

VIDA *feliz*



No permita que destruyan su autoestima

A 500 años:
El enigma de Colón

Nutrición:
Cómo prevenir el cáncer

Cómo leer la Biblia

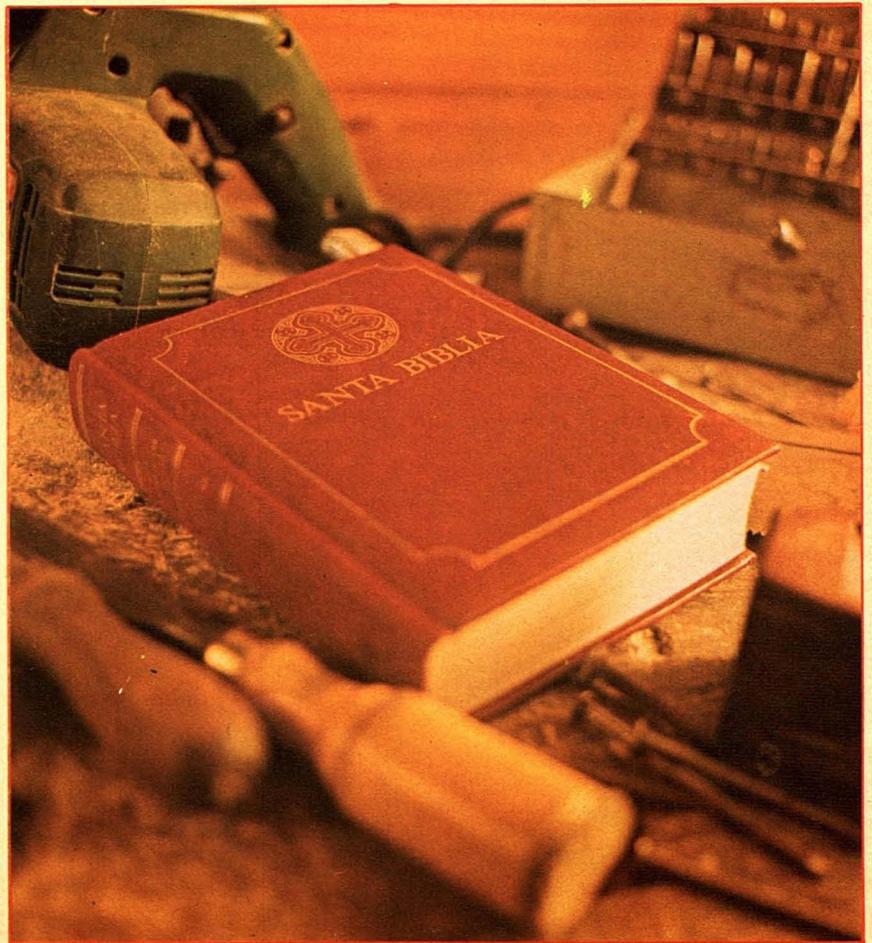
Hay cristianos que creen que la Biblia habla mágicamente por sí sola, como desprendida de la experiencia humana, del horizonte cultural de cada persona. No quieren correr el riesgo de pensar, porque temen que la razón destruya la revelación. Sólo la razón en diálogo con el Espíritu puede orientarnos en las decisiones más difíciles de la vida. Pero, para eso, la Biblia debe ser leída como corresponde.

Alden Thompson

—**L**as mujeres deben permanecer quietas y calladas y no deben tener autoridad sobre los hombres, eso es lo que dice San Pablo en la Biblia (“La mujer debe escuchar la instrucción en silencio, con toda sumisión; y no permito que la mujer enseñe en público ni domine al hombre. Quiero que permanezca callada, porque Dios hizo primero a Adán y después a Eva; y Adán no fue el engañado, sino la mujer; y al ser engañada, cayó en pecado. Pero la mujer se salvará si cumple sus deberes como madre, y si con buen juicio se mantiene en la fe, el amor y la santidad”, versión *Dios habla hoy*)—, dijo mi interlocutor con tono seguro y desafiante.

—El consejo de Pablo refleja la cultura de sus días, pero no constituye un principio atemporal que rija aún hoy—, fue mi respuesta.

Aquella persona volvió a la carga:



Alden Thompson es doctor en Filosofía, profesor de estudios bíblicos en Washington, autor de varios libros y de numerosos artículos.

—Pero Pablo fundamentó lo que dijo en el hecho de que Adán fue creado antes que Eva.

—Esa fue la lógica de Pablo, pero no necesariamente la de Dios—, le dije mientras recordaba las palabras de una conocida comentarista bíblica (“Dios no se ha puesto a prueba a sí mismo en la Biblia por medio de palabras, de lógica o de retórica” [Elena de White, *Mensajes Selectos*, Buenos Aires, Casa Editora Sudamericana, 1966, t. 1, p. 24]).

—¿Está usted diciendo que los mensajes de San Pablo no eran inspirados por Dios?—, me dijo entonces.

—Por supuesto que lo eran. Pero los autores inspirados por Dios siempre remiten a su cultura y la reflejan, y la cultura cambia—, afirmé.

—Pero Dios no cambia—, sentenció.

Sentí que era el momento de emplear algunas ilustraciones del Antiguo Testamento, y le pregunté si creía que las leyes reguladoras de la esclavitud (Exodo 21: 1-6) estaban todavía en vigencia.

—No veo nada de malo en la esclavitud—, contestó.

—¿Y qué me dice de la ley contenida en Exodo 21: 7-11, de acuerdo con la cual un hombre que tomaba para sí una segunda esposa debía seguir cumpliendo plenamente sus responsabilidades maritales con la primera? ¿Está todavía vigente esa ley?—, le pregunté.

—Excepto en el caso de los ancianos y diáconos (1 Timoteo 3: 3, 12), no encuentro nada en la Biblia que prohíba a un hombre tener más de una esposa—, respondió.

Un tanto desconcertado por la confianza propia con que respondía este hombre, decidí hacer un último intento.

—¿Qué me dice de la venganza familiar? ¿Opina usted que una persona que pierde un pariente a manos de un tercero debe hacer justicia por su propia mano y dar muerte al homicida?— (véase Números 35: 9-28).

—Si actualmente practicáramos esa venganza tendríamos muchos menos problemas con la ley y el orden—, fue la rápida respuesta.

Hasta donde yo sé, esa persona no tenía esclavos, no era bigamo y no practicaba la ley del talión. Pero aun así se sentía compelida a afirmar que una ley promulgada una vez por Dios debe ser de allí en más eternamente vigente. Para esa persona, la Biblia es una colección de leyes.

En nuestra cultura actual, una colección de leyes es un instrumento de precisión. Cuando un constructor desarrolla su actividad rigiéndose por un código o libro de leyes, se atiene, se ajusta a ese libro. Los parámetros mínimos son claros y las especificaciones son exactas.

Un libro de leyes demanda *aplicación* más que *interpretación*, *acatamiento* obediente más que *reflexión*. El libro de leyes se adelanta al interrogante del inspector de obra: “¿Se rigió usted por las exigencias del reglamento?” La respuesta sólo puede ser sí o no. La verificación de si se cumplió o no con las demandas de los reglamentos es sencilla y directa.

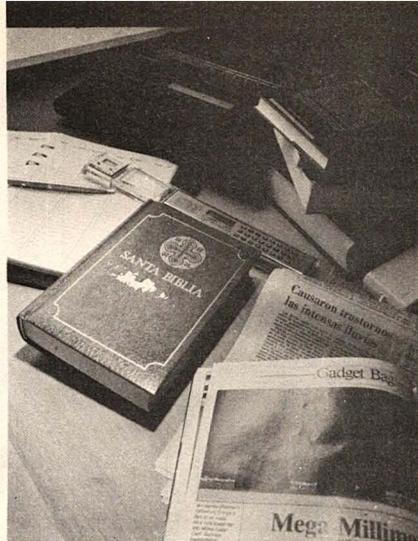
¿Se parece la Biblia a eso? En algunos aspectos sí. Pero creo que existe una manera más adecuada de acercarse a la Biblia como un todo. Permítanme sugerir dos proposiciones como punto de partida para la discusión:

1. Si bien es cierto que la Biblia contiene claramente algunos elementos propios de un libro de leyes, se asemeja más a un libro de casos orientadores que a un código de leyes.

2. Los creyentes cristianos en general son reacios a admitir el modelo del libro de casos para la Biblia, porque temen poner en peligro la autoridad de ella.

Más bien un libro de casos orientadores que un código de leyes

Entiendo y aplico el término **libro de casos** (*casebook*, en inglés) en el sentido de “libro que contiene registros de casos que ilustran principios generales o que tipifican situaciones significativas, y que es utilizado como referencia y para instruir —como en el derecho, la medicina, la sociología, la psiquiatría, etc.—” (*Webster's New International Dictionary*, vol. 3. p. 346).

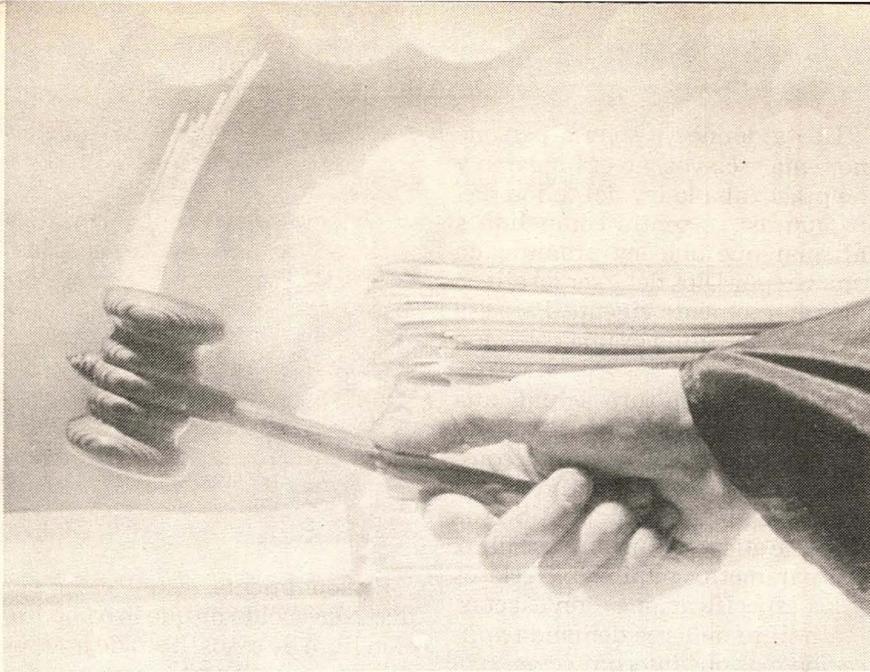


Personalmente, estoy cada vez más convencido de que la comparación libro de casos/libro de leyes es útil para ayudarnos a comprender la naturaleza de las Escrituras.

Mientras que el ámbito natural de un libro de leyes se encuentra en los círculos legales, y en el marco del comercio y de la tecnología, un libro de casos orientadores resulta a menudo de mayor utilidad dentro de las ciencias sociales y de la conducta. Un libro de casos también puede proveer la información no elaborada sobre la que se apoyan ciertas decisiones legales. **Pero en lugar de ordenar una respuesta única y claramente definida, como lo haría un código de leyes, un libro de casos describe una serie de ejemplos que reflejan una variedad de respuestas posibles bajo circunstancias variadas.** Ninguno de esos casos puede ser plenamente definitivo o prescriptivo en condiciones distintas a las que sirvieron de marco de referencia a los ejemplos presentados, pero cada uno de esos casos es descrito de una manera que puede resultar de utilidad a alguien que se encuentra frente a circunstancias similares a las del caso presentado.

En los ejemplos que siguen, veremos que, a causa de la complejidad propia de tiempos y circunstancias cambiantes, el enfoque *del libro de casos* puede proveer el marco de referencia adecuado para resolver las aparentes contradicciones bíblicas.

Proverbios. Un ejemplo de dos proverbios aparentemente contradictorios se encuentra en Proverbios 26: 4, 5. El primero de esos dos proverbios recomienda una línea



La Biblia no es un reglamento que demande aplicación más que interpretación, acatamiento obediente más que reflexión. Ante situaciones críticas no ordena una respuesta única y definida. Orienta al lector con una serie de ejemplos que reflejan una variedad de respuestas posibles en circunstancias distintas.

de acción: "No respondas al necio según su necedad, no sea que tú también te vuelvas como él"; el segundo recomienda precisamente lo contrario: "Responde al necio según su necedad, no vaya a creerse que es un sabio" (*Nueva Biblia Española*).

Algunos rabinos que vivieron en el siglo primero de nuestra era consideraron tales contradicciones como problemáticas, aunque se sugiriera que el libro de Proverbios no formaba parte del canon. Sin embargo, unos momentos de reflexión mostrarán que los proverbios, tomados individualmente, están en lo cierto en términos *generales*, aunque no en términos *universales*, es decir, en el sentido absoluto. Por ejemplo, en el ámbito de los proverbios no inspirados, podemos contraponer dos proverbios perfectamente apropiados de tal manera que resulten aparentemente contradictorios: "Muchas manos en un plato hacen garabato" versus "Las muchas manos alivian el trabajo".

¿Qué es lo que determina cuál de los dos proverbios debe aplicarse? Las circunstancias que imperen en la cocina, obviamente. Cualquiera ama de casa o cocinero puede pensar en circunstancias propicias para cada uno de los dos proverbios.

En lo que respecta al caso de Proverbios 26: 4, 5, uno podría imaginar circunstancias en las que un necio debería ser confrontado, y en otras que harían más aconsejable el silencio.

¿Cómo podría un código de leyes resolver las cuestiones planteadas? Sencillamente no podría hacerlo. Cuando es posible más de una aplicación, pensar en la Biblia como un libro de casos orientadores resulta de más ayuda.

Consejo profético. ¿Cómo debería un profeta contestar el siguiente interrogante?: "¿Debería el pueblo de Dios resistir a un invasor pagano o debería rendirse ante él?"

En los días del rey Ezequías, cuando los asirios amenazaban a la ciudad de Jerusalén, el profeta

Isaías aconsejó la resistencia y prometió la victoria para el reino de Judá (Isaías 37: 5-7).

Unos 100 años después, en los días del rey Sedequías, el profeta Jeremías aconsejó precisamente lo contrario cuando el ejército babilonio asedió a Jerusalén: "El que se quede en esta ciudad morirá. . . En cambio, el que salga y se entregue a los caldeos que están ahora atacando la ciudad, no morirá; al menos podrá salvar su vida" (Jeremías 21: 9, versión *Dios habla hoy*). Jeremías fue acusado de traición.

