

VIDA *feliz*

Autoestima
y creatividad
en el niño

Entrevista al
director de la OMS

Estrés y cáncer



Inteligencia, creatividad y autoestima

Dorothy Corkille Briggs

“**Q**ué inteligente es Guillermito!” Esas palabras son música para los oídos de los padres orgullosos de su hijo. Por lo general, cuando decimos tal cosa queremos decir que el chico es rápido para aprender. Y lo habitual es que pensemos en términos de la capacidad para el aprendizaje abstracto que se necesita en la escuela. Existen, sin embargo, muchas clases de inteligencia.

Guillermito puede ser brillante en el manejo de los símbolos matemáticos, y apenas tener la capacidad promedio para la lectura. Quizá Marta posea escasa capacidad para aprender de los libros, pero su sensibilidad respecto de los demás la inclina hacia las cuestiones sociales. Hasta el CI (cociente de inteligencia) tiene diferentes significados para distintos niños.

Elisa y Juana han alcanzado el mismo puntaje (126) en las pruebas del CI, pero sus capacidades son distintas. La aguda memoria de Elisa influye sobre el puntaje: ella se destaca precisamente en las materias en las que la buena memoria es ventajosa. Pero su capacidad de razonamiento no excede el promedio, y tie-

Un estudio agudo y sorprendente respecto de la relación entre la autoestima y la capacidad creativa del niño.

ne que esforzarse en las materias que lo requieren. De un modo distinto, el puntaje de Juana se beneficia por su notable talento para razonar y comprender, aunque, a su vez, su rendimiento sea escaso en las tareas que exigen la memorización.

No se debe confiar en el CI como si fuera un factor independiente, pues el desarrollo mental es más rápido en algunos períodos respecto de otros. Por otra parte, existen muchos factores —como la salud física, el grado de comunicación que se establece entre el niño y el examinador, y el nivel cultural y social del chico— que influyen en el rendimiento durante el test del CI.

Para comprobar si existía relación entre el puntaje del CI y las experiencias vitales, el conocido educador norteamericano T. W. Richards

estudió durante un período de 7 años el desarrollo intelectual de un joven. Por cierto que cuando el ambiente hogareño y escolar del chico eran más sólidos y contenedores, el puntaje del CI se elevaba a 140; cuando el clima era menos nutritivo desde el punto de vista afectivo, el CI bajaba a 117. El ambiente psicológico que rodea



Dorothy Corkille Briggs es una educadora norteamericana de vasta trayectoria docente y autora de varios libros en el campo del comportamiento humano.

al niño tiene poderosa influencia sobre su funcionamiento intelectual.

El CI no es más que un *puntaje* que estima *grosso modo* la capacidad general disponible en el momento del test para el manejo de símbolos abstractos (palabras, números, conceptos). Puesto que en su tarea los docentes se manejan con abstracciones, el CI les resulta útil para evaluar la capacidad de aprendizaje de cada alumno. Pero, tomado en sí mismo, es poco lo que indica el CI, aun respecto de la capacidad para manejarse en el plano de lo abstracto. Para saber dónde residen las fuerzas y las debilidades de cada alumno, es necesario analizar cada uno de los aspectos que componen toda la prueba.

Los padres, especialmente los de clase media, comentan a menudo los puntajes del CI de sus hijos, como si tales puntajes tuvieran algún significado intrínseco. Para mayor desgracia, en algunas comunidades, el puntaje llega a ser símbolo de estatus. En términos de la salud mental y de la capacidad intelectual de sus hijos, ¡cuánto más conveniente sería que esos padres se preocuparan por el cociente de autoestima de sus hijos!

