Juventud

TU TIEMPO DE SER

No es fácil ser padres...
tampoco adolescentes

El aborto
y la Biblia

Fitocosmética: bella según la naturaleza

Texto: Humberto M. Rasi
Ilustraciones: Heber Pintos

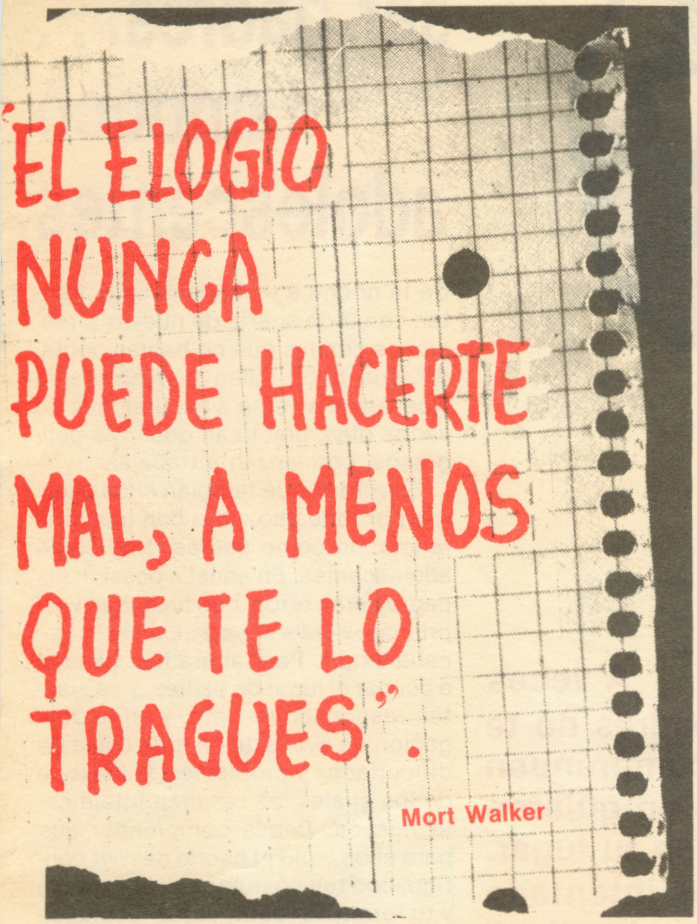
LA RESURRECCION DE JESUS

Resumen de lo publicado: Jesús nació en Belén alrededor del año 4 AC. Allí pasó su niñez y su adolescencia. Inició su ministerio terrenal después de haber vivido treinta años con sus padres. Transformar el agua en vino, en una fiesta de bodas en Caná de Galilea, fue su primer milagro. Escogió una docena de hombres que fueron sus fieles discípulos durante tres años y medio. Junto al Mar de Galilea, en el Sermón del Monte, les enseñó el Padrenuestro. En presencia de ellos hizo muchos milagros: sanó enfermos, alimentó multitudes, resucitó muertos, y enseñó por medio de parábolas. Envidiosos del éxito popular de Jesús, los judíos organizaron un complot para matarlo. El ministerio público del Salvador llegó a su fin cuando éste contaba con sólo 33 años. De allí en más sería traicionado, acusado, juzgado, muerto y resucitado.

(Continuará)

Entrelíneas

MODESTIA



Quiénes somos

JUVENTUD
Directora: Mónica Casarramona
Redactor: Hugo A. Cotro
Diagramador: Hugo O. Primucci
Fotógrafo: Ariel Lust

ACES
Gerente General: Roberto Gullón
Presidente del Consejo Editorial: Rolando A. Itin
Gerente de Comercialización: Arbin E. Lust

Quiénes nos distribuyen

ARGENTINA. BUENOS AIRES: Valentín Vergara 3346, 1602 Florida. Tel. 761-3647. BAHIA BLANCA: Villarino 39, 8000 Bahía Blanca, Buenos Aires. Tel. 24-280. CORRIENTES: Buenos Aires 1178, 3400 Corrientes. Tel. 24-072. CORDOBA: Avda. Sabattini 1680, Bº Maipú, 5014 Córdoba. Tel. (051) 23194. TUCUMAN: Avda. Mate de Luna 2399, 4000 San Miguel de Tucumán. Tel. 23-5472. **BOLIVIA.** LA PAZ: Rosendo Villalobos 1592, Casilla 355. Tels. 35-2843, 32-7244. SANTA CRUZ DE LA SIERRA: 3er. anillo externo, Avda. C. Cushing y Alemania, Casilla 2495. Tels. 3-2200, 3-2201. **CHILE.** ANTOFAGASTA: 14 de Febrero 2784, Casilla 1260. Tel. 2-4917. SANTIAGO: Sucursal Casa Editora: Santa Elena 1038, Casilla 328. Tel. 222-5948. SANTIAGO: Agencia: Porvenir 72, Casilla 2830. Tel. 222-5880. TEMUCO: Claro Solar 1170, Casilla 2-D. Tel. 3-3194. **ECUADOR.** GUAYAQUIL: Calle Tulcán 901, Casilla 1140. Tel. 36-1198. **ESPAÑA.** MADRID: Aravaca 8, Madrid 3. Tels. 91/2334-4238, 234-8661, 233-9037. **PARAGUAY.** Asunción: Kubitschek 899. Tel. 24-181. **PERU.** AREQUIPA: San Francisco 323, Casilla 1381. Tels. 23-9571, 23-3660. CHICLAYO: Alfonso Ugarte 1499, Casilla 330. Tel. 23-2641. LIMA: Jr. Washington 1807, oficina 502, Casilla 1002. Tels. 23-9012, 23-1361. PUCALLPA: Avda. Basadre Km 4.700, Casilla 350. Tel. 6914. PUNO: Lima 115, Casilla 312. Tel. 193. **URUGUAY:** MONTEVIDEO: Mateo Vidal 3211, Casilla 512. Tel. 81-46-67.

Quién nos edita

JUVENTUD (Marca Registrada). Editada mensualmente e impresa mediante el sistema offset por la Asociación Casa Editora Sudamericana, de la Iglesia Adventista del Séptimo Día, miembro de la Asociación Argentina de Editores de Revistas. Redacción, administración y talleres: Avda. San Martín 4555, 1602 Florida. Buenos Aires, República Argentina. Tel. 760-0416.
Domicilio legal: Uriarte 2435, 1425 Capital Federal.

Noviembre de 1988. — 12118 —

REGISTRO NACIONAL DE LA PROPIEDAD INTELECTUAL Nº 100676	CORREO ARGENTINO Suc. Florida (B) y Central (B)	FRANQUEO A PAGAR Cuenta Nº 199
PRINTED IN ARGENTINA		TARIFA REDUCIDA Concesión Nº 590

Te Proponemos

JUVENTUD, TU TIEMPO DE SER

AÑO 53 - Nº 11

2	LA RESURRECCION DE JESUS Humberto M. Rasi
4	NO ES FACIL SER PADRES. . . Bárbara Jurgensen
6	AL PUNTO
7	SPORTFICHA Gabriel Boleas
8	INTERCAMBIO
8	ONDAS
9	LOS MITOS DEL AMOR LIBRE — 2 Carlos y Carlota Salter
11	DESAFIO Héctor D. Pontigo
12	EL TIEMPO, ESE TRAIDOR Virginia Ursini
14	EL ABORTO Y LA BIBLIA Hugo A. Cotro
16	EL TREN QUE NUNCA LLEGO Ruth Y. Gómez H.
17	FITOCOSMETICA: BELLA SEGUN LA NATURALEZA. Dr. Marzio Pedretti

No es fácil ser padres... tampoco adolescentes

A veces tus padres no te comprenden o no quieren ponerse en tu lugar. ¿Has intentado ponerte en el lugar de ellos?

Bárbara Jurgensen

Padres, ¡uf!

Los padres se comportan a veces de formas muy extrañas. Cuando eras pequeño, siempre andaban detrás de ti diciéndote que te lavaras las manos y te peinaras. Ahora, si te ven delante del espejo, se ríen y te dicen que eres un presumido. ¡No hay quien los entienda!

En un momento dado se ponen furiosos porque dicen que eres demasiado independiente; un minuto después se quejan alegando que siempre estás "pegado" a ellos y que no eres suficientemente autónomo.

Te ridiculizan delante de tus amigos, no respetan tu vida privada; en fin, sólo parecen disfrutar amargándote la existencia y haciéndote la vida mucho más difícil de lo que ya es.

Y, ¿es a esto a lo que se llama "ser padres"?

¿No se dan cuenta de que los adolescentes también tienen sus propios sentimientos?

Sí, seguro que se dan cuenta. Pero están rodeados de tantos problemas, y preocupados por tantas dificultades, que la gran realidad de que tú eres un ser humano, con derecho a pensar, a sentir y a vivir por ti mismo, a veces parece quedar relegada a un segundo plano.

Lo cierto es que cuando los hijos se convierten en adolescentes, los padres se enfrentan a una situación completamente nueva, que la mayoría de las veces les resulta sorprendente e inesperada: sus niños queridos, buenos y obedientes, se convierten de golpe en adolescentes voluntariosos y difíciles de gobernar.

De la noche a la mañana se enfrentan con toda suerte de nuevas situaciones con las que no habían contado: sus hijos salen con chicas (o viceversa), asisten a excursiones de varios días, practican deportes peligrosos, comienzan a trabajar...

