

VIDA FELIZ



Matrimonio

Factores de éxito

Salud

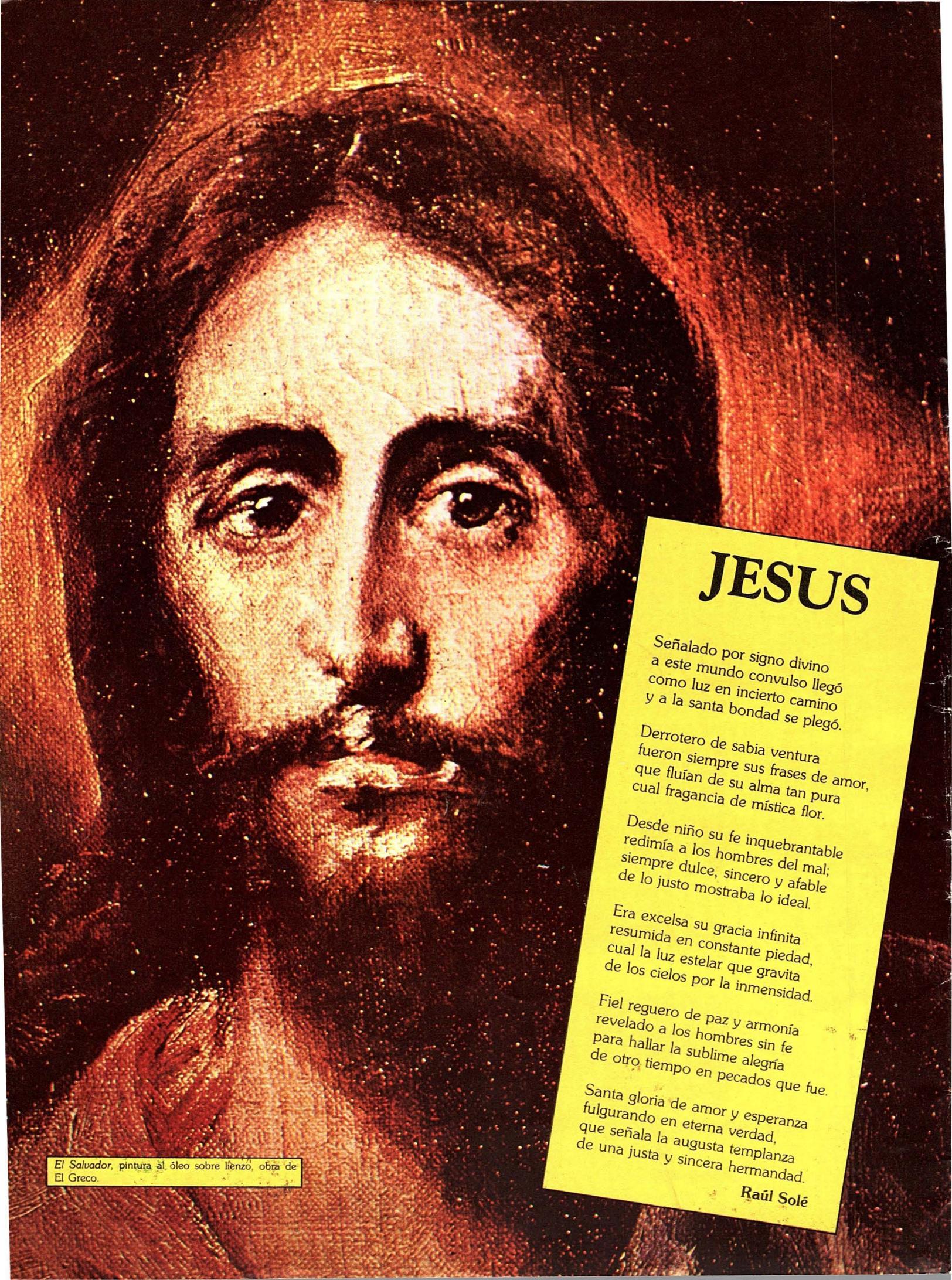
Enfermedades
venéreas

Familia

Cuando se van
los hijos

Religión

¿Resucitó Cristo
en realidad?



El Salvador, pintura al óleo sobre lienzo, obra de El Greco.

JESUS

Señalado por signo divino
a este mundo convulso llegó
como luz en incierto camino
y a la santa bondad se plegó.

Derrotero de sabia ventura
fueron siempre sus frases de amor,
que fluían de su alma tan pura
cual fragancia de mística flor.

Desde niño su fe inquebrantable
redimía a los hombres del mal;
siempre dulce, sincero y afable
de lo justo mostraba lo ideal.

Era excelsa su gracia infinita
resumida en constante piedad,
cual la luz estelar que gravita
de los cielos por la inmensidad.

Fiel reguero de paz y armonía
revelado a los hombres sin fe
para hallar la sublime alegría
de otro tiempo en pecados que fue.

Santa gloria de amor y esperanza
fulgurando en eterna verdad,
que señala la augusta templanza
de una justa y sincera hermandad.

Raúl Solé

DIRECTOR
Dr. Néstor Alberro
VICEDIRECTOR
Lic. Ricardo Bentancur
REDACTORA
Prof. Mónica Casarramona
SECRETARIA
Mónica B. de Contreras
DIRECTOR DE ARTE
Prof. Luis O. Marsón
DIAGRAMADOR
César Brugnoni
FOTOGRAFO
Ariel Lust



GERENTE GENERAL
Lic. Roberto Gullón
PRESIDENTE DEL CONSEJO EDITORIAL
Dr. Rolando A. Itin
GERENTE DE DISTRIBUCION
Lic. Arbin E. Lust
GERENTE DE PRODUCCION
Daniel Pérez
Agencias
SERVICIO EDUCACIONAL
HOGAR Y SALUD

ARGENTINA: BUENOS AIRES: Valentín Vergara 3346, 1602 Florida, Buenos Aires. Tel. 761-3647. BAHIA BLANCA: Villarino 39, 8000 Bahía Blanca, Buenos Aires. Tel. 24280. CORRIENTES: Buenos Aires 1178, 3400 Corrientes. Tel. 24072. PARANA: Córdoba 586, 3100 Paraná. Entre Ríos. Tel. 222995.

BOLIVIA: LA PAZ: Rosendo Villalobos 1592, Casilla 355. Tels. 352843, 327244. 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. 24917. SANTIAGO: Santa Elena 1038, Casilla 328. Tel. 2225948. Porvenir 72, Casilla 2830. Tel. 2225880. TEMUCO: Claro Solar 1170, Casilla 2-D. Tel. 33194.

ECUADOR: GUAYAQUIL: Calle Tulcán 901, Casilla 1140. Tel. 361-205.

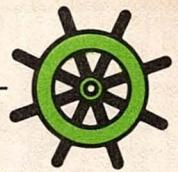
ESPAÑA: EDITORIAL SAFELIZ: Aravaca 8, Madrid-3. Tels. 233-4238, 233-8661.

PARAGUAY: ASUNCION: Kubitschek 899, Tel. 24-181.

PERU: AREQUIPA: San Francisco 323, Casilla de Correo 1381. Tels. 239571, 233660. 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.

REGISTRO NACIONAL DE LA PROPIEDAD INTELECTUAL 09188	CORREO ARGENTINO Sistema Florida (B) y Central (B)	FRANQUEO A PAGAR Cuenta Nº 199
PRINTED IN ARGENTINA	TARIFA REDUCIDA Concesión Nº 452	



“No hay otro nombre. . .”

A mediados de este mes la cristiandad celebra la llamada Semana Santa. Se trata de recordar, de ese modo, la pasión, la muerte y resurrección de la Persona más significativa de la historia de este mundo.

(No importa si la fecha es pertinente. Los editores de **Vida Feliz**, considerando los sentimientos religiosos que embargarán en estos días a muchos de sus lectores, y en atención al clima espiritual que esta ocasión propicia, queremos adherir al acontecimiento.)

¿Su nombre? Simplemente, JESUS. Al anunciar su nacimiento —dice San Mateo— el mensajero celestial explicó que se llamaría así —Jesús, esto es, *Salvador*— porque salvaría a la gente. . . ¿De qué? “De sus pecados” (S. Mateo 1: 21). Y como el resultado del pecado es la muerte (Romanos 6: 23), salvaría a la gente nada menos que de la muerte —de la *muerte eterna*.

¿Cómo podía hacerlo? También lo explica San Mateo: JESUS sería EMANUEL, “que traducido es: Dios con nosotros” (cap. 1: 23). En virtud de un misterio insondable, que sólo recibimos por fe, Dios, el Soberano del universo, se hizo hombre —nació, sufrió y murió en esta tierra, por amor a la humanidad.

JESUS. . . Comenzamos este número de **Vida Feliz** con un poema que lleva ese título. Al igual que Raúl Solé, innumerables

poetas —y no poetas— a lo largo de los siglos se han inspirado en su vida ejemplar, su muerte vicaria, su resurrección gloriosa.

¿Leyenda? ¿Fantasía? En el artículo titulado “Veracidad de la resurrección”, que publicamos en las páginas 16 a 18, el autor es convincente al señalar que se trata de un hecho histórico, verídico. Y añade: “Quien lea desprejuiciadamente los evangelios hallará en la vida y la obra de Cristo el más confiable testimonio de su divinidad y de su misión redentora”. Y lo más importante es que la resurrección de Jesús constituye la garantía de nuestra propia resurrección —la más cara esperanza del cristiano.

Por eso, en un vibrante discurso pronunciado en Jerusalén, San Pedro exclamó: “Y en ningún otro hay salvación; porque no hay otro nombre bajo el cielo, dado a los hombres, en que podamos ser salvos” (Hechos 4: 12).

¿Su nombre? Simplemente, JESUS. Usted, ¿lo conoce, realmente? Pese a las extensas celebraciones de Semana Santa, sigue siendo —esencialmente— desconocido. (Véase el artículo de Daniel Liemur, en las páginas 19 y 20.)

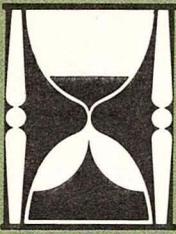
Simplemente JESUS. . . SALVADOR. ¿Lo conoce, realmente? De ello, estimado lector, depende su salvación —su *vida eterna*.

Néstor Alberro

INDICE

5	SALUD Enfermedades de transmisión sexual Sue Armstrong	RELIGION Veracidad de la resurrección J. Humberto Cairus	16
8	Esas v́arices tan molestas Hugo Vergan	El desconocido Daniel Liemur	19
11	FAMILIA Para que el matrimonio tenga éxito Colleen L. Reece	SECCIONES Estos tiempos Consultorio médico Alcohol-Tabaco-Drogas En familia ¿Qué responde la Biblia? Cocina vegetariana	4 7 10 13 20 21
14	¿Cuándo se van los hijos? Miguel Angel Núñez		

VIDA FELIZ (Marca Registrada). Editada mensualmente e impresa mediante el sistema offset por la Asociación Casa Editora Sudamericana, de la Iglesia Adventista del Séptimo Día, a fin de entregar al hombre de hoy el mensaje de la vida plena —física, mental, social y espiritual— que contiene la Sagrada Escritura. 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. — Abril de 1987.



Estos tiempos

ARMAMENTOS: CIFRAS ESPELUZNANTES

Por cada 100.000 habitantes del planeta, existen 556 soldados y apenas 85 médicos.

La humanidad gasta en armas y fuerzas armadas, en menos de tres horas, el dinero asignado por la OMS para la lucha contra la viruela; en cinco horas, los fondos que la UNICEF destina cada año a los niños necesitados; y en medio día, la cantidad que sería suficiente para eliminar la malaria y las enfermedades endémicas en 66 países.

Con lo que cuesta un caza bombardero moderno se podrían construir y equipar 75 hospitales de cien camas cada uno.

El dinero invertido por los Estados Unidos para la fabricación, antes del año 2000, de diez portaaviones nucleares Nimitz, alcanzaría para financiar campañas contra el paludismo que, sólo en el África, evitarían la muerte de 14 millones de niños.

El costo de 27 de los 223 misiles que Estados Unidos instalará en Europa occidental equivale a los fondos necesarios para comprar maquinarias agrícolas suficientes como para permitir que los países pobres alcanzaran, en cuatro años, el autoabastecimiento alimentario.

Sólo dos submarinos atómicos Tridente, de los 25 programados por los Estados Unidos, cuestan lo mismo que un programa que eliminaría definitivamente el analfabetismo sobre la tierra. El precio de un solo submarino nuclear equivale, además, a los gastos para mantener en la escuela a 16 millones de niños en los países subdesarrollados y para construir 400.000 viviendas que albergarían a dos millones de personas.

El costo de un tanque mo-

derno es similar al de la construcción de mil aulas para 30.000 niños en los países del Tercer Mundo.

Estos datos, y muchos otros semejantes, fueron difundidos por los científicos, economistas, políticos y escritores de todo el mundo que el año pasado, en Ixtapa, México, participaron como observadores en la segunda reunión del Grupo de los Seis para la paz y el desarme.

Según expresaron los seis estadistas propulsores de la iniciativa, esas cifras serán utilizadas para acentuar las presiones sobre las grandes potencias en forma tal de llegar a la suspensión de los experimentos con armas nucleares, a la gradual reducción de las armas convencionales y a la cancelación del proyecto conocido como "guerra de las galaxias". La divulgación de esas estadísticas contribuirá, también, a involucrar a la opinión pública internacional en la cruzada por el desarme y la paz.

Al publicarlas, Vida Feliz quiere aportar su grano de arena para que así sea.

ALPINISTA NONAGENARIA

Se llama Hulda, es viuda, ya cumplió los noventa años, y luce 97 escudos cosidos en su mochila: cada uno de ellos representa una montaña distinta que escaló.

