplastando a una docena de personas, entre ellas a la mujer y su pequeña.

El polvo y los gritos de los atrapados hacían una mezcla de espanto. Apenas se repuso del impacto emocional, Lily buscó al hombre que la había salvado alejándola del lugar de la tragedia, pero ya no estaba. Quiso regresar para buscarlo, pero recuerda que a pesar de que intentaba caminar de prisa, no avanzaba. En pocos minutos las sirenas de las ambulancias, los gritos de los heridos, de los que prestaban auxilio, y el tropel de los curiosos, hicieron insoportable el lugar.

Lily caminó aturdida y una cuadra más adelante tomó el autobús que había sido desviado de su ruta original. Al llegar a casa contó a sus padres lo sucedido y juntos oraron. Nadie tenía dudas al respecto; Dios había enviado a un ángel para salvarla de morir aplastada por aquella loza de concreto. Posteriormente se confirmaría la muerte de la mujer y su bebé.

■ UNA SEGUNDA INTERVENCION

Casi un año después, el 20 de mayo de 1992, Lily sería objeto de otra intervención extraordinaria en su favor. Después de celebrar un sencillo convivio en su casa, en la Colonia Florida, se hizo acompañar de un amigo, llamado Ricardo, para llevar a su hermana Silvia a la casa de

su abuela paterna en la Colonia Independencia. De regreso transitaban en su automóvil Nissan por la calle Libertad, de poniente a oriente, a las 8:30 p.m. cuando el conductor distraído de una camioneta se pasó un alto y los impactó directamente por el costado del acompañante. Todo fue muy confuso, pero Lily recuerda que vio a Ricardo hacer un movimiento instintivo para cubrirse la cara e inclinarse hacia ella. En seguida vio el destello de las luces y sintió el impacto y los giros que el automóvil dio antes de volcarse.

Un golpe en la cabeza le hizo perder la visión durante algunos instantes que le parecieron eternos. En su aturdimiento escuchó que una persona comentaba que dentro del auto había una joven muerta. Aproximadamente a las 9:40 p. m. llegaron los servicios de auxilio y comenzaron a forzar una puerta para sacarla del carro que había quedado de costado. Un paramédico le puso una mascarilla de oxígeno y la instó a que respirara, a la vez que le hacía unas preguntas que no pudo contestar. Lily y Ricardo fueron trasladados inmediatamente al Hospital Universitario, pues él tenía heridas serias y ella no recuperaba el conocimiento totalmente. Lily fue dada de alta unas horas después, pero Ricardo tuvo que permanecer hospitalizado, pues sufrió una herida en el ojo izquierdo —que ameritó 14 puntadas— y varios otros golpes.

Mientras tanto, algo inexplicable sucedió. Como a las 9, antes de que Lily y su acompañante recibieran

auxilio y pudieran dar algún dato para localizar a sus familiares, un hombre adulto se presentó en su casa. Este personaje le dijo a su hermano, que en ese momento se encontraba solo, lo que había sucedido y en qué hospital podrían encontrar a Lily y a su amigo que estaban siendo atendidos. Antes de retirarse, el desconocido aseguró que ambos estaban bien. Aquel extraño, según se supo después, llegó en un auto antiguo, muy grande, y sólo se identificó como amigo de la familia, pero... nunca volvió o llamó, como era de esperarse, para enterarse del estado de salud de los accidentados.

¿Quién pudo saber, antes de que sucedieran los hechos, a qué hospital serían llevados y que estarían a salvo?

Actualmente Lily hace estudios de especialización, pero está segura de que si los ángeles no la hubiesen protegido en esos momentos cruciales, tal vez ni hubiera terminado su carrera. La Biblia dice que "el ángel de Jehová acampa en derredor de los que le temen y los defiende" (Salmo 34:7). Lily está segura de que eso es cierto, y yo también. Creo que millones de ángeles están listos en todo momento para obedecer una orden divina y proteger a aquellos que demandamos su ayuda. Quizá no los veamos, pero allí están. 

• El autor está completando una maestría en Psicopedagogía y otra en Relaciones Familiares. Es periodista y actualmente funge como Jefe de Asignatura en la Secretaría de Educación del Estado de Nuevo León, México.

ANGEL
MANUEL
RODRIGUEZ

El Mensaje del Santuario

A UN recuerdo cuando un niño de siete años me preguntara, “¿dónde vive Dios?” La pregunta persiste en mi mente. Jesús les dijo a los discípulos, “En la casa de mi Padre muchas moradas hay”.¹ Dios tiene su residencia en algún lugar del universo. A ese lugar del universo se lo llama santuario.

■ EL TEMPLO DE DIOS EN LOS CIELOS

El salmista declara, “Jehová está en su santo templo; Jehová tiene en el cielo su trono”.² El verdadero templo de Dios y su trono se encuentran en el cielo. San Juan distingue ese templo celestial de cualquier otro al decir, “Entonces el templo de Dios, el que está en el cielo, fue abierto” (traducción literal de Apocalipsis 11:19; cf. 15:5). También se le conoce como “el verdadero tabernáculo que levantó el Señor y no el hombre”.³ En la construcción de ese templo, el ser humano no estuvo involucrado.