Es verdad que también ellos pasaron por todo eso, pero con una diferencia: no como padres, sino como adolescentes. En aquella ocasión los padres eran otros, que luchaban y reprimían, y era a ellos a quienes les tocaba exigir. Pero ahora han pasado a ocupar el lugar de padres, y se sienten responsables de ti, y en la obligación de ayudarte en toda clase de dificultades y problemas, la mayoría de los cuales les resultan totalmente nuevos. Debes comprender que para ellos, sólo el hecho de *vivir* contigo, con tus costumbres, tu música, y tu forma de vestir, ya les resulta difícil, cuando no frustrante. No hay que maravillarse, pues, de que algunas veces se muestren inquietos y preocupados.

Posiblemente pasaron a ocupar su posición de padres sin estar tan bien preparados como debió ser. Muchos padres arrastran consigo un lastre de problemas de su propia infancia y juventud; problemas que a veces se remontan a varias generaciones atrás, dentro de la tradición de la familia. Tienen todo tipo de temores. Están inseguros de sus propias ideas y valores, y posiblemente aún no han realizado un proyecto de vida que los satisfaga totalmente.

Por otra parte, tu crecimiento y desarrollo ha creado en ellos un sentimiento más vivo del dolor que produce en la vida la pérdida de las cosas que se quieren.

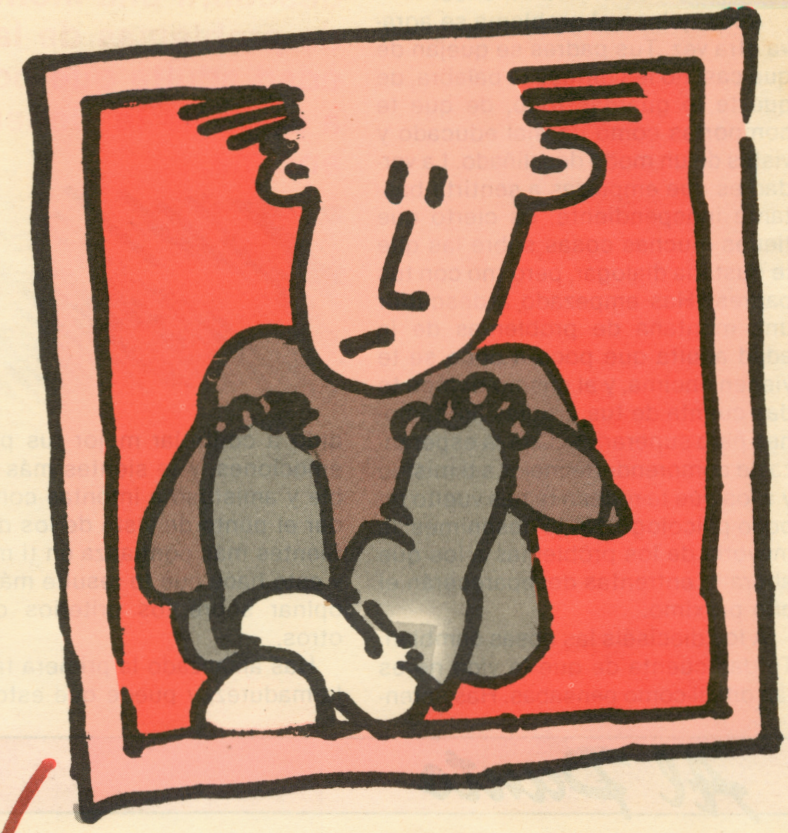
Para algunos padres, el darse cuenta de que sus hijos están creciendo también los hace caer en la cuenta de que están envejeciendo,

de que la vida pasa con rapidez; los enfrenta a la triste realidad de que los años pasan velozmente y aún no han alcanzado los objetivos que se habían propuesto en la vida, y que posiblemente ya no podrán alcanzar.

Ese sentimiento de frustración puede conducir a los padres a una ambición muy común: tratar de lograr por tu intermedio todo lo que para ellos fueron sueños imposibles. Y esto puede llegar a ser una verdadera fuente de problemas.

Otra de las razones que motiva muchas veces la intranquilidad y el desasosiego de tus padres son los comentarios de la prensa sensacionalista. En revistas y periódicos leen continuamente artículos en los que se afirma que los padres son responsables de todos los problemas de la juventud; que los padres son los culpables de la degeneración social; que para ser buenos padres tienen la obligación de luchar hasta el fin. Y esto los acompleja. En los días de tus abuelos, si Juan era un mal hijo, y se comportaba como tal, la culpa era del propio Juan, de nadie más. En nuestros días, tus padres son acusados por no haber sabido tratarte, educarte y encauzarte correctamente.

Así pues, debes enfrentar la realidad: Aunque seas un hijo modelo, un adolescente perfecto, tus padres seguirán viendo problemas en ti, enfrentándose contigo en casi todo. No importa lo que trates de hacer para complacerlos, no importa lo mucho que te esfuerces en tratar de ser un paradigma de adolescente, tus padres seguirán pensando que tus años de adolescencia son lo más difícil que ellos han tenido que enfrentar.



Adolescentes, ¡ay!

Así ves tú a tus padres. Ahora veamos cómo te ven tus padres *a ti*. Los años de la adolescencia no son fáciles. Puede que últimamente hayas crecido tanto que ya casi no te reconozcas a ti mismo. O quizá sea al revés, y tu crecimiento es tan lento comparado con el de tus amigos, que te hace sentir un poco niño cuando estás con ellos. Posiblemente el desarrollo físico te haya hecho adelgazar mucho y tengas piernas y brazos desgarbados. A veces te preguntas cómo te ven los demás, y te preocupas pensando si realmente llegarás a ser el tipo de hombre o mujer que anhelas.

Poco a poco te has ido sintiendo más filosófico y pensador. Te has dado cuenta de lo que significa ser uno mismo, separado del grupo que forman los demás. Ultimamente has empezado a preguntarte quién eres, qué es la vida y para qué estás en ella.

Y lo malo es que te enfrentas a estos problemas en un mundo que la mayor parte de las veces se te presenta poco amistoso, bastante hostil. Ciertamente la adolescencia puede llegar a ser una época de verdadera angustia. Y, a medida que la madurez se aproxima, la angustia aumenta. Te preocupa la posibilidad de tomar decisiones equivocadas —la carrera, el matrimonio, el trabajo, etc.— Dudas de tu capacidad para afrontar todas las responsabilidades de un adulto maduro y responsable.

Por esto quieres que se te comprenda, que se reconozca tu valor; que se den cuenta de que eres una persona capaz de asumir responsabilidades. Pero los que te rodean no parecen muy dispuestos a ayudarte.

Si tienes trece años, tus padres se quejan de que eres demasiado susceptible, de que no se te puede decir ni una palabra sin que te enciendas como pólvora. Por otra parte, alegan que eres poco comunicativo, que no les cuentas nada y que siempre respondes con monosílabos a sus preguntas. Posiblemente tú también te das cuenta de que no eres con los demás todo lo amable y simpático que deberías ser, pero ¡tienes tantas cosas en que pensar! que no te queda tiempo para soportar las tonterías de la familia.

Si tienes catorce, posiblemente ya habrás resuelto parte de los problemas que te preocupaban a los trece. Tu actitud hacia tus padres es más

serena, y también ellos parecen comprenderte mejor; se esfuerzan en ayudarte más y te critican menos.

A los quince el problema se agrava otra vez. Tus padres se quejan de que casi no les diriges la palabra, de que te lo guardas todo, de que te comportas como un mal educado y vistes de un modo desaliñado. La verdad es que empiezas a sentirte bastante independiente. Es cierto que tienes muchas cosas sobre las que te gustaría dialogar, pero ¡no con tus padres! Has empezado a descubrir una montaña de problemas de la edad adulta que poco a poco se te vienen encima, y al mismo tiempo te das cuenta de tus propias limitaciones para superarlos. Con la esperanza de comprenderte mejor a ti mismo y a los que te rodean te has vuelto un poco psicólogo. No te desanimes: la mayoría de los problemas a los que ahora te enfrentas desaparecerán el año próximo.

A los dieciséis las cosas cambian. Te das cuenta de que la vida no es tan difícil como pensabas. Has aprendido a controlar mejor tus propias emociones, y te sientes más sociable y amistoso e intentas comprender el punto de vista de los demás. Sientes más confianza en ti mismo, y esto hace que te resulte más fácil opinar sobre los criterios de los otros.

