

REVISTA

Familia



ENFRENTANDO
DESAFÍOS
EMOCIONALES
ANTE CRISIS
FAMILIARES

ESPERANZA #2022



VIDA FAMILIAR, DESAFÍOS Y APRENDIZAJE

VIDA FAMILIAR:
DESAFÍOS Y
APRENDIZAJE

EL PLACER DE VIVIR
CON LA DIFERENCIA

FAMILIAS ORANDO
POR AVIVAMIENTO

SALUD COMO
ESTILO DE
VIDA

IGLESIA, REFLEXIÓN FAMILIAR



Pr. Stanley Arco, es pastor,
presidente de la Iglesia Adventista
del Séptimo Día para ocho países
en Sur America

Es con gran alegría que me dirijo a los líderes del Ministerio de la Familia en todos los niveles del territorio sudamericano de la Iglesia Adventista del Séptimo Día. Quiero agradecerles y reconocerlos por sus esfuerzos, compromiso y dedicación para apoyar este importante ministerio. Especialmente en este momento, cuando la sociedad en general ha disminuido los valores reales de la familia, según los principios bíblicos.

Las familias han sido tremendamente atacadas, ya que una familia debilitada siempre tendrá su comunión debilitada, sus relaciones deshechas y su misión fuera de foco, debilitando así los principios y valores que Dios estableció para el bienestar de las familias.

Dios siempre ha tenido a la familia como un pilar fuerte para enseñar y transmitir valores espirituales con un enfoque en fortalecer y hacer crecer a su iglesia. Este también es uno de los grandes desafíos a los que nos enfrentamos como familia todo el tiempo. No hay tregua. Ante esta realidad, ¿qué podemos hacer como familia para lograr este sueño de Dios para nuestras familias?

En el libro "El hogar cristiano" (p. 306), Elena de White nos aconseja que estemos vigilantes y atentos, ya que lo que sucede en las familias se reflejará directamente en la vida y misión de la iglesia.

Es necesaria una vigilancia constante para que los principios que se encuentran en la base del gobierno de la familia no sean irrespetados. El plan del Señor es que

las familias en la Tierra sean un símbolo de la familia en el Cielo, y cuando las familias terrenales sean guiadas en líneas rectas, la misma santificación del Espíritu se llevará a la iglesia.

Al cuidar y ministrar a las familias, fortaleceremos la iglesia y su misión.

También me gustaría animar a los padres a que nos acompañen en este viaje, ya que nuestros hijos son la herencia del Señor y también el gozo de nuestro corazón. Es en el corazón del hogar, en su vida cotidiana, donde son preparados para la buena ciudadanía terrenal y para el cumplimiento de la misión de Cristo. "Oye, Israel: Jehová nuestro Dios, Jehová uno es: Y Amarás á Jehová tu Dios de todo tu corazón, y de toda tu alma, y con todo tu poder. Y estas palabras que yo te mando hoy, estarán sobre tu corazón: Y las repetirás a tus hijos, y hablarás de ellas estando en tu casa, y andando por el camino, y al acostarte, y cuando te levantes: Y has de atarlas por señal en tu mano, y estarán por frontales entre tus ojos: Y las escribirás en los postes de tu casa, y en tus portadas" (Deuteronomio 6:4-9)

Quiero animarlos a mantenerse entusiasmados e involucrados en esta tarea de apoyar a nuestros hermanos y amigos de la iglesia en el liderazgo de sus familias. Y, también, de afrontar los dramas y crisis que, en algún momento, atravesaremos todos durante nuestro viaje por la Tierra; sin perder de vista la eternidad.

Bendiciones! ■



Iglesia Adventista
del Séptimo Día

Una Voz de Esperanza

FAMILIA ESPERANZA ES UNA REVISTA DEL
MINISTERIO DE LA FAMILIA DE LA IGLESIA
ADVENTISTA DEL SÉPTIMO DÍA

COORDINACIÓN GENERAL

ALACY BARBOSA

EDITOR

FELIPE LEMOS

EDITOR ASOCIADO

JEFFERSON PARADELLO

SECRETARIA

CRISTINA BARBOSA

COLABORADORES

ABIMAELO OBANDO - UPN

EDUARDO VALENTINE - UA

MARCO GOES - UB

CARLOS SANCHEZ - UCH

EDMUNDO CEVALLOS - UE

BENJAMIN BELMONTE - UP

RUBEN MONTERO - UPS

DAGUIMAR WIEBUSCH - UU

PROYECTO GRÁFICO Y DISEÑO

MARIANE BARONI C. IAUCCI

FOTO DE TAPA

SHUTTERSTOCK

FOTOS INTERNAS

SHUTTERSTOCK

IMPRESIÓN Y FINALIZACIÓN

CASA PUBLICADORA BRASILEIRA

TIRAGEM: 12.680 MIL

SUMÁRIO/

ANO 11, N. 10
#2022

- 05 VIDA FAMILIAR: DESAFÍOS Y APRENDIZAJE
- 06 APRENDIZAJE PERMANENTE
- 08 EL PLACER DE VIVIR CON LA DIFERENCIA
- 11 FAMILIAS ORANDO POR AVIVAMIENTO
- 15 ¿POR QUÉ YO?
- 18 ENFRENTANDO DESAFÍOS EMOCIONALES ANTE
CRISIS FAMILIARES
- 21 UN LEGADO PARA NUESTROS HIJOS
- 23 PUENTES INVISIBLES, RESULTADOS POSIBLES
- 24 SALUD COMO ESTILO DE VIDA
- 26 EN PRIMEIRA FILA



Síguenos en Twitter
@MinistFamilia

www.adventistas.org/familia

POSIBILIDADES



Felipe Lemos, asesor de comunicación de la Iglesia Adventista del Séptimo Día para ocho países de América del Sur y editor de la Revista Esperanza Familia

La palabra principal que compone el nombre de un importante ministerio que la Iglesia Adventista del Séptimo Día ha desarrollado en el mundo actual y que está ganando más visibilidad es muy apropiada.

La palabra en cuestión es "posibilidades". El Ministerio Adventista de Posibilidades, en todo el mundo, fortalece una idea exactamente opuesta a los conceptos de obstáculos, adversidades y dificultades.

En esta edición de la *Revista Esperanza Familia* se hablará, como siempre, de los temas necesarios para tener familias saludables en diversos aspectos de la vida, especialmente en el espiritual. Además, no renunciamos a los artículos que son edificantes, inspiradores y capaces de motivar a las familias a unirse aún más en torno a Dios y sus enseñanzas. Esa será siempre la tónica de un material como este.

En este número, sin embargo, incluimos artículos que hablan sobre la resiliencia y el trabajo que se debe hacer con personas que tienen diferentes tipos de necesidades.

Una realidad que mueve a los cristianos y especialmente a los adventistas a marcar la diferencia. Uno de los artículos que traemos trata incluso de la experiencia personal de una madre con su hijo. Es muy conmovedor y extremadamente profundo, porque se refiere a la vida práctica. Habla de las percepciones de quién pasó por todo esto de manera real. Y cómo reaccionó ante todo.

Curiosamente, vamos más allá del enfoque esperado para la superación. Sin duda, este enfoque es parte de esta discusión y está presente. También tratamos, sin embargo, el tema desde el punto de vista de que son posibilidades para que las familias, la sociedad y la iglesia sean un apoyo para los que sufren. Para aquellos que, por alguna condición específica, se imaginan incapaces de vivir su vida e incluso de predicar el evangelio. En esta edición, vamos a hablar de las hermosas expectativas al respecto.

Nuestra idea, con esta edición especial que contó con algunos materiales específicos sobre las diferentes facetas del Ministerio Adventista de Posibilidades, fue educar para una nueva realidad. Afrontar las denominadas necesidades con una mirada positiva, con esperanza y victoria. Y, sobre todo, gracias a Dios por darnos la oportunidad de ayudar a los necesitados y aprender con todo el proceso.

¡Buena lectura, buen aprendizaje y que Dios nos muestre más posibilidades que dificultades en este camino! ■





VIDA FAMILIAR: DESAFÍOS Y APRENDIZAJE

por Alacy Barbosa

“Considera atentamente el aspecto de tus ovejas; pon tu corazón a tus rebaños” (Proverbios 27:23).

Al final de una jornada de trabajo intensa y a menudo estresante, todos queremos estar en un lugar acogedor, donde podamos relajarnos un poco, sonreír y pensar: “¡Qué bueno estar aquí! Estoy agradecido por mi hogar, por mi familia”. Entonces la pregunta que nos hacemos es: ¿Qué puedo hacer para que nosotros, como familia, tengamos muchos días con esa realidad?

En primer lugar, es importante saber que una familia sana no es sinónimo de una familia perfecta, sino de una familia que ha APRENDIDO a afrontar sus RETOS, conflictos, con el fin de encontrar el equilibrio y la buena convivencia.