No podemos entender todas las diferentes circunstancias que condujeron a Dios a tener misericordia de su pueblo bajo el reinado de Ezequías y, en cambio, a no hacer lo mismo cuando gobernaba Sedequías, aunque la reputación de aquél era por cierto superior a la de éste. Ciertamente creemos que Dios adaptó su actuación a las circunstancias. Y puesto que existe una variedad de factores que determinan la respuesta del profeta, si intentamos interpretar la aparente contradicción de las declaraciones, parece que tomar la Biblia como un libro de casos orientadores es más adecuado que tomarla como un libro de leyes.

Las palabras de Jesús. Una pregunta para Jesús: "¿Qué preparativos físicos y qué clase de equipo necesitamos para servir en tu nombre?"

He aquí las respuestas de Jesús (Lucas 22: 35-38): " 'Cuando los mandé sin bolsa ni monedero ni sandalias, ¿acaso les faltó algo?' Ellos contestaron: 'nada'. Entonces les dijo: 'Ahora, en cambio, el que tenga bolsa, que la lleve, y también monedero; y el que no tenga espada, que venda su abrigo y se compre una' "

¿Cómo podría un código de leyes prescribir claramente qué debemos conseguir y cuándo? La respuesta de Jesús requiere el modelo del libro de casos orientadores.

Esdras y Nehemías: la petición de ayuda a los paganos. He aquí una pregunta para Esdras y para Nehemías: "¿Es correcto pedir protección y ayuda financiera a vecinos paganos para emprender un viaje a Jerusalén?"

El texto no clausuró su sentido en el momento en que fue escrito, permanece abierto para que cada lector lo reinterprete desde su propia realidad y a la luz de la iluminación divina. Por eso, no sólo es necesario conocer la Biblia, también hay que conocer a Dios para interpretar su Palabra.

Esdras, en el año 457 a. C., respondió no (Esdras 8: 21-23).

La comentadora ya citada dice lo siguiente al respecto: "En este asunto, Esdras y sus compañeros vieron una oportunidad de ensalzar el nombre de Dios delante de los paganos. Quedaría fortalecida la fe en el poder del Dios viviente si los israelitas mismos revelaban una fe implícita en su Caudillo divino. Resolvieron, por lo tanto, poner toda su confianza en él. *No quisieron pedir guardia de soldados*, para no dar a los paganos ocasión de asignar a la fuerza del hombre la gloria que pertenece a Dios solo. . . *Adquirirían fuerza, no por las riquezas ni por el poder ni la influencia de hombres idólatras, sino por el favor de Dios*" (Elena de White, *Profetas y Reyes*, Buenos Aires, Casa Editora Sudamericana, 1987, p. 452).

Nehemías, en el año 444 a.C., contestó aquella misma pregunta de manera positiva (Nehemías 2: 7-9).

En este caso, Elena de White afirma lo siguiente: "La petición que dirigió al rey tuvo acogida tan favorable que Nehemías se sintió alentado a pedir aun más ayuda. *A fin de dar dignidad y autoridad a su misión, así como para estar protegido durante el viaje, solicitó y obtuvo una escolta militar*. . . Nehemías no se conformaba con la incertidumbre. Los recursos que le faltaban los solicitaba a los que estaban en condiciones de dárselos (*Ibid.*, pp. 467-468).

Los cristianos que son sensibles a los pensamientos y sentimientos del mundo que los rodea, pueden fácilmente concebir circunstancias en las que sería sabio seguir el

ejemplo de Esdras. En otras ocasiones pueden demandar la respuesta de Nehemías. El libro de casos de la Escritura incluye tanto el de Esdras como el de Nehemías, para que podamos aprender de ambos.

El consejo apostólico. He aquí una pregunta para el apóstol Pablo: ¿Qué aconseja acerca del matrimonio?

"Eso depende —dice él en 1 Corintios 7—. Es mejor ser soltero, pero si dos personas están casadas, los cónyuges tienen la obligación mutua de cumplir sus deberes conyugales" (vers. 17).

"Si ustedes están solteros, aunque creo que sería preferible que siguieran en ese estado, es mejor casarse antes que consumirse de pasión" (vers. 8, 9).

"Si ustedes están casados con una persona que no es creyente, permanezcan a su lado a menos que esa persona decida separarse de ustedes. Si el cónyuge no creyente quiere separarse del creyente, que lo haga. En ese caso, el cónyuge creyente queda en libertad" (vers. 12-16).

Esto nos muestra que los escritos que contienen los consejos del apóstol Pablo sólo son comprensibles si los tomamos como consejos orientadores y no como leyes estrictas.

Síntesis

En los ejemplos recién citados, se explicitan claramente las circunstancias que desembocaron en cursos de acción aparentemente contradictorios. Por otra parte, las diversas concesiones que hace Pablo respecto del matrimonio están bastante definidas, pero no elimi-

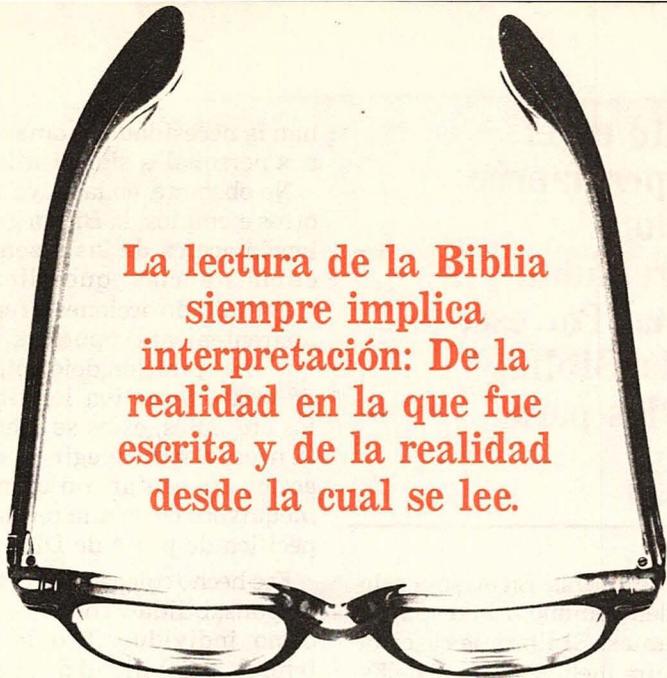
nan la necesidad de tomar decisiones personales significativas.

No obstante, en la mayoría de los otros ejemplos, la Biblia guarda silencio acerca de las razones y las circunstancias que dieron como resultado acciones o reacciones aparentemente opuestas. Puesto que la inspiración dejó abierta más de una alternativa legítima para los creyentes, éstos se vieron ante la necesidad de elegir un curso de acción sin contar con un mandato inequívoco o con una revelación específica de parte de Dios.

Ese hecho coloca un alto grado de responsabilidad sobre la persona como individuo. Eso implica la temible posibilidad de elegir erróneamente y de evadir racionalizadamente nuestro deber, en detrimento de nosotros mismos y con la consiguiente deshonra para Dios. Todo esto resulta de una importancia vital.

Sin embargo, recordemos que en cada uno de los ejemplos citados, los creyentes supieron integrar hábilmente ambos lados de la aparente "contradicción", sin perjuicio de la obediencia a Dios. Contestar o no a un necio, solicitar o no apoyo de los no creyentes, son cuestiones serias que tienen que ver con la obediencia a Dios. Pero cada alternativa puede ser vista como una respuesta de obediencia en determinadas circunstancias. La dificultad reside en que ningún código de leyes puede proveernos la respuesta correcta por adelantado. En lugar de eso, tenemos un libro de casos que contiene las distintas posibilidades puestas delante de nosotros. Pero en última instancia somos nosotros los que debemos decidir cuál será nuestra respuesta. Dios no hará eso por nosotros.

Y es precisamente en ese último punto donde se encuentra el escollo para muchos devotos creyentes. El hecho de admitir que la Biblia es un libro de casos parece una afirmación demasiado abierta o amplia. Podría incluso ser considerada como una riesgosa invitación a poner demasiada responsabilidad sobre nuestras espaldas, lo que podría conducirnos a decisiones erróneas, con la consecuente deshonra a Dios y a su Palabra.



**La lectura de la Biblia
siempre implica
interpretación: De la
realidad en la que fue
escrita y de la realidad
desde la cual se lee.**

**La renuencia a aceptar el modelo
del libro de casos**

Los creyentes devotos respetan la autoridad de Dios y la autoridad de su Palabra, la Biblia. Es comprensible, tal vez, que los creyentes en general sean renuentes a decir en público o en privado que una orden particular o un ejemplo contenido en la Biblia no se aplica a ellos. El riesgo de que la voluntad humana predomine sobre la voluntad de Dios no es ciertamente una perspectiva atractiva para ningún creyente sincero. Más aún, podrían multiplicarse los ejemplos de cristianos que desechan sus responsabilidades con mucha facilidad argumentando que los tiempos han cambiado.

Aun admitiendo la fuerza de los ejemplos mencionados anteriormente, la retórica de algunos creyentes devotos tiende a dar la idea de que la Palabra de Dios provee una orientación mucho más clara que lo que ocurre en realidad cuando nos referimos a circunstancias específicas de nuestra vida. A continuación presentaremos varias citas que ilustran los temores, anhelos y expectativas con que algunos se acercan a las Escrituras, todo lo cual puede enturbiar nuestras responsabilidades delante de Dios y oscurecer la naturaleza de las decisiones que estamos tomando.

El temor de depender de la humanidad se refleja en la siguiente

declaración: “¡No podemos establecer qué es lo correcto y qué no lo es basándonos en nuestros sentimientos o en lo que la mayoría está haciendo! Necesitamos algo que esté fuera de nosotros que nos diga dónde se encuentra la verdad” (Joe Crews, *Inside Report*, vol. 4, N° 5).

El texto de un anuncio publicitario referido a un material de contenido religioso lo describía como: “Inspirado por el Espíritu Santo, y, en consecuencia, libre de fallas o defectos en los mensajes que contiene” (*Our Firm Foundation*, julio de 1989, p. 10).

La expresión “libre de fallas o defectos” implica la noción de una cualidad que trasciende a ese material y exime a los seres humanos de la necesidad de interpretar para aplicar.

El anhelo de consistencia monolítica puede llevarnos a pasar por alto el hecho de que algunas órdenes o mandatos divinos fueron temporarios, y que Dios ha introducido algunos cambios dramáticos en la manera en que se relaciona con la humanidad.

Existe por cierto una enorme consistencia en la Biblia, o, como lo expresaba una autora, una “armonía fundamental”. Pero un deseo de consistencia férrea no debería llevarnos a simplificar demasiado la evidencia bíblica. A menos que podamos incorporar las “aparentes contradicciones” dentro de un libro

de casos, ¿Cómo explicar un hecho tan asombroso como la orden que Dios dio a Abrahán para que sacrificara a Isaac?, sólo para mencionar un ejemplo.

¿Por qué piensan algunos que es tan peligroso que una persona se considere en libertad de interpretar por sí misma las Escrituras? La respuesta puede ser: Porque temen que el raciocinio de esa persona pueda destruir la autoridad de la revelación.

Pero analicemos con imparcialidad cada uno de los dos peligros que existen para el creyente respecto de este tema. Algunas personas tienden a hacer caso omiso de la autoridad divina. Toman las riendas en sus propias manos y no prestan atención a la Palabra de Dios. **Pero son muchos más los que están demasiado dispuestos a permitir que alguna autoridad piense por ellos: un progenitor, un pastor o sacerdote, la iglesia, un profeta, los convencionalismos culturales o aun la Biblia.**

Un enfoque autoritario de las Escrituras, uno que dé por sentado que todo lo que debíamos pensar ya ha sido pensado por nosotros, da como resultado lo que es tal vez la más grande de las ironías: que en el nombre de Dios, terminemos apoyándonos en un brazo débilmente humano.

Pero avancemos hacia una solución concreta. Si definimos claramente a las Escrituras como un libro de casos, estamos admitiendo que la Biblia pone delante de nosotros muchas maneras diferentes en que Dios ha guiado a sus hijos en el pasado, pero sin que eso signifique que Dios ha tomado por nosotros las decisiones específicas que nosotros debemos tomar.

¿Cómo saber entonces si debemos rebatir o no a un necio (Proverbios)? ¿Cómo saber si debemos hacer preparativos y pedir ayuda (Nehemías) o confiar simplemente en que Dios proveerá (Esdras)? ¿Tomar o no la espada (Jesús)? ¿Casarnos o permanecer solteros (Pablo)?

La respuesta es breve, hermosa, y dolorosa: **No basta con conocer las Escrituras; tenemos que conocer a Dios.** ☀

DIRECTOR: **Ricardo Bentancur**REDACTOR: **Hugo A. Coto**SECRETARIA: **Viviana C. Boidi**DIRECTOR DE ARTE: **Luis O. Marsón**FOTOGRAFO: **Hugo O. Primucci**GERENTE GENERAL: **Roberto Gullón**PRESIDENTE DEL CONSEJO EDITORIAL:
Werner MayrGERENTE DE DISTRIBUCION: **Arbin E. Lust**GERENTE DE PRODUCCION: **Daniel Pérez**

Agencias

SERVICIO EDUCACIONAL
HOGAR Y SALUD

ARGENTINA: BAHIA BLANCA: Villarino 39, 8000 Bahía Blanca, Buenos Aires. Tel. 24280. BUENOS AIRES: Valentín Vergara 3346, 1602 Florida, Buenos Aires. Tel. 761-3647. CORDOBA: Avda. Sabattini 1680, B° Maipu, 5014 Córdoba. Tel. (051) 223194. CORRIENTES: Buenos Aires 1178, 3400 Corrientes. Tel. 24072. TUCUMAN: Avda. Mate de Luna 2399, 4000 San Miguel de Tucumán. Tel. 235472.

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. Tel. 422202.

CHILE: ANTOFAGASTA: 14 de Febrero 2784. Casilla 1260. Tel. 24917. QUILPUE: Errázuriz 1027, Casilla 237. Tels. 910039, 910874. 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. Tels. 232641, 232911. HUANCAYO: Casilla 57. Tel. 236254. LIMA: Jr. Washington 1807, oficina 502. Casilla 1002. Tels. 338964, 337181. PUCALLPA: Avda Basadre Km 4.700. Casilla 350. Tel. 575237. PUNO: Lima 115. Casilla 312. Tel. 351702, 352082.

URUGUAY: MONTEVIDEO: Mateo Vidal 3211. Casilla 512. Tel. 81 46 67.

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. — Febrero de 1992.

REGISTRO NACIONAL DE LA
PROPIEDAD INTELECTUAL
N° 223416CORREO ARGENTINO
Suc. Florida (B) y Central (B)

PRINTED IN ARGENTINA

FRANQUEO A PAGAR
Cuenta N° 199

editorial

“Toda revolución empieza por la palabra” —Jean Paul Marat (1743-1793), político francés.

Todos conocemos el poder de la palabra para generar vida o muerte, para legitimar el derecho o la injusticia, para reivindicar la verdad o justificar la mentira. Es misterioso el poder de la palabra, como misterioso también es su origen. Los creyentes ponemos en el Verbo divino el principio de toda comunicación; y en la interpretación de la Palabra, el desafío de toda una vida.