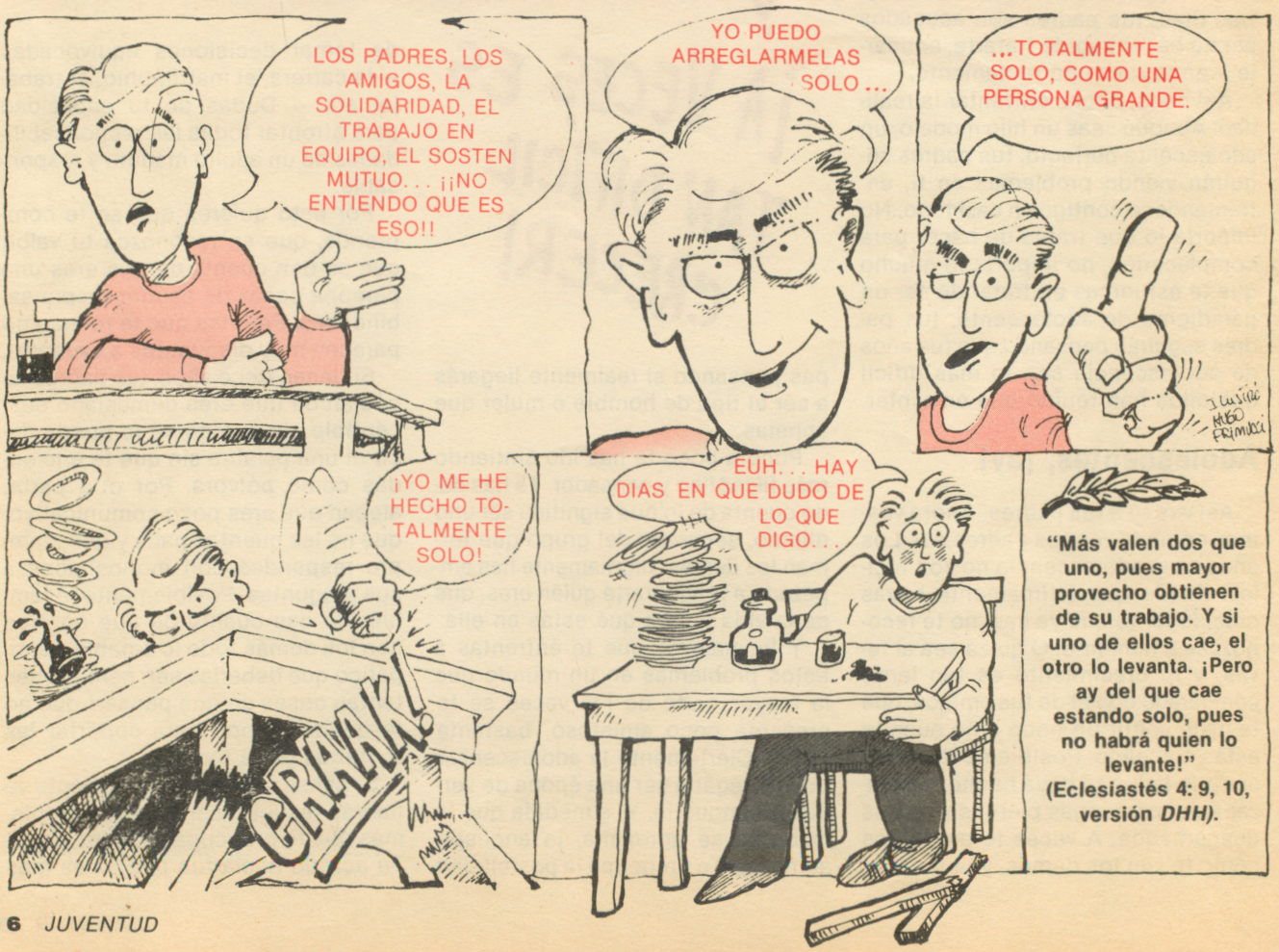
Has empezado a descubrir una montaña de problemas de la edad adulta que poco a poco se te vienen encima. . .

Has alcanzado la primera fase de la madurez, y puede que esto haga que tus padres, al darse cuenta de que ya no eres tan niño, abran un poco la mano, lo que motivará menos fricción y más comprensión. Cuando les expongas un problema, puedes confiar en que te tratarán como a un adulto. Poco a poco comprenderás que las restricciones y prohibiciones que te habían impuesto, en cierto sentido eran necesarias, y te sentirás agradecido por el mayor margen de libertad que te conceden. Aunque te resulte difícil aceptar las prohibiciones que todavía te imponen, poco a poco te darás cuenta de que tus padres, en el fondo, son bastante razonables, y de que se puede dialogar con ellos. Trata de acortar la distancia que te separa de ellos. No te arrepentirás.

Tal vez te sientas tentado a pensar que es demasiado difícil ser adolescente. Tienes razón. Pero recuerda que no es fácil ser padres de un adolescente. J

Adaptado del libro *Padres, ¡uf!*, de Editorial Clie.

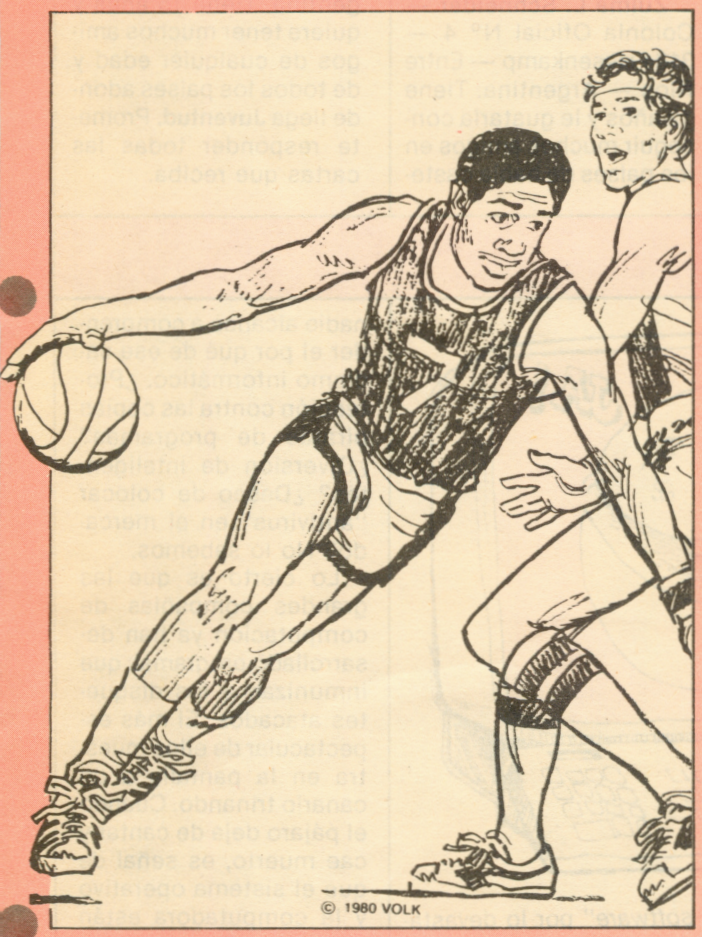
Al Punto — ¿Solo?



"Más valen dos que uno, pues mayor provecho obtienen de su trabajo. Y si uno de ellos cae, el otro lo levanta. ¡Pero ay del que cae estando solo, pues no habrá quien lo levante!" (Eclesiastés 4: 9, 10, versión *DHH*).

Basquet

Gabriel Boleas



El basquet fue inventado por el canadiense James A. Naismith, quien se desempeñaba como director de actividades deportivas en una organización juvenil de la ciudad estadounidense de Springfield.

Durante los fríos inviernos del noroeste estadounidense era necesario tener ocupados a los atletas, que, por causa de las heladas, no podían utilizar las canchas de beisbol ni de fútbol, y mantenerlos en buenas condiciones físicas.

Luego de pensar durante varias horas, James colocó dos cajas de duraznos vacías en los extremos del gimnasio, en las que los jugadores debían introducir el balón. Enseguida se dio cuenta de que existía una manera infalible de evitar tantos al equipo contrario: hacer un muro alrededor de la caja para que los adversarios no pudieran introducir el balón en ella. Para evitar esto, Naismith elevó las cajas más de dos metros y medio. Ese 20 de enero de 1892 se había inventado el basquet.

Con el correr de los años, las cajas fueron reemplazadas por aros de hierro adheridos a tableros de madera. Los aros estaban respaldados por una red, pero resultaba muy complicado sacar la pelota cada vez que se convertía un tanto, ya que había que subir a una escalera para poder llegar a ella. Muchos inventores idearon sistemas de "devolución del balón" pero ninguno resultó efectivo.

Un día, veinte años después del primer partido, un jugador cuyo nombre nadie recuerda, tuvo la ocurrencia de ¡cortar la base de la red!

Un encuentro de basquet se juega entre dos equipos de cinco jugadores en un terreno de 28 m x 15 m como máximo, y de 24 m x 13 m como mínimo.

Se trata de meter el balón en el aro del adversario. Gana el equipo que marque más puntos. Un partido se compone de dos tiempos de veinte minutos, con un descanso intermedio de diez minutos.

El basquet es uno de los deportes más completos que demanda un esfuerzo general del cuerpo. Fortalece brazos, piernas y tronco; desarrolla totalmente los sistemas energéticos; promueve el compañerismo y la conciencia de grupo (ventaja de los deportes de conjunto).

En un mismo partido, un jugador corre velozmente, salta para tomar el balón, lo lanza hacia el aro o a un compañero, decide la mejor opción de su jugada e integra a sus compañeros en una acción placentera y sana.

Actualmente, el basquet cuenta con una gran popularidad entre ambos sexos y todas las edades. Adaptado a las exigencias de un grupo, no sólo desarrolla nuestras facultades físicas sino también las mentales.

El basquet de alto rendimiento cuenta con una gran cantidad de competidores en todo el mundo. Estos, en condiciones normales, deben reunir características físicas definidas (por ejemplo más de 1,95 m de altura). Claro que hay excepciones: el jugador base de la selección *amateur* de los Estados Unidos mide 1,70 m.

Los equipos organizados entrenan toda la semana entre cinco y siete horas diarias, alternando el trabajo de campo con la preparación física. En ese país del norte existe una liga interna llamada NBA, compuesta por un grupo de equipos que compiten entre ellos durante el año. Es llamado con toda justicia el mejor basquet del mundo, pues es tan profesional que sus jugadores trabajan y viven de ese deporte percibiendo remuneraciones muchas veces superiores a las que se manejan en el tenis, fútbol, etc.

Ese basquet posee algunas modificaciones en el reglamento común y un 70% de sus jugadores es de raza negra (por su altura y destreza para el deporte).

En nuestros días, un director técnico no necesita ver jugar a un basquetbolista cuando está interesado en adquirirlo para su equipo; cada jugador cuenta con su ficha técnica, donde posee datos como: tiros acertados de tres puntos y de dos puntos, altura, pases dados correctamente, tiros libres encestados, etc. Todos los datos están agrupados por partidos.

Gabriel Boleas es maestro nacional de Educación Física y cursa el profesorado en la misma especialidad.