Me gustaría sugerir algunas actitudes:

1 **Aprenda a mirar más allá de lo superficial** – *“Percibir lo que la gente siente sin que lo digan es la esencia de la empatía”* (Daniel Goleman). Casi siempre, en nuestro ajeteo de la vida diaria, miramos a los nuestros de forma apresurada y tratamos de cubrir las necesidades percibidas: alimentación, vivienda, educación y salud. Y esas necesidades son muy importantes y deben satisfacerse bien. Necesitamos atención y momentos íntimos en los que podamos conectarnos entre nosotros. Carl Rogers concluye: *“Ser empático es ver el mundo a través de los ojos del otro y no ver nuestro mundo reflejado en sus ojos”*. De esa forma, podemos descubrir las verdaderas singularidades y necesidades del otro.

2 **Trate de aprender tanto como sea posible sobre las necesidades reales del otro** – Ese es un paso muy importante

que requiere más de nuestro compromiso, ya que descubrir necesidades entre los nuestros es el comienzo del viaje. Según Brené Brown, *“La empatía es sentir con el otro, conectar con la emoción que el otro está sintiendo”*. En este punto, debo detenerme en una observación más precisa. Lo ideal es reunir a otros miembros de la familia para compartir información, para que todos colaboren tanto en la percepción de la situación real como en la búsqueda de las mejores formas de satisfacer la necesidad que, ahora, no es solo de los demás. Es nuestra, de la familia.

3 **Implementación de posibles soluciones** – Ese paso es muy desafiante pero agradable. El camino de la vida nos obliga a reconocer nuestras limitaciones, lo que nos hace recurrir a nuevos conocimientos, estrategias y recursos, cambio de postura y actitud personal. Tenemos que actuar. Elena de White nos orienta lo siguiente:

Los padres deben acostumbrarse a pensar y encontrar soluciones. Si perseveran en ese sentido, encontrarán que están adquiriendo la facultad en la que se creían deficientes, que están aprendiendo a formar adecuadamente el carácter de sus hijos. (Conducción del niño, p.150).

Lo que al principio puede parecer un desafío, resulta ser un hermoso viaje de amor y aprendizaje. ■



Alacy Mendes Barbosa, Líder del Ministerio de la Familia y del Ministerio Adventista de las Posibilidades de la Iglesia Adventista del Séptimo Día para ocho países en Sur América



APRENDIZAJE PERMANENTE

por Jefferson Paradello

Cómo vivir con personas autistas puede tocar corazones y transformar la vida familiar.

La periodista Keiny Goulart y su esposo, el teólogo Marlon Bruno, necesitaban reconfigurar sus vidas con la llegada de su segundo hijo, Derek. Pero lo que podría ser motivo de miedo e incluso tristeza trajo aún más amor al hogar, y un inmenso deseo de transformar la realidad de otras familias que reciben el mismo diagnóstico: el Trastorno del Espectro Autista (TEA). En esta entrevista, los dos subrayan los desafíos, pero principalmente las lecciones que aprenden al vivir con un niño autista.

¿En qué contexto recibieron el diagnóstico de TEA?



Keiny Goulart e Marlon Bruno – Servíamos a la Iglesia Adventista en la ciudad de Vilhena, Rondônia. Fue nuestro tercer año en el ministerio pastoral. Observamos el desarrollo de Derek con Myah, nuestra hija mayor, como referencia, y algunos

comportamientos nos llamaron la atención. Al año y medio, ya agrupaba piedras en simetría, y acomodaba los lápices de colores usados dentro de la caja como si la acabara de abrir.

La investigación fue larga e incluyó a profesionales de neuropediatría, logopedia, terapia ocupacional, neuropsicología y psicopedagogía. Cuando cumplió dos años y diez meses, entramos en la oficina del neuropediatra como una familia normal y nos fuimos con un informe que incluía el trastorno del espectro autista.

¿Qué generó en ti este informe?



Keiny Goulart e Marlon Bruno – Una mezcla de sentimientos. Frustración porque entendimos que toda la planificación que teníamos para el futuro de

nuestro hijo se desharía; inseguridad porque no sabíamos a qué nos enfrentaríamos; y alivio de haber encontrado el comienzo de un nuevo camino y un nuevo significado para nuestras vidas.

¿Qué necesitaba cambiar en su vida diaria para que Derek tuviera el apoyo que necesitaba?

 *Keiny Goulart e Marlon Bruno* – La rutina familiar de una persona autista debe someterse a adaptaciones, ya que la terapia temprana marca la diferencia en el desarrollo del niño. Muchas personas con TEA tienen otras comorbilidades a lo largo de sus vidas, y con Derek no fue diferente. Tuvimos que aprender a lidiar con las convulsiones y las largas horas en las salas de espera de las clínicas de tratamiento.

Según su experiencia, ¿cuáles son los principales desafíos de convivir con una persona autista?

 *Keiny Goulart e Marlon Bruno* – Uno de los mayores desafíos a los que nos enfrentamos es la inclusión. Una vez estuvimos en una pizzería con un parque infantil. Mientras miramos a Derek solo en el trampolín, notamos que los otros niños se habían alejado de él y le preguntamos a Myah qué estaba pasando. Nos dijo que ningún niño quería jugar con él porque era diferente. A menudo experimentamos escenas como esta. Otro desafío es la aplicación de los derechos autistas. Debido a que el autismo se manifiesta solo en rasgos de comportamiento, y no en características físicas, como otros síndromes, muchas personas no aceptan esta condición y terminan siendo intolerantes. Esto genera mucha incomodidad en la escuela, en los bancos, en los supermercados y en muchos otros entornos.

Por otro lado, hay grandes aprendizajes, ¿verdad?

 *Keiny Goulart e Marlon Bruno* – Sí. Aprendimos de nuestro hijo que el amor debe ser personalizado. A veces Derek nos pellizca para agradecer por el cariño que ha recibido. Este comportamiento no es el ideal, por eso buscamos guiarlo, pero sabemos que es una de sus formas de demostrar amor. Su diagnóstico también nos acercó aún más como familia. Nos volvimos más reflexivos, aprendimos a tener paciencia y perseverancia y ponemos toda nuestra confianza en Dios. Suena a cliché, pero nuestra fe ha sido puesta a prueba constantemente, lo que hizo que nuestra relación con Dios sea más sincera y profunda.

Juntos, crearon una red de apoyo para aquellos que se enfrentan a la misma realidad que les sorprendió. ¿Qué,

exactamente, encuentra la gente en esta iniciativa?

 *Keiny Goulart e Marlon Bruno* – Aceptar la realidad de tener un hijo autista no es fácil, pero decidimos abrazarlo. Dejamos que Dios transformara nuestro dolor en esperanza, y esto nos abrió las puertas no solo para cambiar nuestro mundo y la forma en que vemos la vida, sino también para ayudar a otras familias a lograr lo mismo. No somos pioneros en la causa de la inclusión; muchos ya estaban por delante de nosotros en esta lucha en nombre de diferentes personas. Sin embargo, de nuestra experiencia, surgió Raafa (Red Adventista de Apoyo a Familias Autistas). El principal objetivo de esta iniciativa es acoger y apoyar a las familias de las personas con autismo a través del intercambio de experiencias entre ellas. Raafa ha crecido tanto que ahora tiene comunidades en todo el mundo y es una de las herramientas del Ministerio Adventista de las Posibilidades (MAP) para apoyar a los miembros y amigos de la Iglesia.

¿Qué consejo pueden darles a otras familias autistas de su propia experiencia?

 *Keiny Goulart e Marlon Bruno* – No tenga miedo. Puede que se desconozca lo que nos espera, pero Dios está con nosotros. No importa si es autista o neurotípico, un hijo es la mayor bendición que podemos tener. La alegría de vivir con una persona autista es darse cuenta de la pureza de la vida. En esta condición, encontramos una chispa de lo que sería un ser humano ideal, y esto reaviva la esperanza de que algún día todos seremos puros, con mirada de comprensión, amor y cariño. ■



Conoce Raafa:
SOMOSRAAFA.ORG



EL PLACER DE VIVIR CON LA DIFERENCIA

por Sabrina e Jairo Souza

La llegada de un bebé a cualquier familia es siempre motivo de gran alegría y celebración. Desde los tiempos bíblicos, un hijo ha sido una señal de bendición divina para sus padres: *“Herencia del Señor son los hijos; el fruto del vientre, su recompensa”* (Salmo 127:3).

Durante el proceso de espera, el embarazo, e incluso después del nacimiento del bebé, quizás la mayor preocupación de cualquier padre y madre sea siempre el desarrollo físico y cognitivo de su hijo o hija. Cuando, por algún motivo, se encuentra que existe algún factor que provoca retrasos o impide que el niño alcance los hitos esperados para su edad, se denomina **desarrollo atípico**.