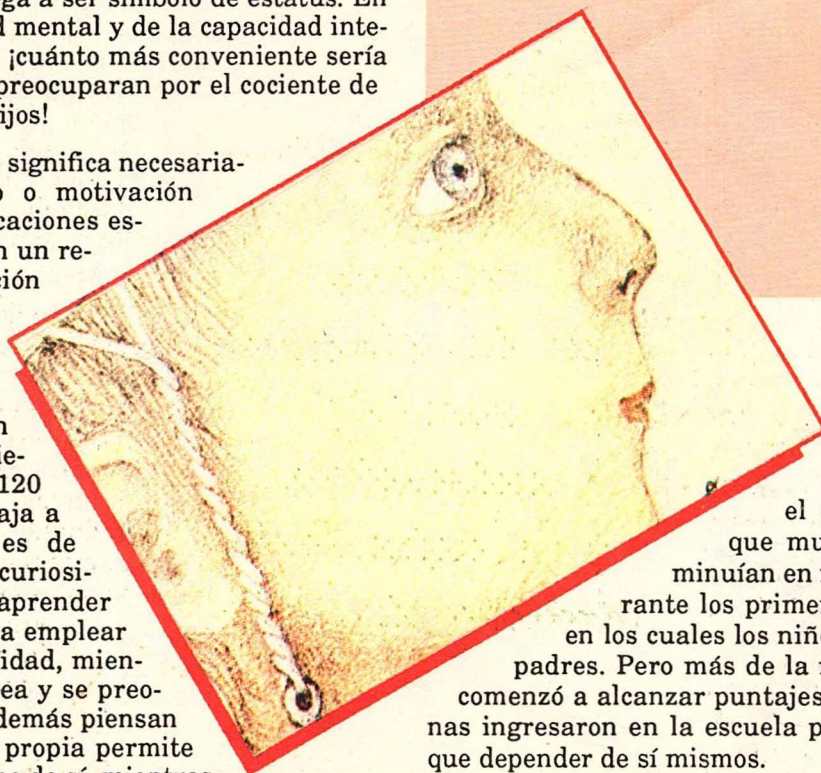
EL CI elevado no significa necesariamente rendimiento o motivación elevados. Las calificaciones escolares son más bien un reflejo de la motivación que de la capacidad innata. No es tan importante cuán inteligente es el niño, sino qué hace con la inteligencia que tiene. Con su CI de 120 puntos, Olga aventaja a Patricio, cuyo CI es de 165. La acuciante curiosidad y el deseo de aprender impulsan a la niña a emplear al máximo su capacidad, mientras Patricio fantasea y se preocupa por lo que los demás piensan de él. La confianza propia permite al niño dar lo máximo de sí, mientras que la genialidad puede quedar empanada en la baja autoestima.

El dinamismo de la inteligencia

En otros tiempos se creía que la inteligencia era un *quantum* fijo, que no se podía modificar. Hoy sabemos que no es así. Los CI de los niños adoptados se acercan más a los de sus padres adoptivos que a los de sus padres naturales.

Un estudio de largo aliento realizado por el *Fels Research Institute of the Antioch College* (Instituto de Investigación Fels del Colegio de Antioquía, en

*Para ser creativo,
el joven debe creer
en sus percepciones
y confiar
en su propia
capacidad para
expresarlas.*



Estados Unidos) reveló que el CI fluctúa considerablemente. En el estudio se observó que muchos puntajes disminuían en forma sostenida durante los primeros 6 años de vida, en los cuales los niños dependen de sus padres. Pero más de la mitad de los chicos comenzó a alcanzar puntajes más elevados apenas ingresaron en la escuela primaria y tuvieron que depender de sí mismos.

Existen muchas pruebas de que la inteligencia, tal cual se la mide mediante las pruebas del CI, no es fija. Los padres pueden colaborar en gran medida al crecimiento de la capacidad intelectual de sus hijos.

Además debemos agregar que el crecimiento intelectual no se produce aparte del crecimiento emocional; ambos están ligados. Para que el niño crezca en forma armoniosa tanto intelectual como afectivamente, para que no haya obstáculos en el aprendizaje, debemos saber detectar cuáles son los factores que afectan negativamente este proceso. Además de cerciorarnos de que no existan razones físicas que inhiban la capacidad de aprendizaje de nuestro hijo,

debemos alimentar su autoestima y ofrecerle un marco afectivo contenedor y seguro. Recordemos: La alta autoestima es el resorte principal de la motivación. Cuando el niño cree que tiene la capacidad y que tiene qué ofrecer a los demás, se verá impulsado a alcanzar metas elevadas. En cambio, cuando sentimos que no podemos hacernos cargo de algo, el interés por ese algo se disipa rápidamente. La confianza en uno mismo es el primer secreto del éxito.