Intercambio

José L. Picasso — José Gómez 1385 — 3450 Goya — Corrientes — Argentina. Tiene 18 años y desearía intercambiar correspondencia con jóvenes y señoritas de cualquier edad y país, de habla castellana. Promete responder todas las cartas que reciba.

Lidia A. Peinepil — Julio A. Roca 376 — 9107 Dolavon — Chubut — Argentina. Tiene 18 años, le agradan la música y la poesía, y colecciona señaladores y calendarios de bolsillo. Le gustaría mantener correspondencia con jóvenes de ambos sexos, sin límite de edad, de toda América.

Sandra Fletcher — 19 Dean Clase — Treshom Estate — London E9 GES — Inglaterra. Desearía intercambiar correspondencia con jóvenes y señoritas sudamericanos, especialmente del Brasil.

Zulma L. Schneider — Colonia Oficial N° 4 — 3134 Hasenkamp — Entre Ríos — Argentina. Tiene 12 años y le gustaría conseguir muchos amigos en los países de habla castellana, por medio de la correspopndencia con chicos y chicas de su edad.

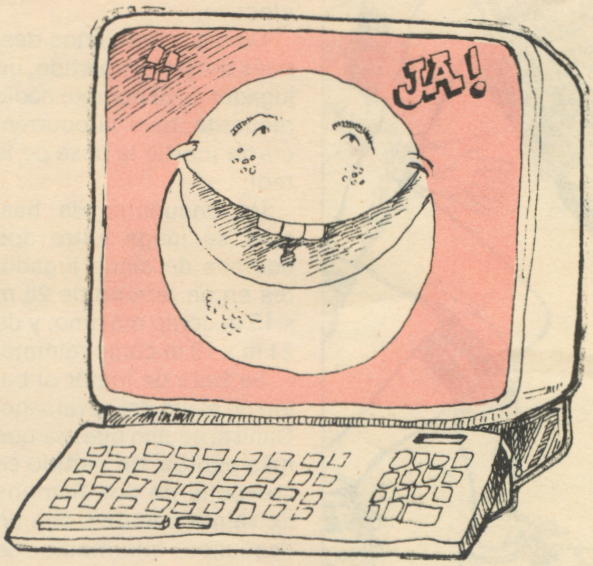
Olga A. Ojeda — Lavandeira 855 — 3240 Villaguay — Entre Ríos — Argentina. Tiene 15 años y quiere tener muchos amigos de cualquier edad y de todos los países adonde llega **Juventud.** Promete responder todas las cartas que reciba.

Ondas

El "SIDA" del *software*

El contador no pudo dar crédito a lo que veía. Estaba trabajando en su computadora personal, cuando, inesperadamente, sobre la verdosa pantalla del monitor, apareció la fantasmal silueta de un *pac-man,* simpático bichito computadorizado, semejante a los que aparecen en los videojuegos. Sin embargo. . . allí estaba; sonriente y movedizo sobre las columnas de un balance que debía ser entregado al día siguiente.

¿Un espejismo? ¿Locura informática o el síndrome de Tokomosho (afección que ataca a los operadores de computadoras)?. ¡Nada de eso! Algo mucho peor. El contador de nuestra historia acababa de perder ese y todos los trabajos que tenía almacenados en otros muchos disquetes, por culpa de un "virus" que desde hace meses aterra a especialistas europeos y norteamericanos: el "SIDA" de los programas de computación, un virus electrónico pergeñado por algún talentosísimo y perverso *hacker* (vándalo de la informática) que se



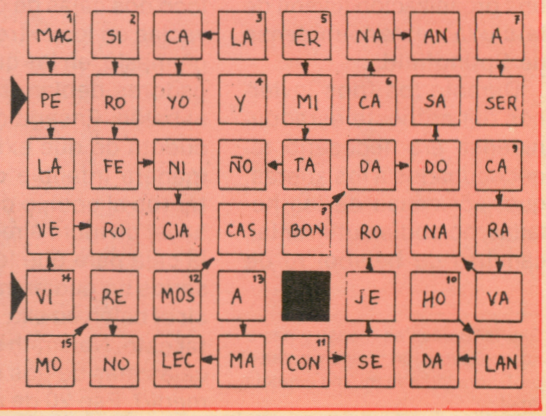
instala en los sistemas operativos de las computadoras e infecta poco a poco todos los programas que se utilicen en ellas, hasta que los destruye totalmente.

El *pac-man* desapareció de la pantalla, mientras el contador leía el mensaje titilante que le avisaba: "Te ha sucedido algo sorprendente. Tu computadora tiene el virus".

Esta peste electrónica primeramente se llamó "virus de Haifa" pues fue detectado por primera vez en esa ciudad israelí, pero la prensa mundial lo ha bautizado el "SIDA del *software*" por lo devastador y fulminante que resulta para los programas. Diariamente millones de datos son destruidos por este "virusware", sin que nadie alcance a comprender el por qué de ese sadismo informático. ¿Protección contra las copias piratas de programas? ¿Diversión de inteligentes? ¿Deseo de colocar "antivirus" en el mercado? No lo sabemos.

Lo cierto es que las grandes compañías de computación ya han desarrollado programas que inmunizan a los disquetes atacados. El más espectacular de ellos muestra en la pantalla a un canario trinando. Cuando el pájaro deja de cantar y cae muerto, es señal de que el sistema operativo y la computadora están atacados. Entonces comienza automáticamente un proceso de curación e inmunización de los disquetes.

Respuestas al Desafío



Juntos

Los mitos del amor libre - 2

En el número anterior de Juventud compartimos contigo la primera parte de este interesante artículo. Allí tuvimos oportunidad de analizar cuatro mitos acerca del amor libre, y ahora queremos entregarte los cuatro restantes. Seguramente éste será un aporte más a tu conocimiento en materia de sexualidad.

Quinto mito: El amor libre no implica ningún riesgo en nuestros días.

De acuerdo con esta opinión, la moral convencional pudo haber tenido un propósito en los tiempos pasados, cuando la sífilis era una enfermedad temida y a menudo fatal. Pero en la etapa temprana de la revolución sexual, quienes abogaban por el amor libre insistían en que tal justificación para la abstinencia ya estaba pasada de moda, que era un anacronismo, que las enfermedades venéreas no deben asustar a nadie hoy. La idea de muchos es que aun en el caso de que uno contraiga alguna de estas dolencias, con un poco de penicilina sería suficiente para deshacerse de ella.

La realidad ha demostrado ser muy diferente. En los últimos años se han observado más casos de enfermedades venéreas, y la aparición de dolencias de este tipo más temibles aún que las ya conocidas.

Las enfermedades sexualmente transmisibles han alcanzado proporciones epidémicas en los principales países del mundo. Se calcula que en todo el orbe, el número de personas que padecen de gonorrea asciende a los cien millones, para no hablar de otras enfermedades sexualmente transmisibles. En 1958 se descubrieron nuevas cepas de gonorrea que resistían a la penicilina y que sólo se doblegaban ante dosis elevadas de este antibiótico. Pero en 1976 apareció un tipo de gonorrea que es totalmente inmune a la penicilina, aunque es susceptible de ser atacada con otros antibióticos, que también están perdiendo eficacia frente a ella.

Además de la sífilis y de la gonorrea, existen otras enfermedades de transmisión sexual, muchas de ellas nuevas e incurables hasta el momento. Por ejemplo, la uretritis no gonocócica puede provocar la inflamación de los órganos sexuales, dolor, emisión de pus, y esterilidad irreversible. El herpes genital, generalmente incurable, se ha diseminado como un reguero de pólvora. El SIDA, aunque vinculado primariamente con individuos homosexuales de sexo masculino, puede aparentemente ser contagiado a las mujeres por hombres bisexuales. Como es sabido, esta terrible enfermedad destruye las defensas que permiten al organismo defenderse de las enfermedades y provoca la muerte generalmente en un plazo de dos años.

Todo indica que la sexualidad irrestricta no es apenas una diversión inofensiva, ya que puede conducir a una gran variedad de enfermedades dolorosas y letales. Por otra parte, la

Carlos y Carlota Salter son reconocidos investigadores y tienen publicados varios libros y artículos sobre educación sexual. Actualmente residen en Massachusetts, Estados Unidos. Traducción de Hugo A. Cotro.

continencia prematrimonial y el hecho de tener relaciones sexuales sólo con el propio cónyuge, siempre que ambos esposos estén libres de cualquier dolencia venérea, es una garantía de que no se contraerán enfermedades sexualmente transmisibles.

Sexto mito: El amor libre no hace mal a nadie.

Este es el argumento que usa por lo general una persona que pretende llevar a otra a la cama. Se trata de un argumento que depende de dos premisas que se dan por sentadas: Que nadie fuera de ellos dos será afectado por ese acto, y que no existe posibilidad alguna de que cualquiera de ellos dos resulte lastimado como consecuencia de esa experiencia.

Pero ambas premisas son falsas. Para empezar, un acto sexual puede tener repercuciones para muchas de las personas que rodean a los dos directamente involucrados. En el caso de que las familias de ambos se enteraran de lo ocurrido, ¿reaccionarían con sonrisas de aprobación, o lo harían menos positivamente? ¿Y la posibilidad, siempre presente según ya vimos, de que ese acto traiga a la existencia, extramatrimonialmente, a un nuevo ser humano? Si la mujer ya está embarazada y contrae una enfermedad venérea, ésta puede no sólo dañar seriamente sino matar a la criatura que lleva en sus entrañas. ¿Y los efectos que ese acto puede tener sobre un futuro cónyuge? Joseph Istvan y William Griffitt, de la Universidad Estatal de Kansas, descubrieron después de un estudio, que tanto los hombres como las mujeres con menor experiencia sexual consideraban a los más experimentados sexualmente como candidatos menos deseables para el noviazgo o para el matrimonio.