Cambio completo

Tener un hijo atípico, con cierta singularidad, cambia por completo la vida de la familia que lo recibe. El proceso entre la percepción del problema (ya sea físico o mental), el diagnóstico y la aceptación de la condición es bastante particular. Pero, en todos los casos, se trata del duelo por tener que deshacerse de la idealización de un niño sano, “perfecto”, y criar a otro que necesitará algún tipo de apoyo para poder desarrollarse o incluso sobrevivir.

Como padres de un niño con trastorno del espectro autista, hemos recorrido todo este camino. Recibir el diagnóstico de nuestro hijo, después de varios meses de buscar respuestas,

nos trajo alivio. Por otro lado, era imposible no pensar: “¿Qué será de él en el futuro? ¿Podrá tener una vida independiente y feliz?” La respuesta a estas preguntas, lamentablemente, no estaba lista. La respuesta está en construcción durante nuestra caminata.

A medida que atravesamos el proceso de duelo interno, los padres nos preocupamos por cómo se verá a nuestros hijos y si serán aceptados en la sociedad en la que viven. Primero entre nuestra familia (abuelos, tíos, primos), entre nuestros amigos y luego en la escuela y también en la iglesia a la que asistimos.

Nuestro papel como iglesia

La sociedad en su conjunto ha tomado conciencia de los derechos de las personas con discapacidad. Las escuelas trabajan para satisfacer las demandas de inclusión, enseñando a los niños a respetar y vivir con las diferencias, y proporcionando un entorno de crecimiento tanto para el típico como para el atípico.

De padres para padres

Todos queremos criar hijos que no tengan prejuicios y que sean capaces de mostrar amor verdadero por los demás, siguiendo el ejemplo de Cristo.

En este contexto, sabemos que es posible que, en su iglesia, exista un niño con alguna discapacidad y que

Nuestras iglesias, de manera similar, han animado a sus miembros a mostrar cuidado y atención a aquellos que necesitan algún tipo de apoyo. Ya existen ministerios consolidados y otros en formación para atender a diferentes grupos con necesidades específicas, y brindarles las condiciones para adorar a Dios y sentirse acogidos por su familia espiritual.

esto provoque en su hijo cierta curiosidad o incluso cierto malestar.

Como padres de un niño atípico, nos gustaría ofrecerles algunas sugerencias sobre cómo promover la interacción entre ellos:

BUSCA SABER

Es importante recopilar información sobre la condición del niño. Si la limitación ha sido adquirida o es hereditaria. Ya sea que estemos hablando de una enfermedad o un trastorno. Esta información es esencial para orientar a su hijo. Algunos padres de niños con discapacidades hablan abiertamente sobre su situación. En ese caso, son un recurso precioso.

Hable sobre ello y explíquele que quiere ayudar a su hijo a llevarse mejor con su amiguito. Si no hay apertura con los padres, respete, pero busque comprensión sobre la condición del niño. Por ejemplo, si tiene autismo, puede resistirse al tacto o puede hacer alboroto en entornos ruidosos, situaciones que pueden alterar el comportamiento del niño. Conociendo estas particularidades, podrá orientar a sus hijos sobre cómo proceder cerca de sus compañeros con autismo.

EN EL CULTO

Si un niño atípico se comporta de manera inapropiada, ya sea por movimiento, llanto o cualquier otra manifestación que "perturbe" el servicio, ¿qué hacer? Espere un poco. Deje que los padres manejen la situación. Primero, por una cuestión didáctica. Si cada vez que el niño, por ejemplo, llora, es retirado de la iglesia, puede inferir que, para salir de la iglesia, es necesario llorar y puede establecer este comportamiento como patrón (esta comprensión también es válida para los niños típicos).

En segundo lugar, por respeto a los padres. Salir de casa con un niño con discapacidad puede ser una tarea tan ardua que muchos padres evitan ir de viaje, a un centro comercial o incluso a la iglesia. Los padres suelen saber que puede ocurrir algún inconveniente y en ese caso actuarán para solucionarlo. Pedir para salir de la iglesia, pedir silencio, echar miradas molestas o incluso ofrecer ayuda de manera insistente puede causar malestar.





PROMUEVA ACTIVIDADES DIVERTIDAS

A menudo, los niños típicos piensan que los pequeños amigos con algunas limitaciones no pueden interactuar y divertirse como ellos. Busque una actividad lúdica que puedan realizar todos los involucrados. La alegría favorece la creación de lazos de amistad.

CONVERSE CON SU HIJO

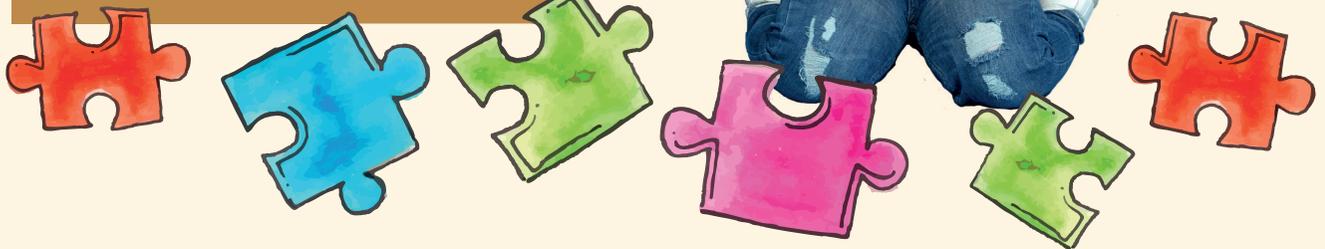
Después de reunir la información necesaria, siéntese junto a su hijo y explíquelo por qué ese amiguito parece "diferente". Sugiera algunos comportamientos que puedan favorecer su amistad. Reforzar que, ante Dios, todos somos iguales y que él se regocija cuando cuidamos a las personas.

HABLE DE CÓMO TRATÓ JESÚS A LAS PERSONAS

Al mostrar amor, en la práctica, por un amiguito atípico, su hijo experimentará el evangelio en su forma más pura. Aproveche la oportunidad para hablar con él sobre la forma en que Jesús trató a los que acudieron a él con alguna necesidad específica: los sanó y les devolvió la salud. Esta comunión es también una oportunidad para hablar sobre el cielo y cómo todos cambiaremos y no tendremos más problemas cuando Jesús regrese.

EDUQUE CONTRA LA INTIMIDACIÓN Y LOS ESTIGMAS

A menudo, incluso sin darse cuenta, los niños pueden utilizar palabras de broma al interactuar con sus amigos con singularidades, o incluso practicar algún tipo de intimidación. Esta práctica es dañina en cualquier realidad, y los niños deben ser educados para evitarla. La condición de los niños con discapacidad ya es desfavorable en una sociedad que favorece el alto rendimiento, por lo que los estigmas negativos solo dificultarán el camino.



“Respondiendo el Rey, les dirá: 'De cierto os digo que siempre que lo hicieron con uno de estos hermanitos míos, a mí me lo hicieron”

Mateo 25:40



Sabrina Rostirolla Souza, graduada en Lengua Portuguesa (UNASP-EC) es profesora en Curitiba. Jairo Nunes de Souza, graduado en Teología y Periodismo (UNASP-EC), es pastor en Curitiba. Está casado con Sabrina, padre de Sofia Rostirolla Souza (8) y de Samuel Rostirolla Souza (5).



FAMILIAS ORANDO POR AVIVAMIENTO

por Daniel Montalvan

Cuando pienso en avivamiento, me viene a la mente Lucas 11: 9-13. El Señor Jesucristo presenta una petición de oración que debe estar siempre presente en nuestros cultos: el Espíritu Santo. Este pedido debe realizarse todos los días, a lo largo del día y de forma constante. Cuando leemos los primeros versículos del capítulo 11, se nos invita a pedir nuestro pan de cada día, el perdón de nuestros pecados y ser liberados de la tentación.

Del versículo 9, se destacan dos verbos que se presentan. Ellos son: buscar y pedir. En cada uno de ellos, el tiempo aparece en el continuo presente, lo que implica que debemos ser constantes al solicitar el pedido especial: el Espíritu Santo.

Esto se ilustra mejor con la figura de un padre que siempre alimenta a su hijo en respuesta a su pedido de comida. Es decir, cada vez que el hijo le pide al padre algo de comer, él responde dándole comida. Esta acción suele repetirse tres veces al día y todos los días. El hijo pide, el padre da.

¿Por qué pedir por la presencia del Espíritu Santo?

Imagínese si le pidiéramos al Padre Celestial el Espíritu Santo todos los días. Nos lo daría sin demora. El versículo 13 dice: "(...) ¿cuánto más el Padre celestial dará el Espíritu Santo a los que se lo pidan?". Por lo tanto, Dios mismo nos invita a pedir su Espíritu Santo todos los días. Seguro que usted se pregunta: ¿por qué?

Primero, porque todos los días somos tentados. Es por eso, porque necesitamos el Espíritu para vencer la tentación, tal como lo hizo Cristo. Unir nuestras fuerzas con las suyas nos hace victoriosos.