La mayoría de las personas quiere que sus hijos sean creativos. Pero, ¿qué significa eso?

dos, en paz con los demás, poco nerviosos y muy originales en sus pensamientos. Los CI decrecían en los niños dependientes, menos seguros del amor de sus padres, menos capaces de empeñarse en sus propios proyectos, necesitados de mucha dirección e irresponsables en sus tareas. Estas características definen la falta de autoestima.

La creatividad

La mayoría de las personas quiere que sus hijos sean creativos. Pero, ¿qué significa eso? ¿Cómo es el niño creativo? ¿Cómo fomentar la creatividad en los niños?

Una persona es creativa cuando da vida a cosas nuevas. La que ve las cosas de manera original. El niño muy inteligente no necesariamente es un creativo. Puede ser un agudo imitador o un ávido manipulador de símbolos y no ser creativo. Por otra parte, personas con una instrucción media llegan a ser modistas, músicos, pintores o decoradores de interiores altamente creativos.

El modo original de ver la vida y de reaccionar ante ella son dones que, en grados diversos, todo niño trae consigo al mundo.

Es probable que todos conozcamos a alguien que no pasará a la historia como genio creativo, pero que emplea su individualidad para dar novedad a su vida cotidiana.

Ahora bien, ¿cuáles son las características que distinguen al jovencito creativo del que no lo es?

Los niños creativos tienden a ser independientes, inmunes a las presiones del grupo, poco proclives a la conformidad y despreocupados de lo que los demás piensan de ellos. Reservan su capacidad para preguntarse cosas, indagar y ver el mundo siempre de un modo distinto. Son flexibles, imaginativos, espontáneos y juguetones en su enfoque de los problemas. Muy receptivos de lo que les ofrecen los sentidos, tienden a ver más, sentir más y asimilar más de lo que los rodea. Los jóvenes creativos están igualmente abiertos a lo que ocurre dentro y fuera de sí mismos. En resumen, son altamente reactivos a sus mundos interior y exterior.

Pero además, recordemos que la causa más común de los bloqueos en el aprendizaje es la presión indebida que se ejerce para que el niño llegue a metas que están fuera de su alcance. Aprendamos a conocer y, lo que es más difícil para algunos padres, a aceptar los límites de nuestros hijos, para orientarlos en el proceso de aprendizaje. Pensemos que el exceso de ambición de parte de los padres llega a los niños en forma de rechazo, y esto destruye la autoestima.

Finalmente, cabe recordar que la investigación Fels descubrió que aquellos niños cuyo CI aumentó considerablemente a lo largo de los años eran los que habían incrementado la confianza en sí mismos. Se trataba de chicos confiados, seguros de ser ama-

Estos niños están siempre dispuestos a correr los riesgos implícitos en el hecho de prestar atención a lo que intuyen y en probar lo nuevo. Se requiere cierto grado de confianza y seguridad para trabajar con lo desorganizado, lo complejo, lo incongruente, lo desconocido y lo paradójico. Los chicos creativos no se preocupan demasiado por la prolijidad ni por la velocidad en hacer las cosas, y la rutina los aburre rápidamente.

Frank Barron distingue 2 clases de creatividad: la que proviene del inconsciente reprimido y la que fluye libremente de un inconsciente sin trabas.

La persona que crea desde la represión produce obras monótonamente similares. En cambio, el que crea libremente expresa su singularidad en formas ampliamente variadas y cada uno de sus productos es original y nuevo. Por ejemplo: los poemas de Juan atrapan al lector por sus vívidas imágenes y sus llamativos ritmos, pero machacan una y otra vez la misma sangre y las mismas heridas. Los de Armando, en cambio, se destacan por sus reacciones únicas ante una amplia gama de experiencias: el tocante tributo a las luces que se filtran en el bosque, el zumbón testimonio de la danza de los renacuajos, el ardoroso arrebató en defensa de una causa perdida, la rutilante canción de la espuma de una ola escarchada.

Abierto a lo que está en su interior y a su alrededor, Armando reacciona en consecuencia. Su creatividad no se ve frenada por tener que afilar sus hachas psicológicas.

¿Cómo fomentar la creatividad en los niños?

Cuando los chicos saben que la singularidad se respeta, son más proclives a poner en juego la suya. Las reacciones que reciban sus primeros pasos en el ejercicio de la originalidad determinarán que ese impulso florezca o se marchite.