La otra premisa también es falsa. Cualquiera de los que participan del amor libre pueden resultar lastimados emocionalmente, sobre todo si siente que ha sido llevado por el otro a vivir esa experiencia contra su voluntad. Puede, además, surgir el sentimiento de culpa y el temor al embarazo o a contraer una enfermedad venérea. El resultado de la aventura puede ser el rechazo y la angustia. Una conocida autoridad en este terreno, Susan Graves, señala el hecho de que la revolución sexual ha causado tanta ansiedad por el óptimo desempeño sexual y por satisfacer las expectativas de los demás, que la depresión posterior al acto mismo es un fenómeno creciente.

Séptimo mito: El sexo hace que uno se transforme en un verdadero hombre o en una verdadera mujer.

Esta opinión contiene la idea implícita de que una persona virgen es inmadura o inferior a otra que es sexualmente activa. Sin embargo, la persona que está reservándose a sí misma para el matrimonio no está en absoluto dañando su sexualidad. Por el contrario, él o ella están en realidad incrementando el valor de esa sexualidad, considerándola como un tesoro que debe ser compartido solamente en el tiempo apropiado y con la persona apropiada.

Si la comprensión que uno tiene de sí mismo y la capacidad para ejercer el dominio propio diferencia a los seres humanos de los animales, eso significa que la actividad sexual irrestricta hace que uno se parezca más a un animal que a una persona.

En realidad, los hombres y las mujeres que están reservándose para una relación monogámica significativa son precisamente quienes tienen más madurez, independencia y dominio propio, quienes son verdaderamente hombres y mujeres. Tales personas son los ganadores y no los perdedores en el torneo del carácter y de la personalidad.

Octavo mito: Las relaciones sexuales prematrimoniales permiten a dos personas saber si son compatibles para el matrimonio.

Esta idea se parece mucho a la de querer probar un auto antes de comprarlo. Cuando se trata de objetos puramente mecánicos, tiene sentido probar el producto y ver si sus características y la manera en que funciona satisfacen nuestras expectativas. Pero, ¿son los seres humanos iguales que las máquinas? ¿Es el sexo sólo un acto mecánico?

Cuando alguien prueba un auto, éste no resulta afectado en lo más mínimo. Pero "probar" a una persona puede provocar ansiedad acerca del desempeño satisfactorio, una ansiedad que, paradójicamente, impida el desempeño satisfactorio. La "prueba" puede también acarrear duda y desconfianza.

Hay una pregunta que siempre es dejada de lado cuando se usa el ar-

gumento de este mito: ¿Y si uno de los dos llega a la conclusión de que ambos no son compatibles, mientras que el otro opina que sí lo son? Si esto ocurre —y ocurre— uno de los dos se sentirá defraudado, usado y rechazado, y deplorará haber participado en ese cruel experimento.

Aun en el caso de que ambos estuvieran de acuerdo en que son compatibles sexualmente y quisieran casarse, no hay indicio alguno de que la compatibilidad física pueda por sí sola mantener unidas a dos personas en el matrimonio. Cada uno podría quedar con un grande e incisivo interrogante: ¿Y si sólo se casó conmigo porque funcioné sexualmente? ¿Qué pasará si mi desempeño en ese aspecto no le resulta tan satisfactorio en el futuro?

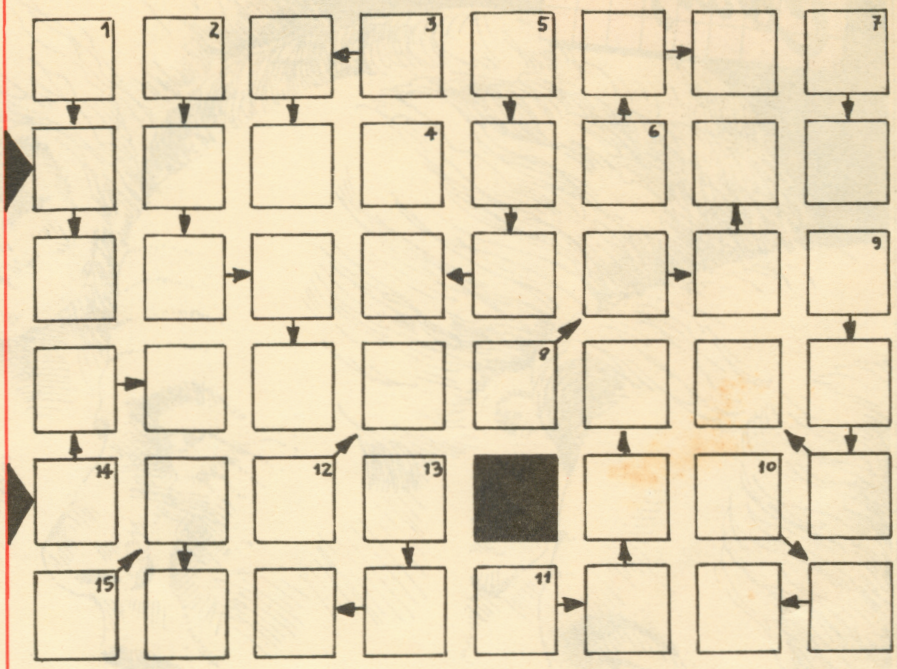
Es muy cierto que el grado de compatibilidad debe ser evaluado antes del matrimonio, pero hay maneras mucho mejores que el sexo para hacer esa evaluación. La compatibilidad entre los esposos está basada más en la armonía de sus respectivas mentes y personalidades que en la armonía de sus cuerpos. Por eso, las parejas de enamorados debieran considerar si sus escalas de valores, si sus maneras de ver la vida y si sus objetivos son suficientemente semejantes como para recorrer juntos el resto del camino.

Si se aman y están comprometidos el uno con el otro, después podrán resolver cualquier diferencia posible de actitudes o preferencias sexuales.

Douglas Heath encontró evidencia científica para esta premisa en un estudio que llevó a cabo durante trece años sobre un total de 59 hombres casados, y publicó sus conclusiones en su obra *Archives of Sexual Behavior* [Archivos de conducta sexual]. Heath encontró que el placer sexual se incrementó en los hombres que tenían con sus esposas relaciones maduras basadas en la comunicación y en el interés por el bienestar mutuo. Por el contrario, los hombres cuyos matrimonios estaban caracterizados por la inmadurez sufrían mucha más frustración sexual.

Felizmente, parece que la creencia en estos mitos está desapareciendo. Mucha gente está dándose cuenta de que la realidad es preferible a la fantasía, de que la calidad tiene más importancia que la cantidad, y de que el sexo significativo satisface más que el sexo mecánico. J

Desafío



Héctor D. Pontigo

Instrucciones

Escribe las palabras correspondientes a las definiciones dadas, colocando la primera sílaba de cada palabra en el rectángulo numerado que le corresponda y las sílabas restantes en los rectángulos indicados por las flechas.

Cuando hayas resuelto el desafío, en las columnas horizontales señaladas por las dos flechas que están en el margen izquierdo aparecerá una decisión de Josué contenida en su discurso final y registrada en el capítulo 24 del libro de la Biblia que lleva su nombre.

Encontrarás las respuestas en la página 8.

Definiciones

1. Nombre del lugar donde estaba ubicada la cueva en la que fue sepultada Sara.
2. Nacionalidad de una mujer cuya hija endemoniada fue curada por Jesús. El relato de lo sucedido se encuentra en el capítulo siete del Evangelio según S. Marcos.
3. Servidor. Criado. Antiguamente, nombre con que se conocía a cada uno de los dos soldados de a pie que solían acompañar a los caballeros en la guerra.
4. Letra con que se designa a uno de los dos tipos de cromosomas portadores de la información sexual hereditaria.
5. El que vive solitario y en un lugar apartado.
6. Nombre de la región prometida al Israel de antaño.
7. Nombre de uno de los hijos de Jacob.
8. Dícese de la persona que se caracteriza por su bondad.
9. Grupo de viajeros, peregrinos, mercaderes, etc., que atraviesan juntos una región.
10. Nombre de una de las naciones europeas conocidas como países bajos.
11. Persona que aconseja o que sirve para aconsejar.
12. Una de las plagas que asoló a Egipto antes del Exodo.
13. Nombre con que designa la Biblia (capítulo 17 del libro de Exodo) a la nación que peleó contra Israel en Refidim, que perdía mientras Moisés tenía los brazos en alto y que prevalecía cuando él los bajaba.
14. Terreno al que se trasplantan los arbolillos desde la almáciga.
15. Individuo de piel oscura.

Al Corazón

"Todos sabemos lo que es el tiempo hasta que nos vemos obligados a explicarlo". —Agustín de Hipona

Virginia Ursini

El tiempo, ese traidor

Muchas veces habrás oído decir a tus mayores que "el tiempo es oro" o "aprovecha bien el tiempo"; y otras tantas has dicho "no tengo tiempo". El caso es que todos *tenemos* tiempo: la duración de nuestra vida.

En los años jóvenes se tiene la impresión de que hay mucho tiempo, y se tiende a hacer las cosas sin apuro. Cierto es que hay cosas que no pueden hacerse en un tiempo menor que el estipulado, en eso tienes razón: casi no se puede apresurar la germi-

Virginia Ursini es antropóloga y trabaja en el Gabinete de Adolescencia del Hospital Español, Buenos Aires, Argentina.

nación de una semilla, el crecimiento de un niño, el desarrollo de la inteligencia. Es muy poco el tiempo que se puede ahorrar en estos casos.

Se cuenta que un emperador, que no tenía tiempo que perder a causa de sus muchos compromisos de Estado, encargó a los sabios más notables de su reino que resumieran toda la sabiduría del mundo y le presentaran un extracto, para que él pudiera aprender en poco tiempo.