Segundo, porque todos los días debemos arrepentirnos de nuestros pecados. ¿Y si dejamos de hacer esto? Esto es posible porque nuestros corazones son engañosos y perversos. A veces podemos creer que no hemos pecado o que no necesitamos arrepentirnos. Juan dice que la obra del Espíritu Santo es convencernos de "pecado, justicia y juicio" (Juan 16: 8).

Al confesar nuestros pecados, quedamos vacíos y en

condiciones de ser llenados con Su presencia. Recuerde que no podemos llenar un recipiente a menos que esté vacío. Nunca podemos poner agua limpia en un recipiente sucio. Nuestro recipiente debe estar vacío y limpio para recibir la presencia divina. Y finalmente, porque nos ayudará a tener “autocontrol” para controlar todos nuestros apetitos y pasiones.

Volvamos a la historia. Déjeme hacerle esta pregunta: ¿sabe por qué pedimos comida? La respuesta es simple: porque tenemos hambre, ¿correcto? Es el hambre lo que nos hace pedir comida. ¿Tenemos hambre del Espíritu para pedirselo todos los días? Solo si tenemos hambre del Espíritu Santo se lo pediremos a Dios en oración. Esa solicitud se vuelve relevante ahora porque en ningún otro momento del cristianismo se ha hablado, predicado, enseñado y orado más por el Espíritu que ahora. Este es un mensaje claro de Dios para nosotros; por lo tanto, debemos ser parte de ese movimiento que ora diariamente por el Espíritu Santo.

Hoy, mañana y todos los días en nuestros cultos debemos orar personalmente y en familia por el poder del Espíritu de Dios. No para que tengamos más de él, sino para que él tenga más de nosotros.

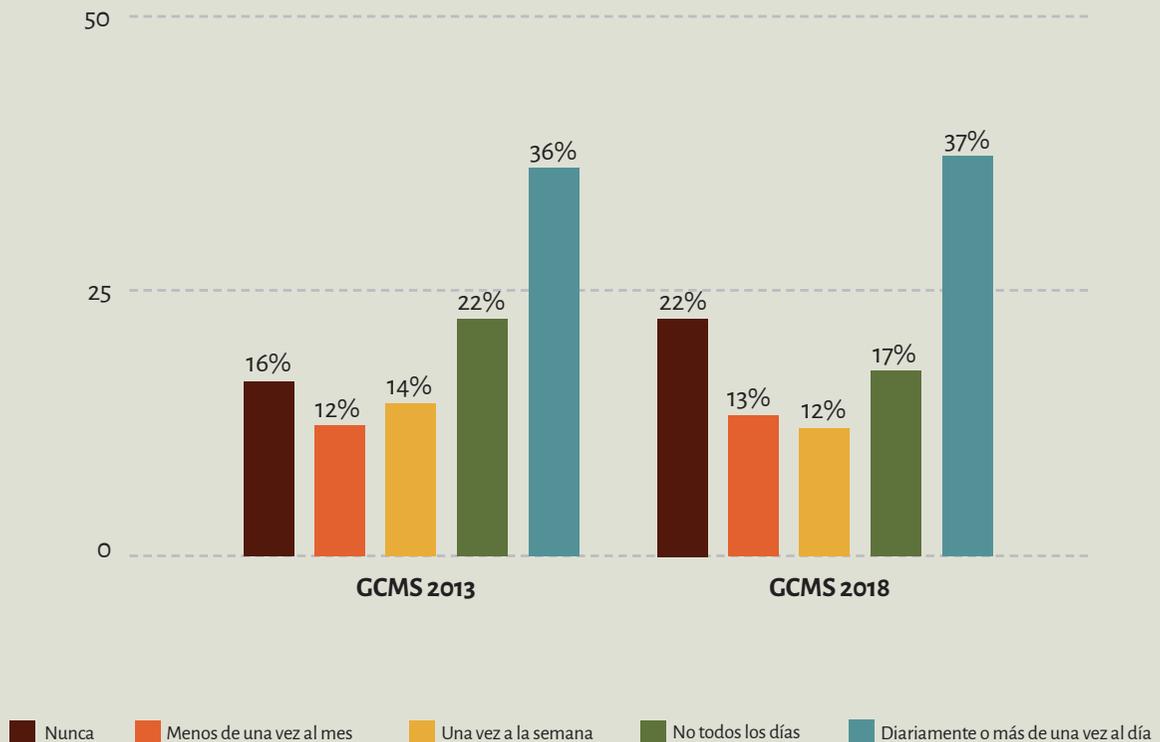
Adoración en familia: una prioridad para hoy

Hoy, más que nunca, debemos priorizar el culto familiar en nuestros hogares. Me gusta cómo Elena de White enfatiza esto:

Si hubo un tiempo en que cada casa debería ser una casa de oración, ahora es ese tiempo. [...] Sin embargo, en este tiempo de grave peligro, algunos que profesan ser cristianos no celebran el culto familiar. No honran a Dios en el hogar; no enseñan a sus hijos a amarlo y temerlo (Consejos para la iglesia, p. 155).

Quando revisé algunas investigaciones sobre el culto familiar en los hogares adventistas, me preocuparon los resultados. En 2013, aproximadamente uno de cada seis miembros de la iglesia informó que nunca tuvo un culto familiar, mientras que el 12% lo hizo menos de una vez al mes. Asimismo, poco más de un tercio de los encuestados dijeron que asistían al culto familiar todos los días o más de una vez al día. Menos de una cuarta parte de ellos dijeron que aunque no realizaban el culto diario, lo hacían más de una vez a la semana.

¿Con qué frecuencia realizan el culto familiar?



Fonte: <https://www.adventistresearch.org/blog/2017/08/home-circle-breaking-family-devotions-global-church>

Cinco años después, en la Encuesta Global 2018 (GCMS, 2018) los resultados mostraron que más de un tercio de los encuestados asistían al culto familiar diariamente o más de una vez al día. Sin embargo, menos miembros de la iglesia celebraron el culto familiar más de una vez a la semana; y aún menos dijeron que celebraban el culto una vez a la semana. Más de uno de cada cinco miembros de la iglesia en todo el mundo informaron que nunca habían adorado juntos como familia. Este es un aumento de aproximadamente cinco puntos porcentuales en esta categoría entre 2013 y 2018.

Echemos un vistazo a la imagen para comprenderlo mejor.

¿Es su familia parte de aquellos que no practican el culto familiar? Sabe, querido hermano, solo una decisión le permitirá salir de esa realidad para ponerse entre aquellos que buscan al Señor con su familia a través del culto familiar. De esta manera, protegerá a sus hijos para que no abandonen la fe que han abrazado.

Los resultados de un gran estudio de hace unos años llamado “Génesis del valor” indican que el culto familiar fue el factor más eficaz para desarrollar la fe y la lealtad denominacional entre los jóvenes encuestados. Esto significa que vale la pena mantener en alto el estandarte del culto en la vida familiar, ya que no solo contribuye a la permanencia de nuestros hijos en la fe a corto y largo plazo, sino que también

ayuda a otras familias a seguir el ejemplo de una sólida vida familiar devocional.

Decidamos orar cada día en particular y en nuestros cultos familiares bajo el poder del Espíritu de Dios y experimentar ese gran avivamiento y reforma profetizados por Elena de White:

He sido profundamente impresionada por escenas que recientemente han pasado delante de mí durante la noche. Parecía haber un gran movimiento—una obra de reavivamiento—que se desarrollaba en muchos lugares. Nuestros hermanos acudían respondiendo al llamado de Dios. En visiones de la noche pasó delante de mí un gran movimiento de reforma en el seno del pueblo de Dios. Los enfermos eran sanados y se efectuaban otros milagros. Se advertía un espíritu de oración como lo hubo antes del gran día de Pentecostés. Veíase a centenares y miles de personas visitando las familias y explicándoles la Palabra de Dios. Los corazones eran convencidos por el poder del Espíritu Santo, y se manifestaba un espíritu de sincera conversión. En todas partes las puertas se abrían de par en par para la proclamación de la verdad. El mundo parecía iluminado por la influencia divina. Los verdaderos y sinceros hijos de Dios recibían grandes bendiciones (Servicio cristiano, p. 31). ■



Daniel Montalvan, es presidente de la Unión Peruana del Norte

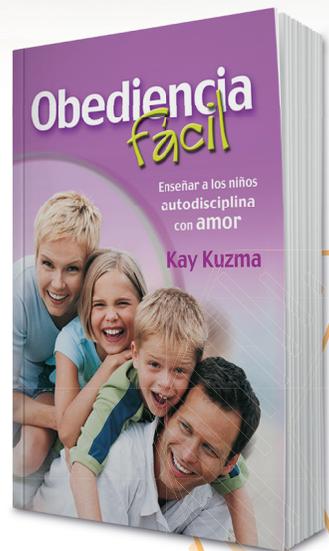
CUIDA EL BIEN MÁS PRECIADO: *tu familia*



10909



10081



2883



¿POR QUÉ YO?

por Giselli Belinassi de Sá

No sé si alguna vez ha hecho esa pregunta. También me la hice varias veces y no entendía por qué ciertas cosas les pasan a algunas personas y no a otras. ¡Me cuestioné varias veces esto!