Es necesario señalar que aunque el Creador del inmenso universo no es parte de éste, sí escogió voluntariamente morar entre sus criaturas. La realidad es que “los cielos de los cielos no pueden contener a Dios”.⁴ Es por lo tanto un acto de condescendencia divina el establecer su templo y su trono en los cielos para así hacerse accesible a los seres inteligentes que trajera a la existencia. A ese santuario se dirigen los ángeles para rendir culto a Dios,⁵ y es allí que los “hijos de Dios” se

reúnen con él.⁶ De la naturaleza de ese templo celestial la Biblia no nos informa y no es necesario especular. Tristemente, la raza humana, al rebelarse contra Dios, quedó privada de un

acceso directo y personal al templo celestial. Sin embargo, la comunicación entre el cielo y la tierra se preservó por medio de instrumentos especiales que Dios levantara entre los humanos: los profetas. En su bondad Dios decidió tener también en la tierra una miniatura del templo celestial para así morar entre su pueblo, Israel.

■ EL SANTUARIO TERRENAL

Un día, en la aridez del desierto del Sinaí, Dios le habló a su pueblo y le dijo: “Y me harán un santuario y habitaré entre ellos”.⁷ Este santuario ilustraría la obra que se realiza en el santuario celestial a favor del ser humano y en particular la obra redentora de nuestro Señor Jesucristo. Dios dio instrucciones específicas sobre la construcción y la función de este santuario terrenal. A fin de entender su estructura y simbolismo, lo invito a acompañarme en una excursión por el santuario israelita. Yo seré su guía.

El atrio

Nos encontramos frente a la puerta que da acceso al patio del santuario. Reverentemente pasamos por ella y nos ubicamos frente a un gran altar usado para ofrecer sacrificios a Dios.⁸ Por medio de esos sacrificios —le explico— los pecados les eran

perdonados a los que se habían arrepentido, y la víctima, usualmente un corderito, era quemada sobre el altar.

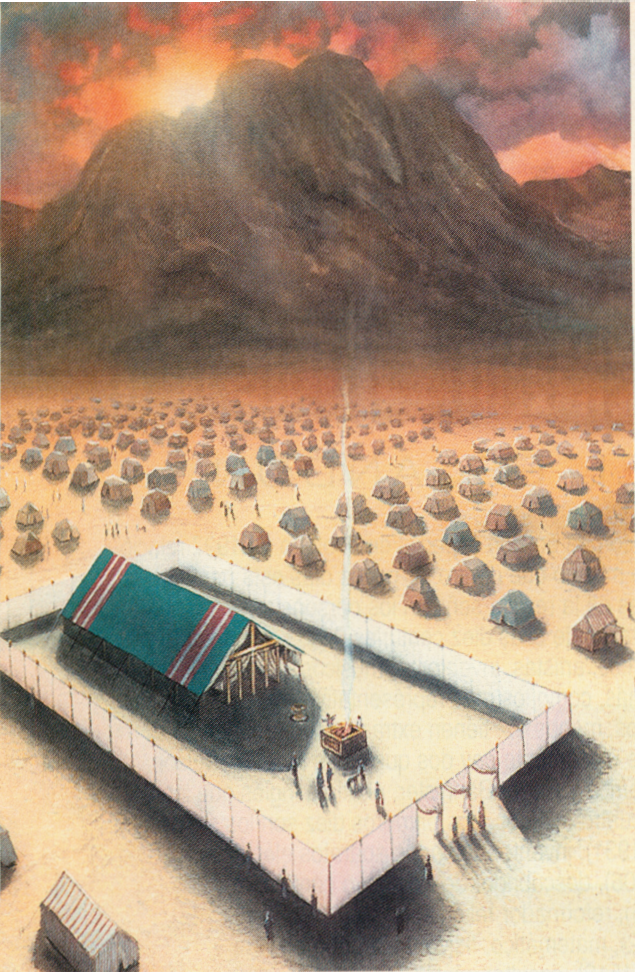
Quizá se pregunte, ¿cuál era el significado de ese altar? De esa manera —contesto— se ilustraba la muerte de Jesús en la cruz. Allí dio su vida por nosotros llevando sobre sí, como Cordero de Dios, nuestro pecado.⁹ Reflexionamos unos momentos en silencio sobre el inmenso sacrificio del Hijo de Dios por nosotros y lentamente pasamos frente al altar. Al hacerlo, observamos que hacia nuestra derecha se encuentra ubicada una fuente de agua.¹⁰ Antes que el sacerdote tuviese acceso a Dios en el santuario era necesario que lavara su cuerpo. ¿Crees saber el significado simbólico de esa fuente? Representaba el bautismo.¹¹ Aquel que ha reconocido que Cristo es el Cordero de Dios que entregó su vida por nosotros se unirá en forma permanente a él por medio del bautismo. ¿Entiende ahora su importancia? El bautismo no sólo nos separa del pecado, sino que nos une a Cristo.¹²

Por favor, sígame. Si levanta la vista verá la puerta de entrada al santuario. Debo informarle que el santuario consiste de apartamentos separados por una hermosa cortina o velo de lino adornado con diseños de querubines.¹³

El lugar santo

Una cortina cubre la entrada al primer apartamento, llamado lugar santo. Al levantar la cortina y pasar a su interior quedamos sobrecogidos





por su belleza y brillantez. Le impresionan el brillo de las paredes y le informo que ellas están cubiertas de una capa fina de oro puro que refleja la luz proyectada por un hermoso candelabro ubicado hacia el centro de la pared, a nuestra izquierda.¹⁴ No podemos ni siquiera imaginar la gloriosa luz de la presencia de Dios que debe inundar el templo celestial.