Lo más admirable es que Hulda, hija de inmigrantes alemanes y nacida en una granja canadiense, siempre tuvo una vida sedentaria hasta la edad de sesenta años. Comenzó a practicar aerobismo y montañismo después del fallecimiento de su esposo (el médico Samuel Crooks).

La vivaz excursionista, de contextura física menuda, es vegetariana. Pertenece a la

Iglesia Adventista del Séptimo Día, y reside en la localidad californiana de Loma Linda.

"La gente de la tercera edad piensa que su vida terminó una vez que pasa los 65. Les parece que están acabados. Pero si uno tiene interés en la vida, hay mucho para hacer después de los 65 —comenta Hulda, y añade—: Hay que dejar atrás la vida sedentaria. Hay que cuidarse, comer bien y hacer ejercicio físico". Está todo dicho.

EL DETERIORO DE LOS GRANDES RIOS

Cuando por un accidente ocurrido en los laboratorios Sandoz, en Basilea, a fines del año pasado, se volcaron en el caudal del Rin toneladas de plaguicidas, mercurio y otros elementos tóxicos, el problema del deterioro de los cursos fluviales atrajo la atención pública mundial. Sin embargo, aunque la contaminación del Rin es uno de los casos más graves, no es el único. Veamos algunos ejemplos.

El Ganges, río sagrado de la India, recibe diariamente un millón de litros de efluentes que emanan de 68 establecimientos industriales. El Yangtze Kiang de China habrá muerto a fines de este siglo si continúan volcándose a su corriente 16 millones de litros de residuos líquidos por día. El Nilo "está totalmente contaminado y su aguas son prácticamente venenosas", explica Anis Mansour, comentarista del diario egipcio *Al-Ahram*. (Además de residuos humanos e industriales, el río más largo del mundo es rociado con herbicidas para eliminar la vegetación que obstaculiza la navegación.)

El desastre ecológico del Rin ha puesto de relieve en forma

dramática el problema de la progresiva contaminación de muchos grandes ríos del mundo a causa de residuos industriales y de efluentes de asentamientos humanos.

La humanidad debe hacer algo —en realidad, mucho—, y pronto, si quiere salvar a estos cursos de agua, vitales para su propia subsistencia. En ese sentido, un magnífico ejemplo es Suecia —en ese país son muy fuertes los grupos conservacionistas del ambiente—, que está a la vanguardia en la lucha contra la contaminación.

"CRACK" Y HOMICIDIOS

"El "crack", poderoso derivado de la cocaína, parece haber contribuido al aumento, en 1986, del número de asesinatos en las grandes ciudades norteamericanas.

Según estadísticas del semanario *Newsweek*, en 1986 se produjeron en catorce grandes ciudades de ese país 5.800 homicidios, contra 5.300 en 1985; es decir, el 9,4% más. (El aumento de tales crímenes resulta más inquietante si se toma en cuenta que su número se había reducido desde finales de la década del '70.)

Las autoridades policiales de New York y de Los Angeles adjudican ese incremento al consumo de cocaína y, especialmente, del "crack", que apareció en el mercado de la droga el año pasado. El "crack" es un hiperconcentrado que se fuma y produce efectos exaltantes de corta duración (de tres a cinco minutos). Su consumo provoca una elevación de la agresividad.

En resumen: cada vez más víctimas (los asesinados) de otras víctimas (los drogadictos). ¡Y este infierno va en constante y acelerado aumento!

Enfermedades de transmisión sexual

La sífilis, la blenorragia y otras enfermedades venéreas han alcanzado ya un nivel pandémico en todo el mundo. La lucha contra estas enfermedades exige un mayor sentido de responsabilidad del público en general.

Sue Armstrong

“UNA NOCHE con Venus; toda una vida con Mercurio”. Este dicho jocoso, muy popular entre los militares británicos hasta la primera parte de este siglo, se refería al hecho de que incluso una breve concesión a los placeres de la carne podía exponer al sujeto a las enfermedades venéreas; particularmente, a la sífilis, cuyo tratamiento se basaba por entonces en aplicaciones cutáneas de unguento mercurial en la piel o en la administración de mercurio por vía bucal. El tratamiento era largo, los efectos secundarios resultaban muy molestos, y muy pocos pacientes se curaban de verdad. En la mayoría de la gente la enfermedad seguía su curso de manera inexorable, causando úlceras de la piel, afectando los huesos, el corazón y el sistema nervioso, y acabando en parálisis, locura y muerte.

La historia está llena de víctimas, famosas y menos famosas, de las enfermedades venéreas. En la Escocia del siglo XV, las prostitutas con mal venéreo eran marcadas en las mejillas con un hierro candente y expulsadas de la ciudad. Y en Missouri (Estados Unidos), incluso hasta finales del siglo XIX se internaba a las prostitutas infectadas en un hospital de “plagas sociales”. En general, los médicos consideraban que esas enfermedades eran justo castigo de la inmoralidad. Sin embargo, a finales del siglo XIX se calculaba que aproximadamente el 5% de la población en

los Estados Unidos padecía enfermedades venéreas, y que estaban asimismo afectados el 17% de la población de Francia y el 20% de los soldados británicos. Los primeros intentos de limitar la elevada incidencia de estas enfermedades se concentraron en la regulación y el aislamiento de las prostitutas, pero hicieron poco caso de quienes las padecían.

Al descubrirse en 1942 que la penicilina podía tener un efecto curativo, se inició una revolución en el tratamiento de las enfermedades venéreas (ahora conocidas más comúnmente por enfermedades de transmisión sexual o ETS). La sífilis ya no representa la amenaza que en otros tiempos supuso, aunque, si no se trata, sigue siendo tan grave como siempre. En el mundo desarrollado, al menos, su incidencia ha disminuido de manera considerable: por ejemplo, sólo se verifica un caso de cada 10.000 personas en el Reino Unido, y de cuatro a seis casos de cada 10.000 personas en los Estados Unidos. El foco de atención se ha desviado a un grupo más amplio de enfermedades de transmisión sexual que, por su frecuencia y las complicaciones a las que conducen cuando no se tratan, constituyen hoy un gravísimo problema sanitario de alcance mundial.

A través de los siglos y hasta el presente, mucha gente ha pensado que la blenorragia y la sífilis eran la misma enfermedad, mientras que ahora se conocen más de veinte agentes patógenos que se transmiten por vía sexual. La gama y la frecuencia de las enfermedades que producen varía grande-

mente de un país a otro. En el plano mundial, sin embargo, las que más dan que hablar siguen siendo la sífilis y la blenorragia, no porque sean las de mayor prevalencia, sino porque los médicos tienden a prestar poca atención a las otras infecciones y a ocuparse de las dos que son más fácilmente identificables.

En los países desarrollados, las supuraciones no gonocócicas (uretritis) son actualmente casi dos veces más frecuentes que la blenorragia. Aproximadamente el 50% de los casos se deben a *Chlamydia trachomatis*. Otras ETS están causadas por el parásito *Trichomonas vaginalis*, el hongo *Candida albicans*, y ciertas infecciones víricas tales como el herpes genital, las verrugas genitales y la hepatitis B. El chancro blando o chancroide, proceso doloroso que fue frecuente pero que ahora es raro en los países desarrollados, abunda aún en algunas zonas tropicales. El recién descubierto síndrome de inmunodeficiencia adquirida (SIDA) se suma a la lista de ETS graves, y hasta ahora no se ha encontrado la manera de frenar la evolución de este proceso potencialmente fatal.

Una verdadera “pandemia”

Muchos factores intervienen en lo que para algunos es una verdadera “pandemia” de ETS. El más importante es el clima social. A lo largo de los últimos veinte años, los métodos de anticoncepción, cada vez más accesibles y seguros, han estimulado en los países desarrollados la libertad sexual, particularmente entre la gente joven.

Este artículo ha sido tomado, con autorización, de *Salud Mundial*, revista ilustrada de la Organización Mundial de la Salud.

En muchos países en desarrollo, el éxodo de las zonas rurales pobres a las ciudades en busca de una vida mejor ha desgarrado el viejo entramado social, aumentando las oportunidades de contacto sexual y aflojando los controles sociales. Muchas veces no es tanto una cuestión de libertad como de necesidad; en las ciudades sobrepobladas, la competición por los puestos de trabajo es feroz, y hay personas jóvenes que se encaminan hacia la prostitución para sobrevivir. El gran aumento de la actividad sexual —tanto heterosexual como homosexual, y en gran medida con múltiples compañeros sexuales anónimos— hace que cada vez sea más difícil determinar el origen de cualquier infección.

Aunque a menudo no se dispone de datos precisos, parece ser que la incidencia de las ETS es mayor en las zonas urbanas que en las rurales, más conservadoras, donde sin embargo pueden ser más frecuentes las complicaciones por la falta de tratamiento apropiado en una fase precoz de la enfermedad.

En 1924 se hizo un esfuerzo internacional, mediante el *Acuerdo de Bruselas*, para poner coto a la propagación de las ETS de un continente a otro, proporcionando tratamiento gratuito a los marineros a bordo y en los puertos. Sin embargo, en los años siguientes surgieron nuevos grupos de población itinerantes (viajeros internacionales, por ejemplo) que, a causa de las enormes cantidades de gente implicada, se han convertido en una considerable carga para los servicios de salud. Y aunque los marineros y las prostitutas siguen siendo grupos con una incidencia particularmente alta de infección, la propagación de las enfermedades en la población está hoy tan generalizada que cualquier persona sexualmente activa se enfrenta a un posible riesgo de infección, tanto mayor cuanto más numerosas sean sus parejas sexuales. Por otra parte, la infección no proporciona inmunidad contra una enfermedad ulterior.

Los progresos realizados en el diagnóstico y el tratamiento de la ETS representan sólo la mitad del esfuerzo de lucha. Por muchas razones, los pacientes no acuden a buscar tratamiento en una fase precoz, y a veces tampoco hacen más tarde. A pesar de la

mayor libertad sexual, todavía hay bastante ignorancia y desconocimiento de las posibles consecuencias en la salud. Mucha gente cree que las enfermedades venéreas “sólo afectan a otros”. De hecho, el reservorio de infección es enorme, y se estima que el riesgo de que un hombre contraiga la blenorragia tras un sólo contacto con una mujer infectada es de aproximadamente un 22% (para una mujer, después de un solo contacto con un hombre infectado, es aproximadamente del 50% o más). Además se estima que aproximadamente un 50% de las mujeres infectadas y un 10% de los hombres infectados son portadores asintomáticos, aunque contagiosos, de las enfermedades.

Todos los programas de control hacen hincapié en la necesidad de tratar no sólo a la persona —hombre o mujer— diagnosticada de una ETS, sino

Hoy se conocen más de veinte agentes patógenos que se transmiten por contacto sexual.

también a sus contactos sexuales. Esta medida es indispensable, incluso cuando las parejas no presenten síntomas de la enfermedad, a fin de frenar la propagación del mal y de evitar una posible reinfección después del tratamiento.

Graves consecuencias

La propagación internacional de las ETS tiene graves consecuencias. La gran dosis de penicilina requerida para curar la blenorragia ha resultado ser a menudo un tratamiento eficaz para una infección sífilítica contraída en el mismo encuentro sexual. Por desgracia, en 1976 surgieron en Asia oriental y en África occidental cepas de *Neisseria gonorrhoea* resistentes a la penicilina, que desde entonces han sido propagadas por los viajeros a través de todo el mundo. Además, se han observado diversos tipos de resistencia, por lo que cierto número de otros antibióticos se han hecho ineficaces.

El tratamiento antibiótico alternativo que ahora requieren estas cepas penicilinoresistentes, conocidas por *N. go-*

norrhoea productoras de penicilinas (NGPP), puede costar hasta diez veces más que el tratamiento con penicilina, con lo que impone una pesada carga financiera a algunos servicios de salud.

Las ETS aún comportan un estigma social más o menos acusado, por lo que muchos pacientes se sienten avergonzados e inhibidos a la hora de buscar tratamiento. Sin embargo, las consecuencias de las ETS no tratadas pueden ser muy graves. En las mujeres, la infección puede ascender desde el cérvix y causar una enfermedad pélvica inflamatoria (EPI), que hoy en día afecta anualmente a un millón de mujeres en los Estados Unidos de América, y que con frecuencia provoca la oclusión parcial o total de las trompas de Falopio y, por ende, embarazos ectópicos e infecundidad. Las causas de una EPI diagnosticadas con más frecuencia son la blenorragia y las infecciones por clamidias.

Aparte de la angustia personal que causa este estado, la infecundidad entraña en muchos países una terrible humillación y una pérdida de identidad social. Sin embargo, es más frecuente de lo que generalmente se supone, y se piensa que en algunas regiones del Tercer Mundo más del 50% de la infecundidad resulta de una EPI.

En la embarazada, las consecuencias de una EPI no tratada también pueden ser graves. Los abortos y partos con feto muerto son muy frecuentes. En cuanto a los niños nacidos vivos de madres sífilíticas, entre el 30% y el 40% pueden estar infectados y haber sufrido lesiones irreversibles *in utero*, si bien pueden ser ulteriormente curados de la enfermedad. Las infecciones por clamidias, sífilis o blenorragia de la madre con frecuencia causan conjuntivitis en el recién nacido, mientras que el herpes genital puede causar una encefalitis neonatal.

Estrategias de lucha

¿Qué puede esperarse del futuro? A falta de vacunas eficaces que puedan ayudar a prevenir algunas ETS, habrá que fomentar en todas partes el conocimiento público del problema, mediante programas educativos a largo plazo iniciados en la infancia y orientados a modificar el comportamiento de la gente en la salud y en la enferme-

dad. Según se ha señalado, existe cierta resistencia entre los individuos sanos a admitir la información sobre el riesgo de enfermedad; por lo tanto, se recomienda que la educación sanitaria se centre en los enfermos, ya que es más probable que éstos se conviertan en abnegados promotores de la salud en su ambiente, tanto más cuanto que aproximadamente el 25% de los pacientes de ETS son reincidentes.