Es sorprendente la incapacidad humana para interpretar la Palabra de Dios en nuestros días. Sorprende la poca imaginación que tenemos para no hacer de la Biblia un mero manual de reglamentos absurdos. Pero lo más cruel, lo más doloroso, es que quienes la enseñamos, no la **vivimos**. No en vano nuestra sociedad “cristiana” está muerta. Y el mal se extiende no tanto por las malas personas como por aquellos indiferentes que no se oponen a él. Es hora de que la Palabra sea “viva y eficaz”.—RB.

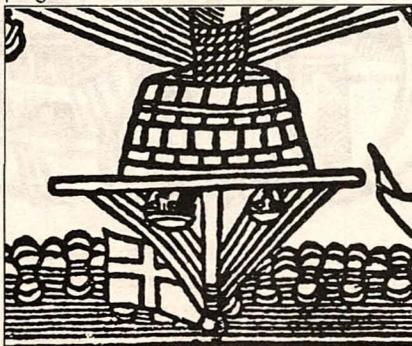
contenido

- 2 Cómo leer la Biblia
- 8 Ni los unos ni los otros: Nosotros
- 11 El enigma de Colón
- 14 La autoestima y la salud mental
- 18 Las fibras: Un modo eficaz de prevenir el cáncer
- 22 La esperanza bienaventurada

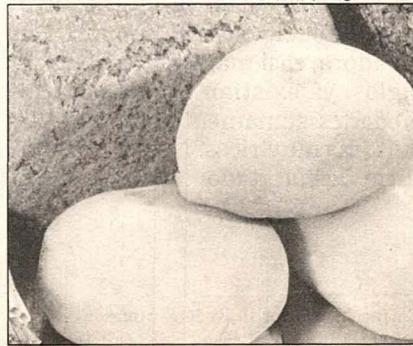
SECCIONES

- 10 **VIDA** y salud mental
- 13 **VIDA** en la actualidad
- 17 **VIDA** en la tercera edad
- 20 **Consultorio médico**
- 21 **Fue en febrero**
- 24 **VIDA** en la Palabra
- 25 **VIDA** en la cocina

página 8



página 18



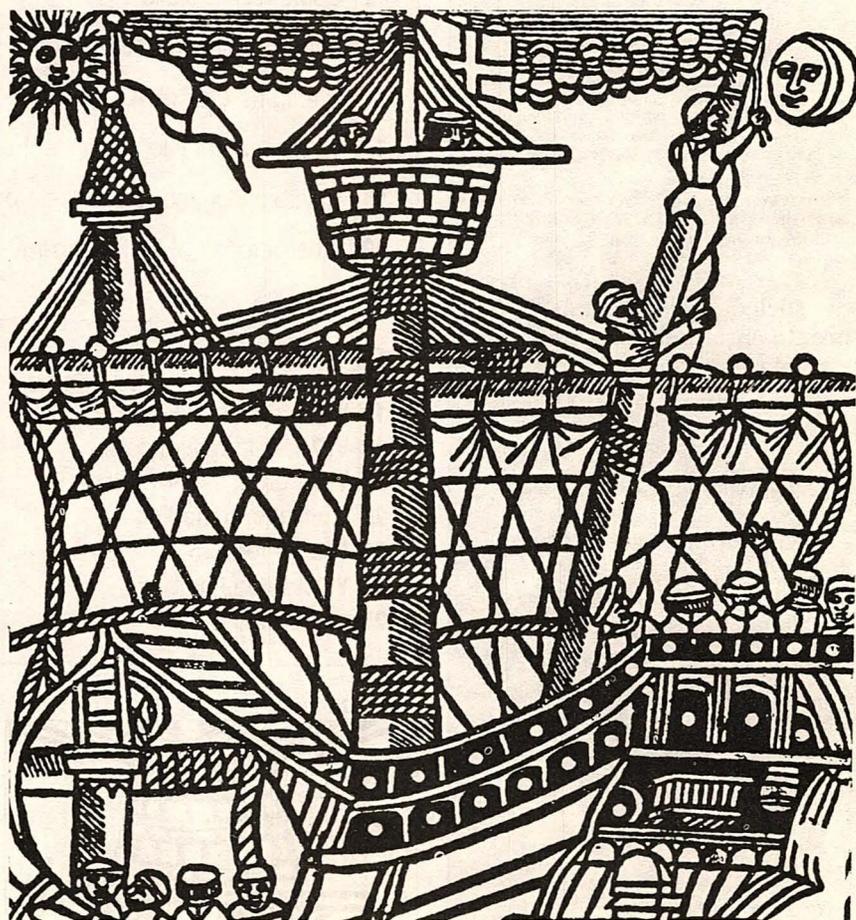
Ni los unos ni los otros: Nosotros

Entrevista al historiador Waldo Ansaldi.

Son las 10:30 de una bella mañana. Las horas soleadas con las que comenzó el día son un anticipo luminoso de la conversación que tendremos con Waldo Ansaldi, profesor titular de Historia Social Latinoamericana de la Universidad de Buenos Aires, e investigador del CONICET (Consejo Nacional de Investigaciones).

Estamos en 1992, contemplando desde aquí nuestra historia. Y en esa mirada retrospectiva vislumbramos un año decisivo: 1492. La pregunta es ineludible: lo que ocurrió en ese año, ¿fue realmente el descubrimiento de América?

Más bien habría que hablar de un descubrimiento mutuo: de América por parte de los europeos, y de Europa por parte de quienes ya habitaban este continente. El término *descubrir* puede resultar equívoco: se le suele dar una connotación creadora, casi mágica. Desde hacia siglos, ya existían en América sociedades sumamente complejas y culturas muy ricas. No era un territorio deshabitado.



Pero, más allá de aquel encuentro mutuo, ¿realmente fue descubierta América? ¿Colón no estaba buscando una salida a Oriente?

La idea de que Colón buscaba nuevas rutas hacia Oriente está muy difundida. Aunque hay quienes afirman que Colón realmente

Entrevista: Carlos Belvedere, profesor de Filosofía.

sabía lo que estaba buscando —y que no era precisamente una salida a Oriente—, pero que por ciertas condiciones de la época no lo podía decir tan francamente; no podía confesar que estaba buscando un mundo nuevo. Pero de todos modos, Europa no esperaba descubrir América. Hubo una incapacidad por parte de los europeos de ver al ser americano como un *otro absoluto*, una alteridad con derechos también absolutos. Europa vio a América como desigual y como inferior.

Tanto es así que hasta el día de hoy, cuando hablamos de aquel acontecimiento, no nos referimos a un descubrimiento mutuo sino al descubrimiento que los europeos (sujeto activo) hicieron de América (objeto pasivo). Parece que el descubrimiento que ellos hicieron fue más valioso que el que América hizo de ellos.

Sí, efectivamente. América ingresa al mundo en una situación desventajosa. Lo cierto es que la llegada de los europeos a América va a cambiar la historia de este continente, la historia de Europa, y la historia del mundo. En ese momento, América era un territorio amplio, con pluralidad de culturas y de sociedades autóctonas, y de pronto entró a formar parte de un sistema que comenzó a constituirse como planetario, internacional o universal, en el sentido más pleno de la expresión. Es cierto que en las condiciones menos ventajosas, esto es: que le exploten los metales preciosos para ser exportados a Europa, a fin de financiar buena parte del proceso de acumulación del capital en Europa Occidental, especialmente en Holanda y en Inglaterra. En ese proceso, España y Portugal fueron los menos favorecidos como destinatarios últimos de esas riquezas.

¿Y qué consecuencias tiene esto para nuestro continente?

A partir del comienzo de este proceso, la irrupción de lo europeo generará modificaciones en el plano étnico-social, con la aparición del mestizo (el resultado de la unión entre el blanco europeo y las indias del continente), a lo cual se

va a añadir después la aparición de los mulatos —otro tipo étnico-social—, cuando el aniquilamiento de poblaciones indígenas, y la ausencia de ellas en otros casos, hace que los europeos decidan traer esclavos africanos a trabajar en las plantaciones americanas. Esta conjunción de diferentes vertientes étnicas constituirá una característica étnica decisiva de las sociedades que después se llamarán latinoamericanas, y desembocará en una realidad que no es ni los unos ni los otros, sino *nosotros*. Ni los unos (la población originaria) ni los otros (los europeos conquistadores), sino un resultado de todo este proceso, que dará lugar a formas de mestizaje (en el sentido más amplio de la expresión: mestizos, mulatos, zambos, etc.); y hará que los americanos de raíces europeas se sientan más ligados afectivamente a América que a Europa, lo que se reforzaría con los notables procesos migratorios de fines del siglo XIX.

¿Podría hablarse, entonces, más que de un descubrimiento, de una creación de América?

Yo creo que en ese sentido puede hablarse, efectivamente, de un proceso de creación de América, como el resultado de una dialéctica en la que confluyen los pobladores originarios, los conquistadores y colonizadores, y que traerá como consecuencia un tipo de relación y de interacción muy diferente de la que existía originalmente. La llegada de los europeos a América, y el inicio del proceso de conquista y de colonización, rompe con las tensiones que caracterizaban a las sociedades originarias e inaugura un nuevo tipo de tensiones, entre las cuales la presencia de los europeos en situación de dominantes cambia completamente las reglas del juego, para inaugurar un proceso diferente. Los resultados son los que se advierten en el mundo de nuestros días. Hoy, a pesar de que en algunos lugares la población de origen autóctono es significativamente alta, no es menos cierto que, vista en su conjunto, la mayoría de la población americana es el resultado de este encuentro traumático entre sociedades y culturas diferentes. De modo que en ese sentido es una his-



Más que de un descubrimiento deberíamos hablar de una creación de América.

toria irreversible. Nos guste o no, somos hijos del colonialismo. Y ésta es como una especie de marca inevitable de origen de la que no podemos sacudirnos.

Entonces, ¿qué sentido tiene reflexionar tanto acerca de estos 500 años? ¿Vale la pena recordar y conmemorar un hecho como ése?

No hay mucho que celebrar, no hay mucho que festejar. Más bien hay un proceso inacabado sobre el que conviene reflexionar, porque nos obliga a plantearnos —mirando hacia adelante— qué tipo de sociedades queremos construir a partir de la situación, imposible de negar, de que somos hijos del colonialismo; pero a la que tampoco podemos negarle el peso, la importancia y el aporte considerable de las sociedades originarias, que finalmente son las que modelaron este continente con diferentes características.

Finalmente, ahora, a 500 años de ese mal llamado descubrimiento de América, ¿cómo ve a América Latina?, ¿qué posibilidades tiene de integrarse al mundo?, ¿en qué condiciones?

Esa es una muy buena pregunta. Me temo que la respuesta no sea tan fácil ni tan buena como la pregunta. Yo creo que a 500 años de

Mario Pereyra es profesor de Filosofía y licenciado en Psicología. Actualmente ejerce como psicólogo clínico.



Las "ocupaciones felicitarias"

El insigne filósofo Ortega y Gasset decía que hay tres formas principales de dividir el uso del tiempo: el empleado en lo necesario o el que se ocupa en las actividades forzosas, como por ejemplo en el trabajo retributivo; el tiempo que se pierde en cosas superfluas, como aguardando la luz verde del semáforo, llenando formularios o haciendo colas interminables; y el tiempo propio, personal, elegido, el que se invierte en uno mismo. Este último espera el filósofo —el que conduce a la felicidad, el que se entrega a las "ocupaciones felicitarias". Para Ortega, las tareas dichas son esencialmente la caza, la danza, el deporte y la tertulia. Personalmente comparto la preferencia por las dos últimas, pero no por las primeras; me proporciona gran placer jugar a la pelota, a pesar de mi modesta destreza, y me encanta hablar con la gente, que no es lo mismo que deambular por los campos matando animalitos o contorsionarse al influjo de la música. Otro filósofo español, Julián Marías, agrega a la lista de su compatriota los quehaceres regocijantes que proporciona el tiempo de las vacaciones: la lectura, las fiestas, la televisión, el cine, la amistad y el trato con el otro sexo, al que considera como la "máxima ocupación felicitaria". Posiblemente, muchos coincidirán con estos pensadores en asignar a algunas o a todas estas actividades la fuerza productora de bienestar y contentamiento. Sin embargo, conozco a quienes aborrecen todos estos tipos de quehaceres o de formas de instalarse en el tiempo propio. Por ejemplo, un paciente "laboradicto", de esos que no pueden vivir sin estar metido todos los días de la semana en su negocio, me confesaba que odiaba las vacaciones y que era un

tormento para él soportar la apacible tranquilidad de las playas o los lugares de veraneo. Otro de mis pacientes tampoco compartía las ideas de Julián Marías, le producía un espanto terrible tener que acercarse a una mujer. Asimismo, en otro sentido, hay muchos que encuentran una genuina alegría en otras ocupaciones muy diferentes a las mencionadas, como por ejemplo, tocar el piano, escuchar música, contar chistes, juntar estampillas o monedas, e incluso meditar en las noches de insomnio, como le acontecía al autor del Salmo 63, que hacía propicias esas horas de la madrugada para sentirse "bajo la sombra de las alas" de la protección de Dios. Lo que queremos decir es que no es la ocupación lo que engendra la felicidad sino la disposición anímica, los intereses y la actitud que se tiene frente a las cosas. Podemos permanecer en una paradisíaca isla del Caribe con todos los deseos satisfechos y aún sentirnos desgraciados y tristes o, por otra parte, estar sufriendo carencias y adversidades con un espíritu alegre. Dice la leyenda que el hombre feliz no tenía camisa. Ahora pues, si la felicidad depende de la actitud interior con que desempeñamos nuestras tareas y ocupamos el tiempo, ¿cómo hacer para adquirir esta disposición?, ¿de qué depende?, ¿por qué hay personas que poseen la inclinación felicitaria y otros no? La Biblia afirma que el gozo es un don del Espíritu Santo, una gracia implantada por Dios en la vida de todos aquellos que le permiten crear en ellos una visión diferente, una manera distinta de enfrentar y asumir la existencia. Seguramente, el don de ser feliz se construye desde la infancia con la estructura de una vida sana y justa, que privilegia los espacios luminosos y dichosos, pero es sólo el Arquitecto celestial el único capaz de tratar el diseño de la felicidad propia.

aquel acontecimiento existe un desafío muy importante para América Latina, un desafío acentuado por los cambios vertiginosos que vemos en el mundo —con un mapa internacional tan distinto del que conocíamos hasta hace muy pocos años—, y en el que aparecen claramente algunos grandes núcleos o centros de poder económico (que no necesariamente coinciden siempre con centros de poder político). Hoy es obvio que el centro de poder político y militar pasa por los Estados Unidos. No es tan obvio que el poder económico pase por los Estados Unidos (creo que más bien está desplazado hacia Japón y Europa, y especialmente hacia la Comunidad Económica Europea). Esto sugiere que existen procesos de constitución de grandes bloques socio-territoriales, con la consecuente necesidad, por parte de los países periféricos, de plantearse políticas de integración.