—¿Se anima —le pregunto— a interpretar el simbolismo del candelabro? ¿No? He aquí una interpretación. Cristo es la luz del mundo y él, por medio del Espíritu Santo, ilumina nuestros corazones con la hermosura del Evangelio y nos renueva.¹⁵ La luz de la verdad de su Palabra se convierte en guía de nuestras vidas.¹⁶

Frente al candelabro, en la pared opuesta, hay una mesa con panes.¹⁷ No le resulta difícil ver allí una ilustración de la obra de Cristo. El es el pan de vida que descendió del cielo para darnos acceso a la fuente de vida, a Dios.¹⁸ Debo indicarle que ese alimento espiritual continúa a nuestra disposición en el estudio de

la Palabra de Dios que es pan y vida.¹⁹

Hay en el lugar santo un tercer mueble colocado frente a la cortina que separa los dos cuartos y cuya función parece desconocer. Es un pequeño altar de incienso cubierto de oro.²⁰ Sobre él se quema el incienso que envuelve el templo y los que entran a él en una agradable fragancia. Esa fragancia es símbolo de los méritos de Cristo.²¹ Nosotros no tenemos méritos para acercarnos a Dios, pero podemos hacerlo por medio de Cristo, pues ante el Padre él nos envuelve en la fragancia de sus méritos y nos hace aceptables. La nube de incienso representa también las oraciones del pueblo de Dios que se elevan

envueltas en la fragancia de Jesús.²²

Puedo notar que está un tanto ansioso por entrar al lugar santísimo. No lo haré esperar más. Pasemos.

Lugar santísimo

Este contiene un sólo mueble. Se le llama el arca: una pequeña caja enchapada en oro que tiene dos querubines de oro macizo sobre su cubierta.²³ Es allí que la luz de la presencia de Dios se revela a su pueblo. ¿Sabe que este mueble representa el trono de Dios en el templo celestial?²⁴ Los querubines representan las huestes celestiales. Hay algo dentro del arca que no podemos ver pues está cerrada. Son las tablas de los Diez Mandamientos, la ley de Dios que es norma de su gobierno y juicio.²⁵ Le interesará saber que la cubierta se llama “lugar de misericordia” o propiciatorio.²⁶ Puede ver aquí una hermosa combinación de la justicia de la ley y la gracia perdonadora de Dios.

Nos hemos movido de la muerte de Cristo en la cruz que nos justifica (el altar) y nos limpia de pecado (la fuente), a la nueva vida de santifica-

ción en la que somos nutridos por el pan y fortificados por la luz de la Palabra de Dios, y mantenemos comunión con Dios por medio de los méritos de Cristo. Lo próximo será nuestra glorificación en el momento de la venida de Cristo cuando estaremos literalmente frente al trono de Dios (el arca) en el templo celestial.

■ LA OBRA REALIZADA EN EL TEMPLO DE DIOS

En el santuario israelita los sacerdotes realizaban dos tipos de servicios que representaban la obra que Cristo está haciendo ahora por nosotros en el santuario celestial. El primero era el servicio diario, que consistía en la obra de mediación a favor del pueblo y del individuo que el sacerdote realizaba continuamente en el lugar santo. El era el mediador entre Dios y el pecador arrepentido. De igual manera Jesús ascendió a los cielos y vive ahora para interceder a favor nuestro en el santuario celestial.²⁷ Dios determinó que todas sus bendiciones nos alcanzarían única y exclusivamente a través de Jesús.²⁸ Por medio de él y por la fe tenemos ahora mismo acceso al santuario celestial.²⁹

La eficacia presente de la cruz está estrechamente unida a la obra mediadora de Jesús en el santuario celestial. Su muerte en la cruz es la única garantía de que si nos arrepentimos de nuestros pecados, seremos declarados justos delante de Dios, en

Para conocer mejor la Palabra de Dios

El Santuario en la Biblia

1. ¿Cómo llama la Biblia al santuario que Moisés construyó? (Hebreos 9:23-24).
2. ¿Habla la Biblia específicamente de un santuario celestial? (Apocalipsis 11:19; 15:5).
3. ¿En base a qué sacrificio es purificado el santuario celestial? (Hebreos 9:22-23).
4. ¿Cuál es la función de Cristo en el Santuario Celestial? (Hebreos 7:25; 8:6).
5. Al final de Su obra expiatoria en el Santuario Celestial, ¿a qué vendrá Jesús por segunda vez? (Hebreos 9:28).

el santuario celestial. Ese perdón nos es dado gratuitamente por el Padre a través de Jesús. Si se siente sólo y cargado de culpabilidad o dolor debo decirle que tiene un amigo ante el Padre en el templo celestial y por medio de él puede obtener perdón y paz.

En el santuario israelita el sacerdote realizaba también un servicio anual especial. Durante ese día Dios juzgaba a su pueblo. Los evaluaba a fin de ver quiénes habían estado dependiendo continuamente de su gracia perdonadora y descansando en él.³⁰ Aquellos que abandonaron al Señor eran quitados de su pueblo.³¹ Ese día el pecado era sacado del santuario y del campamento israelita.

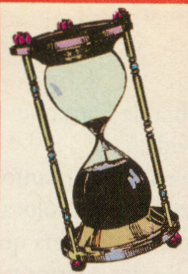
La limpieza del pecado que se realizaba todos los días en el ministerio diario llegaba a su consumación ahora, al final del año. Esa obra de juicio y limpieza final era una representación de la obra de Cristo en el santuario celestial que culminará en la purificación final de su pueblo y del universo.³² Esa obra de juicio ya se ha iniciado, pero el cristiano no tiene temor alguno pues depende exclusivamente de su Mediador delante del Padre.