A fin de aumentar la eficacia de los servicios de salud respecto de los problemas de la ETS en la comunidad, la OMS ha dado prioridad al desarrollo de métodos y tecnologías que capaciten a los centros de salud y a los médi-

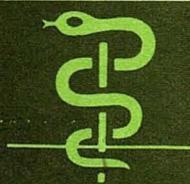
cos con poco o ningún apoyo de diagnóstico de laboratorio. En este "plan simplificado de lucha contra las ETS" se dan a los agentes de salud instrucciones precisas y en forma gráfica (adaptables a los problemas específicos de varios países o regiones) sobre la manera de tratar a los pacientes con una presunta ETS y a sus parejas sexuales.

Para reducir significativamente la transmisión de la enfermedad y el desarrollo de secuelas, estas actividades clínicas deberán complementarse con otras estrategias de lucha (vg., mejores métodos de diagnóstico, búsqueda de casos asintomáticos, y fomento de los

cambios de comportamiento en la salud y en la enfermedad). Todas estas estrategias deben contar con el apoyo de la comunidad.

Para evitar que se siga extendiendo la resistencia (causada sobre todo por el uso incorrecto de antibióticos), se insta a los pacientes de ETS a que sigan el tratamiento prescrito por los profesionales de la salud y se abstengan de tratarse ellos mismos.

En definitiva, el éxito de la lucha contra este grupo de enfermedades infecciosas dependerá tanto de los avances que se hagan en el terreno clínico como del mayor sentido de responsabilidad moral de cada persona. **V**



Consultorio médico

Las respuestas brindadas en esta sección tienen el propósito de informar, pero no de sustituir la correspondiente visita al médico.

¿En qué consiste la operación del corazón por oclusión de las arterias coronarias y qué expectativas de vida tiene un paciente que se somete a ella?

La cirugía de revascularización coronaria es en cierto modo un invento argentino, ya que se adjudica al célebre cardiocirujano René Favaloro. Se denomina comúnmente *by pass* por su difusión en el idioma inglés, aunque también se utiliza la traducción: puente aortocoronario.

Antes de explicar brevemente en qué consiste, voy a referirme al motivo por el cual se realiza esta intervención. Las arterias que proveen de oxígeno y nutrientes al músculo cardíaco se denominan coronarias. Por distintas causas que ya han sido expuestas en diferentes trabajos publicados por esta revista, existe una enfermedad que ocluye total o parcialmente estas importantes arterias. La falta de circulación apropiada que se produce consecuentemente, provoca síntomas serios que ponen en peligro la vida del paciente, a menos que se solucione la falta de llegada de sangre al corazón. Los síntomas más frecuentes son la angina de pecho (o angor) y finalmente el infarto de miocardio

(cuando la falta de oxígeno ya lesionó el corazón).

La técnica quirúrgica que provee sangre a los sectores que no pueden ser irrigados naturalmente por las arterias coronarias ocluidas, consiste en utilizar un injerto que reemplace a la coronaria enferma. Este injerto es en todos los casos una vena o arteria del propio paciente. Los primeros puentes aortocoronarios fueron realizados con la vena safena (proveniente del miembro inferior). Esta se une a la arteria aorta por un extremo y a la coronaria o las coronarias enfermas por detrás de la obstrucción detectada arteriográficamente (véase "Consultorio médico" en **Vida Feliz** de agosto de 1986, pág. 9), pudiendo ser el *by pass* único o múltiple (hasta tres o cuatro). Esta técnica se sigue realizando en la actualidad, aunque se sostiene que la utilización de la arteria mamaria interna (vecina al corazón) unida a la coronaria afectada, da mejores resultados. Esto último es lógico si destacamos que la vena, una vez extraída, pierde su vitalidad convirtiéndose en un injerto fibroso que debe cumplir una función distinta a aquella para la cual estaba preparado (función de arteria). En cambio, la utilización de una arteria que se separa de su destino natural por uno solo de sus extremos para ser unida a otra arteria, es un procedimiento fisiológicamente más provechoso para el paciente.

En los últimos meses se ha descrito una técnica que, por no haber sido publicada aún, no voy a describir, la cual

utiliza una arteria relativamente distante del corazón para revascularizarlo en forma similar a la técnica descrita.

La sobrevida depende de varios factores y de la técnica utilizada, así como también del medio donde se la realiza. A los fines ilustrativos, voy a dar datos de un trabajo que puede ser tomado como orientación solamente.

Para un grupo de pacientes de 65 años o más, la sobrevida a los 5 y 10 años fue del 81% y del 65%, respectivamente. Para pacientes entre los 55 y 64 años de edad, ese porcentaje ascendió al 91% y al 77% para el mismo período de años. Es notable el índice relativamente alto de sobrevida en pacientes ancianos (el grupo entre 75 y 84 años tuvo una sobrevida del 73% y del 65%, a los 5 y 10 años, respectivamente). Esto ha animado a los cirujanos a no negar la cirugía a quienes la necesitan, aunque sean añosos.



Hugo Vergan es médico del servicio de cirugía cardiovascular del Hospital Castex, Buenos Aires, Argentina.

Las preguntas para esta sección, que deben ser de carácter general y no consultas específicas, han de ser dirigidas a **Vida Feliz**, Avda. San Martín 4555, 1602 Florida, Buenos Aires, Argentina.

Esas várices tan molestas

Es notable la magnitud social de esta enfermedad: afecta al 15% de la población en general. En este artículo se da un vistazo a sus principales causas, síntomas, complicaciones y tratamientos.

Hugo Vergan



Ariel Lust/ACES

CUANDO decidí referirme a las várices, lo hice convencido de la gran difusión que tiene esta enfermedad, que afecta al 15% de la población en general. Su importancia social es de notable magnitud, pues quienes se desempeñan en ciertas profesiones y empleos se exponen a un riesgo aumentado de padecerla, al igual que las mujeres durante el embarazo. Por otra parte, no resulta infrecuente que el paciente, por no considerarla una enfermedad grave, concurra por primera vez al consultorio relatando que sus síntomas han aparecido hace varios años (más de diez o quince, en muchos casos).

Qué son las várices

Algunos pensarán que no es necesario definir una afección tan conocida.

Sin embargo, existe una gran confusión entre muchas personas acerca de algunos tipos de várices. No es difícil recibir al paciente que acude con un diagnóstico propio: las tan difundidas "várices internas" (que usted también habrá oído mencionar). Esta es una afección médicamente inexistente, que integra el acervo popular sin que los flebólogos podamos evitarlo.

Las várices son dilataciones patológicas que se producen en las venas, las que se vuelven tortuosas, determinando sobreelevaciones bajo la piel —generalmente en los miembros inferiores. (No me voy a referir a las esofágicas o a las hemorroidales.) Existe otro tipo de várices llamadas varículas, a las que nos referiremos más adelante.

Por qué se producen las várices

Existen muchos factores predisponentes, como la herencia, la obesidad,

el embarazo y profesiones que obligan a estar parado por mucho tiempo.

La herencia es una de las más importantes, constituyendo, según distintos autores, entre el 50% y el 80% de los casos.

Otra causa consiste en la excesiva exposición a la posición de pie. Esto tiene una explicación fisiológica muy simple. La sangre circula por las venas de regreso hacia el corazón. Es fácil entender que en los miembros inferiores la fuerza de la gravedad actúa en sentido inverso al de la sangre, haciendo que la presión hidrostática de la columna líquida en las venas determine una resistencia aumentada durante la posición de pie. Por ese motivo las venas están dotadas de un sistema de válvulas que impide la inversión del sentido de la circulación a lo largo de los miembros inferiores. Cuando la presión venosa aumenta demasiado por la fuerza de la gravedad, se pro-

El Dr. Hugo Vergan, especialista en cirugía vascular, es el asesor médico de **Vida Feliz**.

duce una dilatación de las paredes de las venas que distienden las válvulas, permitiendo el reflujo en sentido inverso. Esto provoca un aumento mayor aún de la presión venosa y el resultado es una dilatación acentuada de las venas y la aparición de várices.

También se producen várices cuando por otro motivo aumenta en forma exagerada la presión dentro de las venas. Esto puede ocurrir cuando se comunica patológicamente una vena del sistema profundo —o una arteria— con el sistema superficial. Esta presión aumentada produce en ocasiones los mismos desequilibrios hemodinámicos mencionados más arriba y por lo tanto se desarrollan várices.

Dos sistemas venosos

Existen dos sistemas venosos en los miembros inferiores. El superficial, que recorre la pierna y el muslo inmediatamente por debajo de la piel y que es el que sufre la enfermedad varicosa; y el profundo, que circula entre los músculos mucho más cerca de los huesos y que tiene características diferentes (transporta el mayor caudal sanguíneo y, por consiguiente, la presión venosa es mucho mayor).

Existen normalmente comunicaciones entre ambos sistemas venosos a través de venas llamadas perforantes (por atravesar los músculos para drenar el flujo del sistema superficial en el profundo). Un sistema valvular impide que la sangre circule en sentido inverso, protegiendo al superficial de una presión venosa excesiva. Sin embargo, en ocasiones, ese sistema valvular resulta insuficiente, lo que provoca la situación mencionada entre las causas de las várices.

Las varículas

Las varículas son delgadas ramas venosas, fácilmente identificadas por las mujeres por más de un motivo. En primer lugar, por estar mucho más difundidas entre ellas que entre los varones; y en segundo lugar, por constituir un defecto en la estética de las piernas que se nota rápidamente.

No traen consecuencias negativas para la salud. Por lo tanto, su tratamiento responde a corregir el aspecto estético, únicamente.

Síntomas molestos

Por lejos, el síntoma más frecuente y molesto de las várices es el dolor. En ocasiones puede ser tan marcado que el menor golpe o presión sobre los miembros inferiores lo desencadenan.

Otro síntoma al que los pacientes se refieren con frecuencia es el edema o hinchazón de las piernas, especialmente durante el día o al finalizar la jornada. También son comunes la sensación de pesadez, los calambres, el prurito (picazón) y el ardor. Estos síntomas y molestias no son acusados por todos los que padecen várices. Es mucho más frecuente encontrarlos en algunas mujeres sensibles, que notan un aumento de tales síntomas especialmente durante el verano, en la posición de pie y antes o durante el período menstrual.

El tratamiento adecuado de las várices es relativamente simple. Requiere, básicamente, voluntad para realizarlo.

Los calambres suelen aparecer de noche y generalmente corresponden a una flaccidez muscular concomitante.

Complicaciones frecuentes

Existe un número importante de varicosos que sufren una o más complicaciones derivadas de su enfermedad.

Entre las más frecuentes se encuentran las flebitis a repetición de las venas varicosas. La flebitis es una inflamación (a veces acompañada de infección) que se produce en los cordones varicosos, causada en ocasiones por un traumatismo o por una infección cercana a los mismos. Produce la trombosis o coagulación de la sangre dentro de la vena. Su evolución es sumamente molesta, predominando el dolor y, muchas veces, temperatura elevada. También resulta común la aparición de úlceras cercanas al tobillo. Esto se produce por la inversión del flujo sanguíneo en las venas perforantes que drenan el flujo del sistema superficial en el profundo. Cuando ocurre esta anomalía, alrededor de esa vena perforante comienzan a presentarse cambios en la coloración de la piel (la que se

vuelve ocre, brillante, endurecida y con grietas), eczema seco y prurito. El siguiente paso es la aparición de la úlcera, que se hace recidivante, permaneciendo abierta y cerrada por períodos variables. Su tratamiento es difícil mientras permanezca la causa (insuficiencia de la vena perforante). (Véase "Consultorio médico" en **Vida Feliz** de febrero de 1987, pág. 17.)

Otra posible complicación de las várices es la aparición de trastornos de la piel y del tejido celular que subyace inmediatamente debajo de la misma. Esta anomalía se denomina celulitis (nada tiene que ver con lo que habitualmente se reconoce como el trastorno estético homónimo) y posee un componente infeccioso característico que determina la necesidad de administrar antibióticos en su tratamiento.

La afectación de los vasos linfáticos es otra complicación que se encuentra entre los varicosos. Se caracteriza por un aumento exagerado del tamaño de las piernas. Su tratamiento es dificultoso.

Por lejos, la complicación más grave es la varicorragia. Consiste en la erosión traumática de la delgada capa de piel que cubre la variz y que determina una hemorragia importante que, de no ser detectada y controlada adecuadamente, puede desangrar al paciente en pocos minutos. (No resulta infrecuente que el roce de la sábana o un leve golpe con los pies provoque la hemorragia durante el sueño sin que sea advertida.) En estos casos, antes que aplicar torniquetes, la hemorragia cesa con una compresión enérgica sobre la salida de la sangre con un paño limpio durante diez o quince minutos, manteniendo en posición elevada el miembro afectado. Luego deberá ser colocada una venda elástica.

Tratamiento

Existen varios tratamientos para las distintas variantes de la enfermedad varicosa y para cada una de sus complicaciones. Una clasificación simple los divide en tratamientos médicos y quirúrgicos.