La idea de la integración latinoamericana no es una idea nueva. Hay muchos proyectos: desde Bolívar y Monteagudo en adelante. Es muy posible que hoy en día se esté pensando en una integración que apunte en primer lugar a lo económico como una apuesta y desafío a la constitución de macromercados. Pero, si esto se reduce a una mera dimensión económica —como lo demuestran las experiencias anteriores— estaría condenado si no al fracaso, por lo menos a resultados bastante pobres. Si, en cambio, está concebido como un proceso en el cual se tiende a la constitución de macro-sociedades (en espacios también muy "macro", es decir, amplios), en las que resulte también posible hacer una síntesis de tradiciones culturales, la integración aparece como un camino (quizás el único camino) efectivo para sortear esta situación de crisis en la que se encuentran nuestras sociedades.

Ojalá que estas reflexiones acerca del V centenario se multipliquen en toda América Latina, y que los medios de comunicación, como en este caso *Vida feliz*, se hagan eco de este debate, para generar inquietudes que nos lleven a plantearnos más seriamente el tema de la unidad continental.

El enigma de Cristobal Colón

Si el navegante genovés fue judío, su viaje tuvo un propósito distinto al que le asigna la historia oficial.

Sidney J. Jacobs

Cuando los Caballeros de Colón desfilen orgullosos y espléndidamente ataviados el próximo 12 de octubre en distintos lugares de Italia, es muy probable que ignoren la sustancial evidencia que favorece la hipótesis de que Colón fue judío.

Un manto de misterio envuelve ciertas partes de la historia del gran explorador. ¿Ocultó él su condición judía a sus contemporáneos, excepto por algunas alusiones ambivalentes? Los hechos están teñidos de misterio en lo que el historiador De Niubo describió como "el enigma de Cristóbal Colón".

Considere la época. Durante décadas, antes del nacimiento de Colón en 1451, los judíos de España habían sido víctimas de un intensificado antisemitismo, cuyas consecuencias económicas trajeron aparejado el exilio o la muerte de miles de judíos, y la búsqueda de una precaria seguridad, por parte de unos 100.000 judíos, en la conversión al catolicismo por medio del bautismo.

El rabino Sidney J. Jacobs, editor de *Jacob's Ladder Publications* [Publicaciones La Escalera de Jacob], enseñó historia en el Colegio de Estudios Judaicos de Chicago y residía en Culver City, California, cuando escribió este artículo.

Los judíos y los moros que se convertían al catolicismo eran llamados "conversos". Los que no se bautizaban sino que seguían practicando su judaísmo en secreto y transmitiéndolo a sus descendientes fueron designados despectivamente como "marranos", es decir, "cerdos".

Doce años antes del viaje de Colón al Nuevo Mundo, sus regios mecenas, Fernando e Isabel, autorizaron una cruzada para erradicar a los herejes de entre los judíos conversos. La inquisición española se caracterizó por las quemaduras masivas y públicas de herejes, que llevó a cabo durante los denominados "autos de fe".

Incluso, los conversos que se salvaban de ser estigmatizados como "marranos" y de ser quemados públicamente debían soportar restricciones a su progreso profesional por el solo hecho de llevar en sus venas sangre no cristiana. La inquisición funcionó en España nada menos que hasta 1834, y en las Islas Baleares, territorio español, aun hoy los descendientes de judíos son llamados "chuetas", sinónimo de "cerdos", y, como tales, son segregados y estigmatizados por el resto de la gente.

El 31 de marzo de 1492, el rey Fernando y la reina Isabel decre-

taron que todos los judíos no convertidos debían irse de España a más tardar el último día de julio. Entre 150.000 y 300.000 de ellos abandonaron el país el 2 de agosto, durante el día de ayuno judío conocido como *Tisha b 'Ab*, que conmemora la destrucción de los templos primero y segundo en Jerusalén.

Un día después, la pequeña flota de Colón partió con el propósito de encontrar una ruta occidental para llegar al Asia. Es absolutamente posible que más de un barco que llevaba a los infortunados judíos fuera de España se cruzara en la ruta de la Niña, la Pinta y la Santa María.

¿Es posible que Colón fuera de estirpe marrana? Puesto que si un marrano confesaba su reincidencia en las tradiciones del judaísmo y ofrecía penitencia era a menudo recompensado con el estrangulamiento y posterior incineración, no sería extraño que un explorador marrano prefiriera adoptar un curso de acción más bien enigmático y discreto para su vida.

Los escritos de Colón constituyen un inquietante rompecabezas compuesto por piezas clave que dicen más por lo que confirman que por sus evasiones. A menudo los indicios y alusiones son tan obvios

que uno no puede dejar de sentir que Colón quería desesperadamente revelar la verdad acerca de su origen étnico a pesar de las consecuencias potencialmente peligrosas para su carrera y su misión.

Comencemos con su nombre. En Génova, era conocido como Cristóforo Colombo, el hijo mayor de Doménico y Susana Colombo. Usó varios nombres a lo largo de su carrera: Colom, Cristóbal Colombo, y, a partir de 1492 y hasta su deceso, Cristóbal Colón.

“Colón” era un apellido muy común entre los judíos. La historia judía, entre los siglos 13 y 18, registra un número respetable de rabinos, eruditos y personalidades judías de Holanda, Francia, Italia y España cuyo apellido era Colón o Colom. En España, varias de las víctimas quemadas en la hoguera por la inquisición tenían ese apellido.

Durante su niñez, Cristóforo o Cristóbal trabajó en una ocupación muy común entre los inmigrantes judíos y pobres oriundos de Italia; era tejedor y cardador de lana en Génova.

Otro fragmento de interés más que casual tiene que ver con el aspecto lingüístico de la cuestión. Aunque creció en Italia, Colón nunca escribió en italiano, sólo en latín o en fluido español. Podía leer el latín, pero pensaba y escribía en español.

Si sus padres fueron refugiados conversos o marranos que habían huído de España a Italia y que, a la manera de los inmigrantes o expatriados, continuaron empleando su lengua nativa por conveniencia en el nuevo país, ello explicaría el apellido de la familia y la predilección de Cristóbal por el español como lengua materna.

Una circunstancia peculiar, en vista del clima ideológico de la época en que vivió Colón, es que éste se rodeara de amigos y asociados judíos. Por ejemplo, en su exitosa solicitud para que los reyes de España financiaran su expedición, contó con el apoyo de un grupo de conversos influyentes, entre ellos Gabriel Sánchez, tesorero general del rey, y Luis de Santangel, secretario del tesoro real.



Cuando los soberanos rechazaron inicialmente el pedido de Colón, De Santangel solicitó de los reyes la reconsideración del pedido y ofreció prestar el dinero necesario para la expedición. Ciertamente debió existir una previa y estrecha relación entre el explorador y el converso De Santangel, cuyo primo homónimo había sido quemado en un auto de fe.

En lo que respecta a los orígenes de Colón, sólo contamos con fragmentos capaces de intrigar a los devotos de la criptografía.

Con una sola excepción, cada una de las misivas a su hijo Diego que han llegado hasta nosotros llevan escritas sobre la primera letra del mensaje las letras hebreas bet (equivalente a nuestra b) y jet (equivalente a nuestra h). Este símbolo era usado entonces, y lo es aún hoy, por judíos observantes en la correspondencia para representar las iniciales de la expresión *Bah-rookh Ha-shem*: “Alabado sea Dios”.

Un examen más detenido de la evidencia conduce inevitablemente a preguntarse por qué sentía el admirante preocupación por la expulsión de los judíos de España, una preocupación inusual en un cristiano de ese período. En el preámbulo del diario de su primer

viaje, escribió lo siguiente a los soberanos de España: “Después de haber expulsado a todos los judíos de su reino y de sus posesiones, en el mismo mes de enero, sus Altezas me encomendaron partir con una flota suficiente a la región llamada de las Indias”.

Además de la injustificada mención de la expulsión de los judíos, Colón la ubica en enero; sin embargo, el decreto fue firmado el 31 de marzo. ¿Por qué dijo enero? Ese fue el mes en que Granada, el último reducto moro, fue conquistado. La datación del exilio de los judíos está fuera de secuencia y en forzada yuxtaposición con la derrota final de los moros; pero es idéntica a una referencia que se encuentra en el libro hebreo conocido como *Sefer Yuhasin (Libro de las genealogías)*, escrito por el astrónomo hebreo Abraham Zakuta, quien escribió lo siguiente: “En 1492, inmediatamente después del Año Nuevo cristiano, Granada fue tomada y fue decretada la expulsión de los judíos de España”.

¡Fue precisamente ese astrónomo quien dibujó las tablas náuticas para el viaje del descubrimiento de Colón! El cerco de la evidencia se estrecha aún más si tenemos en cuenta la abundancia de referencias al Antiguo Testamento presente en los escritos de Colón, quien demuestra además haber estado familiarizado con los escritos de Flavio Josefo, el historiador judío de la época romana.

En uno de sus documentos, Colón se refiere al segundo templo de Jerusalén como “segunda casa”, la *Bahyit Shaynee* con la que sólo los judíos estaban familiarizados. Además, él data la destrucción del templo a manos de los romanos en el año 68 de nuestra era, lo que constituye el cómputo judío, y no en el 70, la fecha consagrada por la historiografía común.

Colón calculaba la edad del mundo de acuerdo con el cómputo judío (“desde el comienzo del mundo hasta este año 1481 transcurrieron 5.241 años”), algo que resultaría sumamente extraño en alguien no judío.

El calendario aporta otro fragmento de evidencia. Colón pospu-

so su partida del 2 al 3 de agosto, aunque dejó constancia de que "todo estaba listo".

Tradicionalmente, los judíos siempre han creído que ninguna empresa debe acometerse en el noveno día del mes de Av (2 de agosto de aquel año) en virtud de la asociación trágica que existe entre esa fecha y la destrucción de ambos templos en Jerusalén. Solamente una persona con raíces judías y comprometida con ellas respetaría

ese sentimiento y habría considerado el 2 de agosto de 1492 como una fecha no propicia para embarcarse en un viaje de exploración.

No todos los historiadores están de acuerdo en que el admirante era judío. John Stewart Collins, en la biografía de Colón que escribió en 1977, concluyó que "es perfectamente posible que Colón pueda haber estado enriquecido por la presencia de sangre judía en sus venas, pero era genovés, no español".

Es posible. Pero los inmigrantes que llegaron a América del Norte, a fines del siglo 19, desde Europa oriental y que hablaban *yiddish*, con frecuencia se referían al Nuevo Mundo como "m'deenah de Colón", la tierra de Colón. ¿Estaban ellos, sin proponérselo, identificando sus sueños y aspiraciones con los de un correligionario secreto? Otro interrogante que forma parte del "enigma de Colón".

VIDA

en la actualidad

Carlos Belvedere es licenciado en Filosofía, con especialización en Sociología. Actualmente ejerce la docencia en la ciudad de Buenos Aires.



Raíces de la violencia

"Una mujer fue arrojada del tren por dos adolescentes" (del *Clarín*, de Buenos Aires).

Recreemos la información periodística.

Son las 7 de la mañana y María llega a la estación, como todos los días. Mira una vez más su reloj, a pesar de que ya sabe que hoy también llegará a tiempo a su trabajo. Es joven y sobriamente atractiva, lo que no pasa inadvertido para dos pares de ojos juveniles que la contemplan mientras sube al tren. Ya sentada, saca un libro y aprovecha el tiempo para preparar un examen de la facultad. Un bolso abultado (a pesar de que sólo contiene cosméticos, apuntes y un pulóver), llama la atención de un muchacho desalineado y sucio. Quien se acerca corriendo y trata de arrancarle de las manos el bolso. María se defiende, y al inexperto asaltante lo defienden sus amigos (son cinco). Tras un breve combate, la arrojan del tren. María no muere, pero pierde una pierna. Ella se pregunta por qué. Su familia se pregunta por qué. La sociedad se pregunta por qué. Usted y yo también.

La violencia siempre ha estado intrínsecamente presente en la relaciones sociales. Vivir en sociedad es estar en la arena de combate donde las voluntades luchan por imponerse.

Con esto no pretendo justificar la violencia. Simplemente intento comprenderla o al menos explicarla. Tampoco pretendo formular la única explicación, ni siquiera la principal. Tan sólo una más, aunque no por eso carente de valor. Para ello, imaginemos otro caso.

Juan nació bajo un techo de chapas y entre paredes de cartón. Hasta los 5 años lo llamó "papá" a Pedro, pero luego alguien le hizo entender que, aunque siempre lo había cuidado, Pedro era su hermano, no su padre. Dice que siempre trabajó, desde muy chico. Aunque habría que decir que lo que hacía era mendigar. La escuela era un dato distante, un lugar imaginario como muchas otras cosas que nunca tuvo. No tuvo hogar, ni educación, ni atención médica. No tuvo zapatos para estrenar, ni un pantalón de su talle. Nunca tuvo lo que veía que todos tenían.

Cuando algún conductor de ómnibus le permitía viajar gratis, se iba al centro. Se sentaba junto a la ventanilla y miraba a los otros chicos, a los que tenían todo aquello que él no tenía. Así aprendió que había otras cosas, y que había otra gente que las poseía. Aprendió a disfrutar no sólo de lo que necesitaba, sino también de lo que nadie necesita y sin embargo todos ambicionan. Pero, además, aprendió que si bien todos tenemos las mismas necesidades, no todos tenemos el mismo derecho a satisfacerlas. Y sobre todo

aprendió que él era de este tipo de personas, que su vida valía menos que la vida de muchos animales domésticos de los barrios residenciales de la ciudad.

Un día decidió "tomar" lo que necesitaba. No lo consideró un robo sino la afirmación de un derecho: el derecho a la vida. Luego "tomó" otras cosas no tan necesarias (ni para él ni para los otros), hasta que ese "derecho" se convirtió más en un hábito que en una necesidad. Un día, por ejemplo, le quiso quitar el bolso a una chica. En la pelea, uno de sus amigos la tiró del tren. Por eso están detenidos, porque la chica perdió una pierna. Igual que a Felipe, su hermano, cuando la gangrena lo dejó cojo.

Claro que no existe *justificación* para la violencia, porque la mayoría de las acciones humanas debería estar mediada por la voluntad y la libertad (limitada) del individuo. Sin embargo, existen *condicionamientos*, puesto que hay situaciones que inducen a ciertas personas a adoptar actitudes violentas.

La condición indispensable para que haya violencia es el desprecio por la vida. Resulta muy difícil valorar la vida ajena cuando la propia carece de valor.

Además, es tan condenable dejar sin pierna a un ser humano por arrojarlo de un tren, como matar de hambre a un niño. Cristo vino para decir **no** a la muerte en todas sus formas.