Una vez que Cristo concluya su obra en el santuario celestial regresará por segunda vez a salvar a su pueblo que le espera.³³

(1) S. Juan 14:2. (2) Salmo 11:4. (3) Hebreos 8:2. (4) 1 Reyes 8:27. (5) Salmo 103:19-22. (6) Job 1:6. (7) Exodo 25:8 NRV 1990. (8) Exodo 27:1. (9) S. Juan 1:29. (10) Exodo 38:8. (11) Tito 3:5. (12) Romanos 6:3-4. (13) Exodo 26:31-33. (14) Exodo 26:29; 25:31. (15) S. Juan 1:9. (16) Salmo 119:105. (17) Exodo 25:23. (18) S. Juan 6:35. (19) S. Juan 6:63. (20) Exodo 30:1. (21) Efesios 5:2; 2 Corintios 2:14. (22) Apocalipsis 8:3-4. (23) Exodo 25:10-22. (24) Salmo 80:1; 1 Crónicas 28:2. (25) Exodo 20; Santiago 2:12. (26) Exodo 25:21. (27) Hebreos 7:25. (28) Efesios 1:3. (29) Hebreos 10:19-22. (30) Levítico 23:27-28. (31) Levítico 23:29-30. (32) Daniel 8:14; Hebreos 9:23. (33) Hebreos 9:28.



El autor es un erudito bíblico de la Iglesia Adventista del Séptimo Día a nivel mundial. Posee un doctorado en Teología y ha escrito varios libros y decenas de artículos en su área de especialidad.



apuntes DEL MILENIO

EL SEGUNDO MILENIO – (1001-2000)

RAFAEL ESCANDON

LA REVISTA *Life* publicó una edición especial en el otoño de 1997 relacionada con el segundo milenio que dentro de pocos días está para expirar. Entre otras cosas, los editores de la revista señalan los personajes más sobresalientes que han desfilado a través de esas diez centurias. Han seleccionado a los mejores científicos, gobernantes, artistas, inventores, músicos, poetas, filósofos, religiosos, pintores, y otros más, como los más representativos de este milenio. Es interesante notar que todos, menos 17, tienen extracto europeo, que sólo aparecen diez mujeres, y que únicamente hay dos que viven todavía: Nelson Mandela, presidente de Sudáfrica y Roger Bannister, el atleta inglés que logró correr la milla en menos de cuatro minutos. Los primeros diez son los siguientes:

1. Tomás A. Edison (1847-1931), inventor de varios aparatos eléctricos.
2. Cristóbal Colón (1451-1506), descubridor de un nuevo continente.
3. Martín Lutero (1483-1546), reformador religioso.
4. Galileo Galilei (1564-1642), matemático, físico y astrónomo.
5. Leonardo de Vinci (1452-1519), escultor, pintor, ingeniero.
6. Isaac Newton (1642-1727), matemático, físico y astrónomo.
7. Fernando de Magallanes (1480-1521), navegante.
8. Luis Pasteur (1822-1895), químico.
9. Carlos R. Darwin (1809-1882), naturalista y fisiólogo.
10. Tomás Jefferson (1743-1826), estadista y presidente.

Tomás A. Edison aparece como el primero en la lista de los más importantes personajes del siglo, porque por causa de él el milenio va a terminar lleno de radiante luz, en vez de esa cruenta oscuridad que cubría la tierra cuando comenzó. En el año 1879, este inventor le entregó a la humanidad la facultad de producir luz sin recurrir al fuego, cuando inventó la lámpara incandescente. Se dice que la noche después de su funeral, el pueblo americano apagó las luces en honor a ese hombre que ha iluminado al mundo.

LA LUZ VERDADERA

En ese artículo se les olvidó mencionar a los editores de la revista que el mundo ha estado iluminado desde hace veinte siglos. El advenimiento de Cristo ha sido el acontecimiento más glorioso de la historia de la humanidad. Es cierto que nació en un humilde pesebre, pero esa misma estrella que iluminó la ruta de los reyes de Oriente irradia también en la vida de sus seguidores.

El escritor Frank Hanly, refiriéndose a Jesús como la inspiración de todos, manifestó lo siguiente: "Aquí lo tenemos, un carpintero de Galilea. No a un médico, sino la medicina de todas las enfermedades que azotan a la humanidad. No a un abogado, sino el expositor de los principios elementales de todas las leyes. No a un escritor, sino el inspirador de toda la literatura universal. No a un poeta o a un músico, sino el alma y el numen de toda la música y la poesía. No a un artista, sino al gran inspirador de todos los maestros y los compositores a través de las edades. No a un estadista, sino al fundador de todas las culturas y de todos los gobiernos. No a un arquitecto, sino al forjador de caracteres a través de la historia de la raza humana".

¿SUFRE USTED DE CÁLCULOS RENALES?

HERNANDO MERCADO GARCIA

UNA de las cosas más terribles para nosotros como humanos es el dolor. Nadie lo desea. Ni siquiera un dolor de muelas. Un profesor nos decía, cuando éramos estudiantes, que en Medicina había tres dolores. El primero, el del infarto al miocardio, el más fuerte que existe, fuerte, incapacitante, punzante u opresivo, que atraviesa el tórax de adelante hacia atrás; el segundo, el de la pancreatitis, que se alivia con la famosa posición mahometana, arrodillado e inclinado hacia adelante. Y, el tercero, el dolor del cálculo renal, lo más parecido a un dolor de parto en el hombre. Yo he sufrido varios dolores, incluyendo el del cálculo renal, y puedo decirle que el profesor tenía razón en cuanto a éste.