Los tratamientos quirúrgicos son los únicos que brindan curación en los casos en los que las válvulas se han vuelto insuficientes. La operación más frecuente es la safenectomía, que extirpa parcial o totalmente la vena safena. Es una intervención de muy bajo ries-

Alcohol - Tabaco Drogas

go, de una efectividad confiable y que provoca relativamente pocos trastornos postoperatorios, con una recuperación rápida. Tiene una indicación específica que debiera ser realizada por un especialista. Otra intervención directa es la microcirugía de flebectomía, que apunta a extraer várices en forma aislada cuando no existe compromiso vascular. Esta operación se realiza con un instrumental especial que muchas veces no requiere sutura de piel. Las restantes intervenciones sobre las venas se realizan para el tratamiento de las complicaciones postrobóticas que son causa de las úlceras del tobillo. Consisten en la ligadura o destrucción de las venas perforantes que comunican los sistemas superficial y profundo.

El tratamiento médico tiene tres variantes fundamentales. El tratamiento con medicamentos llamados venotónicos, que sólo apuntan a atenuar los síntomas pero no eliminan las várices. También se incluyen aquí las medidas posturales y de contención elastocompresiva, y la elevación de los miembros inferiores por encima de la cintura, tanto en la posición sentado como acostado. Otras medidas recomendadas son los ejercicios (caminatas, básicamente) y evitar la exposición al calor excesivo.

Por último me voy a referir brevemente a un tratamiento sumamente difundido y que tiene indicaciones definidas. Son las inyecciones esclerosantes. Consisten en la introducción intravenosa o periférica de una sustancia químicamente irritante que produce oclusión venosa y su consiguiente desaparición. En concentraciones adecuadas, tiene una efectividad notable, especialmente en várices pequeñas y varículas, en las cuales constituyen el único tratamiento conocido.

Vale la pena tratar sus várices

Concluyo reiterando la importancia que tiene esta enfermedad en nuestra sociedad. Su tratamiento adecuado es relativamente simple y requiere, básicamente, voluntad para realizarlo. Por todo esto, si usted padece alguna forma de várices, no dude un instante en consultar con su médico o bien con el flebólogo para resolver definitivamente su problema. Verá que vale la pena.

UN POCO DE HISTORIA

A lo largo de la historia, las sociedades humanas han identificado diversas sustancias de origen natural que avivan momentáneamente las percepciones y ofrecen una escapatoria, real o imaginaria, de las situaciones desagradables de la vida. Así, las bebidas alcohólicas, obtenidas por fermentación de frutas o verduras, y ciertos productos vegetales como el opio, las hojas de coca, el cannabis, el khat y el tabaco, han sido aceptados en mayor o menor grado como "lubricantes sociales" o como mecanismos de escape individual.

En los escritos más antiguos de los que se tiene noticia, ya se menciona el consumo de vino y de otras bebidas alcohólicas fermentadas. Sin embargo, en épocas relativamente recientes se han elevado distintas voces contra muchas de esas sustancias. Por ejemplo, hacia 1600, el rey Jacobo I de Inglaterra echaba pestes contra el tabaco y afirmaba que era "un gran desprecio para las dádivas del Señor que la dulzura del aliento del hombre... se corrompa deliberadamente con aquel humo hediondo". Además, añadía que ese hábito es "una rama del árbol pecaminoso de la bebida, raíz de todos los pecados".

Pero, por cada detractor había cien poetas, filósofos y médicos dispuestos a deshacerse en alabanzas al vino, al tabaco o al hábito de mascar una u otra droga. Lo que el mundo ha tardado más en saber es que esas sustancias crean dependencia y se prestan al abuso.

Flaca compensación. En cuanto a los cigarrillos, su producción industrial coincidió con la Primera Guerra Mundial, durante la cual se distribuyeron casi gratuitamente, a modo de flaca compensación para los soldados que soportaban situaciones desesperantes en las trincheras. La ciencia médica ha tardado muchos decenios en confirmar la relación causal entre el tabaquismo y ciertas enfermedades como el cáncer del pulmón, la cardiopatía isquémica y la bronquitis.

Sin duda, podría decirse del alcohol, como ya se ha dicho del tabaco, que si se inventara y se pusiera en el mercado hoy, no tardaría en ser condenado y

prohibido por los servicios oficiales de alimentos y medicamentos de todos los países. Así ha ocurrido ya con la heroína y sus derivados, los alucinógenos y los múltiples fármacos fabricados para aliviar el dolor o para tratar enfermedades, que, por desgracia, causan dependencia y se prestan al abuso.

La respuesta positiva a todas esas sustancias consiste en encontrar y promover alternativas sociales interesantes para el comportamiento adictivo. Aunque se puede presionar más a los gobiernos para que estrechen el cerco de los países productores de drogas o para que aumenten los precios del alcohol y del tabaco, la gente debe conservar su capacidad de elección.

Si los individuos tienen en bastante estima su propia salud y la de los demás, es menos probable que caigan en hábitos perjudiciales. Tengamos presente a este respecto el lema del *Día Mundial de la Salud* del año pasado: *Vida sana, todo el mundo gana.*

"TABACO SIN HUMO"

Aunque el hábito de fumar en los Estados Unidos tiende a disminuir, hay cada vez más pruebas de que aumenta una nueva forma de adicción al tabaco, especialmente en las escuelas secundarias (aunque, al menos hasta ahora, afecta sobre todo a los muchachos).

Las ventas de "tabaco sin humo" (tabaco de mascar) han aumentado un 52% en los últimos siete años, según se ha informado recientemente en el *American Journal of Public Health* (vol. 76, n° 2, 1986).

Según el informe, esta forma de adicción ya está siendo relacionada con diversos trastornos de la salud: lesiones bucales, abrasiones y caries en los dientes, inflamación de las encías y diferentes tipos de cáncer.

Un investigador, el Dr. C. A. Squier, ha declarado que "la hábil publicidad de la televisión y las revistas que utiliza personalidades del espectáculo y del deporte, ha transformado un hábito que antes se consideraba sucio y antisocial en otro que parece saludable y atractivo, sobre todo para los jóvenes".—Extraído de *Salud Mundial*, revista de la OMS.

Para que el matrimonio tenga éxito

Una vez que los dos arroyos se han unido, y han formado espuma y han hervido y se han acelerado, comienzan otra vez a quietarse en una nueva calma, esta vez más fuerte que lo que cada uno era anteriormente.

Colleen L. Reece



Ariel Lust/ACES

“**E**L MATRIMONIO no es lo que pensé que sería —confiesa Elizabet—. Tal vez mis expectativas fueron demasiado elevadas, pero...”

Juan sacude la cabeza lastimosamente. “No puedo entenderlo. Antes que Margarita y yo nos casáramos, nunca hubo un malentendido. Ahora todo lo que hacemos es reñir”.

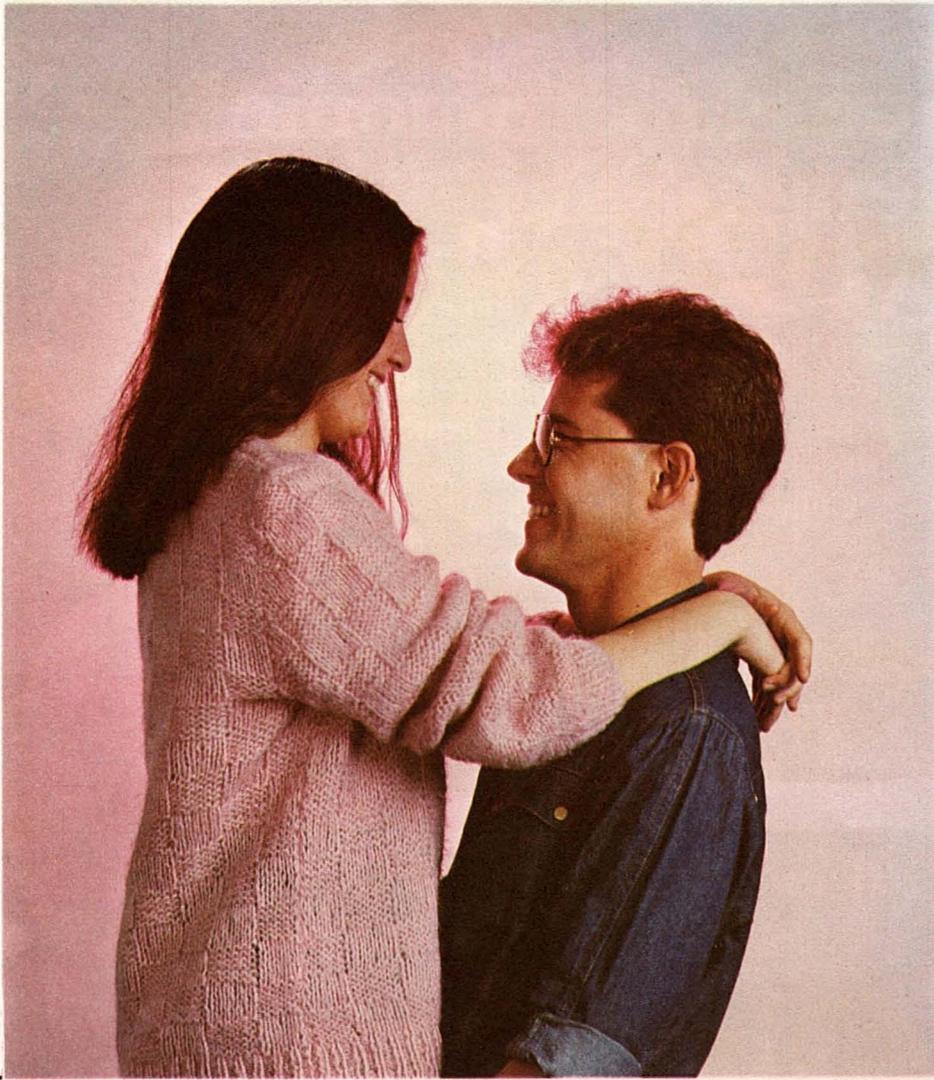
Colleen L. Reece, autora de más de treinta libros y varios centenares de artículos, reside en Auburn, Washington, Estados Unidos. Escribió este artículo para la revista *Vibrant Life*, de donde fue traducido.

“Estamos tratando de tener un hogar centrado en Cristo —dice Susana—. Pero es un camino pedregoso”.

Lo que tienen en común estas tres parejas, no sólo entre sí sino con otros recién casados, son los ajustes normales comunes a todos los nuevos matrimonios. Las tres parejas son cristianas. Todos se enamoraron y se propusieron tener un matrimonio “feliz para siempre”. El amor aún está allí —pero también lo están los problemas involucrados en el cambio desde el pensar como “yo” al pensar como “nosotros”.

En una boda a la que asistí, el ministro incluyó en la solemne admonición una analogía que vale la pena repetir:

“Vuestra vida juntos puede ser llena de gozo. Pero recordad que también habrá puntos ásperos en vuestro matrimonio. Si pensáis en vuestras vidas como dos arroyos que se unen para formar una corriente, podréis tolerar muchas dificultades hasta que verdaderamente hayáis llegado a ser uno. No importa cuán serenamente dos corrientes avancen a lo largo de la vida, no importa cuán plácidos sean sus cursos



Ariel Lustig/ACES

individuales, cada vez que ambas corrientes se unan para transformarse en una, se desarrollarán aguas agitadas —rápidos y ondas que resultan de la fusión.

“Así sucede con el matrimonio. Cada uno de vosotros viene de una dirección diferente. Cada uno trae recuerdos de escenas diversas del pasado. Pero cuando decidís convertirlos en uno, fusionándoos y lanzándoos hacia adelante, dejáis la quietud detrás —aunque no para siempre. Una vez que los dos arroyos se han unido, y han formado espuma y han hervido y se han acelerado, comienzan otra vez a aquietarse en una nueva calma, esta vez más fuerte que lo que cada uno era anteriormente”.

Cuanto más meditamos en lo que dijo este sabio ministro, mejor podemos entender lo que quiso comunicar.

Parémonos donde dos corrientes se juntan y notemos que, dependiendo de la naturaleza individual de las corrien-

tes, diversas cosas pueden ocurrir: a) la corriente menor puede ser absorbida por la mayor, b) la fuerza de las dos corrientes afecta la fusión final, c) cuán bien se fusionan depende de las direcciones en las que corren cuando se unen, y d) acontecimientos posteriores a la fusión también afectarán su curso.

Consideremos estos cuatro resultados posibles según se relacionan con una situación matrimonial típica.

Primero, si una corriente es más fuerte y más poderosa que la corriente que se le une, la corriente menor y más débil es absorbida —no sin aguas agitadas, sin embargo. Aun la más leve corriente de agua se agita cuando pasa a formar parte de la corriente principal.

Segundo, cuanto más fuerte es la segunda corriente, más agitada será el agua —más ondas, remolinos y rápidos se formarán. En la vida, cuanto más fuertes son las dos personalidades de los que se casan, más dificultades ha-

brá. Ninguna corriente plenamente formada puede perder de inmediato su identidad en otra. No sería saludable si lo hiciera. El hombre y la esposa deben mantener sus propias identidades al mismo tiempo que llegan a ser una entidad.

Además, se produce la mayor cantidad de aguas agitadas si cada corriente persiste en seguir su propio curso, serpenteando de vuelta hacia las orillas que conoció en otro tiempo en vez de lanzarse hacia adelante en la misma dirección que su cónyuge. Los matrimonios más sanos son aquellos en los cuales el hombre y la esposa están decididos a fluir hacia adelante en dirección a Dios antes que buscar cursos individuales buena parte del tiempo y gastar energía golpeando contra la orilla.

Finalmente, otras corrientes pueden unirse al río principal a lo largo de su curso. Aun después que se han dejado atrás las aguas agitadas y que las dos corrientes se han vuelto serenas y fuertes, otras corrientes que desembocan en ellas pueden también producir nuevas aguas agitadas. En las vidas de las parejas casadas la nueva corriente de vida que trae cada niño, aunque es gozosamente recibida, creará la turbulencia de las aguas agitadas.