La autoestima y la salud mental

La dignidad propia es la condición absoluta para comenzar a edificar la vida.

Dorothy Corkille Briggs

En su esfuerzo por sentirse aceptado, todo niño se esfuerza por obtener aprobación, y trabaja incansablemente para desarrollar habilidades que eliminen sus incapacidades. Cuando quienes lo rodean pasan por alto el desarrollo de sus capacidades, el niño no tiene empacho en llamar la atención sobre sus logros: "Papá, ¡mira que fuerte soy!" "¿Sabes una cosa?, ¡ya puedo atarme solo los zapatos!"

¿Jactancia? En absoluto. Se trata simplemente de reflejos positivos, de una realimentación necesaria para mantener elevada la autoestima.

Cuando los niños no logran desarrollar el respeto propio, emprenden distintos caminos sobre la base de tres posibilidades (o una combinación de ellas), a saber: 1. Levantar defensas, como escudo, para soportar los sentimientos de inferioridad. 2. La sumisión. Aceptación de la ineptitud como un hecho inmodificable, y el comienzo de una vida de autoanulación. 3. La retracción o evasión a un mundo de fantasías para contrarrestar los rechazos que se sufren.

Cada una de estas opciones tiene su precio, que se paga en el agotamiento de la energía vital.



El camino peculiar que recorre cada niño depende de su temperamento, sus modelos, sus experiencias y los resultados que haya obtenido en sus tanteos. La mayoría de los niños ensaya todo tipo de defensas antes de someterse o retraerse; en general, estas dos últimas actitudes sólo se asumen como último recurso. Los niños no se dan por vencidos con facilidad.

La autoestima y las defensas

Toda defensa no es otra cosa que un arma psicológica contra la ansiedad, el temor, la inseguridad y la ineptitud. El niño la desarrolla con el propósito de conservar su integridad. Todos nos valemos, una u otra vez, de diferentes defensas.

La constante chismografía de Sara es el modo con el que intenta menoscabar la estima de sus hermanas, mientras se afirma en sus

propios logros. La violencia de Simón es un intento de imponer su voluntad. La charla incesante de Margarita sirve para llamar la atención: se desvive por hacerse notar.

Existe todo un arsenal de defensas. La compensación, la racionalización, la sublimación, el desplazamiento, la negación y la proyección son sólo algunas de las muchas a que todos recurrimos. Estos mecanismos nos ayudan, a veces, a adaptarnos, pero otras veces nos acarrean problemas, especialmente cuando confiamos demasiado en ellos. Por lo común, los niños advierten que la jactancia, la chismografía y el intento de atraer la atención ajena producen más rechazos que aceptaciones.

No nos proponemos tratar en detalle todas las variedades de los mecanismos de defensa, sino señalar los fines de algunos de ellos, y examinar los más corrientes.

La mayoría de las defensas tiene su origen en la secreta convicción, por parte del niño, de que es malo, indigno de amor y carente de valor. *Este sentimiento secreto constituye el núcleo de la neurosis.* La neurosis es, al fin de cuentas, el tejido cicatrizado que se forma en torno de una herida psicológica. El niño dotado con un grado elevado de autoestima no necesita defensas malsanas. Recordemos que **las defensas se levantan en torno de las**

Dorothy C. Briggs, psicóloga y docente, escribe desde los Estados Unidos.

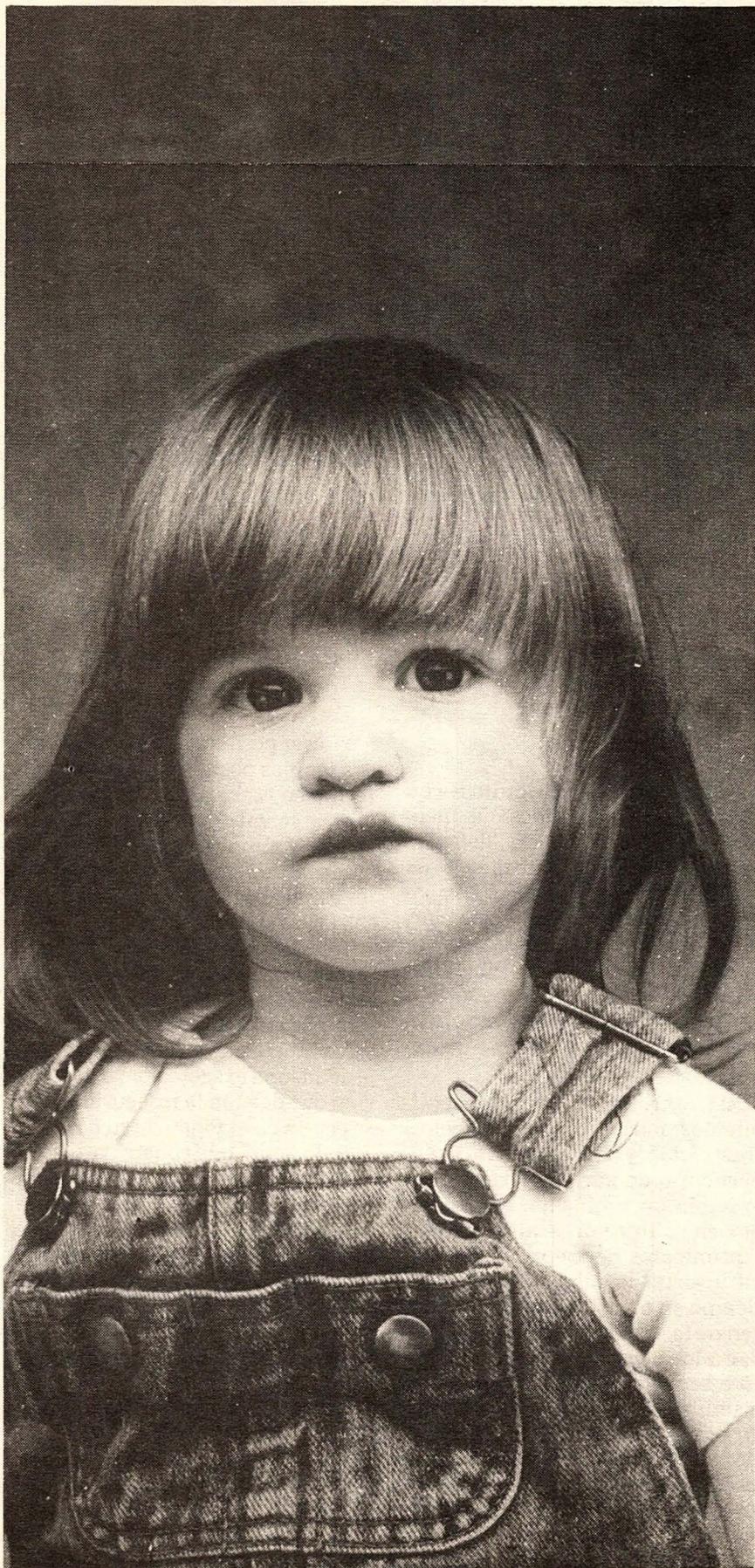
debilidades, y no de la fuerza y de la aptitud.

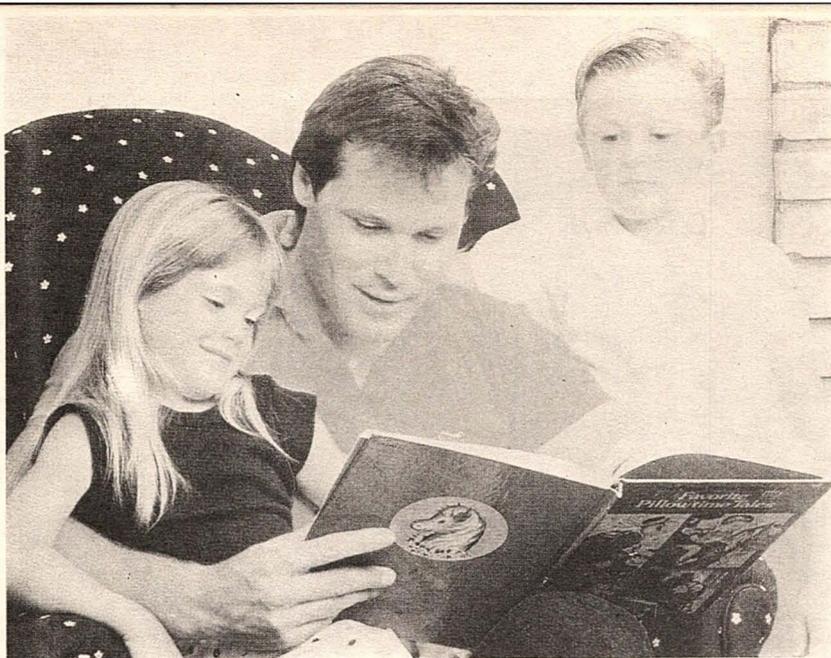
De todos modos, cada ser humano desarrolla un mecanismo compensatorio que le permite sobrevivir al sentimiento de inferioridad. Algunos, con esfuerzo y constancia, desarrollarán un determinado talento —en el arte, en el deporte, o en cualquier otra actividad social— que les permita ser aceptados en algún grupo humano.

Las defensas y los círculos viciosos

Pero no todos los niños (ni los adultos) encuentran caminos constructivos hacia la autoestima. Muchos optan por defensas que generan un círculo vicioso que conduce al fracaso. Estas pautas se adquieren generalmente en el hogar.

Por ejemplo, puede ocurrir que el chico que con gran esfuerzo practicó fútbol para ser aceptado en el equipo de su barrio, no haya logrado mediante ese mecanismo compensatorio superar su baja autoestima. Entonces reaparecerá su conducta agresiva y autoritaria, como síntoma de su sentimiento de inferioridad. Y de este modo, a la reprobación de su familia se sumará el aislamiento al que lo someterán sus compañeros de escuela, y su autoestima descenderá aún más. En este caso, el círculo vicioso no se interrumpe. Cuanto peores sean sus relaciones con los demás, menos capaz será de concentrarse en tareas escolares. Por eso, desde el punto de vista de este niño, pertenecer a la pandilla del barrio es más importante que leer bien o aprender las tablas de multiplicación. ¿Cómo podría concentrarse en abstracciones, cuando en el interior se desangra por las heridas del rechazo total? Las malas calificaciones se acumulan, y el chico encuentra en ellas las razones para considerarse un inútil. Todo nuevo fracaso prepara el terreno para otros fracasos futuros. La derrota como persona produce la frustración escolar. Entonces ya no importa que Roberto tenga un coeficiente intelectual elevado: sus estudios marchan mal porque su cociente de suficiencia personal está lleno de agujeros.





Los padres no somos totalmente responsables del grado de autoestima de nuestros hijos, pero representamos un papel fundamental en su visión inicial de sí mismos.

Las falsas fachadas

Algunos niños (y adultos) con sentimientos profundos de ineptitud construyen, como defensa, una buena fachada. Este modelo de adolescente es muy típico. Los padres de Mariana parecían apreciarla sólo cuando ella era prolija, puntual, bondadosa y juiciosa. Mientras la niña desempeñara el papel del angelito, gozaba de un sólido lugar en el afecto de su familia.

Así, Mariana ocultaba sus sentimientos normales de ira, celos, frustración y ansiedad. En la superficie, todo parecía perfecto. Sólo había un problema: Ella sabía que en su interior se alimentaban sentimientos de ineptitud. Mariana invertía la mayor parte de su tiempo en mantener de pie la imagen de la "buena chica", para agradar a los demás. De ese modo, llegó a ser una persona dependiente y sumisa, que adecuaba cada uno de sus actos para obtener aprobación y ocultar de la vista su "yo malo". Pero aunque realizó con éxito semejante tarea de ocultamiento, carecía de confianza en sí misma. Sus energías se dedicaban más

a parecer perfecta que a desarrollar sus propias posibilidades. Se transformó en esclava de "lo que debía ser", y se volcó por completo a alcanzar y a mantener la apariencia externa del "éxito". En este caso, los esfuerzos no se concentraban en ser sino en *parecer*.

Todos conocemos personas que siempre parecen confiadas, aunque no se sientan de ese modo. A veces, esas personas nos engañan, pero en su conducta hay a menudo una fragilidad, una exageración, o una tensión que delatan la inseguridad que se oculta en el fondo de su psiquis.

Todo aquel que construye un falso yo se condena a sí mismo. En realidad, lo que recibe de los demás son reacciones ante la *máscara* que utiliza, y no ante su verdadero yo. Estas personas saben que su fachada no es genuina; de modo que son conscientes de que la aprobación de los demás se debe sólo a una buena fachada.

El verdadero yo de esos individuos no tiene oportunidad de desarrollarse, ya que se lo retira de su fuente de nutrición: la interacción social con los demás. Se trata de personas que temen que alguien los vea tal cual son, porque les enseña-

ron en la infancia —por lo general sus padres— que su ser real es inaceptable. Al llevar auestas este supuesto hasta la adultez, pierden la oportunidad de comprobar cómo reaccionarían quienes los rodean si se mostraran tal cual son. Aunque la máscara haya resultado apropiada en la infancia, tal vez ya no lo sea. Pero el individuo cree que la máscara lo protege contra el rechazo, y eso no es más que un engaño: sus relaciones con los demás serán falsas mientras él insista en ese juego.

Matilde se crió en una familia extrovertida, y aprendió, ya en sus primeros años, que para obtener la aceptación de su familia debía actuar como el "alma de la fiesta". Así, pues, se revistió con la fachada necesaria, pero la soledad propia del que vive tras una máscara comenzó a desgastarla.

A los 40 años comenzó un tratamiento psicológico, y aprendió a aceptar su verdadera naturaleza: la de una persona tranquila y reflexiva. Al comprender que su vida no había sido otra cosa que una larga actuación, advirtió que, en nombre de su salud mental y física, tenía que vivir de acuerdo consigo misma. A diferencia de su familia, sus amigos apreciaron más a la Matilde apacible y gentil que a la "bufona del circo".

En muchos casos, sólo el reexamen de los viejos esquemas que asimilamos desde la infancia nos permite liberarnos de las máscaras que sentimos que debemos emplear. Al efectuar dicho reexamen, descubrimos con sorpresa que tales máscaras ya no tienen "utilidad para sobrevivir". Porque sólo la autenticidad es cautivante.

Muchos creen que "deben parecer buenos" —fuertes, eficientes, competentes, perfectos— para ser aprobados. Y pasan años puliendo hermosas fachadas, sin advertir que, en definitiva, no hacen más que engañarse a sí mismos.

El hombre de baja estatura que se abre paso en la vida a empujones, que es agresivo y autoritario, es una persona con sentimientos ocultos de ineptitud. Al no sentirse apto desde el *interior*, concede particular importancia al hecho de

parecer competente desde el exterior.

Pero además, hay que decir que la persona que no logra elaborar defensas adecuadas suele recurrir a la sumisión o a la retracción. La obediencia no siempre es signo de buena educación, puede manifestar una voluntad anulada y un espíritu destruido.