Pasaron veinte años durante los cuales los sabios trabajaron alegremente y sin apuro. Al término de ese tiempo, fueron al palacio con toda la sabiduría condensada en cien tomos. El soberano los miró desconcertado:

—El resto de mi vida no alcanzaría para leerlos —dijo—. Deben resumir aún más.

Marcharon los sabios a condensar su resumen.

Pasaron otros veinte años más de trabajo denodado para resumir al máximo los cien tomos. Después de ese lapso se presentaron ante el rey con veinte tomos de concentrada sabiduría. El rey meneó la cabeza:

—Han tardado mucho, ya estoy en los umbrales de la ancianidad. Mi vista no resistiría la lectura de tantos libros. Condénsenlos todavía más, pero no se demoren.

Los sabios salieron tristes de la presencia del rey. Ellos también se habían convertido en ancianos y no habían logrado su cometido. ¡Toda la vida dedicada a una empresa desafortunada; tiempo perdido, que ya no se recuperaría! Sin mucho entusiasmo reiniciaron el resumen una vez más.

Cuando volvieron, después de otros veinte años de acelerada labor, el soberano se encontraba en su lecho de muerte. Al ver el único tomo que le extendió uno de los sabios, cerró los ojos y musitó:

—Dime pronto una frase que resuma ese tomo, así moriré contento.

Con lágrimas de amargura, el sabio murmuró algo al oído de su emperador, que ya agonizante no pudo entender.

Es posible que pienses que las tareas iniciadas en la juventud, de todas maneras se pueden llevar a cabo pues cuentas con mucho tiempo en el futuro. Cuando llegues a la edad adulta, te asaltará un sentido de urgencia, porque comprobarás que el tiempo es breve. La ancianidad dejará en tu boca el sabor amargo de la tarea inconclusa o sin hacer.

Esta curiosa leyenda nos sugiere algunas conclusiones. En primer lugar, el soberano otorgó tiempo ilimitado a los sabios; ellos lo usaron como mejor les pareció. Hicieron como tú o como yo: pensaron que tenían toda la vida por delante. Fueron despacio, de un modo rutinario, y tardaron mucho tiempo en hacer la primera parte de su tarea. Quizá les faltó estímulo familiar, disciplina, o tal vez se sentaron a ver cómo pasaban fugazmente los minutos.

La segunda vez que realizaron la tarea, la hicieron más rápido, ya que en el mismo resumieron cinco veces el original. Ya habían comenzado a tener la sensación de que el tiempo era breve, que transcurría más rápido. Como adultos comenzaron a tener otro concepto del tiempo: ya no era ese "infinito" futuro de la juventud, sino un perentorio plazo que los separaba de la vejez.

Así también nosotros muchas veces deseamos en nuestra adultez aprovechar el tiempo al máximo y lamentamos la forma en que lo perdimos en la juventud. Queremos llenar cada hora en forma positiva, obtener un saldo provechoso del balance de nuestra vida.

Lo realmente notable es que el tiempo transcurre siempre con el mismo ritmo. Todas las horas tienen sesenta minutos. Los años se suceden sin interrupción, sin que nuestra voluntad de que se acorten o que se extiendan pueda alterarlos. Entonces, la clave está *en nuestra forma de usar el tiempo.*

Algunos desperdician el tiempo de sus años jóvenes en irreflexivas andanzas o en una inconsciente pasividad; y al llegar a la madurez encuentran que nada hicieron y que el tiempo se les ha ido y los ha dejado con las manos vacías.

Como los sabios de nuestra historia, a veces comprendemos tarde que nuestro trabajo ha sido inútil; que el tiempo ya no vuelve; que la vida pasa inexorablemente.

El tiempo pasa para todos al mismo ritmo. De cada uno depende usarlo con sabiduría. Ni tú ni yo tenemos asegurada la vida ni el éxito. Quizá, a veces no te esfuerzes en aprovechar tu juventud porque temes sentir al fin de tus días que no te has "divertido". Si piensas así, no estoy de acuerdo contigo, yo creo que hacer bien las cosas, en el tiempo justo, es también divertirse. J

¿Tiempo físico o psicológico?

El tiempo es clave para nuestra existencia; pero, ¿qué es en realidad? Los pensadores antiguos lo equiparaban con el concepto de cambio. Las primeras colectividades humanas lo asociaban con la idea de ciclo. La idea de tiempo como una magnitud que puede medirse con precisión es aún más moderna.

Con los descubrimientos de Galileo en el siglo XVI, ya podía considerarse al tiempo como un fenómeno situado dentro del campo físico. Más tarde, Newton incorporó las leyes de la mecánica y determinó el tiempo absoluto, verdadero y matemático, concluyendo que transcurre uniformemente, por la fuerza de su propia naturaleza, sin depender de cosa alguna.

Con la teoría de la relatividad de Einstein (1905), el tiempo pasó a ser algo que depende del observador, del grado de sus movimientos, o de la gravitación que actúa en ese momento sobre él. En otras palabras, el tiempo universal pasó a ser tiempo flexible.

Causa vértigo pensar que hace solamente tres siglos el tiempo estaba fijado en una escala que podía ser abarcada por el hombre con sus sentidos y su capacidad de imaginación. En cambio, hoy el tiempo ha demostrado poseer dimensiones sobrecogedoras. Pero para nosotros sigue existiendo un gran enigma sobre el tiempo: *No es sólo algo que medimos, sino algo que sentimos.* Todos sentimos su inexorable marcha hacia el futuro. ¿Por qué nos parece que este río, en realidad tan uniforme, discurre a veces lento y con suavidad, mientras que otras se desata como un impetuoso torrente?

Es justamente aquí donde se encuentran la Física y la Psicología para descubrir la verdadera relación del hombre con el tiempo.

Con La Biblia

El aborto y la Biblia

Hugo A. Cotro

La Biblia nada dice acerca del aborto intencional, voluntario o como queramos llamarlo. ¿Qué orientación puede encontrarse entonces en la Escritura respecto del aborto? La orientación que resulta de ciertos principios atemporales enunciados en ella, y la de ciertos pasajes que, aunque no se refieren específicamente al aborto premeditado, arrojan luz acerca del concepto bíblico de la vida fetal, prenatal o intrauterina.

Allá lejos y hace tiempo

Para poder aprovechar al máximo la escasa información específica que contiene la Biblia acerca del asunto que nos ocupa, es necesario reconstruir el escenario en que se movieron los autores de cada una de sus partes, reconstruir con la ayuda de ciencias auxiliares como la arqueología, la historia, etc., el contexto social, las costumbres y las ideas de los grupos humanos que pisaron la tierra en un momento determinado de la historia.

Tierra fértil y mujeres fecundas

Desde la más remota antigüedad, el hombre se sintió fascinado por el entorno natural y los fenómenos que en éste acontecían (la tormenta, el rayo, la lluvia, el ciclo vital de la vegetación, etc.). Fue así que, como una manera de dar alguna explicación a estos fenómenos, de integrarlos coherentemente entre sí y de incorporarlos ordenadamente a su experiencia, los divinizó, imaginando que eran manifestaciones de la actividad de seres de otro orden, invisibles, superiores a él, aunque dotados de una personalidad semejante a la humana, con pasiones, debilidades, sentimientos y emociones, y capaces de relacionarse con sus pares básicamente de la misma manera en que lo hacían los humanos entre sí.

Surgió así una serie de actividades, de técnicas rituales, ideadas con el propósito de relacionarse apropiadamente con los dioses que presidían los distintos fenómenos naturales, de influir sobre ellos y de modificar los eventos en beneficio propio, tanto como fuera posible.

Los distintos grupos humanos que en su nomadismo finalmente dieron con un lugar cuyas caracte-

rísticas pudieran garantizarles la subsistencia, se sedentarizaron y se dedicaron primordialmente a la agricultura.

Procesos como la siembra, el crecimiento de la vegetación y la cosecha no tardaron en ser asociados con fenómenos no menos misteriosos y muy semejantes a aquéllos: la copulación (comparable a la siembra y a la lluvia), la concepción (germinación), la gestación (maduración) y el nacimiento (cosecha).

Tanto la mujer como la tierra producían vida y nutrían a sus criaturas. De ese modo, mujer y tierra fueron divinizadas y asociadas dando lugar a costumbres remotas, atestiguadas por la arqueología, muchas de las cuales sobreviven en culturas autóctonas contemporáneas, tales como la de dar a luz en el suelo, o hacer el gesto de depositar sobre la tierra al recién nacido.

Sólo la mujer compartía con la madre tierra el secreto de la vida. El hombre era al mismo tiempo hijo de una mujer e hijo de la tierra, de la que consideraba que provenía, la que lo alimentaba con sus frutos, y a la que retornaba en ocasión de la muerte. El Rigveda (del sánscrito *veda:* el saber, el conocimiento), compilación de poemas sagrados compuestos por los antiguos hindúes entre los siglos XV y IX AC, se refiere al hombre y a la muerte en los siguientes términos: "Arrástrate hacia la tierra, tu madre".

Esa religiosidad de estructura agraria se difundió de tal manera, con lógicas variaciones y adaptaciones locales, que constituyó durante milenios un factor común de sociedades rurales tan distantes entre sí como las del Mediterráneo, India y China, que compartían los mismos dioses con distintos nombres. Por ejemplo, la Afrodita griega, diosa del amor, de la fertilidad, de la maternidad, no es otra que la Astarté o Ishtar de los cananeos (fenicios y sirios), y la Venus de los romanos.

En resumen, para los pueblos de la antigüedad, todo lo relacionado con el sexo y la procreación eran acontecimientos sagrados, divinos.