La creatividad necesita un clima de seguridad respecto de los juicios, y también libertad de expresión.

Quien valora la conformidad, el pensamiento estereotipado, el orden constante y el acatamiento, difícilmente sea capaz de alimentar la creatividad. Cuando uno es capaz de tolerar la imperfección y los fracasos, sus hijos serán más proclives a probar ideas nuevas, puesto que sabrán *por adelan-*

tado que la aprobación no dependerá de los resultados del proyecto que emprenda.

Por último, hay que recordar que existe una importante e íntima relación entre la alta autoestima y la creatividad sin trabas. La creación es un acto de digresión por naturaleza. Su mensaje es: "Veo las cosas a mi manera, y estoy dispuesto a dejar que los demás penetren en mi mundo perceptivo privado".

Pero para hacer pública esta percepción especial es necesario disponer de una cuota importante de confianza en uno mismo.

El chico que es socialmente independiente y goza de seguridad interior se ve menos restringido por el pensamiento de los demás. Es menos probable que las presiones del grupo lleguen a limitar su capacidad de expresión. El niño con baja autoestima puede concebir ideas originales, pero, por ser dependiente, es más proclive a no defenderlas para no poner en riesgo su aprobación social.

Como padres que se interesan por sus hijos, debemos apoyar activamente los movimientos que trabajan en pro de la eliminación de las prácticas escolares restrictivas: los sistemas de calificación mediante los cuales se compara a un niño con otro, la enseñanza uniforme y el predominio autocrático del maestro en todas las actividades del niño. Los niños llevan al aula sus

sentimientos, apetitos y aptitudes. Es necesario que los padres y los maestros sean cada vez más conscientes del



pa-
pel que
desempeña la
autoestima en la vida de los niños. La educación debe interesarse por las emociones y las actitudes de autoconfianza del alumno. Pero no olvidemos que toda educación se inicia en la cuna. □

VIDA *feliz*

Año 93

Nº 9

DIRECTOR: Ricardo Bentancur
REDACTOR: Hugo A. Colro
SECRETARIA: Graciela de Plizuto
DIRECTOR DE ARTE: Luis O. Marsón
FOTOGRAFO: Hugo O. Primucci



GERENTE GENERAL: Roberto Gullón
PRESIDENTE DEL CONSEJO EDITORIAL:
Werner Mayr
GERENTE 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. 7613647. CORDOBA: Avda. Sabattini 1680, B0 Maipú, 5014 Córdoba; Tel. (051) 223194. CORRIENTES: México y Granaderos, 3400 Corrientes; Tel. 24072. TUCUMAN: Avda. Mate de Luna 2399, 4000 San Miguel de Tucumán; Tels. (081) 330281, 330258.

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: Porvenir 72. Casilla 2830; Tel. 2225880. TEMUCO: Claro Solar 1170. Casilla 2-D; Tel. 33194.

ECUADOR: GUAYAQUIL: Calle Tulcán 901. Casilla 1140; Tels. 451205, 451198.

ESPAÑA: EDITORIAL SAFELIZ: Aravaca 8. Madrid-3; Tels. 2334238, 2338661.

PARAGUAY: ASUNCION: Kubitschek 899; Tel. 24181.

PERU: AREQUIPA: San Francisco 323. Casilla 1381; Tels. 239571, 233660. CHICLAYO: Alfonso Ugarte 1499. Casilla 330; Tels. 232641, 232911. HUANCA-YO: Casilla 57; Tel. 236254. LIMA: Jr. Washington 1807, oficina 502. Casilla 1002; Tels. 338964, 337181. PUCALLPA: Avda. Basadre km4.700. Casilla 350; Tel. 575237. PUNO: Lima 115. Casilla 312; Tels. 351702, 352082.

URUGUAY: MONTEVIDEO: Mateo Vidal 3211. Casilla 512; Tel. 814667.