El círculo benigno

Cuando se conoce la importancia

de los reflejos positivos, se puede iniciar al niño en un círculo benigno y no destructivo. Este círculo opera del mismo modo que el círculo vicioso, pero se funda en reflejos positivos.

La forma en que vivimos con nuestros hijos durante sus primeros años prepara el camino para que ellos se incorporen a círculos viciosos o benignos. No obstante, hasta en las mejores circunstancias aparecen fuera del hogar personas

que imprimen en los niños "ondas negativas". Cuantos menos mensajes negativos haya recibido el adolescente de parte de su familia, mejor podrá sobrellevar los que reciba del exterior.

Los padres no somos *totalmente* responsables del grado de autoestima de nuestros hijos, pero desempeñamos un papel de primer orden en su visión inicial de sí mismos, y tenemos gran influencia en sus vidas durante muchos años. ☀

VIDA

en la tercera edad

Esther I. de Fayard fue redactora de nuestra editorial durante diez años y directora de *VIDA feliz* de 1983 a 1985. Es autora del libro *¿Tiene Dios algo para mí?*



En un rincón del corazón

Ana Paula tiene 3 espléndidos añitos. Acaso porque los extremos generacionales se tocan, a veces tenemos conversaciones "profundas". Cierta día, me tomó la mano, la observó un momento, y con una cruel sinceridad (¡pero sinceridad al fin!) que caracteriza a los niños, me preguntó:

—¿Po qué tené la mano dugada?

—Tengo la mano arrugada porque soy vieja. . . —le contesté, pensando que yo también debía ser sincera.

—¿Y cuando te vas a modid?

Se me congeló la sangre. ¡Esta nena me estaba pidiendo el certificado de defunción! Tenía que hacerme la des-preocupada.

—Todavía no pensé cuándo me voy a morir. A lo mejor mañana o pasado. . .

—¿Po qué?

No era posible que una criatura de 3 años me "fusilara" con sus preguntas, así que decidí darle una lección de vida:

—Algún día vas a ser ¡grandel!, y te vas a casar. . .

—¡Como papá!

—¡Por supuesto! . . . y vas a tener nenitos, y cuando ellos sean grandes vas a ser viejita y también vas a tener la piel "dugada".

—¡No! ¡Yo no!

La conversación terminó abruptamente. Ni siquiera a una personita de 3 años le gusta pensar en el tema de la vejez cuando amenaza rozar su propia piel.

Ana Paula no es una excepción. ¿Se acuerda de cuando mirábamos a los mayores plenamente convencidos de que así como ellos siempre habían sido viejos, nosotros seríamos siempre niños? Nos hubiera encantado cumplir años todas las semanas (el cumpleaños era sinónimo de comida especial, regalos y todo el mundo girando a nuestro alrededor, alimentando nuestro ego). El paso del tiempo sólo significaba ser un poco más alto, un poco más pesado, un año más adelantado en la escuela.

De a poco nos fuimos dando cuenta de que el paso del tiempo, como la luna, tiene su cara oculta. Allí, cada cumpleaños tiene un significado más serio, aunque lo aliviemos con una linda reunión familiar.

La juventud nunca pudo vencer al tiempo. Siempre se vio obligada a ir cediendo posiciones. Lentamente, de la piel hacia adentro, en heroico retroceso hasta su último reducto. Desde allí lanza su (¿triumfal?) proclama: "Siempre se tienen 20 años en un rincón del corazón". ¡La juventud "arrinconada"!

Si se cumple la predicción de un futurologo de la *World Future Society*, quien asegura que en el siglo XXI la vida de una persona llegará a los 200

años, Ana Paula y su generación beberán algunas gotas adicionales de la Fuente de Juventud. De todos modos, en tanto Dios no solucione el problema del ser humano en relación con el tiempo, también para ellos llegará el día cuando la juventud levante en un rincón del corazón su última trinchera.

Aceptar la realidad fue siempre estar a medio camino de la victoria. ¿La victoria? Uso la palabra como sinónimo de ser capaces de convivir positivamente con nuestra realidad. No busquemos la victoria corriendo tras las promesas de nuevas cremas, cosméticos y tratamientos supuestamente rejuvenecedores. ¿Por qué no probar uno distinto? Se lo recomiendo:

Con suaves movimientos circulares aplique generosamente la crema de la comprensión sobre la piel de los que lo rodean. Tonifique luego sus músculos con el masaje vigorizante de la alegría, y concluya derramando sobre cada corazón unas gotas de amor, el más grato de todos los perfumes. Repita el tratamiento cada día, hasta que el Señor del tiempo y de la vida complete su tarea: "Los que confían en el Señor tendrán siempre nuevas fuerzas. . . podrán correr sin cansarse y caminar sin fatigarse" (Isaías 40: 31, versión Dios habla hoy).

Entonces desaparecerá el dolor de la piel "dugada" y no temeremos cuando alguien nos pregunte cuándo nos vamos a "modid".

Las fibras: Un modo eficaz de prevenir el cáncer

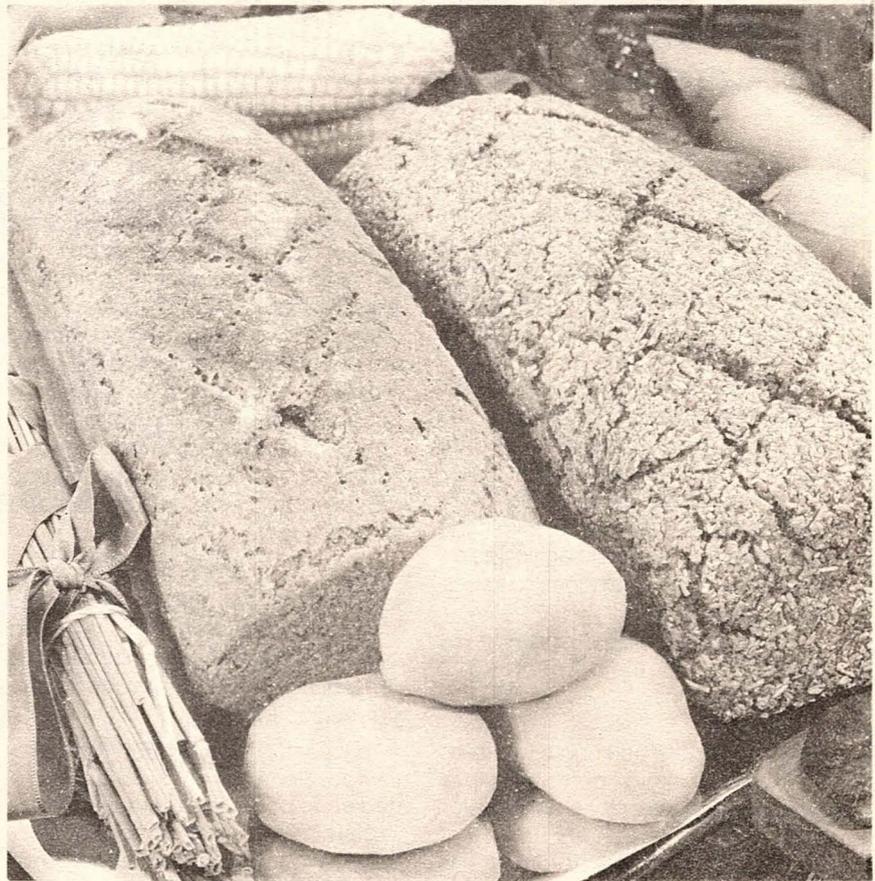
En la década del 60 se redescubrió, por así decirlo, la importancia de las fibras. Como resultado, se realizan hoy en todo el mundo investigaciones sobre este tema, y cada año se publican innumerables artículos científicos que se ocupan de las funciones de la alimentación basadas en las fibras, lo que demuestra el interés que existe por comprender mejor el asunto.

Para decirlo con sencillez, los alimentos fibrosos actúan en el cuerpo como una esponja: absorben agua y otras sustancias y, además, proveen un soporte o una base para la actividad bacteriana en el colon.

Los efectos de los diversos componentes del alimento fibroso son altamente significativos, tanto para el tratamiento como para la prevención de un número considerable de enfermedades.

Colesterol y enfermedades cardiovasculares

La alta incidencia de enfermedades cardiovasculares, originadoras



Para quienes padecen una enfermedad cardiovascular, son importantes las fibras de la avena, del pan integral, de las verduras y de las frutas.

de los ataques al corazón, se relaciona con una dieta escasa en fibras. En el caso de enfermedades del tracto gastrointestinal, la mejor fibra es la derivada de los cereales. Sin embargo, en el caso de una enfermedad cardiovascular, son particularmente importantes las fibras de la *avena*, *las legumbres secas*, *las verduras* y *las frutas*.

Las pectinas, los mucílagos y otras sustancias mucinosas (todas formadas por fibras) interactúan con los ácidos biliares en el intestino delgado, de tal manera que reducen la absorción y, por lo tanto, aumentan la excreción de ácidos biliares, como otro efecto benéfico. Esto significa que son menores las cantidades de ácidos biliares reabsorbidos y transportados al hígado. Y esto, a su vez, resulta en una mayor destrucción del colesterol y en la formación de nuevos ácidos biliares.

En un estudio en el que las personas comieron diariamente 3 zanahorias medianas, crudas y ralladas (200 gramos), durante un período de 3 semanas, el colesterol en la sangre disminuyó un 11%, bajando de niveles moderadamente elevados a límites normales. Al mismo tiempo, los ácidos biliares de las evacuaciones intestinales se elevaron en un 50%. Es interesante notar que 3 semanas después de interrumpir el consumo de zanahorias, todavía eran bajos los niveles de colesterol en la sangre y altos los ácidos biliares en sus deposiciones. Otros estudios revelan que la pectina también reduce los niveles de colesterol en la sangre.

He aquí una lista de las frutas y verduras que poseen un elevado contenido de pectina: *manzana*, *naranja*, *pomelo*, *banana*, *ciruela*, *frutas deshidratadas*, *escarola*, *remolacha (betarraga)*, *coliflor*, *chauchas (porotos verdes)*, *frijoles*, *judías*, *repollo*, *puerro*, *pimiento verde*, *espinaca*, *cebolla de verdeo (cebollita china)*, *tomate*, *zanahoria* y *cebolla cruda*. También contienen cantidades considerables de pectina: *los maníes*, *la manteca o pasta de maní* y *las legumbres secas (porotos o frijoles, arvejas y lentejas)*.

Presión sanguínea

Parecería que las fibras alimentarias también pueden tener efectos benéficos sobre la presión sanguínea. Los vegetarianos, cuyo consumo de fibras es alto, a menudo tienen la presión sanguínea considerablemente más baja que los que no son vegetarianos y tienen un bajo consumo de fibras.

Sobrepeso

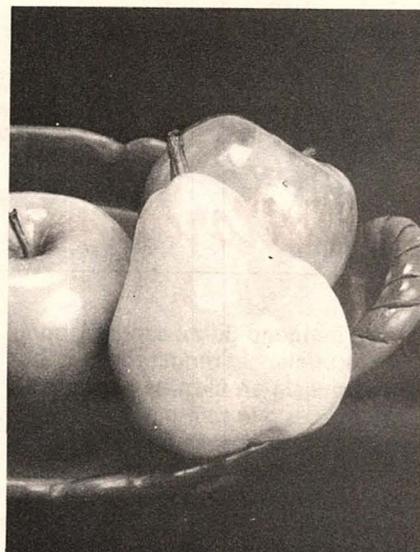
Los alimentos fibrosos también juegan un papel importante en el tratamiento y en la prevención de la obesidad. La interacción de los componentes fibrosos con los ácidos biliares en el intestino delgado, conduce a una menor absorción de las materias grasas y a una mayor excreción de ellas. A su vez, el resultado es que el número de calorías derivadas de los alimentos es menor que el de una dieta muy baja en fibras. Por otra parte, los alimentos ricos en fibras requieren más tiempo para su ingestión y satisfacen más.

Diabetes

Para los diabéticos se solía prescribir una dieta baja en carbohidratos. Hoy se recomienda una dieta alta en carbohidratos, con gran cantidad de alimentos ricos en almidón y fibras. La razón es que ese alimento fibroso hace que el contenido gastrointestinal sea más gelatinoso y así disminuya la velocidad de absorción del azúcar. De esta manera, los alimentos fibrosos evitan que el azúcar en la sangre alcance niveles muy bajos o muy altos.

Cálculos biliares

En la vesícula biliar se pueden formar diversas clases de cálculos, pero las más comunes son las compuestas principalmente de colesterol. El alimento fibroso puede prevenir la formación de cálculos biliares, dado que estimula la producción en el hígado de cierto solvente que los diluye. Y lo que es más, parece que los alimentos fibrosos reducen la cantidad de colesterol en la bilis.



Es notable el valor de la fruta como higienizador del organismo.

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



Consultorio médico

Un hermano de mi esposa padece insuficiencia renal crónica y ha sido puesto en plan de hemodiálisis 3 veces a la semana durante los últimos 6 meses. Es un hombre joven de 42 años, y esto limita mucho sus actividades, lo que lo afecta anímicamente. ¿Puede realizar ejercicio físico, trabajar normalmente, viajar?

El paciente renal suele pasar por un período de adaptación a su nueva situación, que lo induce inconscientemente a reducir en forma importante su nivel de actividad. Ocurre que la merma de su rendimiento físico, sumado a la lógica preocupación y estrés psíquico que genera su situación, determinan una verdadera autolimitación de las tareas diarias y aun del esparcimiento. Esta limitación no siempre proviene de una indicación médica formal.

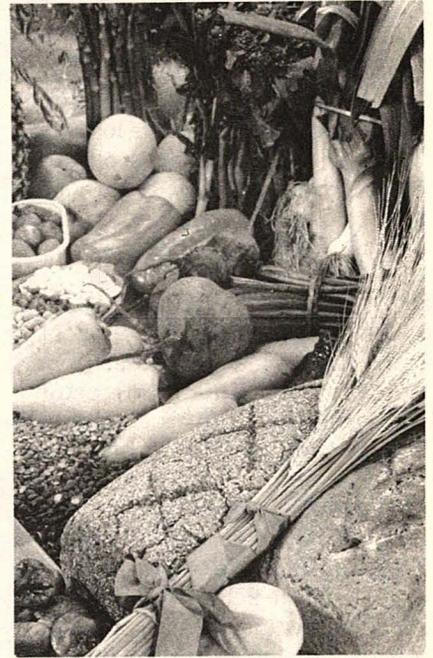
La insuficiencia renal crónica es una enfermedad que anula prácticamente la función de los riñones, que deben ser reemplazados por un riñón artificial. Esto significa, ni más ni menos, que debería asistir periódicamente a una unidad de hemodiálisis, a los fines de "filtrar" la sangre de toxinas y residuos metabólicos, generados en los distintos órganos del cuerpo. A través de un acceso vascular, que en la mayor parte de los casos está conformado por una comunicación artificial entre una arteria y una vena del antebrazo, se colocan las agujas que extraerán la sangre que luego retornará al paciente una vez filtrada.