Cuando pensamos en tener un hijo, ¡soñamos con varias cosas! ¡Queremos que nuestros hijos sean los mejores en todo! Pero, la realidad llega y sabemos que nuestras expectativas a menudo se ven frustradas. ¡Nuestros hijos no son perfectos y nosotros tampoco!

Cuando nace el primer hijo, no tenemos mucha experiencia y no sabemos cómo afrontarlo. Nacemos padres junto a ellos en el momento del parto, padres y madres totalmente inexpertos que aprenden con ese ser indefenso.

Algunas familias, sin embargo, como la mía, reciben noticias diferentes, más información sobre su hijo, incluso antes de su nacimiento. En mi caso, a los cinco meses, a mi primogénito se le diagnosticó parálisis cerebral cuadripléjica espástica por precocidad generada inicialmente por preeclampsia y, cinco años después, confirmada por trombofilia.

Reacciones

La noticia de que su hijo no será exactamente como pensaba, que su hijo será diferente, será “especial”, que tendrá algún tipo de discapacidad, algún síndrome, ¡esto trae muchas preocupaciones sobre su futuro y el nuestro! Muchas incertidumbres sobre cómo será el futuro de nuestra relación cuando llegue este bebé o cuando llega esta noticia. La reacción y aceptación de la familia es como la sensación de caer al vacío, ¡no sabemos a dónde ir, qué camino tomar! ¿Qué haremos a partir de ahora? ¡A veces ni siquiera lo cree! ¡Mira a su bebé y no ve ese diagnóstico!

Uno de los procesos por los que debemos pasar es el llanto. ¡Realmente necesita desahogarse! Realmente necesita confiar en otras personas, si es posible, ¡un profesional! ¡Solo, es muy difícil! Ciertamente no quería que le llamasen heroína o héroe, guerrero o guerrera, una familia de Dios, elegida por Dios, ¡no!

Le gustaría, en ese momento, ser uno más, pero ha ganado estos títulos porque sus amigos y conocidos le llaman así para animarlo, fortalecerlo ¡y no los malinterprete! ¡No saben qué decir, no saben cómo actuar y nosotros tampoco! ¡Recordar todo lo que pasamos no fue fácil! Sé que puede que

no sea fácil para usted en este momento, pero puedo decir algo que me hizo muy bien: ¡cuénteles todo a Dios! Seguro que lo entenderá. ¡Desahóguese, desgarre su corazón! ¡Él le apoyará y sostendrá! ¿Sabe por qué? Él también tiene “hijos especiales” y ¡somos todos!

Consejos

Si no tiene a nadie en su familia que tenga una discapacidad, no conoce o acaba de escuchar de alguien, piense bien al tratar con ellos, porque juzgarlos, tratarlos de manera diferente, hace sufrir a las familias y ¡los corazones se rompen! Recuerde: usted también es un “hijo especial” de Dios y él hizo todo lo posible para que volviera a ser perfecto. Nosotros los “padres especiales” definitivamente cambiaríamos de lugar con nuestros hijos, daríamos nuestra salud, ¡haríamos todo por ellos! “Pues si vosotros, siendo malos, sabéis dar buenas dádivas a vuestros hijos, ¿cuánto más vuestro Padre que está en los cielos, dará buenas cosas a los que le piden (Mateo 7:11)?” Y él lo dio todo, dio su vida, murió por nosotros, ¡para que pudiésemos ser perfectos!

No podemos llevar la perfección a nuestros hijos. Pero cuando les enseñamos acerca de Dios, a seguir su camino, en el entendimiento que tienen, en la capacidad de cada uno, adaptado de alguna manera, ¡les presentamos la esperanza de la restauración! ¡Nuestro enfoque no es este mundo!

¡Nuestra vida no puede detenerse ante un diagnóstico! ¡Sus vidas tampoco pueden detenerse! ¡Dios también tiene un propósito para ellos aquí! ¡Y gracias a Dios, la sociedad

y la Iglesia han estado mucho más abiertas a aceptarlos de manera inclusiva que en años anteriores! ¡Su familiar con alguna discapacidad tiene un lugar en nuestras iglesias y el Cielo también está reservado para él! ¡Necesitan saber esto!

Ahora mismo es el momento de poner los pies en la tierra. Siga toda la planificación de su vida y sus sueños. ¿Soñó usted con trabajar y renunció a eso por su hijo? ¡Intente adaptarse! Mantenga un trabajo en casa, continúe con su vida, ¡no hay necesidad de estancarse!

Si tuvo las dificultades y la tristeza de perder a su cónyuge por esta razón, ¡siga con su vida! En terapias hay otros padres con realidades muy parecidas. Allí intercambiamos ideas, información, podemos compartir nuestras inquietudes, expectativas y descubrimientos. Existen redes sociales, con grupos de padres y familias para tal fin.

Cuando llegue el período escolar de su hijo, permítale experimentar esta experiencia con sus compañeros. Los niños lo sorprenderán con la mentalidad inclusiva y de aceptación que tienen. Es diferente, se adaptará, ¡sí! ¡Y será muy bueno para todos en ese proceso!

¡No se desespere cuando note que su hijo no se ha desarrollado tanto como esperaba! ¡Lo más importante es que está vivo, amado y aceptado como es!

¡No lo prive de vivir! ¡No lo prive de tener una vida social! ¡Nunca lo prive de Cristo, que es el conocimiento principal y más importante que necesita tener para la eternidad! Permita experiencias, paseos, ¡siempre habrá algo que su hijo pueda hacer! ¡Siempre habrá algo en lo que pueda participar!



Vayamos juntos sin juicio, sin culpa, para llevar a nuestros hijos al pie de la Cruz. Allí, sí, habrá perfección, ¡habrá felicidad total para todos nosotros! Pero Dios tiene reservado el milagro que es el Cielo, ¡ya lo ha garantizado! Incluso si, como el apóstol Pablo, recibimos la misma respuesta: “Bástate mi gracia, porque mi poder se perfecciona en la debilidad” (2 Corintios 12: 9). ¡Así es exactamente como vivimos, como seguimos en familia! ¡Dios ha perfeccionado nuestro hogar en nuestra debilidad! Dios nos ha ido fortaleciendo en cada momento y, a través de mi debilidad, les informo que es posible vivir, seguir adelante, trabajar, tener otro hijo, seguir con la vida, predicar y testificar.

¡Usted también lo puede! ¡Tiene una vocación especial! Puede ayudar a otras familias, ¡sea una bendición contando su historia! ¡Puede estudiar y especializarse en el tema, ya que tiene experiencia práctica! ¡Cuántas madres y padres se superan a sí mismos, crean páginas en las redes sociales, donde relatan su vida cotidiana y sus vivencias; esto ha sumado y fortalecido a otras familias! ¡El solo hecho de que publique una foto de usted mismo interactuando con su hijo y viviendo la vida, siendo feliz con su familia es un gran testimonio!

¡No se desanime! ¡Hay un Cielo esperándolo para un encuentro especial con Dios que nos ama mucho! Él entiende más que nadie lo que es ser un “padre especial”. Como hijos “especiales” de Dios, tendremos más respeto, consideración y amor por todos los que nos rodean y que son parte de nuestra familia para presentárselos en el último día. ■



Giselli Belinassi de Sá, pedagoga, estudiante de posgrado en Neuropsicopedagogía y Psicología Familiar. Líder del Ministerio de la Mujer, AFAM y Ministerio Adventista de las Posibilidades de la Asociación Rio Sur de la IASD. Casada con el pastor Gustavo de Sá, madre de Giovanni y Giuliano.



ENFRENTANDO DESAFÍOS EMOCIONALES ANTE CRISIS FAMILIARES

por Dámaris Quinteros de Vallejos

Todas las familias experimentan crisis. Las crisis son parte natural del desarrollo de las personas y, también, de las familias. Pueden ser predecibles, como la llegada de un bebé, el comienzo de la vida escolar de un niño o el nido vacío. Ante ellos, podemos prepararnos con anticipación, por ejemplo, asistiendo a conferencias, leyendo manuales o buscando el consejo de otras personas que han pasado por situaciones similares.

Sin embargo, otras crisis son imprevistas o inoportunas para las familias, como la enfermedad de un hijo, un desastre

natural o la muerte de uno de los padres. Frente a ellas, nos sentimos desprotegidos y conmocionados, ya que pueden agotar por completo nuestras estrategias de afrontamiento, así como nuestros recursos económicos, sociales y espirituales.

Pandemia

El contexto de la pandemia de COVID-19 trajo crisis inesperadas para las familias. Enfrentarlas requirió la adaptación de cada uno de sus integrantes a una “nueva



normalidad". Han cambiado las reglas de convivencia, los roles familiares, la distribución de los espacios dentro del hogar, así como el tiempo que compartimos y los hábitos cotidianos. Cada familia tuvo que aprovechar sus puntos fuertes para sobrevivir. Y, por supuesto, también surgieron deficiencias y necesidades preexistentes en el sistema familiar.