Fertilidad = gozo supremo + aprobación y bendición de Dios

Los hebreos no eran la excepción a la regla en lo que al concepto de la procreación se refiere. Para ellos, la cantidad de hijos, sobre todo si eran varones, estaba en proporción directa con el favor y las bendiciones de Dios (Salmos 127: 3-5). Cuantos más hijos tenía una mujer, más segura se sentía de estar contando con el favor de Dios (Génesis 24: 60).

Para los pueblos de la antigüedad, todo lo relacionado con la procreación era sagrado.

Además, la procreación garantizaba a la mujer el reconocimiento de la sociedad y la profunda estima de su esposo, para quien un hijo constituía el regalo más preciado que su esposa pudiera hacerle.

Esterilidad = desgracia + desaprobación y castigo de Dios

Por el contrario, la esterilidad era considerada por la mujer y por la sociedad toda como una gran desgracia, como responsabilidad directa de Dios, como un castigo por alguna gran falta cometida. Los hebreos concebían a la fertilidad y a la esterilidad en términos forenses, judiciales: la primera significaba absolución o reivindicación divina del buen nombre, la segunda significaba sentencia de culpabilidad (Génesis 29: 31; 30: 1, 2, 6, 12, 13, 17, 18, 22, 23; 1 Samuel 1: 5-7, 19).

Y a esa carga de angustia y de culpa artificial, la mujer estéril debía sumarle el bochorno de tener que convivir con una concubina que diera hijos a su esposo (Génesis 16: 1-5; 1 Samuel 1: 1, 2, 6, 7). En la época de Jesús, después de diez años de vida conyugal sin hijos, el marido estaba obligado a tomar para sí una segunda esposa.

¿Y si fuera el Mesías?

Otra razón por la que el fruto del vientre era tan sagrado para los antiguos hebreos era que toda mujer encinta podía tener en sus entrañas al Mesías prometido ya a Eva (Génesis 3: 15).

Leyes y leyes

En el antiguo Oriente, entre pueblos como el sumerio, el asirio y el hitita, existía por lo menos desde el siglo XX AC una cultura jurídica común, con sus lógicos préstamos, variantes y adaptaciones, de la cual el famoso código del rey babilónico Hammurabi, que data del siglo XVII AC, constituye el ejemplo más notable por su extensión y pormenorización.

Este código estaba adaptado a las necesidades de una cultura urbana, sofisticada (con tres clases sociales), de economía predominantemente mercantil y muy desarrollada como la de las ciudades del sur de la Mesopotamia.

Existen notables semejanzas entre este código y las leyes civiles contenidas en el Pentateuco (escrito alrededor del siglo XV AC), una semejanza para la que la mejor explicación parece ser un origen común. Pero si bien existen similitudes entre ambos grupos de leyes, el código civil israelita contiene ciertos elementos distintivos que son inéditos en todo el antiguo Cercano Oriente y en los que puede leerse el sustrato moral monoteísta de Exodo 20: 3-17: la igualdad de todos los hombres ante la ley, la extraordinaria benevolencia y consideración en el trato de quienes servían transitoriamente como esclavos (Deuteronomio 15: 12-14; Exodo 21: 26), el concepto sagrado de la paternidad (los babilonios cortaban la mano del que golpeaba a su padre, los hebreos ejecutaban a quien golpeaba a su padre o a su madre, Exodo 21: 25), el concepto sagrado de la vida (si el animal de una persona mataba a otra por negligencia reiterada de su dueño, los balilonios cobraban una multa al negligente, los hebreos lo ajusticiaban, Exodo 21: 29).

¿Qué tiene que ver todo esto con el aborto? Mucho, pues demuestra que si bien la vida y la procreación

eran de gran importancia para todos los pueblos del antiguo Oriente, lo eran aún más para los hebreos.

Entre los asirios, la mujer que abortaba deliberadamente, que se provocaba a sí misma un aborto, era condenada a muerte.

Si bien es cierto que el antiguo código civil israelita no se ocupa del aborto voluntario, después de todo lo dicho, lo más probable es que ese silencio obedezca a que el aborto voluntario era sencillamente algo impensado para los hebreos, algo acerca de lo cual no hacía falta legislar, algo condenado tácitamente.

A manera de reflexión, vale la pena ver el concepto que los hebreos de la antigüedad (siglos IX y X AC) tenían de la vida intrauterina o fetal:

"Tú (Dios) hiciste todas las delicadas partes internas de mi cuerpo y las uniste en el vientre de mi madre... Maravillosa es la obra de tus manos... Tú estabas presente cuando yo estaba siendo formado... Tú me viste antes que yo naciera... antes que comenzara a respirar" (Salmos 139: 13-16, paráfrasis *La Biblia al día).*

La Biblia y la vida intrauterina o fetal

Las Escrituras contienen algunos pasajes que se refieren a la vida intrauterina en términos que no parecen dejar dudas acerca del valor que ella tiene para Dios. Uno de ellos es el siguiente:

"Entonces me fue dirigida la palabra de Yahvéh en estos términos: Antes de haberte formado yo en el seno materno, te conocía, y antes que nacieses, te tenía consagrado: yo profeta de las naciones te constituí" (Jeremías 1: 4, 5, *Biblia de Jerusalén).*

Si bien la Biblia no condena expresamente el aborto, una cosa es cierta: no lo aprueba. A la luz de lo visto, parece sensato concluir que si ella no se ocupa del asunto es porque al pueblo hebreo que vivió en la antigüedad, la sola idea del aborto intencional le resultaba lo suficientemente descabellada y sacrílega como para que hiciera falta legislar sobre el particular. J

Por razones de espacio no hemos consignado aquí la bibliografía consultada para este artículo. Si la deseas, pídela por correo a nuestra editorial y con gusto te la haremos llegar.

Por Eso Creo

El tren que nunca llegó

Ruth Y. Gómez H.

Era pleno invierno. El viento helado congelaba el vapor de la respiración y la neblina pintaba el paisaje de una aletargada monotonía gris. Sólo la idea de tener que salir de casa hacía cambiar cualquier plan.

A pesar de las inclemencias climáticas, la alegría era completa en el hogar de la familia Hernández. ¡Qué felicidad sentían los padres al ver que cada uno de sus nueve hijos crecía sano y lleno de aspiraciones! Pero aún les quedaba a todos mucho por recorrer: algunos de los hijos eran niños y otros adolescentes; tenían que estudiar, labrarse un futuro, modelar el carácter... Eso requería mucho esfuerzo, mucho amor, mucha fe. ¡Cuántos desvelos, cuántas lágrimas, pero a la vez, cuánta esperanza!

Ese día, Silvia, la hija mayor, debía regresar al colegio con internado de una ciudad del sur chileno donde cursaba sus estudios secundarios. Aunque el frío era intenso, los niños esperaban ansiosos para poder acompañar a Silvia a la estación del ferrocarril. ¡Qué importaba el frío si el corazón estaba lleno de amor! Silvia era una hermana muy querida por todos y por nada del mundo dejarían de ir a despedirla.

—Puedes ir en ese tren, Silvia —le dijeron—. Al ser expreso va directo y llegarás antes al colegio. El valor del pasaje es el mismo, y para abordar el tren ordinario debes esperar una hora más.

—Tienen razón —dijo Silvia—. Viajaré en este tren. Ya debo subir. ¡Adiós!

Ya en el tren, Silvia acomodó sus valijas y abrió la ventanilla para despedirse por última vez de sus amados. Vio a sus hermanitos tiritando; sus escasas ropas, sus narices rojas y sus barbillas temblorosas le produjeron una profunda pena.

—Eliana, lleva pronto los niños a casa, ¡están temblando! —rogó Silvia a su hermana.

—No, no, no —gritaron todos a coro—. Queremos estar aquí hasta que parta el tren.

En ese momento se anunció la partida del expreso y el tren comenzó a ponerse en marcha. Algo extraño pasó con Silvia: rápidamente tomó su valija y descendió de un salto.

—Pero, Silvia, ¿te volviste loca? ¿Por qué bajaste?

—Perdonen... no sé qué me pasó; sentí muchos deseos de bajarme. No sé por qué.

Una hora más tarde Silvia abordó el tren ordinario, para alivio de todos sus hermanos que ya anhelaban volver a casa.

Poco antes de llegar a destino, el tren se detuvo en una pequeña estación. Al preguntar por qué no avanzaba, Silvia se informó de que el tren expreso había tenido un grave accidente y deberían transbordar a otro convoy porque las vías estaban rotas.

Después de aguardar más de una hora siguieron camino por la vía paralela. Cuando pasaron junto al tren accidentado, Silvia sintió un nudo en su garganta. ¡Qué terrible impresión! La valija se le cayó de las manos: el vagón en el que ella había subido unas horas antes estaba totalmente destruido, lleno de muertos y heridos.

Se le llenaron los ojos de lágrimas y el corazón de agradecimiento. Al verse sana, ilesa, comprendió que la fe de sus padres no era vana. Recordó la oración que todos juntos habían elevado pidiendo a Dios que la cuidara. Y allí estaba la respuesta.

El matrimonio Hernández tuvo la alegría de ver a sus nueve hijos adultos, felices, profesionales. Puedo dar testimonio de esto porque Silvia es mi madre, y he visto en su vida, en la de sus padres y hermanos y en la mía propia el poder de la oración. Por eso, CREO EN DIOS.

Ruth Y. Gómez H. escribe para **Juventud** desde Temuco, Chile.