Este procedimiento se repite con una frecuencia predeterminada, que debe ser respetada para evitar complicaciones. Por lo tanto, hay una primera limitación que en general es bien tolerada por los pacientes: Disponer de 3 días en la semana para la hemodiálisis. Por lo tanto, si el paciente trabaja, deberá ajustar sus horarios y planificarlos en relación con esta exigencia.

Una de las preguntas que efectuó el lector se refería al desarrollo de una actividad laboral regular. En general, el empleador debe estar advertido de las ausencias de su empleado durante el período crítico de la enfermedad. Antes de reintegrarse a su trabajo, el paciente deberá conversar con su médico acerca de las limitaciones que su afección le impone. En general, los trabajos que no demandan un esfuerzo físico importante pueden reanudarse si el paciente se siente fortalecido. El empleador debe ser informado de las condiciones en que se encuentra el paciente, y si es posible deberá recibir un informe médico detallado de sus necesidades especiales, incluso un posible cambio de horario y hasta de funciones o tareas. Es conveniente un primer período de prueba hasta que puedan establecerse nuevas condiciones, pero de ninguna manera debe considerarse al enfermo renal como un incapacitado laboral. Es muy provechoso para su psiquis continuar con su actividad habitual.

Otra duda frecuente se establece con el ejercicio físico. Decididamente es conveniente que el paciente bajo tratamiento de hemodiálisis efectúe en forma frecuente algún tipo de ejercicio físico aprobado por su médico. Quizá la frecuencia y la intensidad deban reducirse con respecto a lo que antes solía realizar. Sin embargo, es necesario informar al paciente que un nivel adecuado de actividad física puede aumentar su fuerza y resistencia.

Por último, quiero destacar que los viajes pueden realizarse normalmente, siempre y cuando en el destino puedan hacerse arreglos con suficiente anticipación y con absoluta seguridad para que el paciente asista a un centro de hemodiálisis. El médico tratante deberá dar las indicaciones precisas en cuanto a la frecuencia y al tipo de hemodiálisis.



Perjuicios del consumo de fibras

Un alto consumo de alimentos con fibra puede entorpecer la absorción de minerales como el potasio, el hierro, el magnesio y el zinc en el tracto digestivo. De todas maneras, probablemente los beneficios de un alto consumo de fibra exceden estas desventajas. Rara vez los vegetarianos han mostrado señales de una deficiencia de tales minerales.

Un régimen equilibrado

El alimento fibroso es importante y necesario en el régimen diario. Es probable que tenga mayores consecuencias dañinas el déficit que el exceso de dicho alimento. Por lo tanto, lo más aconsejable es un régimen equilibrado, en el cual los cereales no refinados, las legumbres secas, las frutas y las verduras tengan su justo lugar. De todas maneras, recordemos que la fibra alimentaria, presente en los jugos de frutas y en las verduras, ha sido tan finamente molida que es mucho menos efectiva que en su estado natural en el producto original.

En cualquier régimen se puede lograr un efecto reductor del colesterol con el consumo diario de 5 o más porciones de verduras y/o frutas ricas en pectina. ☀

Fue en febrero

"Sus arcos acribillan a los jóvenes, no perdonan a los niños, no se apiadan de las criaturas" (Isaías 13: 18, *Nueva Biblia española*).

"De acuerdo con comunicaciones ya efectuadas, el Gobierno... ha decidido exterminar a todos los armenios que se encuentren en territorio turco. Quien se oponga de alguna manera a esta orden, no podrá ser considerado leal al Gobierno. Por lamentable que sea recurrir a la exterminación, es sin embargo necesario poner fin a la existencia de los armenios, sin consideración a que se trate de mujeres, niños o enfermos, y sin escuchar la voz del sentimiento o de la conciencia". Tal el texto del telegrama que Talaat, ministro del Interior de Turquía, envió a los gobernadores provinciales de los dominios turcos el 15 de septiembre de 1915. Era el clímax de un proceso que había comenzado en la primera mitad del siglo XIX y que se había estructurado como plan secreto en 1909.

Como un sangriento presagio de la locura final, entre 1820 y 1909, Turquía masacró a unas 430.000 personas (armenios, griegos, búlgaros, sirios, libaneses y kurdos, cristianos y musulmanes). Eran apenas las primicias de una amarga cosecha.

De una manera un tanto esquemática y consensual, se suele ubicar el inicio del holocausto armenio el 24 de abril de 1915, fecha en que las autoridades turcas arrestaron a 750 personalidades intelectuales, políticas y religiosas armenias en Constantinopla. Pero 2 meses antes, el 14 de febrero de 1915, 1.600 jóvenes armenios fueron concentrados y asesinados en la localidad de Isus.

Las derrotas que sufrió Turquía en las Guerras Balcánicas y contra Rusia no hicieron más que exacerbar sus sueños de expansión territorial. Armenia, aunque súbdito fiel del imperio otomano, renuente a la anexión y a la turquificación (abandono de la religión cristiana y de la lengua armenia e islami-

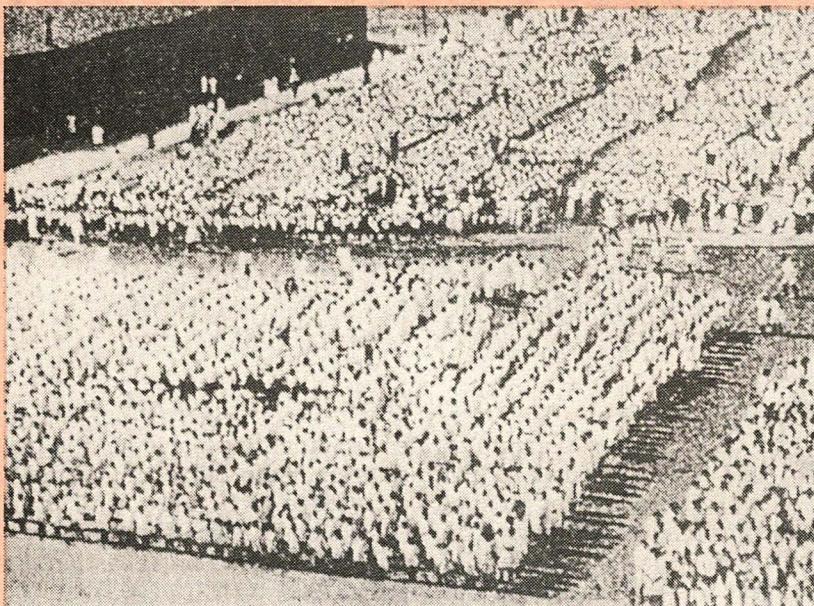


Foto tomada en 1917 en un campamento donde 18.000 huérfanos armenios tratan de escapar de la misma suerte que corrieron sus padres a manos de las autoridades turcas.

zación forzosa), era un obstáculo para ese plan.

Al final de aquel holocausto premonitorio, un millón y medio de armenios—sin distinción de sexo, edad ni condición física—habían sido sistemáticamente exterminados de las maneras más atroces.

¿Una historia sin final?

Si es trágico que el abogado Rafael Lemkin haya podido acuñar el término *genocidio* (destrucción sistemática y premeditada de un grupo étnico) inspirándose en el calvario armenio, más trágico resulta que se pueda hablar del "primer genocidio del siglo XX", y no del *único* o del *último* de la historia humana, o siquiera del siglo XX.

Casi como una racionalización refleja, tendemos a pensar que aquello fue una estela de barbarie propia de otra época, de otro lugar, de otra gente. Porque de haber existido entonces las telecomunicaciones, los satélites, el

fax, la ONU... Pero no es así. Nada ha cambiado y las enfermedades que nos degradaron ayer—desprecio por la vida, racismo, intolerancia, xenofobia, nacionalismo, expansionismo, belicismo—, rebotan una y otra vez en la piel herida de este mundo enfermo de mal.

Ayer como hoy, los intereses económicos y geopolíticos imponen el silencio cómplice a muchas naciones ante las atrocidades cometidas por aliados de cerca o de lejos. Hoy como ayer, la falta de autoridad moral histórica obliga a muchos a mirar en otra dirección.

Tantas décadas de locura han conseguido atrofiar nuestra capacidad de reacción contra la injusticia y el mal.

El precio de la libertad, de la justicia, del respeto por la vida no es el odio y la venganza, no es sólo la memoria colectiva, es sobre todo una vigilia permanente y el compromiso con el bien y la verdad.—HAC.

La esperanza bienaventurada

El autor analiza la presencia de la doctrina cristiana del advenimiento a lo largo de la historia.

Juan Carlos Piora

El título de este artículo es una expresión de San Pablo, gran pensador y expositor de la doctrina cristiana, autor de 14 de los 27 libros del Nuevo Testamento. Precisamente al escribir una carta (65 d.C.) a Tito, obispo de Creta, exhortó a su discípulo a que enseñara la sana doctrina: "Porque la gracia de Dios se ha manifestado para salvación a todos los hombres, enseñándonos que... vivamos en este siglo sobria, justa y piadosamente, aguardando la **esperanza bienaventurada** y la manifestación gloriosa de nuestro gran Dios y Salvador Jesucristo" (Tito 2: 11-14, la negrita es nuestra).

En este sentido, el teólogo católico Jean Danielou comenta: "No hay, entre todas las disposiciones que nos describe la Biblia, una sola que se halle más en relación con la postura del cristiano en la historia sagrada que esa esperanza".

Para el cardenal francés, la esperanza "se halla dirigida hacia el futuro. Es la espera de la realización de la historia, del establecimiento del reino de Dios. Y en el presente

es esa fidelidad paciente que persiste en medio de las dificultades y constituye al hombre espiritual" (Danielou J., *El misterio de la Historia*, ed. Dinor, San Sebastián, España, 1963, p. 443).

La **esperanza bienaventurada** es "la manifestación gloriosa de nuestro gran Dios y Salvador Jesucristo" (es decir, la *Parusía*), según San Pablo. Es la concreción del sueño del cristiano: Participar del reino de Cristo.

La esperanza no debe ser confundida con la utopía ni con el optimismo del positivismo decimonónico. La *utopía* es un proyecto sin tiempo y sin lugar de realización; el *optimismo* apoya su "esperanza" en el mito del progreso indefinido de la humanidad como fenómeno inmanente al hombre. En cambio, la **esperanza bienaventurada** es un acontecimiento futuro, sobrenatural y escatológico.

La esperanza bienaventurada a través de la historia

El gran tema del cristianismo. El notable predicador Dwight L. Moody (1837-1899), un gran predicador y un constante lector de la Sagrada Escritura, afirmaba que en toda la Biblia hay unas 2.500 referencias a la segunda y gloriosa venida de Cristo, la gran esperanza.

En el Antiguo Testamento. Se emplean varias palabras hebreas para referirse a la "esperanza", lo que demuestra su rico contenido semántico. Es una constante en todo el legado bíblico. Se funda en el pacto que hizo Jehová con su pueblo; pacto basado sobre sólidas promesas. Es en el Dios de las promesas, el creador y sustentador de todas las cosas, en quien el hombre del Antiguo Testamento espera, y su esperanza abraza desde las situaciones más penosas hasta los grandes proyectos nacionales.

En el Antiguo Testamento se deja constancia de que la **esperanza bienaventurada** fue recibida como un bálsamo por Adán después de su caída, profetizada por Enoc, cantada por el salmista y anticipada con gozo por el profeta Isaías y por otros profetas como Daniel, Sofonías, Joel, Zacarías y Malaquías.

En el período neotestamentario. En el Nuevo Testamento, 23 de los 27 libros que lo componen hacen referencia a la segunda venida de Cristo. Se la menciona 318 veces, o sea una vez cada 25 versículos.

El historiador adventista Hamnerly Dupuy, ya fallecido, afirmaba al respecto: "El Maestro anunció en sus discursos proféticos la solución de los problemas de la humanidad. Muchos de esos proble-

Juan Carlos Piora es licenciado en Historia y actual decano de la Facultad de Humanidades, Educación y Ciencias Sociales de la Universidad Adventista del Plata, Entre Ríos, Argentina.

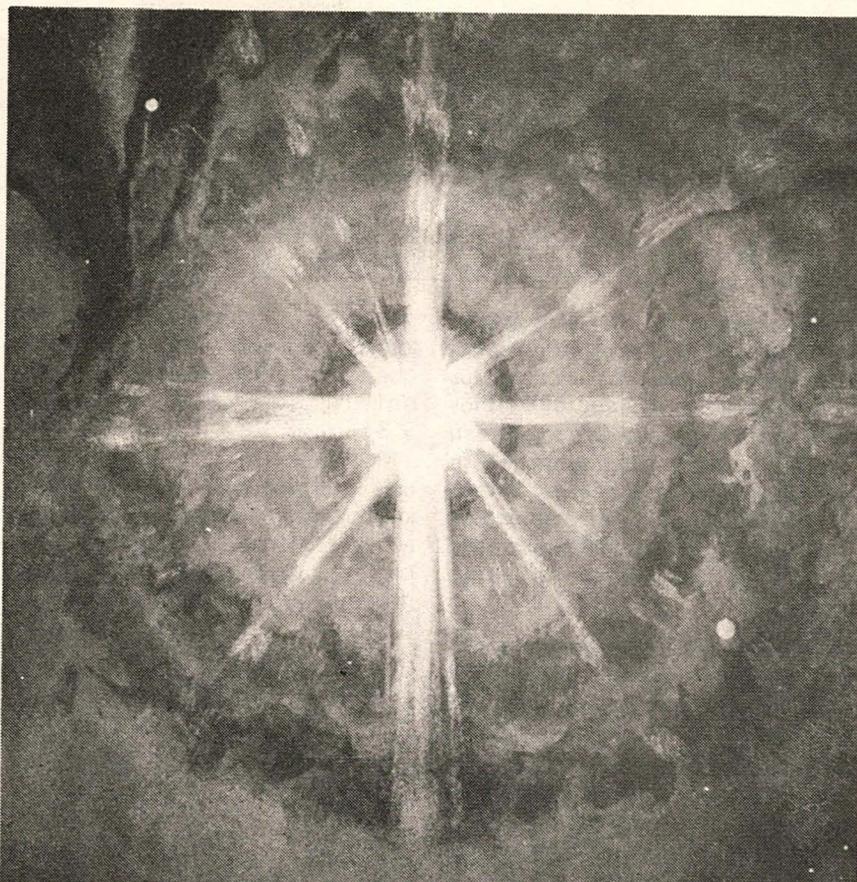
mas, agravados por el progresivo abandono de los principios cristianos en las relaciones internacionales de los pueblos, han puesto a la humanidad frente a la amenaza de su autodestrucción. En las enseñanzas de Cristo vibra la esperanza de una transformación definitiva del mundo. El cuadro optimista de la humanidad perfecta y feliz es pintado con vivos colores en la prédica de Jesús, contenida en los Evangelios y en las visiones apocalípticas del libro de la Revelación” (Hammerly Dupuy D., *Defensores latinoamericanos de una gran esperanza*, Casa Editora Sudamericana, Buenos Aires, 1954, pp. 19-22).