Superen los rápidos. . . juntos

¿Por qué algunos matrimonios superan los rápidos valerosamente, viven a través de la turbulencia de las aguas agitadas y llegan a ser corrientes poderosas pero serenas que fluyen armoniosamente?

Acepten las aguas agitadas como naturales. Los indios y los pioneros de los tiempos antiguos no se paraban en los márgenes de una corriente lenta para decir: “Rehúso admitir que puede haber problemas más adelante”. En cambio, aceptaban las aguas agitadas como parte del viaje. Las parejas de comprometidos y recién casados deberían hacer lo mismo. Es totalmente irreal creer que lo “peor” en el voto matrimonial no existe. El reconocimiento de lo que les espera es el primer paso para superar obstáculos.

Prepárense para enfrentarlas. A lo largo de las Escrituras Jesús le dijo a la gente que se preparara para lo que habría de venir. Personas adecuada-

mente preparadas, que se arman con amor y fe en Dios y en sus cónyuges, pueden "superar los rápidos" y desembocar gloriosamente en la corriente serena que espera del otro lado.

¡Una vez en él, permanezcan firmes! "¿Qué debo hacer?", preguntó el novato a su guía cuando su bote era arrastrado por la corriente hacia los rápidos que estaban inmediatamente delante de ellos.

"¡Respira profundamente y permanece firme!", le respondió el guía con fuerte voz. ¿Qué mejor consejo para personas casadas que luchan con aguas agitadas en su matrimonio?

Remen directamente hacia adelante. Tratar de evitar los peligros por medio del acarreo del bote está bien y debería hacerse si es posible; no obstante, una vez en medio de la arremetida, no hay retorno. Definan su curso y avancen directamente.

No fijen la mirada en los naufragios de la orilla. A lo largo del camino siempre hay horribles recordativos de aquellos que fracasaron en navegar ese curso exitosamente: barcos descoloridos y rotos, vidas tronchadas y destrozadas.

Los cristianos están rodeados por todos lados por estos matrimonios naufragados, aun entre familiares y amigos. Déjenles ser lo que son: penosas advertencias. No les permitan que se vuelvan modelos inevitables. Cuando uno está enfrentando aguas agitadas, la tentación de detenerse en el fracaso de otros es casi irresistible. Se necesita valor para alejarse y seguir adelante, pero debe hacerse.

Imaginen las aguas serenas que están más adelante. Es importante imaginar el remanso calmo y hermoso que está del otro lado de cada tramo tormentoso del río. Está allí, esperando. Alcanzar el otro lado vale el esfuerzo de arrostrar las aguas agitadas.

Ni siquiera consideren la posibilidad de volver atrás. "Intentamos lograrlo", me dijo una vez un querido amigo. Y lo lograrán. Cuanto más a menudo se considera una alternativa, más fuertemente esa alternativa influye en el pensamiento, proveyendo una compuerta de escape. El pastor que dio la analogía de las aguas agitadas incluyó otra ilustración en su discurso aquella tarde. "Cuando prometéis uniros el uno al

otro, estáis prometiendo que quedaréis ligados —advirtió—. Quedaréis unificados, solidificados, como el cemento. Si llega el momento cuando cualquiera de vosotros se siente tentado a romper esa unión, recuerde esto: el cemento nunca se rompe limpiamente. Se parte en bordes mellados, desgarrados, lace-rantes".

Aguas agitadas. Corrientes tranquilas. Remansos plácidos. Ríos impetuosos. Todo es parte de la vida. ¿Hay algo más inspirador que una pareja de ancianos con sus manos nudosas entrelazadas, los ojos marchitos... y un amor mutuo que se ha vuelto más fuerte con cada año que pasa? Ellos se han ganado su sitio, su corriente serena y tranquila. Pero solamente porque su viaje a través de las aguas agitadas fue realizado confiando en Dios y aferrándose el uno al otro.

Y cuando la precipitación y el tumulto hayan pasado, los hijos crecidos se hayan ido, y la pareja enfrenta una vez más la vida solos, viene la evaluación final: "Valió la pena. Si hubiéramos sabido cómo sería, podríamos haber vacilado. Ahora no cambiaríamos nada. Todo valió la pena".

En Familia

¡Otra vez peleando!

Una casa con chicos es una casa llena de ruidos: correrías, risas, llantos, cosas que caen. Pero entre todos esos ruidos hay uno en especial que tiene la particularidad de acabar con la santa paciencia materna (la paterna acabó hace rato): la pelea entre hermanos.

Las peleas fraternales pueden alcanzar cualquier matiz: gritos, llantos, golpes y apelación al tribunal materno ("¡Mamá, mira a Maxi!"), con una cadena de explicaciones llorosas que la obligan a largar lo que tiene entre manos para tratar de establecer una precaria armonía que le permita empezar a buscar la punta del ovillo.

Tener uno o dos hermanos, ser el mayor, el menor o el del medio, son circunstancias fortuitas. El resultado parece ser el mismo: la pelea.

Una familia con más de un hijo exige que cada niño encuentre su lugar en el

conjunto y aprenda a interrelacionarse con el mínimo de conflictos. Este aprendizaje requiere tiempo y paciencia. En la realidad infantil, un hermano es un rival que desplaza a un niño del foco de atención parental; por lo tanto un competidor, un enemigo, lo que hace casi inevitable la pelea.

Este mecanismo —como todos los resortes subconscientes— actúa como motivador latente de conducta. Las peleas fraternales llevan el motivo implícito de ganar el favor y la protección de los padres; no arroja vencedores ni vencidos.

¿Qué hacer frente a estos "motines a bordo"? Estudie la personalidad de su hijo y trátelo conforme a ella. El principio de "tratar a todos por igual" puede ser bien intencionado, pero no válido. Respete al más sensible, al más tímido, al más consciente de su dignidad. Luego, pregúntese si cada hijo recibe el cuidado y afecto que necesita, o si inconscientemente está haciendo dife-

rencias entre ellos. Controle sus modalidades. ¿Cómo resuelve usted los conflictos con su cónyuge? ¿Qué tono, gestos y grado de agresividad da y recibe? Si los padres se pelean a gritos —aunque sea de vez en cuando— es ocioso preguntarse dónde aprendieron los niños a resolver sus disputas así. Oficie de "moderador". Destaque los pro y los contra de cada posición, persuada a cada parte para que deponga las armas, y retírese. No sentencie ni cierre el caso con sanciones injustas ("¡Todos a la cama y sin postre!"). Cuando haya pasado la tormenta, razone con ellos; así comprobarán que una pelea tiene nueve partes de enojo y una de causa real. El gesto tranquilo y la voz serena son buenas armas. Uselas y verá que en esas batallas todos pueden ganar.



Mónica Casarramona es profesora de Filosofía y Pedagogía con especialización en Psicopedagogía y Administración Educativa, y redactora de *Vida Feliz*.

¿Cuándo se van los hijos?

Los hijos, paradójicamente, vienen para partir. Son aves de paso en nuestras vidas.

Miguel Angel Nuñez



Anel Lusi/ACES

HOY RECIBI carta de mi madre.

Siempre ha sido así desde hace doce años. Cada veinte días recibo una carta de ella. Cuando no llega en el momento oportuno me pongo inquieto. . . De igual modo, cuando tardo más de veinte días en escribirle, pronto llega una epístola pidiendo detalles de mi vida: ¿Estás enfermo?, ¿tienes algún problema?, y un sinfín de preguntas que me obligan a poner más atención para la próxima vez.

Miguel Angel Nuñez es estudiante universitario de Filosofía. Reside en Concepción, Chile.

¿Cuándo salí de casa?

Tal vez fue el día en que fui a estudiar a un colegio con internado.

O quizá fue cuando recibí mi diploma precisamente de manos de mamá.

O simplemente fue el día en que pasé al altar y ante Dios le dije a una maravillosa mujer:

—Te acepto como esposa.

¿Cuándo se van los hijos?

El día en que nació mi hija, lloré. Lloré de alegría. Nació en un parto muy difícil. Junto a su madre la esperamos nacer casi dos días enteros; nos hizo esperar con angustia.

Cuando la tuve en mis brazos no sabía qué hacer. Me daba la impresión de que la quebraría con mis manos. La tuve esa primera vez no más de cinco minutos. . . Era tan chiquita, parecía una muñeca recién comprada.

Hoy, mientras escribía sentí un pequeño tirón en el brazo, y ahí estaba ella, apenas sobrepasando la altura de la silla en que yo estaba. Al verla, ref: se había puesto los zapatos de mamá, y de uno de sus hombros colgaba una cartera. Había tomado una carpeta de las que uso habitualmente, y entomando los labios me indicó que deseaba

darme un beso. Me besó y luego simplemente me dijo:

—Me voy.

Se dirigió hacia la puerta que da a la calle y la abrió. Le seguí el juego. A los pocos segundos reapareció y con una gran sonrisa agregó:

—Hola, ¿cómo te va?

Me acerqué. La tomé entre mis brazos. Y mientras ella me cantaba una canción yo jugaba con su pelo y me preguntaba. . . ¿Cuándo se van los hijos?

Recuerdo la primera vez que salí de casa sin mis padres. Junto a mi hermano menor, viajamos a una ciudad cercana para asistir a un campamento de verano. Estuvimos allí durante casi un mes.

Al regresar a casa lo primero que me preguntó mi madre fue:

—¿Me extrañaste?

Y yo, con la llaneza de un niño le respondí:

—No, no tuve tiempo para acordarme. ¡Teníamos tantas cosas que hacer! ¡Lo pasamos muy bien!

En realidad no recuerdo la expresión de su rostro, pero, con la intuición que dan los años, imagino que en sus ojos había un dejo de melancolía y un poco de tristeza.

Hay un lapso de varios años entre la experiencia de salir por primera vez solo a un campamento de verano y el momento en que uno se marcha definitivamente de casa.

Entretanto, los hijos que vivimos intensamente nuestra etapa, no nos percatamos de la evolución emocional que se produce en nuestros padres —especialmente en la madre, que se va desprendiendo con pena y dolor de un hábito arraigado férreamente: ser madre.

Sin quererlo, los padres asumen el embarazoso y complicado proceso de la separación.

Los hijos se van una noche a dormir a casa de un amigo; un fin de semana o una temporada a un campamento; unos años al colegio; y así, sin percatarnos, se acaban yendo definitivamente.

Mientras tanto, cambiaron ellos y nosotros también, aunque no lo hubiésemos querido.

Al llegar los hijos, uno espera que se queden para siempre, aun cuando no

entendamos realmente el significado de ese “para siempre”.

Pero en realidad, aunque consideremos a los hijos como propiedad nuestra, o queramos retenerlos con nosotros durante muchos años, ellos son sólo pasajeros en nuestro hogar. No porque lo deseen así, sino porque la vida se los exige de esa manera.

El hogar paterno es un camino para su propio hogar.

Aún más, en varias ocasiones he pensado que los hijos son algo así como visitas que se quedan durante más tiempo.

La Biblia es más explícita. Dice simplemente que son una bendición para el matrimonio. Según la construcción de la frase bíblica y el sentido que tiene en el relato, los hijos no son la razón de ser de un matrimonio: son un agregado bendito.

Descienda de su elevada dignidad, y aun niéguese alguna satisfacción propia a fin de comunicarse con sus hijos, de simpatizar con ellos en sus pequeñas dificultades, de vincularlos con su propio corazón. Entonces, cuando ellos dejen el hogar, llevarán consigo el más grande de los tesoros: un carácter noble y una gran provisión de sentimientos positivos.

Los hijos, paradójicamente, vienen para partir.

Son aves de paso en nuestras vidas.

Cuando ellos se van, todavía queda el matrimonio.

Si solamente se gira en torno de ellos y se considera su pasaje por el hogar como la razón de ser de nuestra existencia, tal vez se produzca una ruptura en nuestras vidas, especialmente cuando ellos deban partir.

Tal vez por eso muchos divorcios se producen precisamente en el momento cuando los hijos se van de la casa.

Pero, ¿cuándo se van realmente los hijos?

O tal vez la pregunta más acertada sea: ¿Para qué vienen los hijos?

Cuando Mery comenzó a gatear, yo quería que corriera para salir a correr con ella.

Ahora que corre, deseo que pronto aprenda a hablar bien para poder entablar largas conversaciones juntos.

Cuando podamos mantener diálogos coherentes, querré que estudie más para que podamos conversar sobre temas más profundos; cuando ese día llegue, ciertamente conversaremos durante largas horas, y quizá también discutamos. Confrontaremos nuestros puntos de vista; pero, entonces, ya estará menos tiempo con nosotros. Nos traerá a sus amigos. Nos contará sus alegrías y sus tristezas. Y así, poco a poco, se irá alejando. Entre idas y venidas se marchará lentamente de nuestro lado, al menos, físicamente.

Y luego, en las tardes, me sentaré junto a mi esposa a observar los álbumes de fotos y nos reiremos de aquellas travesuras registradas en el papel. De las fotografías brotarán recuerdos. Y nos iremos quedando juntos ella y yo, y de vez en cuando recibiremos la visita de Mery con algún pequeño en sus brazos. . . y el ciclo recomenzará.

Tengo la carta de mi madre en mis manos.

La amo. Y a la distancia no puedo dejar de pensar en ella.

Miro a mi hija, a la que también amo. Proyectando este momento hacia el futuro es imposible alejarla de mis pensamientos.

No importan las pasadas noches en vela, y los futuros desvelos que tendremos, y las lágrimas que seguramente derramaremos, y todo lo que a causa de ella sentiremos. Lo que importa es que *vino*, pero no a quedarse, sino a permitirnos el privilegio de ser para ella los vínculos de amor y respeto que le permitan emprender el crecimiento, los cambios vitales con seguridad, y el sentimiento de saberse importante y con un fin trascendente.