Muchas familias fueron llevadas al extremo de la tristeza, la tensión y la perplejidad ante lo incontrolable, al ver cómo se diluían sus ahorros, estabilidad laboral y proyectos familiares, poniendo a prueba su fe. En estas circunstancias, los miembros de la familia pueden experimentar soledad,

desesperanza, ira, ansiedad, agotamiento, frustración, estrés o incluso depresión.

Sin embargo, en el desafío de superar una crisis, las personas y las familias pueden encontrar oportunidades de crecimiento y desarrollo. Incluso las crisis más extremas pueden brindar oportunidades para cambios positivos en las relaciones familiares, como la reconciliación y el fortalecimiento de la unidad en el hogar. Para ello, es necesario superar las fases de sorpresa, negación, resistencia al cambio o mal humor resultante de la transformación repentina de la realidad, dando paso progresivamente a la adaptación y reorganización familiar.

Epstein, Bishop y Baldwin (1982) hablan de las fortalezas que sostienen a las familias en tiempos de crisis. Esto les permite mantener la unidad, ser resilientes y superar el dolor y la pérdida. Mantener y desarrollar estas fortalezas evita el deterioro de las relaciones familiares, y las heridas emocionales que surgen de las crisis nos proyectan hacia el futuro con confianza. Ellas son:

Comunicación. Si existe una apertura entre todos los miembros de la familia para expresar ideas, sentimientos y vivencias cotidianas, de forma directa y clara, cada uno se sentirá seguro y libre para hablar sobre lo que le preocupa o lo hace feliz. Así, el grupo familiar se convierte en el contexto más seguro y empático en el que se puede descargar tensiones y recuperar el buen humor.

Contención y afecto. Cuando un miembro de la familia tiene un problema, los demás están dispuestos a escuchar con atención y brindar apoyo, sin parecer ridículos ni devaluar sus sentimientos. La contención también implica mostrar afecto, como tomarse de la mano, dar abrazos o tomarse un tiempo para consolar y animar a los miembros de nuestra familia.

Predicción. Las familias que planifican, ahorran y proporcionan alimentos, dinero, ropa y refugio experimentan menos estrés ante una eventualidad y resuelven los conflictos emocionales y las crisis de manera más eficaz.

Roles y tareas. La desorganización familiar crea tensión. Por lo tanto, las familias más funcionales tienen una distribución razonable y equitativa de las diversas tareas que existen dentro de una casa. Estas responsabilidades se entienden, aceptan y cumplen, lo que favorece la armonía, la higiene, el orden y el bienestar.

Vida espiritual fortalecida. White (2007) explica que las dificultades son inevitables para toda la humanidad, y es en casa donde aprendemos a desarrollar la paciencia, la gratitud y el amor genuino, incluso en los días más inciertos. Hábitos como el culto familiar y la devoción personal, donde se alaba al Creador, donde se revisan las promesas divinas y se estudian los eventos finales, pueden aumentar nuestra fe y alejar la incertidumbre, creando una atmósfera familiar de

esperanza y optimismo.

Así como encontramos fortalezas en los hábitos familiares, también existen prácticas que dificultan el afrontamiento de las crisis:

Egoísmo. Significa velar por tus propios intereses, dejando de lado el altruismo y la empatía. Ante una crisis, las personas pueden verse tentadas a buscar su propio bienestar y comodidad, incluso a expensas de otros miembros de la familia.

Desintegración. Comportarse como padres, madres o incluso hijos ausentes o indiferentes conduce a un debilitamiento de la unidad familiar. Los roles desorganizados, las relaciones caóticas y la negligencia para satisfacer las necesidades familiares reducen la fuerza del sistema familiar para enfrentar las crisis.

Problemas no resueltos. Los conflictos que no se resuelven en el momento oportuno, sino que se posponen o se ignoran, crean un ambiente inquietante y de desconfianza en la familia para resolver sus problemas actuales y futuros. Las

familias funcionales resuelven sus problemas a tiempo, sin postergarlos ni traspasarlos a quienes no corresponden. No se trata de no tener problemas, sino de evitar que se acumulen, se vuelvan más complejos o se arraiguen como parte de la convivencia.

Rigidez. Salir de nuestra zona de confort cuando vemos que nuestras rutinas han cambiado puede producir miedo y un sentimiento de rechazo. Esto puede llevar al estancamiento y a aferrarse inútilmente a un pasado que no volverá. Si bien se necesita tiempo para asimilar las pérdidas y adaptarnos a las nuevas realidades, es importante poner nuestra confianza en Dios y reestructurarnos rápida y funcionalmente.

Hoy enfrentamos una crisis de salud global, pero sabemos que vendrán otras crisis y nuestra familia necesita estar preparada y fortalecida. Cristo nos ofrece su ayuda y hará, en nombre de cada familia, lo que esté más allá de sus fuerzas, para que salgamos victoriosos aquí, pero aún más para obtener la victoria final. *“No temas, porque yo estoy contigo; no desmayes, porque yo soy tu Dios; yo te fortalezo, te ayudo y te sostengo con mi diestra fiel”* (Isaías 41:10). ■



Referencias:

¹ Ellen G. White. **O Lar Adventista**. Tatuí, SP: Casa Publicadora Brasileira, 2009.

² N. Epstein, D. Bishop e L. Baldwin. The McMaster Model of Family Functioning: A view of the normal family. In: F. Walsh (ed.) **Normal Family Processes**. New York: Guilford Press, 1982, pp. 15-141.



Dámaris Quinteros de Vallejos es doctora en Psicología Profesora de la Universidad Peruana Unión



UN LEGADO PARA NUESTROS HIJOS

por **Cuca Lapalma**

Si pudiera pensar rápidamente en los valores espirituales que desea que su hijo aprenda y practique a lo largo de su vida, ¿cuáles elegiría?

A educação espiritual de nossos filhos não acontece por acaso. Ela deve ser planejada, inclusive antes de a criança nascer. Planejar é “o processo e efeito de organizar os objetivos traçados com método e estrutura em um tempo e espaço.” Ela demanda pais que se dediquem intencionalmente ao desenvolvimento de valores que consideram fundamentais para seus filhos.

Talvez a lista de valores que vem à sua mente possa ser longa. Por isso, proponho a você desenvolver um valor espiritual que tenha alcance eterno, e ao mesmo tempo, englobe outros valores fundamentais: a mordomia. Na antiguidade, um mordomo era um homem contratado com a responsabilidadade de administrar uma propriedade ou o negócio de outra pessoa, pelos quais deveria prestar contas. Jesus usou essa figura em Suas parábolas e lhe designou um significado espiritual, entregando a cada um dos Seus seguidores a posibilidadade de reconhecer a soberanía de Deus e Seu direitode como propietario. Cada ser humano é um mordomo de Deus. A mordomia abrange tudo o que o homem é e tem. Ou seja, tudo que comprende a ciência da administração da vida que Deus lhe deu.

¿Qué otros aspectos de la mayordomía cristiana son importantes?

- Es Dios quien sienta las bases para la mayordomía.
- Surge de una relación de confianza con el Creador que nos permite aceptarlo como Dueño y Señor de nuestras vidas.
- Los mayordomos son socios de Dios, que viven fielmente y en unidad como miembros y líderes de la iglesia de Dios en todo el mundo.
- La mayordomía bíblica incluye diezmos y ofrendas, así como otros aspectos de nuestra vida: salud, tiempo, talentos, recursos y cuidado con la naturaleza.

Elena de White dice:

Todo lo que es bueno en la Tierra ha sido colocado aquí por la mano dotada de Dios, como una expresión de Su amor por el hombre. Los pobres son Suyos, y Suya es la causa de la religión. El oro y la plata pertenecen al Señor; y podría hacerlos llover del cielo, si quisiera. Pero, en cambio, hizo del hombre su mayordomo, confiándole recursos no para acumularlos, sino para usarlos en beneficio de otros. De esta manera, hace del hombre el medio por el cual distribuye sus bendiciones en la tierra”

(Consejos sobre mayordomía cristiana, p. 8).

Este ideal ¿se aplica solo a los adultos? ¡Claro que no! Los niños también pueden y deben aprender a ser mayordomos. Este aprendizaje puede llegar en cualquier momento de la vida. Sin embargo, la realidad muestra que, si se aprenden durante los primeros años, se consolidarán a lo largo de la vida y sentarán las bases de una relación de fidelidad a Dios, que se traduce en plena realización.

El ejemplo de los padres

Existe una relación interesante entre los miembros de la iglesia que vienen al bautismo gracias al discipulado de los padres y la membresía de la iglesia. Existe una menor tasa de evasión o salida por parte de los que se bautizaron gracias a sus padres, que supieron transmitir valores espirituales como parte de la herencia familiar, en comparación con los que llegaron por otros medios. La mayordomía es parte de esta herencia.