En la iglesia apostólica. La iglesia cristiana quedó instituida en Jerusalén, donde vivían los testigos de la muerte, resurrección y ascensión de Cristo.

Las evidencias de que Jesús de Nazaret era el Mesías, según las profecías veterotestamentarias, eran tan abrumadoras que miles de personas aceptaron la nueva fe y creyeron en la **esperanza bienaventurada** al escuchar a los apóstoles. Pronto este hecho suscitó el odio de los judíos, que fueron los primeros perseguidores de los cristianos. Para animar a los creyentes, San Pedro los exhorta a que conserven la fe en la bendita esperanza (1 Pedro 1: 13).

El apóstol San Pablo también destacó en sus epístolas el profundo significado del segundo advenimiento de Cristo.

En la iglesia de los tres primeros siglos. El impacto del dinamismo de la fe cristiana contra el carcomido y endeble andamiaje moral del Imperio Romano fue tan grande que los gobernantes creyeron oponer un dique de contención contra las doctrinas de la nueva fe, lanzando 10 persecuciones entre los años 64 y 310 d.C. Amparándose en el derecho de asilarse en los cementerios, los perseguidos buscaron refugio en los columbarios o catacumbas excavadas debajo de Roma y de otras ciudades. Allí pudieron no sólo esconderse sino también celebrar el culto y fortalecerse para los sufrimientos venideros. El número de mártires fue incalculable. Pero a



Cada habitante sensible del planeta percibe que vivimos en los tiempos finales de la historia.

pesar de las persecuciones durante casi dos siglos y medio, se formaron comunidades cristianas por todo el vasto imperio.

¿Qué mantuvo encendida la llama de la fidelidad en los cristianos? Las pacientes investigaciones de Antonio Bosio (s. XVI), de J. B. de Rossi y de su hermano Miguel (s. XVI), y de otros apasionados investigadores deseosos de desentrañar el secreto de las catacumbas, nos informan, por medio de las representaciones pictográficas de los frescos y de las inscripciones lapidarias, que la fe de los mártires se alimentaba con la lectura de las Sagradas Escrituras. Los temas de estas representaciones son variados, pero predominan la *resurrección* y el *segundo advenimiento de Cristo*. La esperanza en el retorno de Cristo y en la resurrección de los fieles los ayudaban a vivir, pues se saludaban entre ellos con la expresión

Maran-Atha —nuestro Señor viene—, pero también los animaba a morir en paz, incluso con un canto de esperanza en sus corazones.

Desde entonces, la **esperanza bienaventurada** ya no perteneció a un pueblo sino a toda la humanidad.

En los siguientes catorce siglos (s. IV-XVIII). La iglesia cristiana pasa de la oscuridad-luminosa de las catacumbas a la luminosa-oscuridad del solio imperial. En el siglo IV, cuando Constantino se “convierte”, el helenismo penetra con el dogma de la inmortalidad natural e individual del alma. Esa creencia hace innecesaria la fe en la resurrección y en la recompensa de los justos con el regreso triunfante de Cristo. Esto significó que durante 14 siglos, la **esperanza bienaventurada** fuera relegada al olvido.

El resurgimiento del tema. A fines del siglo XVIII se inicia un mo-

VIDA

en la Palabra

Hugo Antonio Cotro es licenciado en Teología.



Mi esposo suele citar Génesis 3: 16 ["A la mujer dijo [Dios]: 'Multiplicaré en gran manera los dolores en tus preñeces; con dolor darás a luz los hijos; y tu voluntad será sujeta a tu marido, y él se enseñoreará de ti' (o él te dominará, Biblia de Jerusalén)"] cuando quiere "ponerme en mi lugar". ¿Es el sometimiento de la mujer al hombre un mandato divino?

¿Presente inmediato, o futuro?

La parte del versículo que se refiere a la dominación de la mujer por parte del hombre se inscribe dentro de una enumeración de *consecuencias* nefastas del pecado original que no habrían de ocurrir, *en plenitud, inmediatamente* después de ese pecado ni ocurrirían por voluntad de Dios.

De allí que cada una de esas consecuencias se encuentre conjugada en tiempo futuro: "La tierra te *producirá*", "con el sudor de tu frente *comerás*", "con dolor *parirás*", "tu deseo *será* para tu marido", "él se *enseñoreará* de ti". Otro tanto puede decirse de la advertencia divina previa a la desobediencia: "El día que de él (del fruto vedado) comieres, ciertamente morirás" (Gén. 2: 16). Moisés, inspirado por Dios, está explicando el origen de una situación ambiental y sociocultural imperante en sus días (siglo XV aC), pero la enumeración divina que él recrea no fue pronunciada en el siglo XV aC, sino alrededor de 2.000 años antes (de acuerdo con la cronología bíblica), inmediatamente después del pecado de Adán y Eva. Esas consecuencias (futuras cuando Dios las enumeró y presentes en los días de Moisés) no sobrevivieron en forma inmediata tras el anuncio divino. Las rosas no se poblaron de espinas en el momento mismo en que Dios terminó de hablar, tampoco aparecieron cardos por generación espontánea, ni es lógico suponer que el siguiente parto de Eva estuvo signado por los dolores y el riesgo de morir, ni Adán sometió o do-

minó a Eva a partir de ese mismo instante ni murió literalmente "el día" que comió del fruto vedado, sino más de 800 años después (véase Génesis 5: 3-5).

Moisés describe en esos versículos un estado progresivo de deterioro de la naturaleza y de la condición humana (física, mental, moral y social), un proceso que se inició en el momento mismo de la transgresión y que iría acentuándose, agravándose conforme transcurriera el tiempo.

Ni la muerte, ni los cardos y espinas, ni los dolores de parto ni el sometimiento de la mujer al hombre son obra, mandato o voluntad de Dios. Son en cambio perversiones resultantes de un nuevo orden de cosas instalado en la realidad del hombre a instancias de éste y designado por las Escrituras como pecado o mal.

El hecho de que Moisés presente a Dios como responsable directo y volitivo de los clásicos pesares femeninos ("[Yo] multiplicaré") y humanos en general no significa que lo sea. Es común entre los autores y personajes bíblicos esa fraseología reveladora del papel omnímodo que atribuían a la Deidad (véase por ej.: 1 Samuel 1: 5, 19; 16: 14; 2 Samuel 24: 1; 1 Reyes 22: 19-23; etc.).

Otro punto a ser tenido en cuenta es la mediación ideológica y cultural inherente con la que todo traductor y revisor se acerca al texto, y que inevitablemente condiciona, en mayor o menor medida, su vital tarea dada de sentido. Por esa vía, la misoginia moderna y contemporánea contribuyó en muchos casos a consagrar y a potenciar la ya presente en la cultura semítica veterotestamentaria.

El lector moderno de la Biblia, su esposo, por ejemplo, corre el mismo riesgo que los traductores: leer el texto sagrado a la luz de su propia cultura y de sus presupuestos ideológicos, incorporarlos inconscientemente y "verlos" incluso allí donde no existen.

vimiento mundial que se afirmará a mediados del s. XIX y que exhumará del olvido la **esperanza bienaventurada**, proclamándola tanto por escrito como a viva voz. Las figuras más prominentes de ese movimiento adventista son Isaac Tomás Newton, Eduardo Irwin y Henry Drummond, en Inglaterra; Roberto Fleming, Alejandro Keith y Archibaldo Mason, en Escocia; Manuel Lacunza, en Chile e Italia; el dominico Bernard Lambert Laplaigne y Pierre Jean Agier, en Francia; Juan Bengel y Juan Wolf, en Alemania; Guillermo Miller y Josías Litch, en los Estados Unidos; Félix Torres Amat, en España; y Juan Ignacio de Gorriti y Manuel Belgrano, en la Argentina.

Este notable despertar del interés en la **bienaventurada esperanza** suscitado en todo el mundo, no es mera casualidad sino el matemático cumplimiento de las profecías bíblicas que prenunciaron este resurgimiento 600 años antes de Cristo (véase las profecías del libro de Daniel).

El erudito suizo Dr. Alfred Félix Vaucher, con más de 100 años de edad, sigue siendo uno de los más grandes estudiosos del tema de la *Parusía*. Para demostrar el creciente interés operado en los últimos siglos en la segunda venida de Cristo rastreó las obras publicadas sobre el particular, desde el siglo XVI hasta 1950. Los resultados fueron los siguientes: Siglo XVI, 1; XVII, 1; XVIII, 6; 1801-1850, 56; 1851-1900, 77; 1901-1950, 79.

Cada habitante sensible del planeta percibe que vivimos en tiempos escatológicos. La historia del hombre, como un organismo vivo, tuvo su origen, y no hay razón para pensar que no tenga un fin. Sentimos que ese fin se acerca; por doquier hay signos premonitorios de que pronto se cerrará el telón de la civilización humana. Pero el cristiano, mediante la fe, ve *más allá*, y se aferra a la promesa divina, para seguir creyendo en Dios a pesar del sufrimiento humano. . . para seguir construyendo el reino de la gracia entre los hombres mientras aguarda el reino de la gloria que prometió nuestro Señor Jesucristo.



Propuesta natural

Deseo desmitificar un mito muy popular: "La cocina vegetariana es compleja y requiere mucho tiempo".

Todo depende de nuestra capacidad de organización. Hoy decido cocinar garbanzos. ¿Sabe usted por experiencia cuánto rinde ese kilo de garbanzos? Hasta 2 veces y media su tamaño, después de dejarlos en remojo durante toda la noche. Con la tercera parte de ese kilo soluciono el problema de un almuerzo fresco, preparando temprano las verduras cocidas para una apetitosa ensalada. Otro tercio lo proceso para hacer unas buenas albóndigas, tortitas o algo parecido (según la inspiración y el tipo de legumbre) que congelo para la semana que viene. Todavía

no se ha enfriado el último tercio; con la mitad, más algo de líquido, preparo en la licuadora, en 3 minutos, una mayonesa tersa, atractiva y de sorprendente sabor (nadie imagina, mientras prueba los canapés o *sandwiches*, que se trata de una mayonesa de garbanzos).

Ensalada, mayonesa, dosis suficiente de legumbres para una semana, y restan otras dos alternativas que podemos aprovechar en el transcurso del mes. ¿Complejo? ¡No! El tiempo de cocción (1 hora en olla común, o 20' en olla de presión), y 30 minutos más teniendo en cuenta los utensilios que ensuciamos y que nos gusta lavar inmediatamente. ¡Vale la pena!

MAYONESA DE GARBANZOS, SOJA Y POROTOS BLANCOS (ALUBIA)

Vida feliz ya ha ofrecido muchas variantes de este tipo de mayonesas vegetales. Comparto algunos secretitos que me llenaron de satisfacciones.

1. Trabajar las legumbres en caliente. Facilita el trabajo de la licuadora, se logra mayor consistencia y mejor textura.

2. No agregar muchos condimentos. Limón, sal, aceite y leche que suaviza el sabor fuerte de las legumbres (para quien no esté acostumbrado). Personalmente agrego un solo elemento para que su aporte en sabor y color sea distinto.

3. Si bien se puede congelar, no lo recomiendo pues se altera la emulsión y el sabor. Nada cuesta sacar del congelador la porción de legumbre, colocar en fuego hasta que se descongele y caliente y poder contar en pocos minutos con una mayonesa tentadora y sabrosa.

Licuar

Agregar lentamente

Agregar todo junto y apagar la licuadora inmediatamente

1 taza de garbanzos o porotos cocidos, calientes y escurridos.
Leche necesaria para que pueda funcionar correctamente la licuadora o 3 cucharadas de leche en polvo más el agua necesaria. No tema hacerlo con leche de soja.

1/4 taza de aceite de buena calidad
Sal a gusto
Sabor o color que desee lograr (*)

Seguir licuando hasta obtener una pasta suave y homogénea.

El jugo de 1/2 limón o más

La consistencia final estará dada por el uso que se piense hacer de la mezcla (reellenos de *sandwiches*, untar, decorar, etc.), y dependerá de la cantidad de leche que se agregue al principio. Al enfriarse, la mezcla se vuelve más consistente.

(*) Variación de sabores y colores:

- ajo
- aceitunas verdes
- perejil
- morrón colorado pelado y cocido
- zanahorias hervidas
- 3 cucharadas de tomates picados
- levadura de cerveza en polvo
- remolacha hervida

**ALBONDIGAS-CROQUETAS-HAMBURGUESAS-SALCHICHAS
CANASTITAS-PIZZETAS**

Receta múltiple de porotos de soja cocidos, pulpa o residuo de soja (lo que queda después de haber preparado la leche de soja) o maní cocido.

Colocar en un recipiente grande y agregar finamente picados

- 1 taza de legumbres cocidas y calientes**
- 1 cebollita de verdeo, ajo, puerro o cebolla.**
- 1/2 morrón o 1 cucharadita de ají molido**
- 2 dientes de ajo**
- orégano, perejil, sal a gusto**
- 2 cucharadas de germen de trigo (optativo)**
- 1 huevo**
- 1 cucharada de queso rallado (tipo sardo)**

Si hay en la heladera algún resto de arroz integral o trigo partido hervido, agregar 1 taza.

Mezclar amasando con la mano, agregando todo el pan rallado necesario hasta lograr una pasta que permita formar esferas.

Formar las hamburguesas aplanando entre las manos esas esferas; se puede rebozar con pan rallado (integral o mejorado con germen de trigo).

Colocar en asadera ligeramente aceitada y pincelar encima con aceite. Llevar a horno fuerte hasta que estén doradas.

Servir con: ensaladas crudas
guarnición de verduras hervidas

Acompañar con: emparedados con pan, mayonesa, lechuga y tomate
sandwiches calientes con queso

Variantes:

Albôndigas frías, calientes o con salsa.

Croquetas o salchichas pasadas por huevo batido y rebozadas con copos de maíz.

Pizzetas delgadas en molde aceitado. Colocar en horno bien caliente no más de 7 minutos, agregar *nituke* de verdura, 5 minutos más de horno, gratinar con una salsa blanca o queso fresco según la preferencia.

Canastitas: hacer esferas y luego darles forma de canastitas.

Calientes: **rellenas con queso**
rellenas de verduras

Frías: **rellenas de mayonesa**



Escrito por un educador calificado, este libro responde franca, honesta y afectuosamente a las preguntas de todos los que desean descubrir la solución de sus propios problemas para poder amar mejor.

Autor: Pierre Lanarès
Páginas: 336
Formato: 16 x 23 cm.
ilustrado

Los Secretos del AMOR

Pierre Lanarès