Entonces. . .

Es hora de que me ponga en pie y busque una hoja de papel. Probablemente mamá estará intranquila; hace veinte días que no le escribo. Hoy le hablaré de su nieta.

Veracidad de la resurrección

J. Humberto Caïrus



Archivo/ACES

DE CUANTAS DECLARACIONES se han escrito en este mundo, difícilmente hallaríamos una de más trascendencia y a la vez de mejores consecuencias que la siguiente: "No está aquí, sino que ha resucitado. Acordaos de lo que os habló, cuando aún estaba en Galilea, diciendo: Es necesario que el Hijo del Hombre sea entregado en manos de hombres pecadores, y que sea crucificado, y resucite al tercer día" (S. Lucas 24: 6, 7).

El pastor J. Humberto Caïrus reside actualmente en Villa Libertador San Martín, Entre Ríos, Argentina. Fue durante muchos años, hasta que se jubiló, dirigente eclesiástico y conferenciante de éxito.

Una palabra del citado texto adquiere especial relevancia: "Acordaos". O sea que el mensajero que la pronunció ante aquellas atribuladas mujeres no estaba dando origen ni poniendo en circulación el fruto de una ocasional inventiva con fines piadosos. Antes bien, les recordó que lo acaecido era la concreción de un programa divinamente delineado.

Las mujeres destinatarias de esas palabras recibieron una velada reconvencción cuando escucharon: "Acordaos". En ese momento sólo tenían en la mente las torturantes escenas de la crucifixión, ocurrida dos días antes, y de la colocación del cuerpo de su amado

Maestro en la pétrea sepultura. Habían sido testigos de cómo aquel túmulo había sido clausurado con una pesada roca y asegurado con el inviolable sello de la autoridad romana. Finalizado este proceso de inhumación, se había apostado allí una guardia de aguerridos soldados del imperio dominante.

Como si en ese momento se les hubiera descorrido el obnubilante velo de la amarga pena, "ellas se acordaron de sus palabras" (versículo 8). Por cierto, en esa tumba yacía aquel "ajusticiado" (en ausencia de toda justicia) que en vida había declarado reiteradamente que tal cosa ocurriría, y con certera presciencia había señalado quiénes se-

rían los ejecutores y la clase de muerte que le impondrían, pero que a ello seguiría la triunfante resurrección al tercer día.

Reconocemos que en nuestro tiempo un hecho tan inusitado y desde el punto de vista humano tan imposible como la resurrección de un muerto, no es de fácil aceptación. Lo que no es de factura corriente, lo sometemos al filtro de la prueba científica o documental.

¿Es eso posible en relación con la resurrección de Jesucristo? ¿Será plenamente confiable el relato evangélico sobre el particular? De los informantes extrabíblicos de esa época, podemos encontrar referencias alusivas a Cristo en los escritos de Plinio el Joven, de Tácito, de Suetonio y del muy confiable historiador Josefo. Allí tendríamos pruebas documentales de la existencia de Cristo, pero no de su resurrección. ¿De qué debemos valernos, entonces, para sostener la veracidad de la resurrección? De lo mismo que se vale un tribunal de justicia: de los testigos.

Establezcamos, primeramente, que todo relato puede encuadrarse dentro de una de tres posibilidades: 1ª Que sea una leyenda. 2ª Que sea un engaño. 3ª Que sea verídico.

¿En cuál de las tres ubicaremos en este caso los dichos de los testigos?

¿Leyenda?

La leyenda tiene por base algún suceso al cual se le añaden suposiciones y fantasías. O sea que la imaginación colma de fabulosas añadiduras al suceso base.

Para que el relato de la resurrección pudiera calificarse como leyenda tendría que haber sido fechado por lo menos dos o tres siglos más tarde. Nunca una leyenda puede producirse contemporáneamente con quienes atestiguan los hechos.

Un inventor de leyendas seguramente habría hecho aparecer al resucitado en primer lugar ante las autoridades que tan arbitraria y desdeñosamente lo condenaron. Sería una manera de vengar la injusticia. O bien elegiría a su atribulada madre, o a alguno de sus discípulos más allegados y confiables (como Pedro o Juan) como las primeras personas a quienes el resucitado se presentaría. Nunca a la poco representativa Magdalena.



En nuestro tiempo, un hecho tan inusitado y desde el punto de vista humano tan imposible como la resurrección de un muerto, no es de fácil aceptación.

Es evidente que el relato de la resurrección no puede ser una leyenda.

¿Engaño?

¿Podrá ser producto de un engaño? ¿A quién se le ocurriría tratar de imponer el menos creíble de los hechos? Para que un engaño sea aceptado como cierto debe tener por lo menos viso de verosimilitud. Normalmente una resurrección no es aceptada por la razón humana.

La aceptación o el rechazo de lo expuesto dependen en gran medida de la autoridad moral o ética de los expositores. ¿Quiénes divulgaron la noticia de la resurrección? Ciertamente fueron hombres y mujeres que encarnaban en sus vidas las virtudes de la probidad y la pureza. Eran decididos exponentes de la verdad, personas que estaban dispuestas a aceptar el martirio antes que renegar de la rectitud y la veracidad.

Quien desee hacer cundir un engaño lo hará procurando un beneficio para sí, pero nunca lo propalará si ello puede acarrearle desgracia y mucho menos si hay peligro de martirio. Sabido es que a eso se exponían aquellos

cristianos predicadores de la gran noticia de la resurrección del Nazareno. Recordemos, además, que hacer creer una patraña como ésta en el mismo tiempo de los hechos resulta inconcebible.

Cuando se califica como engaño al relato de la resurrección, aparece otro contrasentido: después de la crucifixión, encontramos un conjunto de hombres y mujeres desanimados, frustrados, avergonzados, que se escondían de las miradas de quienes los observaban con burla; de pronto, de un día para otro, esos mismos seres acobardados se volvieron un animoso séquito de valientes que se dedicaron a proclamar el triunfo de su Maestro sobre la muerte, y lo hicieron con tal valentía que ninguna amenaza los pudo silenciar. Este repentino vuelco en la actitud de los expositores, dispuestos a enfrentar la inquina de un clero intransigente y autoritario que detentaba facultades casi omnímodas, nunca podría tener por finalidad imponer un fraude.

Decididamente, entonces, la hipótesis del engaño no tiene cabida.

Otras impugnationes

Sabido es que se tejieron otras impugnationes a la historia de la resurrección, especialmente por parte de los autores de aquel homicidio —mejor dicho, deicidio— cometido en pugna con toda norma de legalidad y de justicia. La más antigua es la que urdieron las autoridades eclesiásticas y gubernamentales: por medio de una abultada suma de dinero cohecharon a los guardias romanos para que “confesaran” que mientras ellos dormían —lo que normalmente les hubiera significado severo castigo— los discípulos robaron el cuerpo. Como tan burdo embuste no era creíble, se intentó difundir otra patraña: que por orden de Pilato y del clero, el cuerpo había sido retirado del sepulcro.

No obstante, a las pocas semanas, toda Jerusalén estaba conmocionada por la vigorosa prédica de los discípulos de Jesús, que suministraban todos los detalles de la resurrección. Crecía, entonces, la sospecha de la culpabilidad de los implicados. ¿Por qué no se sacudieron esa culpabilidad mostrando el cuerpo o presentando a los presuntos testigos de que se había retirado al

crucificado? Según la tradición, abonada por alguna referencia histórica, Pilato sólo pudo acallar la tortura de su conciencia mediante el suicidio.

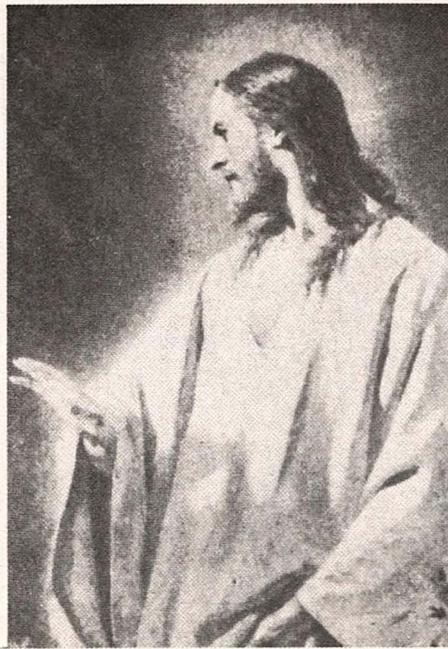
No faltó quien ensayara otra hipótesis para negar la resurrección: que Cristo habría estado desmayado cuando fue bajado de la cruz, y que el fresco de la noche lo revivió. Se pretende ignorar así el lanzazo que un soldado le infligió al hallarlo prematuramente muerto, y que le abrió el costado.

Pero, además, si hubiera estado desmayado cuando se lo colocó en la tumba, ¿cómo se habría podido desligar de los metros de lienzo que lo envolvían? ¿Y cómo habría podido retirar la roca sellada que cerraba la pétrea sepultura y que preocupaba a las mujeres por su imposibilidad de removerla? ¿Cómo habría caminado esos varios kilómetros hasta la casa donde estaban reunidos los discípulos, con los pies estropeados por los clavos? ¿Qué impresión habría causado su apariencia? ¿Lo habrían adorado, como dice la Escritura, o sólo habría suscitado conmiseración?

También hubo quienes atribuyeron a una alucinación lo que los evangelios presentan como resurrección. Podría darse el caso, aunque improbable, de alguna persona muy excitable que ante una gran expectativa sufriera una alucinación. Pero, ¿es verosímil que esa alucinación durara días y semanas hasta la ascensión? ¿que sufrieran la misma alucinación "más de quinientos hermanos a la vez" (1 Corintios 15: 6)?

Historia verídica

Descartadas las hipótesis de la leyenda y el engaño, sólo resta dar crédito a los expositores del magno suceso. El carácter de los testigos otorga certeza a los hechos por ellos expuestos. San Marcos escribió su evangelio pocos años después de los acontecimientos que refiere. San Lucas escribió el evangelio que lleva su nombre, y también el libro Hechos de los Apóstoles, con precisión y exactitud admirables. San Mateo fue quien mejor captó y vertió por escrito el Sermón del Monte. ¿Quién puede leer ese sermón inigualable —en el cual se postulan las mejores normas de conducta alguna vez enunciadas en esta tierra— y dudar de la sinceridad de quien lo transcribió?



La veracidad de la resurrección de Cristo encierra la más cara esperanza para nosotros, por cuanto asegura nuestra resurrección.

San Juan impregnó su pluma en la fuente del amor para escribir su evangelio y sus epístolas. Sus declaraciones son terminantes: "Lo que hemos visto y oído, eso os anunciamos" (1 S. Juan 1: 3). San Pedro reiteradamente declara: "No podemos dejar de decir lo que hemos visto y oído" (Hechos 4: 20). "Porque no os hemos dado a conocer el poder y la venida de nuestro Señor Jesucristo siguiendo fábulas artificiosas, sino como habiendo visto con nuestros propios ojos su majestad" (2 S. Pedro 1: 16).

Quien lea desprejuiciadamente los evangelios hallará en la vida y la obra de Cristo el más confiable testimonio de su divinidad y de su misión redentora: una vida sin pecado, una muerte expiatoria, una resurrección que garantiza la victoria sobre la muerte, todo lo cual certifica su prometido regreso inminente en gloria y majestad.

Si quisiéramos añadir una prueba más a la certeza de la resurrección, la hallaríamos en ese fenómeno que se llama Iglesia Cristiana. Su historia retrocede hasta el primer siglo de nuestra era. La Iglesia no sólo salió airosa de

todas las persecuciones y de todas las oposiciones filosóficas, sino que resistió la más difícil de las pruebas, que es la prueba del tiempo. El paso de los siglos, lejos de desintegrarla, le ha conferido más y más validez y autenticidad. Y la Iglesia nació con vigor inextinguible por la fuerza de la resurrección.