Los cálculos renales también reciben el nombre de litiasis renal. Son formaciones sólidas que el cuerpo en un momento determinado toma como extrañas y trata de expulsarlas, originándose así el dolor. Se estima que de cien personas, de una a tres sufren de ellos. Son un poco más frecuentes en hombres que en mujeres y en el 50 al 80 por ciento de los casos, tienden a repetir. Hay muchos factores que predisponen a esta enfermedad: heredados, metabólicos y endocrinos. Pero algo importante es que el 80 por ciento de estos cálculos tienen un núcleo de calcio, ya sea en forma de oxalato o fosfato cálcico. La forma de oxalato es la más frecuente, por lo que la reducción de las dietas ricas en purinas (carne roja) es recomendable, ya que el oxalato es un derivado de las purinas.

Algunas personas forman sus cálculos de calcio sin tener ningún problema metabólico y se conoce como hipercalcemia idiopática. En términos generales, la hipercalcemia, o sea, el exceso de calcio en la orina, puede deberse a aumento en la absorción del mismo, aumento en la reabsorción ósea, o a una disminución renal de la reabsorción de calcio y fósforo.

¿Qué síntomas tiene una persona con cálculos renales? A veces no hay síntomas, pero en la mayoría de los casos el principal síntoma es el dolor. Puede irradiarse a genitales; no hay posición que lo alivie; el paciente se mueve a uno y otro lado; camina, se sienta, se levanta, se acuesta, corre, no está en una posición fija; y hay otros síntomas como náuseas, vómi



Coma frutas: éstas ayudan a prevenir los cálculos.

tos, palidez, frialdad, sudoración y presión baja. También puede aparecer disuria (ardor al orinar), poliuria (orinar frecuentemente y poco) y hematuria (orina con sangre). Esto último es lo que puede predisponer a infección urinaria, ya que el cálculo al bajar lesiona la vía urinaria y origina sangrado, el cual es un excelente medio de cultivo que puede dar lugar a la sobreinfección. Esta es una enfermedad que necesita intervención médica inmediata.

Aunque más de un 90 por ciento de los cálculos se eliminan solos, los que quedan, si son muy grandes, pueden dañar su riñón.

He aquí algunas sugerencias importantes para ayudar a eliminarlos o prevenirlos:

1. Tome abundante agua. Esto es básico. La recomendación en una persona sana, sin cálculos, es que ingiera de 6 a 8 vasos al día. Entre más tome agua, más eliminará el riñón y habrá oportunidad de que arrastre con la orina el cálculo y la sangre originada por éste.

2. Tome abundante vitamina C, la cual hace orinar más y predispone a una orina ácida, lo que evita de por sí la proliferación bacteriana.

3. Es prudente disminuir los productos lácteos para evitar el suministro abundante de calcio, y las carnes para evitar el suministro de los oxalatos.

4. Consuma abundantes frutas, verduras, granos, legumbres, los cuales pueden reemplazar la carne y no le son perjudiciales.

5. Su médico le podrá prescribir algunas drogas, como los antibióticos, las cuales son importantes para el tratamiento. Hay también métodos no invasivos para desbaratar los cálculos grandes. Cada caso debe evaluarse aparte.

6. Tenga confianza en Dios. Hemos tenido pacientes con cálculos grandísimos y han terminado bien su tratamiento, sin complicaciones, gracias a la oración.

El autor es doctor en Medicina y Director del Departamento de Salud y Temperancia de la Iglesia Adventista en Barranquilla, Colombia. Colabora frecuentemente con EL CENTINELA.

¿POR QUE NO QUEREMOS HABLAR SOBRE EL SIDA?

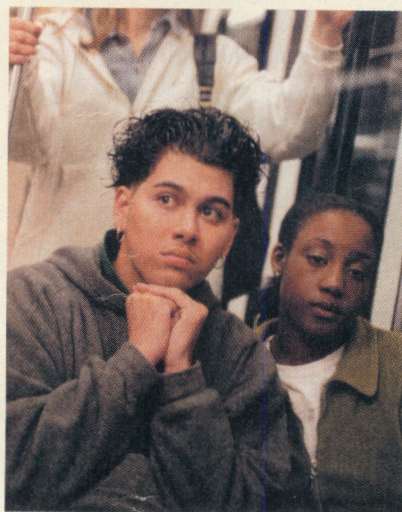
EN mi experiencia profesional como consejero, es lamentable ver cómo algunas personas han llegado a morir de SIDA por la sola razón de no querer hablar sobre el tema.

Las personas tienen miedo porque existen razones genuinas para temer al SIDA. Es común asociar al SIDA con la muerte. En este contexto, es fácil mirar al SIDA como un recordatorio gráfico de la terrible fragilidad que posee toda vida en esta tierra. El problema con el miedo es que se necesita reconocerlo y aceptarlo, en lugar de seguir huyendo de él. Y el único antídoto contra el temor es la información verdadera.

■ EMOCIONES NEGATIVAS

Toda persona responsable debiera informarse sobre el SIDA. Manténgase al tanto de los conocimientos médicos, psicológicos y de lo que enseñan los estudios científicos sobre el SIDA. En las congregaciones de creyentes, los pastores, sacerdotes o rabinos debieran facilitar la transmisión de información exacta sobre el tema, ya que la verdad es lo único que nos puede hacer libres.

La ira, el temor y la incertidumbre son algunas de las actitudes espontáneas que embargan a muchos cuando este tema del SIDA tiene que ser confrontado. Estas emociones negativas pueden causar una infección espiritual que hace más difícil la tarea de educación y prevención. Aunque muchos de nosotros no hayamos sido expuestos al virus del SIDA, ya existía en nuestros cuerpos otro virus que afecta nuestras actitudes. Pablo se refirió a esto en su epístola a los Romanos cuando dijo: "Y yo sé que en mí, esto es, en mi carne, no mora el bien; porque el querer el bien está en mí, pero no el hacerlo. Porque no



hago el bien que quiero, sino el mal que no quiero, eso hago: ¡Miserable de mí! ¿quién me librará de este cuerpo de muerte?"