Los padres que saben ser ejemplos coherentes de lo que se espera de quienes aceptaron a Jesús se convierten en el sermón más impactante para quienes están dando sus primeros pasos en los caminos de Dios. Cuando le enseñe a su hijo a ser mayordomo, enséñele sobre obediencia, fidelidad, prioridad, humildad, gratitud, satisfacción, generosidad, gestión, planificación, entre muchos otros valores.

Ideas para enseñar mayordomía

1. Recursos

- Haga algunos ejercicios para que el niño pueda comprender completamente el concepto de diezmar. Utilice monedas u otros elementos. Tome una de cada diez y diga que aquella moneda pertenece a Dios. Las otras nueve deben manejarse con cuidado. De estas nueve también separan la ofrenda. Priorizar billetes y monedas en buen estado para entregar al Señor.
- Use una billetera especial o caja fuerte para que el niño

guarde el dinero de las ofrendas y del diezmo. Sea un ejemplo y recuerde tener el dinero todos los sábados para devolvérselo al Señor antes de ir a la iglesia.

- Reflexione con su hijo sobre textos relacionados con el tema, como: “Dios ama a los que dan con alegría”. Pídale al niño que explique con sus propias palabras o que haga un dibujo del significado.

2. Tiempo

- Diseñar y hacer cumplir rutinas. A los niños les va mejor cuando, desde pequeños, aprenden que todo tiene su tiempo y su lugar. Es importante establecer horarios para levantarse, comer, ducharse etc. El culto familiar y la devoción personal deben ser temas fijos en la agenda del día.
- Enséñeles la importancia del dicho “no dejes para mañana lo que puedas hacer hoy” y cuídese de los ladrones del tiempo (dormir demasiado, tecnologías, pasatiempos, etc.).

3. Cuidados con el cuerpo

- Enseñe y practique el concepto de que nuestro cuerpo es el templo del Espíritu Santo.
- Fomente el consumo diario de frutas, verduras y agua, limitando el consumo de alimentos ricos en azúcares, grasas y sal.
- Preséntele al niño una variedad de alimentos vegetales: cereales integrales, verduras, frutos secos, semillas.

4. Otros

- Fomentar el desarrollo y el descubrimiento de los dones espirituales, es decir, uno que el niño sepa hacer bien y pueda ser utilizado para alcanzar a otros para Cristo.
- Practicar actitudes que promuevan el cuidado de la naturaleza. ■

Referencias:

¹ Caterina Chen. **Planificación**. 21 de mayo de 2019. Disponible en: <https://www.significados.com/planificacion/>

² Autor desconocido. **Descripción de la mayordomía cristiana**. 1º de mayo de 2015. Disponible en: <https://revista.adventista.es/mayordomia-descripcion-de-la-mayordomia-cristiana/>



Cuca Lapalma es psicopedagoga.

PUENTES INVISIBLES, RESULTADOS POSIBLES

Pensar en las necesidades de los demás muestra respeto, empatía y compasión

por Jefferson Paradello

Cierre los ojos durante unos segundos. ¿Que vió? Probablemente nada. Eso es lo que hace mucha gente cuando se enfrenta a los problemas de otras personas. Pero, ¿se ha preguntado alguna vez cómo sería si no pudiera ver, caminar, hablar u oír? Cada día, miles de niños, mujeres, adolescentes, hombres de mediana edad o 20 años con algún tipo de discapacidad necesitan superar límites, prejuicios y obstáculos para poder hacer lo que otros hacen con facilidad.

Al tomar menos de tres minutos para ver el contenido a continuación, es probable que si aún no lo hace, comience a pensar de manera diferente sobre la realidad de las personas con discapacidades y, quién sabe, anime a otros a hacer lo mismo.

Cuidar de otra persona, aliviar su carga y trabajar para darles una vida mejor también es una forma de demostrar el verdadero amor por los demás. Por lo tanto, conozca siete buenas prácticas fundamentales para facilitar la vida a las personas con discapacidad. ■

Cuando esté en transporte público, ofrézcale su asiento a personas con discapacidad.



Al construir o renovar una propiedad, diseñe la acera para la movilidad de los usuarios no videntes y en silla de ruedas.



Al conducir, respetar el paso de peatones y dar preferencia a quienes tengan alguna dificultad para caminar.



Sea inclusivo. Acérquese e invite a actividades cotidianas o especiales.

Ofrézcase para realizar algunas tareas para personas con discapacidad.



Enseñe acerca de la Biblia y su mensaje basado en el amor a Dios y al prójimo. Comparta la esperanza de un mundo restaurado y perfecto.

Nunca juegue con la discapacidad de alguien. Fomente el respeto y anime a más personas a hacer lo mismo.





SALUD COMO ESTILO DE VIDA

por Marcello Niek

La salud es un estado de equilibrio, de bienestar, entre las diferentes dimensiones de la vida humana: física, mental y espiritual. Esas dimensiones constituyen los diferentes aspectos por medio de los cuales nosotros interactuamos con el mundo. Así, en la visión de salud integral, u holística, comprendemos que la interrelación entre cuerpo, mente y espíritu resulta en nuestra experiencia de vida. De esa forma, todo lo que hacemos interactúa en una reacción compleja para resultar en nuestra salud, que en última instancia es consecuencia directa de nuestro estilo de vida. Por eso, la Iglesia Adventista promueve un estilo de vida saludable por medio de los ocho remedios naturales de Dios, de manera más sencilla y natural posible para fortalecer el cuerpo, renovar la mente y santificar el espíritu.

Sin embargo, nuestro gran desafío es rescatar ese verdadero mensaje de salud, pues muchas personas construyeron un concepto equivocado, asociando salud con restricciones, prohibiciones, tristeza, críticas y antipatía. Necesitamos entender que no es así. La salud, por ejemplo, no es comida, sino un estilo de vida que también incluye la alimentación. Usted puede comer muy bien, divertirse, ser una persona feliz y agradable, dormir bien, estar dispuesto, y todo eso manteniendo una excelente salud. Por lo tanto, no es necesario que comamos mal, comidas sin sabor y nada atractivas para ser saludables: eso también es un engaño de Satanás.

Así, desgraciadamente, lo que existe hoy es una gran distorsión, donde todos recibimos todo el tiempo, un bombardeo de los medios de comunicación con una avalancha de mensajes que cambian lo correcto por lo incorrecto, los hábitos buenos por los malos, lo saludable por lo dañino, y para muchos cuidar de la salud no parece algo tan atractivo, incluso hay una creencia diseminada de que “todo lo que nos gusta hace mal”.

Por eso, lo más importante es conocer el verdadero sentido del mensaje de salud de la Iglesia Adventista del Séptimo Día: salud es una experiencia personal y única de santificación, que de manera gradual restaura en el hombre la imagen y semejanza de Dios, tal como en la creación, aunque limitados por el pecado. Cuando entendemos eso, nuestros ojos se abren de tal manera que comenzamos a comprender todos los aspectos de nuestra vida de manera dife-

rente, tridimensional e integral: cuerpo, mente y espíritu. Así, permitimos que Dios obre en nosotros tanto el querer como el hacer (Filipenses 2:13), para que comprobemos cuál sea la buena voluntad de Dios, agradable y perfecta (Romanos 12:2).

Entonces, el primer paso para una buena salud es entender el concepto de que nuestra salud es el reflejo de nuestros hábitos y que nuestros hábitos son el reflejo de nuestra mente; así, si usamos nuestro tiempo para llenar la mente con cosas buenas, tendremos hábitos buenos (Proverbios 23:7), y para cada hábito bueno que cultivamos ganaremos fuerza e interés para más hábitos saludables y la construcción de una buena salud: física, mental y espiritual. Pero, desgraciadamente, lo contrario también es verdad.

Entonces, cultivar hábitos buenos es esencial para ser una familia saludable y así disfrutar de una relación familiar mucho más enriquecedora.