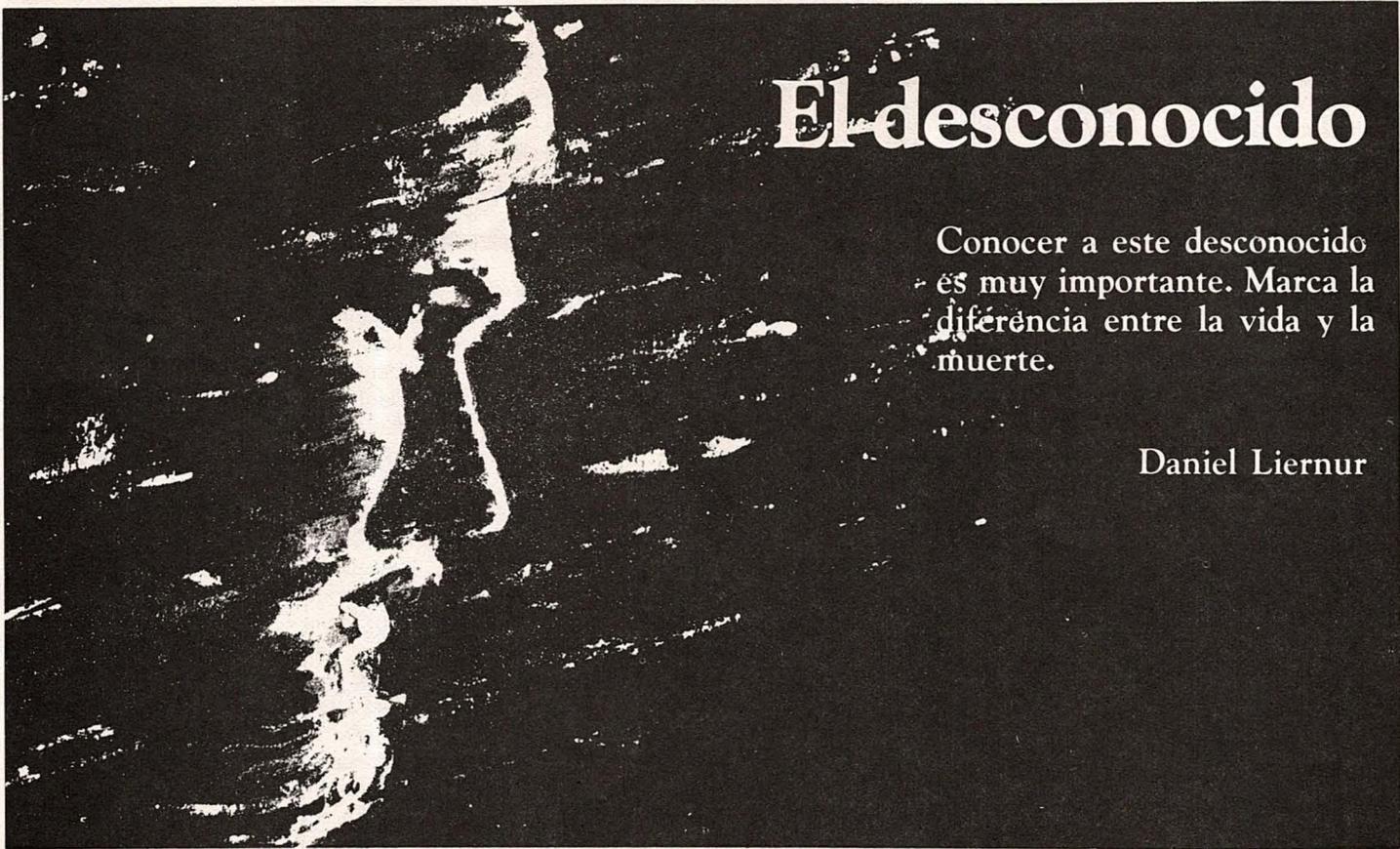
Percatarnos de la veracidad de la resurrección de Cristo encierra la más cara esperanza para nosotros, por cuanto asegura nuestra resurrección. Por el contrario, sería trágico hasta lo desesperante que ese singular acontecimiento no hubiera ocurrido. En tal caso nos hallaríamos sin más perspectiva que la que ofrece esta vida cargada de sinsabores, sufrimientos, dramas, ruinas, desconsuelo y muerte. Por eso dice San Pablo: "Si nuestra esperanza en Cristo solamente está referida a esta vida, somos los más desdichados de todos. Pero lo cierto es que Cristo ha resucitado" (1 Corintios 15: 19, 20, versión *Dios habla hoy*). Tal la contundente afirmación de un apóstol que fue comisionado por Cristo mismo para que traspusiera fronteras llevando las buenas nuevas del Cristo encarnado, crucificado, resucitado y próximo a retornar.

Consecuencia de esa resurrección es la posibilidad de que nosotros, los mortales, un día salgamos con vida de la tumba fría, ya que "el postrer enemigo que será destruido es la muerte" (1 Corintios 15: 26).

Es el mismo Resucitado quien se comprometió a darnos dicha eterna, sujeta a las condiciones estipuladas, al asegurarnos: "No os maravilléis de esto; porque vendrá hora cuando todos los que están en los sepulcros oirán su voz; y los que hicieron lo malo, a resurrección de condenación" (S. Juan 5: 28, 29). El Salvador resucitado tuvo a bien dirigirse al revelador San Juan presentándose como "el que vivo, y estuve muerto; mas he aquí que vivo por los siglos de los siglos" (Apocalipsis 1: 18).

Junto a nuestra perspectiva de resurrección está la bienaventuranza de la vida perdurable en "un cielo nuevo y una tierra nueva" donde "no habrá muerte, ni habrá más llanto, ni clamor, ni dolor" (Apocalipsis 21: 1, 4).

¡Bendita la resurrección de Cristo y bendita su consecuencia: nuestra esperanza de vida eterna!



El desconocido

Conocer a este desconocido es muy importante. Marca la diferencia entre la vida y la muerte.

Daniel Liernur

SI EXISTIO alguna vez un hombre afamado hasta lo sumo, pero a la vez totalmente desconocido, fue este personaje. Era conocido porque cualquiera, hasta un niño, podía identificarlo entre mil. Pero era un misterio su enigmática vida interior. Y en rigor de verdad, siempre fue un extraño para todos los que lo rodeaban. Ese asombroso carisma que atraía a las multitudes, esa conducta tan singular, esa forma tan peculiar de ser, hacían de El un arcano.

Algunos lo consideraban un bohemio, un excéntrico soñador. Pero no lo era. ¡Claro que no! Aunque, es cierto, tampoco era como todos los demás. Nadie llegó a entenderlo en profundidad. Nosotros diríamos que era de esa clase de personas que nació en la época y el lugar equivocados. Toda su vida fue extraña y hasta casi incomprendible. Los "doctos" no lo llegaban a entender, y por eso lo tildaban de extravagante y desubicado.

Era una de esas personas que, simplemente porque son diferentes a nosotros, porque piensan y actúan en

forma distinta a los demás, los calificamos como ridículos y hasta disparatados. A este hombre lo llamaban así porque hizo cosas y dijo verdades que nadie jamás se había atrevido a hacer o decir. En realidad, era un revolucionario. Y por eso mismo fue despreciado y hecho a un lado por sus propios hermanos.

También tuvo espíritu de poeta. Fue el lírico de las cosas simples de la vida, el que habló de los gorriones del cielo y los lirios del campo. Fue uno de esos poetas que, a veces, lloran por cosas que la gente común no ve ni entiende; de esos poetas que se emocionan ante la sonrisa inocente de un niño, y lloran ante el egoísmo del hombre.

Fue singular en su nacimiento y sumamente original en su vida. Pero lo más extraño y fuera de lo común fue su muerte. Porque todo ser humano muere por sí mismo. Pero este Hombre murió por mí y por ti. . . Dio su vida para que nosotros pudiéramos vivir. Y aún no habíamos nacido.

Lo llamaban Jesús —Jesús de Nazaret, aunque El prefería llamarse simplemente "Hijo del hombre". He aquí el gran desconocido: JESUS. Todos saben quién es. Hasta los más pequeños

pueden identificarlo en las estampitas. Pero ¡cuán pocos lo conocen realmente! ¿Será que yo lo conozco? ¿Lo conoces tú?

Miles de años antes de su nacimiento, ya se sabía que algún día vendría. Con quinientos años de anticipación se predijo el lugar y la fecha precisa. Pero casi nadie lo esperaba. Y lo más triste es que no lo comprendieron ni aun sus propios padres; mucho menos los de su pueblo natal, los de su nación. Si hasta les tuvo que decir a sus más íntimos amigos: "¿Tanto tiempo hace que estoy con vosotros, y aún no me han conocido?" (S. Juan 14: 9).

En aquel inolvidable día de la resurrección, después de su sacrificio supremo, fue confundido con el jardinero del huerto. Muy triste fue la vida del Salvador. Un Salvador que había venido a los suyos, "y los suyos no lo recibieron" (S. Juan 1: 11). No sólo eso, sino que lo crucificaron en un madero. ¡Qué vida le tocó vivir! Y pensar que todo eso fue por mí. . . y también por ti.

Para los dueños de las posadas de Belén, simplemente era un niño más que iba a nacer. Para los habitantes de Nazaret, Jesús era sólo el hijo del car-

Daniel Liernur, joven escritor y conferenciante argentino, reside en la provincia de Buenos Aires, Argentina.

pintero. María lo confundió con el jardinero del huerto. Hasta para los discípulos que iban en el camino a Emaús, Jesús era un viajero más, un forastero que desconocía lo que había sucedido ese fin de semana.

¿Qué es Jesús para ti? ¿Uno como todos los demás? ¿Un simple carpintero de Nazaret? ¿O tal vez es tan sólo un hombre bueno que vivió hace dos mil años y predicó el amor? ¿Es acaso el originador de un movimiento religioso más, de los tantos que hay?

¿Sabes? La respuesta a esta pregunta es muy importante. Marca la diferencia entre la vida y la muerte. Te lleva de la muerte eterna a la vida eterna. ¿Puedes identificar a Cristo? No te estoy hablando del Cristo de las estampitas. Te hablo del Cristo vivo. Del Cristo que vive en tu ciudad, junto a las calles donde pasas todos los días. Allí está el Cristo vestido con harapos y de pies descalzos.

Jesús mismo lo dijo: "Porque tuve hambre, y no me disteis de comer; tuve sed, y no me disteis de beber; fui forastero, y no me recogisteis; estuve desnudo, y no me cubristeis; enfermo, y en la cárcel, y no me visitasteis. . . De cierto os digo que en cuanto no lo hicisteis a uno de estos más pequeños, tampoco a mí lo hicisteis". "Apartaos de mí" (S. Mateo 25: 42-45; 41).

¿A quién ves cuando contemplas al necesitado? ¿Ves a un niño como cualquiera de los demás? ¿O quizás a un humilde carpintero, común y corriente? ¿Ves sólo a un jardinero, o a un repulsivo hombre harapiento? ¿Y si el desconocido fuera Jesús? ¿Será, acaso, que deberás oír las palabras duras y tristes: "Apártate de mí"?

Recuerda que lo que haces a tu hermano, para el Señor lo haces. Y aunque nunca recibas un "gracias", ni la menor recompensa terrenal, el Cielo toma nota de esto. Y ten por cierto, porque así lo dice Dios, que tendrás el premio de la vida eterna. "Venid, benditos de mi Padre, heredad el reino preparado para vosotros desde la fundación del mundo. Porque tuve hambre, y me disteis de comer; tuve sed, y me disteis de beber; fui forastero, y me recogisteis; estuve desnudo, y me cubristeis; enfermo, y me visitasteis; en la cárcel, y vinisteis a mí" (S. Mateo 25: 34-36).

VF

¿Qué responde la Biblia?

¿Qué significa lo que dice S. Juan 3: 14, 15: "Y como Moisés levantó la serpiente en el desierto, así es necesario que el Hijo del Hombre sea levantado, para que todo aquel que en él cree, no se pierda, mas tenga vida eterna"?

Aquí nos encontramos con una sorprendente historia del Antiguo Testamento, que se relata en Números 21: 4-9. Durante su viaje a través del desierto, el pueblo de Israel murmuraba y se quejaba de haber salido de Egipto; para castigarlo, Dios envió una plaga de serpientes peligrosas y letales. El pueblo se arrepintió y clamó por misericordia, y Dios ordenó a Moisés que hiciera una serpiente de bronce y la pusiera en medio del lugar donde estaban, sobre un asta; cualquiera que la mirase, se salvaría y viviría.

Ese relato impresionaba mucho a los israelitas del tiempo de Jesús. Contaban cómo, en tiempos posteriores, esa serpiente de bronce se convirtió en una imagen y en un ídolo, y cómo en los tiempos de Ezequías hubo que destruirla porque la gente la adoraba: "El quitó los lugares altos, y quebró las imágenes, y cortó los símbolos de Asera, e hizo pedazos la serpiente de bronce que había hecho Moisés, porque hasta entonces le quemaban incienso los hijos de Israel; y la llamó Nehustán" (2 Reyes 18: 4). Los judíos siempre se sintieron algo intrigados y perplejos ante este incidente, puesto que tenían absolutamente prohibido hacer imágenes. Los rabinos les daban la siguiente explicación: "No era la serpiente quien mataba y daba vida. Israel miraba y mientras Moisés mantenía la serpiente en alto, creían en Aquel que le había ordenado actuar de ese modo. Era Dios quien los curaba". El poder sanador no estaba en la serpiente de bronce. Esta no era más que un símbolo y un indicador que los hacía dirigir su pensamiento hacia Dios; y cuando volvían su pensamiento hacia Dios, quedaban curados.

De manera que Jesús tomó esa vieja historia y la usó como tipo, como profecía y como una especie de parábola acerca de sí mismo. Interpretando el

texto de S. Juan en este contexto histórico, significa lo siguiente: "La serpiente fue levantada, los hombres la miraron, y sus pensamientos se dirigieron a Dios, y mediante el poder de ese Dios en quien confiaban, fueron curados. Así se debe levantar a Cristo; y cuando los hombres eleven sus pensamientos hacia El y crean en El, ellos también encontrarán la vida eterna y la salvación".

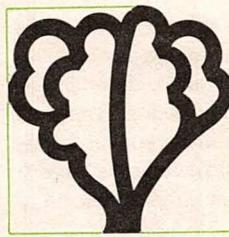
Hay algo maravillosamente sugestivo en este texto. El verbo *levantar*, o *elevar*, es *hypsoo*. Lo interesante acerca de esta palabra es que con respecto a Jesús se la usa en dos sentidos. Se la emplea cuando se habla de que se lo *elevó a la cruz*. También se lo emplea cuando se dice que en el momento de su ascensión al cielo fue *elevado a la gloria*. En el contexto de la cruz, encontramos el verbo *hypsoo* en S. Juan 8: 28 y 12: 32; en el sentido de la ascensión a la gloria, se emplea ese verbo en Hechos 2: 30 y 5: 31, y en Filipenses 2: 9.

Hubo una doble elevación en la vida de Jesús: la elevación a la cruz y la elevación a la gloria. Y ambas están estrechamente relacionadas. La una no pudo haber sucedido sin la otra. Para Jesús, la cruz era el camino a la gloria; si hubiera rechazado la cruz, si la hubiese eludido, si hubiera tomado alguna medida para escapar de ella —como bien podría haberlo hecho—, no habría recibido ninguna gloria. Lo mismo sucede con nosotros: si queremos, podemos elegir el camino fácil; si queremos, podemos rechazar la cruz que debe cargar todo cristiano; pero si lo hacemos, perdemos la gloria. Es una de las leyes inalterables de la vida religiosa: si no hay cruz, no hay corona.