En último análisis, el pecado en nuestros cuerpos no tiene que ver con tener SIDA o no, sino con la actitud con la que enfrentamos este mal que afecta a todas las esferas de nuestra sociedad. ¿Por qué no queremos hablar sobre el SIDA? La ignorancia en cuanto al tema es peligrosa. Esta es una pregunta que cada cristiano tiene que contestar. Una persona infectada, que no reciba tratamiento, va a morir, pero una persona que no se asesora propiamente de los peligros también corre riesgos.

■ ¿A QUIEN CULPAMOS?

No hablamos del SIDA muchas veces por causa de nuestra frustración o ira. El más mínimo presentimiento de que alguno de nuestros hijos o hijas pudiera ser la siguiente víctima de

esta aflicción, nos enfurecería. Esta ira latente suele ventilarse contra aquellos que ya son vulnerables a la enfermedad, como si ellos fueran los causantes de la misma. Los homosexuales, los drogadictos y otros que combaten este mal son muchas veces nuestras víctimas, no por los actos que cometamos contra ellos, sino por los actos que conscientemente omitimos.

Nuestra ira se expresa en la falta de compasión, en la falta de ayuda y apoyo, en la falta de misericordia y perdón. Cada cristiano necesita orar y meditar sobre sus sentimientos respecto a las personas con SIDA y a otras personas con alto riesgo de contagio. También oremos por aquellos que están batallando contra la enfermedad.

La incertidumbre es otro sentimiento contra el cuál es muy difícil lidiar, porque éste constantemente sacude nuestro sentido de seguridad y control sobre las cosas que poseemos. Este no es un sentimiento del cual se puede huir, sino que se aprende a vivir con él. La persona que sabe que tiene SIDA tiene que aprender a tolerar su propia fragilidad; tiene que conocer su vulnerabilidad. Pero la persona que no tiene SIDA, también necesita luchar con sentimientos de impotencia, al no poder apoyar o ayudar a las personas que más nos necesitan.

■ ESPERANZA DE UN MEJOR FUTURO

Muchas veces, cuando he tenido que sentarme en el consultorio de un

PHOTODISC

médico y estar al lado de éste cuando le informa a un paciente que tiene SIDA, noto la incertidumbre, el desánimo y la tristeza que consumen al individuo que recibe estas noticias. La única manera en que la persona puede encontrar esperanza es conociendo que Cristo nunca la abandonará. No importa cuál sea su condición o situación. Esta solución cristocéntrica está disponible para todos nosotros. Quizá esta solución no pueda eliminar del todo el sufrimiento o la incertidumbre, pero puede darnos la esperanza de un mejor futuro.²

¿Por qué no queremos hablar sobre el SIDA? Me parece que la razón básica es que no hemos advertido que el SIDA en otra persona tiene que llegar a ser el SIDA en mi vida, o más bien, tengo que darme cuenta de cómo el pecado de una manera u otra ha contagiado mis propias defensas. Tengo que advertir que el problema de mi prójimo es mi problema. Tengo que darme cuenta que la vulnerabilidad de otro ser humano también es la vulnerabilidad mía. El SIDA no es algo que está allí afuera, ajeno. El SIDA es algo que está y existe en nuestra vida y tendremos que hacer batalla contra esta enfermedad con las herramientas que Dios nos ha dado: con su Espíritu, con su Palabra y con esa certeza de que tenemos la ayuda divina.

Es importante que la persona, no importa en qué situación se encuentre, sepa que tiene la facultad de buscar más información, para enterarse sobre lo que puede hacer y cómo puede prevenir que esta enfermedad del SIDA siga multiplicándose. Tenemos que combatir la enfermedad, pero también tenemos que exhortarnos y ayudarnos mutuamente como seres humanos, hijos e hijas de Dios nuestro Creador.

(1) Rom. 7:18-24. (2) Rom. 8:28-39



• El autor es capellán del Hospital de Santa Mónica, en Santa Mónica, California.



salud y NUTRICION

USTED Y SU PESO

HOY en día, el exceso de peso es uno de los principales problemas de salud en los Estados Unidos y otros países. Se estima que 32 millones de adultos norteamericanos están siendo afectados por este problema.

Pero, ¿por qué hay tantas personas con sobrepeso?

Una de las razones es que cada día ingerimos más alimentos y nos ejercitamos menos.

Hoy en día existen tantos equipos modernos que hacen las tareas más fáciles y no se dedica suficiente tiempo a las actividades físicas (ejercicio).

Los problemas emocionales también pueden contribuir a la obesidad. Por ejemplo, las personas obesas sufren una discriminación severa. Sienten rechazo social y se aíslan. Ciertos eventos en su vida les provocan estrés y tratan de calmar la tensión, la frustración, la inseguridad, la ansiedad, la depresión, o el aburrimiento mediante la gratificación con los alimentos.

El equilibrio entre la dieta y el ejercicio es la clave para el control de peso. Cuando se gastan más calorías de las que se ingieren, se pierde peso. Cuando se ingiere igual cantidad de calorías que las que se gastan, el peso se mantiene. He aquí algunas recomendaciones:

1. Controle su dieta

Su meta: Establecer hábitos de alimentación permanentes y saludables que pueda mantener durante el resto de su vida. Tenga en cuenta estos principios:

(a) Pierda peso poco a poco, (b) haga sus comidas a horas regulares; (c) no omita comidas; (d) coma despacio; (e) planifique las meriendas, y (f) pésele a menudo.