Fitocosmética: bella según la naturaleza

Mi Cuerpo

Ariel Lust/ACES

Hasta no hace mucho tiempo, un rostro bello era concebido sólo al agua y jabón. Se trataba de una belleza espontánea, innata, privada de todo artificio. Con el tiempo se entendió que era posible mejorar los rasgos del rostro y de la misma persona confiándose a los cuidados de la estética, y en ciertos casos, a los del médico o cirujano. Esta reforma estética ha hecho que la concepción de la belleza cambie totalmente. Hoy, ninguna mujer puede ser considerada fea, porque cada una tiene algún rasgo que destacar y por el cual hacerse valer: la luminosidad de los ojos, un perfil bien logrado, una cabellera sedosa, etc.

Dr. Marzio Pedretti

Con el redescubrimiento de la fisioterapia y de la herboristería, se ha registrado en este último decenio un gran desarrollo de la fitocosmética o cosmética vegetal. Esta consiste en el empleo de vegetales —hierbas, flores, semillas, frutos, cortezas, raíces, etc.— como tales o de sus extractos y derivados —infusiones, cocciones, aceites, jugos, pulpas, extractos, tinturas de base, macerados glicerinados, etc.— en la práctica del embellecimiento personal (la palabra cosmético deriva del griego *kosmein* que significa adornar, embellecer). Tales cosméticos destinados a la belleza del cuerpo reciben el nombre de fitocosméticos.

Marzio Pedretti es médico, especialista en cosmetología y asesor de la revista italiana *Vita e Salute*. Traducción de Mónica Casarramona.

La fitocosmetología, ciencia que aplica la fitología a la cosmética, busca constantemente adquirir y aplicar los conocimientos científicos relativos a la formación y acumulación de sustancias cosmetológicamente útiles presentes en las plantas. La fitocosmética contrasta fundamentalmente con la cosmetología, pues ésta usa exclusivamente compuestos químicos *sintéticos,* que han sido tantas veces responsables del deterioro de la belleza natural más que de su mejoramiento.

Ventajas de los fitocosméticos

Hemos mencionado los cosméticos vegetales como opuestos a los cosméticos químicos *sintéticos,* porque los productos vegetales son elaborados por la química de la naturaleza. En tal sentido, éstos presentan notables ventajas, como la inocuidad cutánea y fisiológica, la ausencia de efectos secundarios indeseados, y una ortodermia (piel sin problemas) superior.

El léxico propio de la fitocosmética evidencia cierta fascinación por la naturaleza, cierto ligamento instintivo y primordial con el mundo vegetal, con la salud y la belleza del cuerpo.

Por último, la fitocosmética relaciona la belleza humana con el mundo agreste de las flores, de las tintas policromas, de los frutos carnosos, y de las hojas de formas variadas, con un mundo en el que la idea de lo bello se presenta súbitamente a la mente como obvia, lógica y evidente.

Pero, además de estos aspectos de valor estrictamente psicológico, en la cosmética vegetal se puede individualizar un elemento más sustancial: la contribución que en materia de eficacia pueden hacer los principios activos de las plantas a un preparado cosmético. Los principios activos de las plantas constituyen una fuente preciosa e inagotable de sustancias funcionales, a menudo inimitables y originales, que el hombre ha descubierto gradualmente mediante un incesante proceso de ensayo y error que es tan antiguo como el hombre mismo.

Contribución de la investigación científica

Hoy, el estudio de las propiedades cosméticas de las plantas no se fundamenta más en el empirismo, sino que es confiada a modernos laboratorios de investigación, dotados de diestros químicos, biólogos, fisiólogos y dermatólogos. Actualmente, de un arte de aplicación del cosmético hemos pasado a la cosmetología, una ciencia que estudia la acción de los cosméticos sobre el cutis y sus zonas anexas. Crear belleza ya no es solamente arte y cultura, sino ciencia.

La eficacia cosmetológica de los fitocosméticos más calificados del mercado es puesta a punto mediante métodos de evaluación muy completos y objetivos. Esto ha llevado a una fase de notable evolución y desarrollo de la especialidad. Del mismo modo, el proceso productivo del cosmético está lleno de continuos controles de calidad que garantizan la confiabilidad del producto final.

Virtudes cosméticas de las plantas

Los vegetales deben su indiscutida propiedad cosmética no a una virtud mágica propia de los gnomos o hadas, sino a compuestos químicos elaborados por el metabolismo vegetal y dotados de una funcionalidad cutánea.

Los estudios que tienen que ver con la extracción, el tratamiento y la estandarización de los principios activos, han permitido llevar a cabo una experimentación muy amplia y pormenorizada, por lo que a veces se emplean principios activos purificados (azuleno, alantoína, fosfatidilcolina, etc.) mientras que en otras ocasiones se prefiere utilizar el complejo químico organizado por la planta (fitocomplejo) bajo la forma de extracto integral.

En el primer caso, estamos frente a compuestos bien caracterizados desde un punto de vista estructural, estables y de eficacia constante en el tiempo, mientras que en el segundo, el químico cosmetólogo dispone de una materia prima que posee una escasa identificación físico-química, pero que no por eso carece de interesantes propiedades cosméticas.

En ambos casos, seleccionando cuidadosamente los conocimientos derivados del uso —tanto experimental como tradicional— de las plantas en la dermatología y la cosmética, la moderna investigación en este campo ha extraído criterios para su em-

Sustancias de interés cosmético presentes en las plantas

Sustancia	Actividad dermofuncional	Planta
Pectina	Protectora, suavizante, hidratante	Manzana, limón (pulpa), naranja (pulpa)
Mucílago	Hidratante, emoliente, descongestionante, protectora	Lino, malva, áloe, alga, liquen
Lípidos	Nutriente, emoliente, filtrante de rayos UV	Oliva, almendra, lino, girasol, sésamo, germen de granos, palta
Oleos esenciales	Estimulante, limpiadora, refrescante, desinflamatoria	Manzanilla, romero, salvia, lavanda, limón, menta, eucalipto, bergamota
Sales minerales	Nutriente, reconstituyente	Jugos de frutas y verduras
Vitaminas	Nutriente, reconstituyente activante	Oleaginosas, levadura de cerveza, zanahoria, germen de granos, jugos de frutas y verduras
Enzimas	Tonificante, queratoplástica, alisante	Papaya, higo, ananá
Aminoácidos	Protectora, nutriente	Jugos de frutas y verduras
Naftoquinona	Colorante de la piel (pseudobronceadora)	Henné, nuez
Alquitrán	Sebocorrectiva	Abedul, enebro
Purina	Reponedora de la piel	Alantoína

pleo apropiado, al punto de resolver diferentes problemas cutáneos.

La fitoterapia moderna cuenta con un arsenal de entre 1.400 y 1.600 especies vegetales que pueden ser usadas interna y/o tópicamente en la curación de las más variadas patologías. De tal patrimonio, la fitocosmética emplea para el uso tópico cerca de 350 especies y excluye taxativamente el grupo de plantas que poseen propiedades tóxicas y/o irritantes, cuyo uso se desaconseja, al menos hasta que ulteriores estudios e investigaciones aclaren sus propiedades para decidir mejor los confines de su eventual empleo en la cosmética vegetal. No obstante, desde un punto de vista práctico, la cosmética vegetal se vale de entre cincuenta y setenta especies, de las que se pueden obtener productos de probada eficacia cutánea.

Cosmética integral

Además de la cosmética industrial, que cuenta un buen apoyo científico y tecnológico, hoy se practica la cosmética integral, o sea la preparación de productos eficaces obtenidos directamente de vegetales mediante manipulaciones sencillas (cocción, infusión, extracción de jugos, etc.) o de sus extractos.

La cosmética integral permite contar con productos hechos a la medida de tu necesidad, o sea, personalizar tu tratamiento cosmético. Estos preparados naturales son de uso inmediato, aunque con la posilibidad de conservarse durante algunos días en la heladera (4°C).

Ariel Lust/ACES

Dietética y cosmética

La nutrición está adquiriendo un papel cada vez más importante en la cosmetología, porque la experimentación biológica y clínica ha evidenciado que muchos nutrientes, en virtud de sus componentes específicos, actúan sobre la epidermis dándole plasticidad y ayudándola en su función reguladora. La nutrición adecuada del cutis y sus zonas anexas requiere el aporte de un grupo de nutrientes (vitaminas, minerales, oligoelementos, aminoácidos, etc.) que colaboran en el mantenimiento de las características morfofuncionales normales.

El cuidado de la belleza no debería ser un fin en sí mismo, sino estar íntimamente relacionado con la salud total del cuerpo (higiene, alimentación, reposo, etc.) En la actualidad, una "educación para la belleza" es en gran parte una "educación para la correcta alimentación". La alimentación integral ayuda a conseguir resultados estéticos más completos y duraderos. J

Hace 53 años que Juventud ayuda a la gente a decir "Gracias", "Feliz cumpleaños", o simplemente "Te quiero".

Todo el año es una buena ocasión para saludar a tus amigos, para decirles cuánto los quieres. Algunas veces no es fácil encontrar las palabras adecuadas, y otras, las palabras están de más. Es entonces cuando Juventud habla por ti. Suscríbete y regala una suscripción a esa persona tan especial. Es la mejor manera de demostrarle tu afecto todos los meses.

Me interesa suscribirme a Juventud y regalar una suscripción a un/a amigo/a.
Envíenme información.

Mi nombre: _____

Dirección: _____ (calle)

_____

N° **cód. postal** **ciudad**

_____

provincia **país**

Nombre de mi amigo/a: _____

_____

Dirección: _____ (calle)

_____

N° **cód. postal** **ciudad**

_____

provincia **país**

Envía el cupón a Asociación Casa Editora Sudamericana, Avda. San Martín 4555, 1602 Florida, Buenos Aires, Argentina, o a la agencia del Servicio Educacional Hogar y Salud más cercana a tu domicilio (las direcciones figuran en la página 3).