Ricardo Bentancur es licenciado en Teología y vicedirector de Vida Feliz.

Las consultas para esta sección deben dirigirse a VIDA FELIZ, Avda. San Martín 4555, 1602 Florida, Buenos Aires, Argentina.



Las recetas publicadas en esta sección corresponden al régimen lacto-ovo-vegetariano.

Tentaciones para golosos

Angela B. Bianculli de Rodríguez

Se acercan los primeros fríos, y con ellos la necesidad de preparar platos que los contrarresten. Este mes le presentamos algunas recetas que le ayudarán a entibiar esos días fríos y a nutrir bien a su familia.

PASTEL DE CEBOLLAS

Masa

- 2 tazas de harina integral superfina
- 2 tazas de harina común
- 3 cucharadas de germen de trigo
- 1 cucharada de levadura de cerveza
- 2 cucharadas de aceite
- 1 cucharadita de sal marina
- Agua tibia, cantidad necesaria

Relleno

- 4 cebollas redondas grandes
- 2 morrones asados
- 50 g de nueces
- 8 aceitunas negras
- 1 cucharada de maicena
- 1 cucharada de aceite
- 10 rodajas de *mozarella*
- 1 huevo
- 1 pizca de sal marina

Mezclar bien las harinas, el germen y la sal. Agregar la levadura disuelta en agua tibia. Formar un bollo y dejar reposar durante 30 minutos. Hojaldrar con el aceite en sucesivas dobladas y estiradas de la masa. Hacer dos discos: base y tapa.

Preparar un nituke con las cebollas cortadas en rodajas. Reservar el jugo.

Asar los morrones, pelarlos y cortarlos en tiritas. Disponer las cebollas cocidas y escurridas en la base del pastel, sobre la masa. Colocar encima las tiritas de morrón, las nueces y aceitunas picadas, el jugo mezclado con la maicena y la sal. Cubrir con las rodajas de *mozarella* y tapar con el disco menor de masa hecho previamente. Recortar florecitas de masa y ponerlas sobre la tapa superior. Repulgar, pintar con huevo batido, pinchar la masa y hornear a temperatura moderada durante 30 minutos. Servir caliente.

PAN DE GLUTEN

- 1/2 kg de harina integral
- 1/2 kg de harina de gluten
- 1 cucharada de levadura de cerveza
- 2 cucharadas de aceite
- 1 cucharadita de sal marina
- Agua tibia, cantidad necesaria

Mezclar las harinas y adicionar la levadura disuelta en agua. Incorporar la sal marina y el aceite. Trabajar la masa con la mano abierta para airearla. Adicionar más agua, si fuera necesario. Disponer el bollo en un recipiente y dejarlo leudar en lugar tibio y tapado durante 30 minutos. Con las manos humedecidas formar flautas de tamaño mediano. Colocarlas sobre placas previamente aceitadas y enharinadas. Dejarlas descansar durante 30 minutos más y hornearlas a temperatura moderada durante 45 minutos, aproximadamente.

Retirarlas y disponerlas sobre una rejilla hasta que se enfríen.

ARROLLADO DE HINOJO Y ALGAS

Masa

- 4 tazas de harina integral fina
- 1/2 taza de harina de soja
- 2 tazas de harina común
- 1 cucharada de levadura de cerveza
- 3 cucharadas de aceite
- 1 cucharada de sal marina
- 1 huevo
- 1/2 litro de agua tibia

Relleno

- 4 hinojos
- 3 cebollas
- 1 morrón
- 6 aceitunas negras
- 2 cucharadas de algas tostadas y molidas
- 3 cucharadas de aceite
- 1 pizca de sal marina

Mezclar en un recipiente las harinas y añadir la sal marina. Aparte, disolver la levadura en un poco de agua tibia. Adicionarle dos cucharadas de aceite y batir la preparación. Verter sobre las harinas y trabajar los ingredientes hasta que se unan, agregando agua tibia para obtener un bollo liso y de consistencia semidura. Dejar descansar durante 30 minutos. Estirar la masa y hojaldrarla con el aceite restante. Estirarla fino y darle forma rectangular, cortando con un cuchillo todos los sobrantes.

Para preparar el relleno, aceitar una cacerola y disponer en ella las cebollas cortadas en aros finos y los hinojos también finamente cortados. Tapar el recipiente y cocer a fuego suave. Cuando el nituke esté listo añadir las algas y salar apenas. Retirar la preparación y dejarla enfriar.

Cubrir la masa con el relleno y disponer encima las aceitunas y el morrón cortado en tiritas muy finas. Armar el arrollado y colocarlo sobre una placa aceitada y enharinada. Pintar con huevo batido y hornear a temperatura moderada durante 30 minutos. Retirar y desmoldar sobre una rejilla hasta que esté tibio.

CROQUETAS DE ARVEJAS

- 2 tazas de arvejas frescas cocidas
- 1 taza de cebada perlada cocida
- 2 cebollas de verdeo
- 1 cucharada de provenzal
- 2 cucharadas de queso rallado
- 1 cucharadita de orégano
- 1 pizca de jengibre
- 1 pizca de sal marina
- Rodajas de tomate y *mozzarella* para decorar

Mezclar las arvejas cocidas y pisadas con el cereal cocido. Agregar un nituke de cebollas de verdeo, la salsa provenzal (ajo y perejil picados y rehogados), el orégano, el jengibre, el queso rallado y la sal. Mezclar bien. Formar las croquetas con las manos humedecidas en agua. Colocarlas sobre placas aceitadas. Decorar con rodajas de tomate y *mozzarella* y gratinar en horno fuerte.

Sugerencia: Acompañar estas croquetas con puré de zapallo condimentado con aceite de maíz, comino y una pizca de sal.

TARTA DE ZAPALLITOS CON BECHAMEL

- 1 kg de zapallitos largos
- 2 cebollas de verdeo
- 1 cucharada de harina de arroz
- 3 cucharadas de crema de leche
- 3 cucharadas de queso rallado
- 1 cucharada de aceite
- Masa para tarta, de su preferencia

Sal, nuez moscada y orégano a gusto

Preparar un nituke, colocando en una cacerola untada con aceite, las cebollas de verdeo cortadas en juliana y los zapallitos cortados en cubos. Reservar el jugo. Condimentar la preparación con sal y orégano. Forrar un molde de tarta con la masa preferida y rellenar con la preparación lograda. Mezclar el agua de cocción con la crema de leche, la nuez moscada, la cucharada de harina de arroz y el queso rallado. Verter sobre el relleno de zapallitos y llevar a horno suave durante 30 minutos. Si fuera necesario, elevar la temperatura del horno en los últimos minutos y gratinar.

EMPANADAS DE CEBOLLA Y QUESO

- 2 cebollas
- 1 morrón
- 250 g de queso descremado
- 6 aceitunas verdes
- 1 cucharada de aceite
- Discos para empanadas, cantidad necesaria

Picar las cebollas y el morrón y hacer un nituke (cocción al vapor) en un recipiente previamente pincelado con el aceite. Retirar la preparación y agregar el queso descremado, cortado en pequeños daditos, y las aceitunas picadas. Dejar entibiar.

Rellenar los discos y armar las empanadas como de costumbre. Hornearlas a temperatura moderada durante 15 minutos. Retirar del horno y servir inmediatamente.

Variación: En lugar de queso descremado, se puede usar queso de soja (tofú) y condimentar con salsa de soja y orégano.

STRUDEL DE MANZANAS*

- 500 g de dulce de manzanas
- 50 g de pasas de uva
- 50 g de nueces picadas
- 50 g de coco rallado
- Miel, cantidad necesaria
- Masa de arrollado preferida

* La fotografía de la página 23 ilustra esta receta.

Distribuir el dulce sobre la masa de arrollado. Sobre el borde, donde comenzará a arrollar la masa, disponer las nueces picadas. Sobre el resto de la superficie espolvorear las pasas y el coco rallado. Arrollar y disponer el arrollado en una placa aceitada y enharinada. Hornear a temperatura moderada durante 30 minutos. Retirar, colocar sobre rejilla y pintar con miel. Dejar enfriar y servir.

DULCE DE BATATA (BONIATO) MOLDEADO

- 1 kg de batatas
- 3 cucharadas de miel
- 1 chaucha de vainilla natural
- 1 cucharada de gelatina de algas (agar-agar)
- 1/4 litro de agua

Pelar las batatas y cortarlas en trozos. Cocinarlas en el cuarto litro de agua con la chaucha de vainilla. Cuando estén tiernas, dejarlas entibiar y licuarlas en el agua de cocción. Llevar nuevamente a fuego lento, usando disco de amianto para que no se pegue. Cuando vuelva a hervir, agregar el agar-agar disuelto en agua fría y la miel. Cocer durante 5 minutos más y verter en molde de budín inglés humedecido. Dejar enfriar y desmoldar.

Variación: En lugar de batatas se puede usar zapallo (calabaza) cocido en jugo de naranja.

DULCE DE CIRUELAS

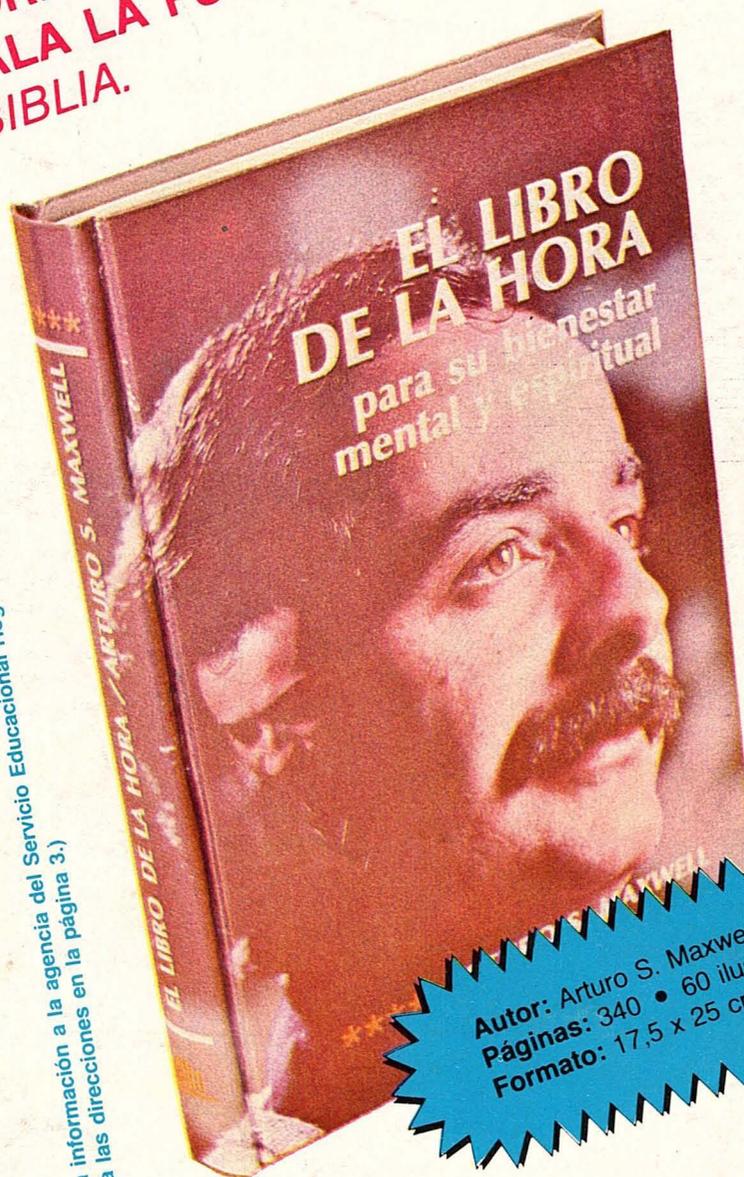
- 1/2 kg de ciruelas deshidratadas
- 3 cucharadas de miel
- 1 cucharadita de agar-agar (gelatina natural)
- Ralladura de un limón

Dejar las ciruelas en remojo toda la noche. Quitar los carozos y licuar en el agua de remojo. Agregar la ralladura de limón y la miel y llevar a fuego mínimo (si es posible sobre disco de amianto) hasta lograr la consistencia de mermelada. Incorporar la gelatina disuelta en un poco de agua fría y cocer durante 5 minutos más. Dejar enfriar y servir.



**SU SALUD MENTAL Y ESPIRITUAL
NO DEPENDEN DEL AZAR
EN ESTE MOMENTO OSCURO DE LA
HISTORIA DEL HOMBRE, ESTA OBRA
SEÑALA LA FUENTE DE LUZ Y VERDAD:
LA BIBLIA.**

Pida información a la agencia del Servicio Educativo Hogar y Salud más cercana a su domicilio.
(Vea las direcciones en la página 3.)



**Autor: Arturo S. Maxwell
Páginas: 340 • 60 ilustraciones
Formato: 17,5 x 25 cm**

Poniendo el énfasis en el individuo, esta obra lleva al lector a descubrir lo que la Biblia dice acerca de su propia vida, su propio hogar, su propia salud, sus propios problemas y su propio futuro. No es un tratado teológico sino una sencilla y amena plática junto al fuego hogareño acerca de un libro casi olvidado en nuestros días, pues aunque es el libro más vendido, es uno de los menos leídos y comprendidos. Para lograr que las personas que lo poseen se sientan atraídas a abrirlo y leerlo se escribió esta obra en la que el autor busca, además, transmitir las reservas infinitas de sabiduría y amor divinos contenidas en las páginas del más actual de los libros.