1. Haga ejercicio

Regularmente haga ejercicio que lo ayude a deshacerse de unos cuantos kilos, a tonificar los músculos, y a fortalecer el corazón y el sistema circulatorio.

RECETA DEL MES

Ensalada Chef (Rinde 20 porciones)

1 diente de ajo	3/4 taza de queso rallado
1/4 taza de aceite de oliva	1/2 cucharadita de sal
3 tomates, cada uno cortado en 8 medias lunas	1 1/2 tazas de cubitos de pan integral tostados
1 huevo hervido, picado	1 cabeza de lechuga picada
Jugo de un limón	1 cebolla pequeña cortada en pedacitos
20 aceitunas enteras	

Triture el ajo y mezcle con el aceite de oliva y deje reposar unos minutos. Coloque la lechuga picada en un envase grande para ensaladas. Agregue la cebolla, el queso, las aceitunas y los tomates. Vierta el aceite con ajo sobre la ensalada y mezcle. Sazone con sal, vierta el huevo sobre la ensalada. Agregue el jugo de limón sobre el huevo. Vierta los cubitos de pan al final y revuelva todo nuevamente. Servir enseguida.

• La autora es dietista y dirige el Departamento de Dietas del Hospital Bella Vista, Mayagüez, Puerto Rico.

OLGA I. BABILONIA



JUSTINEN CREATIVE GROUP

EL QUIJOTE DE LA MANCHA

(Una parábola de un alma salvada por la fe)

LOURDES MORALES-GUDMUNDSSON

ERASE una vez un caballero noble y compungido que vivía en un castillo situado en lo más alto de un peñasco de la meseta de Peñafiel.

Vivía nuestro caballero rodeado de la más absoluta soledad. Los únicos acordes que hallaban eco en la triste alma del señor del castillo eran los de la sinfonía del silencio y la soledad, sus constantes compañeros.

Solo vivía, decimos, pero no del todo solo, puesto que un viejo escudero que le servía fielmente, compartía con él su casa, su mesa, sus entradas y salidas, sus angustias y sus desvelos: una terrible y descomunal mancha que empezaba en el pecho y que al pasar los días se iba apoderando de todo el cuerpo. Todos los días, al despertar, se miraba para ver si hoy empezaría a menguar la infame mancha, pero con cada amanecer iba en espantoso aumento.

La curación de este nuevo y cre-

ciente mal ocupaba sus días y noches, en las que se desvelaba en la confección de aceites y ungüentos que ahuyentaran al intruso. De noche se escapaba por los montes, alumbrando su camino con el viejo quinqué, en busca de nuevas hierbas medicinales. Volvía con su cargamento, que vertía en la caldera que el buen escudero le tenía hirviendo y con el gran cucharón de madera batía la fragante o hedionda mezcrolanza, según las hierbas, hasta que estuviera en su punto. A veces se untaba el engrudo en el cuerpo, otras veces se lo tomaba. Pero cuanto más remedios se hacía, tanto más parecía prosperar la empecinada mancha.

Un día llamó a su escudero.

—¡Duardos! ¡Duardos!

—Sí, mi señor —le contestó sobresaltado el viejo vasallo.

—Duardos, en el día de mañana, recién asomado el sol por la ventana

del alba, vos y yo saldremos a hacer grandes andanzas y proezas por el mundo, pues si bien la sanidad de mi cuerpo y alma no me ha visitado, por más que la he deseado, puede que si salgo en busca de ella, la hallaré.

—Sí, mi señor —le replicó el humilde vasallo, al que se le ocurrió pensar en el Gran Caballero de Peñafiel, pero ¿se atrevería sugerírsele al amo?

—¿Mi señor?

—Di, Duardos.

—¿Vuestra merced admitiría algún consejo de este pobre anciano?

—Te oigo, Duardos, mi fiel y abnegado escudero.

—Sin duda alguna, mi señor ha oído mentar al incomparable Caballero de Peñafiel, en cuyo castillo, con sólo entrar, se recibe alivio inmediato a cualquier mal, de cuerpo o de espíritu...

—¿El Gran Caballero de Peñafiel?

—interrumpió, espantado, el caballero. —¡No, no, no, Duardos! ¿Qué dices? ¿Que yo, el menos distinguido de los caballeros, el que vivo al ritmo de la soledad y el silencio, que apenas han oído de mi existencia los vecinos de la comarca, y que todavía no me he dado a conocer por mis insuperables hazañas; que yo me presente así por así, porque hoy me dio el gusto de hacerlo o porque me aguijoneó la desesperación? No, Duardos, no; de esa manera no se ha de proceder. “Primero las hazañas, luego la gloria”, como decía mi noble padre.

Y con eso se dio por terminado el asunto. Al día siguiente madrugaron caballero y escudero. Pensó nuestro valeroso jinete que debía armarse no sólo de lanza y adarga, sino de celada, para así estar en condiciones de hacerle frente a cualquier gigante o enemigo vil con el que seguramente se encontraría. En todo caso, se consolaba pensando en que todos sus sufrimientos valdrían la dura pena si en sus andanzas topara, al fin, con el remedio de su gran mal.

No cabría en este relato dar fe de todas las memorables aventuras que realizara el buen caballero. Bástenos con decir que pasaron las semanas y los meses, tiempo durante el cual nuestro noble jinete iba adquiriendo fama por sus inconcebibles proezas de valor y filantropía. Recorría valles, montes y praderas, deshaciendo males y haciendo desigual combate con gigantes y monstruos de diversa calaña. Montado sobre su valiente rocín, se le encontraba en los más diversos lugares, rectificando agravios y batallando a brazo partido con los interminables enemigos de la humanidad.