CONSEJOS PRÁCTICOS DE SALUD

Comience con cosas sencillas y pequeñas, pero regulares.	Aumente el consumo de agua pura, con por lo menos ocho vasos por día; camine 15 minutos, por lo menos tres veces por semana.
Practique dos hábitos saludables, hábitos fáciles.	Coloque un bebedero de fácil acceso a los niños, saque las galletas dulces, dulces y golosinas de la vista; deje siempre algunas frutas disponibles; apague la TV y el celular una hora antes de dormir; oscurezca el cuarto y cubra las luces de los aparatos eléctricos.
Integre a la familia de manera divertida, dentro del gusto, interés y disponibilidad de cada uno.	Haga juegos saludables entre la familia; estimule entretenimientos y juegos de movimiento, elija opciones saludables dentro del gusto de cada uno por lo menos una vez por semana; premie los logros saludables de cada uno.
Elija un día de la semana para comenzar a hacer algo especial de salud con la familia.	Puede ser una caminata, una comida saludable, un paseo con la familia, un juego al aire libre, una visita al parque, una noche sin TV con la familia junta durmiendo en la sala más temprano. Integre a todos y mantenga el ritmo.
Elija un día de la semana para dejar de hacer algo especial de salud con la familia.	Elija algo (carne, fritura, gaseosa, celular, TV, etc.) y haga un día "libre" de eso. Lo importante es que la familia compre la idea de que por lo menos ese día, todas las semanas, todos juntos estén "libres" de eso que no es saludable.
Evite, dentro de lo posible el consumo de alimentos procesados e industrializados.	Cuanto más cerca del estado natural de los alimentos mejor; las comidas industrializadas son ricas en sustancias nocivas a la salud.
Use, dentro de lo posible, todo lo que pueda, alimentos más naturales e integrales.	Los alimentos naturales e integrales mejoran su salud, hacen que todos se sientan más livianos y dispuestos a ayudar a mejorar otros hábitos, ¡el ritmo!
Aprenda con buenos libros algunos consejos de salud y recetas.	<i>101 secretos para vivir mejor; El secreto de la salud; Salud con sabor; Siéntase bien.</i> (ACES)
Comparta sus experiencias con amigos y familia, creando una red de relaciones saludables que den más motivación.	Al compartir sus experiencias con otros, usted intercambia ideas y motiva, creando una cadena positiva de ayuda a los hábitos saludables de su familia. Ese debe ser un proyecto de todos.



Marcello Niek es médico y asesor estratégico en gestión de clínica hospitalaria



EN PRIMERA FILA

por Bruno Raso

La gente teme el fin del mundo, pero por otro lado, mantiene la esperanza en el futuro. El interés por el futuro está en su apogeo. A pesar de los desastres naturales, los conflictos, el hambre, las plagas y las pandemias, la tensión política mundial y una economía incierta, hay esperanza.

“Ven a ver el fin del mundo en primera fila”, decía el cartel en la península de Yucatán en el sureste de México, promovido en el día que marcó el final de uno de los ciclos del calendario maya, el 21/12/12, que desencadenó un boom turístico apocalíptico. Todo fue emocionante. Incluso los ocho mejores chefs del planeta organizaron la “Cena del Fin del Mundo”.

Biblia y fin del mundo

Hay otro fin del mundo anunciado y prometido por alguien que nunca falla. Pablo declara: *“Porque el mismo Señor con aclamación, con voz de arcángel, y con trompeta de Dios, descenderá del cielo”* (1 Tesalonicenses 4:16). Elena de White lo resume de la siguiente manera:

Pronto aparece una pequeña nube negra en el este,

aproximadamente la mitad del tamaño de la mano de un hombre. Es la nube que envuelve al Salvador (...) Jesús, en la nube, avanza como un poderoso conquistador (...) Ninguna pluma humana puede describir esta escena, ninguna mente mortal es capaz de concebir su esplendor (...) En las cabezas de los conquistadores, Jesús con su diestra pone la corona de gloria (...) Jesús abre de par en par las puertas perladadas, y entran las naciones que han observado la verdad. (Eventos finales, pp. 274, 282).

Protagonistas

No podemos presenciar el fin del mundo como espectadores en primera fila, sino como protagonistas. No habrá una última cena del fin del mundo, sino la primera comida del nuevo mundo. Debemos prepararnos como familia para participar como parte de la gran familia de Dios de todos los tiempos, en la verdadera cena de las bodas del Cordero y de la Iglesia.

“Porque el mismo Señor con aclamación, con voz de arcángel, y con trompeta de Dios, descenderá del cielo; y los muertos en Cristo resucitarán primero (1 Tesalonicenses 4:16).



Graciela fue parte de nuestro equipo de evangelización. Trabajó como una maestra bíblica dedicada y eficaz, apasionada por salvar a las personas y por el regreso de Jesús. Un día su padre descansó en el Señor. Tuvo que explicarle a su hijo de cinco años sobre la muerte de su abuelo. Ella le dijo así: "El abuelo durmió. Lo pondremos en una caja y lo guardaremos en un jardín". Entonces el niño preguntó: "¿Y cuándo se despertará?". Graciela respondió: "Se despertará cuando Jesús regrese". Lleno de esperanza, el niño gritó: "Entonces oremos para que Jesús venga esta tarde". ¿Estás orando para que Jesús venga esta tarde? ¿Te estas preparando? ¿Estás preparando a otros para el pronto regreso de Jesús?

¡Oh! ¡Cuán glorioso será verlo y recibir Su bienvenida como sus redimidos! Llevamos mucho tiempo esperando; pero nuestra esperanza no debe disminuir. Si solo podemos ver al Rey en su belleza, seremos bendecidos para siempre. (*Joyas de los testimonios*, v. 3, p. 181)

"Luego nosotros, los que vivimos, los que quedamos, juntamente con ellos seremos arrebatados en las nubes para recibir al Señor en el aire, y así estaremos siempre con el Señor" (1 Tesalonicenses 4:17).

Hace unos años, la prensa publicó unas declaraciones

del gran físico Stephen Hawking que revelaban su visión del futuro del mundo. Ciertamente, sus conceptos no son bíblicos. Fue uno de los mayores defensores de la teoría del "Big Bang" sobre el origen del Universo. Sin embargo, afirmó: "Veo grandes peligros para la raza humana. La solución es dejar el planeta. Si los seres humanos no abandonan la Tierra en los próximos cien años, serán una especie extinta".

Sin embargo, esta no es una solución fácil. Según él, el mayor problema serán las distancias. La estrella más cercana a la Tierra, después del Sol, está a más de cuatro años luz de distancia. La nave espacial actual tardaría cincuenta mil años en llegar allí. Sus palabras son provocativas y desafiantes, pero muestran que incluso aquellos que no aceptan la Biblia entienden y anuncian el fin de la vida en la Tierra.

¿Cuál debería ser nuestra actitud, dado que conocemos el Apocalipsis clara y profundamente? ¿No deberíamos buscar todos los medios para anunciar que lo que le sucederá a la Tierra ya está profetizado en la Biblia? ¿Es posible que las piedras hablen primero para que luego podamos cobrar ánimo?

Hawking, considerado uno de los físicos más importantes del planeta, solo ha logrado encontrar el problema. No necesitamos huir del planeta, ni naves para llegar al espacio u otros planetas para habitar. No debemos temer una invasión extraterrestre o soluciones complejas a las amenazas del futuro. Necesitamos conocer y creer en las orientaciones de la Palabra de Dios. Es fundamental confiar en que *"el Señor no tarda su promesa, como algunos la tienen por tardanza; sino que es paciente para con nosotros, no queriendo que ninguno perezca, sino que todos procedan al arrepentimiento"* (2 Pedro 3:9).

Nadie más que aquellos que han fortalecido sus mentes con las verdades de las Escrituras pueden permanecer en el último gran conflicto. A toda alma vendrá la prueba inquisitiva: ¿obedeceré a Dios antes que a los hombres? La hora decisiva está a la mano. ¿Están nuestros pies sobre la roca de la inmutable Palabra divina? ¿Estamos preparados para mantenernos firmes en defensa de los mandamientos de Dios y la fe de Jesús? (*El conflicto de los siglos*, p. 593)

Necesitamos poner nuestra esperanza en el regreso del Señor. Entonces viviremos en el Cielo por toda la eternidad. De esta forma, saldremos del planeta. No por manos humanas, sino guiados por el Señor.

Haz tu parte. Es hora de dejar este mundo y entrar en el nuevo mundo con tu familia para siempre.. ■



Bruno Raso, es pastor, Vicepresidente de la Iglesia Adventista del Séptimo Día para ocho países en Sur America

Tú mereces un NUEVO estilo de vida



Nuevo Tiempo
CANAL DE ESPERANZA



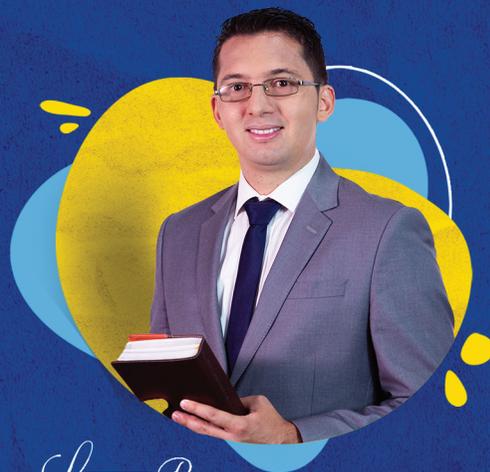
VIDA Y SALUD
Lun., miérc. y juev.



|entre·familia|
Lunes a viernes




**CONSULTORIO
DE FAMILIA**
Martes



Lugar de Paz
Lunes a viernes



**SUPER
Lycia**
Dios y la ciencia

Domingo

¡Tú mereces un NUEVO TIEMPO!

Sigue nuestra programación
en ntplay.com