Pero aun con todo, no lograba ahuyentar la vergonzosa mancha, que ya se había entronizado enteramente dentro de su débil cuerpo.

En eso, sucedió que un día, deambulando él por el camino a su castillo, cabizbajo, desilusionado y decidido irrevocablemente a desistir de sus andanzas y enterrarse vivo en su recámara hasta que le llegara la

muerte, oyó tras sí el trote de un caballo. Se dio la media vuelta, para encontrarse con la visión más esplendorosa que jamás ojo humano haya visto.

Se trataba de un jinete, vestido de blanco y montado sobre una jaca, blanca también, cuya melena el viento peinaba. Se restregó los ojos para asegurarse de que no soñaba. De pronto habló el caballero blanco.

—¿A dónde va, caballero de la triste figura?

Sus ojos, todavía deslumbrados por la aparición, por fin cedieron el monopolio de atención a los oídos a los que ahora les tocaba quedar embelesados por las cadenciosas olas de armonías que emitía aquel ser.

—¿A dónde va tan solo? —insistió el jinete blanco.

Le salieron, por fin, a nuestro tembloroso caballero, estas palabras: —Voy a todas partes y a ninguna.

—Y ¿qué fin persigue vuestra merced en sus andanzas por el mundo?

—Voy en busca de la salud de mi cuerpo y alma. Los meses y los años han pasado sobre mi desgraciada cabeza en esta inútil peregrinación, persiguiendo el remedio de mi gran mal. He agotado los últimos recursos que me podían ofrecer mi brazo y mi cerebro, pero todo en vano.

—Es bueno que así sea —respondió el jinete.

El caballero ojeó, sospechoso y algo extrañado, a su interlocutor.

—¿Bueno, dice?

El silencio se interpuso entre los dos, hasta que el jinete dijo:

—Yo soy el Gran Caballero de Peñafiel. Yo tengo el remedio para vuestra merced y gustosamente se lo doy, pero con una condición.

El caballero se irguió, intenso, para oír mejor al jinete.

—Ha de aceptarlo, sin querer pagármelo, sino en monedas de gratitud.

—Y esas monedas, ¿dónde las hallaré?

—Yo se las daré —contestó el Gran Caballero.

—¿Nada más? ¿No quiere mis argucias memorables, mis proezas que tanto bien han hecho al mundo?

—Esas me las comprará vuestra merced con las monedas de gratitud que yo le otorgaré —aclaró el de Peñafiel.

—¿Y qué de la mancha? —preguntó el Quijote, cuyas esperanzas, removidas por lo que oía, ya empezaban a levantar cabeza.

—Ya no le conocerán como Don Quijote de la Mancha, sino como el “Caballero de la Moneda”.

—Me juzgarán como rico —replicó, pensativo y halagado, el de la Moneda.

—Sin duda lo será, como nunca jamás en su vida.

—“El Caballero de la Moneda”... —nuestro caballero ensayaba el nuevo título con el que se le había bautizado, nombre a sus oídos peregrino y sonoro.

—¿Acepta el trato con todas mis condiciones?

El caballero pensó en la mancha que ya, sin él saberlo, iba desapareciendo de su cuerpo y dijo:

—Acepto.

Moraleja:

*Si por tus hazañas y santo andar
aún no has podido la paz alcanzar;
si por tus obras quisieras ganar
el cielo bendito y tu mancha limpiar;*

*Y si ya te cansas de tanto velar,
de tanta proeza tu alma anhelar,
de tanto alivio tu ser buscar,
de tanta vigilia, de tanto esperar...*

*¡Oh, ve al Caballero que es Peñafiel!
Jesús, tu remedio, tu fe, tu bondad,
quien sana y da vida con su dulce
miel.*

*Monedas te ofrece de fidelidad,
pues él las compró ya, gustando la hiel.
¡Tesoro insondable! ¡Plena libertad!*

• La autora tiene un doctorado en Literatura Española y dirige el departamento de Lenguas Modernas en la Universidad de la Sierra, en Riverside, California.



NUEVO ESTILO DE VIDA



Ya están a su disposición las dos obras que estaban esperando todos nuestros lectores

En cada volumen encontrará usted 192 páginas repletas de información y consejos prácticos, con cientos de cuadros, gráficos e ilustraciones a todo color, que le facilitarán la comprensión, la consulta y la asimilación de las informaciones de vital importancia que ofrecen todas las obras de la serie **NUEVO ESTILO DE VIDA**.

En las páginas de esta preciosa colección, encontrará todo lo que usted necesita saber sobre la alimentación para una mejor calidad de vida. Hallará consejos útiles para lograr el control del estrés y liberarse de las frustraciones, la ansiedad y la depresión.

Encuadernación de alta calidad.
Tamaño: 18 x 25 cm.

©1998 Pacific Press® Publishing Association 482/85591

Para obtener información gratuita sobre la serie:
NUEVO ESTILO DE VIDA, llene este cupón y envíelo a:

Si usted vive en los Estados Unidos o Canadá
Pacific Press® Publishing Association
P.O. Box 5353, Nampa, ID 83653-5353

Si usted vive fuera de los Estados Unidos o Canadá
Asociación Publicadora Interamericana
1890 NW 95th Ave.
Miami, FL 33172

Nombre _____

Calle y N.º _____

Ciudad _____

Estado _____