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. Miembro de la Asociación Argentina de Editores de Revistas. Redacción, administración y talleres: Avda. San Martín 4555, 1602 Florida, Buenos Aires, Argentina; Tel. 7602426. Domicilio legal: Uriarte 2435, 1425 Capital Federal. -Septiembre de 1992

REGISTRO NACIONAL DE LA
PROPIEDAD INTELECTUAL
Nº 144415

PRINTED IN ARGENTINA
TARIFA REDUCIDA Nº 482

CORREO ARGENTINO
Suc. Florida (B)
y Central (B)

FRANQUEO A PAGAR
Cuenta Nº 199

editorial

Desde enero de 1992 hemos abierto un espacio para reflexionar sobre el V centenario de la llegada de Colón a nuestras tierras: Pasaron por estas páginas autores con diferentes perspectivas filosóficas, representantes tanto de la "leyenda dorada" —que afirma que los españoles civilizaron América— como de la "leyenda negra" —que asegura que la diezmaron—. Quisimos ser amplios y equilibrados, como equilibrada debe ser la visión de uno de los acontecimientos humanos más importantes de la historia: La conquista, como toda conquista, fue cruel, sólo moderada por un grupo de misioneros (algunos jesuitas) con voz profética, que denunciaron la violencia y crearon ámbitos de justicia. Tampoco los indígenas eran "los buenos salvajes" de Rousseau, lo que por otra parte no justifica la crueldad de los conquistadores. La conquista española expresó toda la oscuridad de una época (siglo XVI), cuando Occidente aún no conocía la libertad y los derechos humanos como ahora los proclama. Pero tuvo una virtud: *No fue racista*. España no organizó cacerías humanas de negros en el África —como hicieron los ingleses, holandeses y franceses— para reducirlos a esclavitud y venderlos como mano de obra barata. A partir de la mezcla de sangre de ibéricos, indígenas y negros se generó el proceso de mestizaje racial y cultural más grande de la historia (afirma Ignacio Palacios Videla) y surgió un nuevo mundo y un nuevo pueblo, que no es ni español ni portugués ni indígena ni africano. Es latinoamericano.

A la luz de esta verdad histórica, ¿por qué, además de rasgarnos las vestiduras por lo que hicieron los españoles, no nos preguntamos qué hicieron las repúblicas independientes de América para mejorar las condiciones de vida de los indios y de los descendientes de africanos?—RB.

contenido

- 2 Inteligencia, creatividad y autoestima
- 7 Entrevista al director de la OMS
- 10 La aterosclerosis: Una patología del bienestar
- 15 El estrés y el cáncer
- 18 El cuerpo que soy
- 21 ¿Qué significa ser cristiano?
- 24 Dime con quien andas

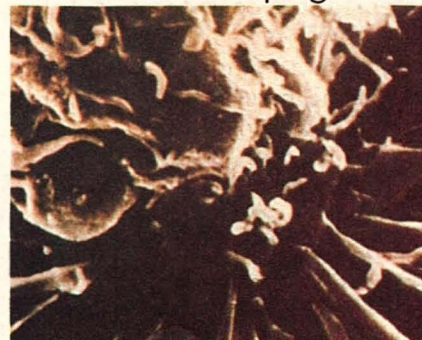
SECCIONES

- 14 VIDA y salud mental
- 17 VIDA en la comunicación
- 20 VIDA en la actualidad
- 23 Fue en septiembre
- 28 VIDA en la Palabra
- 29 VIDA en la cocina

página 10



página 15



"El tabaquismo mata a tres millones de personas por año en todo el mundo"

Entrevista al **Dr. Hiroshi Nakajima**, director general de la Organización Mundial de la Salud.

En vista de los peligros científicamente demostrados del tabaco, tanto para los fumadores activos como para los pasivos, la Organización Mundial de la Salud (OMS) se ha comprometido a luchar contra esta amenaza. Una de las formas de esta lucha es el Día Mundial sin Tabaco, que se celebra el 31 de mayo de cada año. En 1991 se hizo hincapié en el problema del consumo de tabaco en los lugares públicos y en los medios de transporte. En este año, la OMS se concentró en los perjuicios del tabaco en los lugares de trabajo, ¿por qué eligieron ese enfoque en 1992?

Porque el tabaquismo produce cada año la muerte de por lo menos 3 millones de personas en todo el mundo. En este dato radica la importancia de enfocar la lucha en el área específica del trabajo, donde tanto fumadores voluntarios como involuntarios pasan la mayor parte de su vida.

Día tras día, no sólo los traba-

Entrevista realizada por Ricardo Bentancur en ocasión del congreso mundial sobre tabaquismo realizado en la ciudad de Buenos Aires, Argentina.



jadores que fuman se someten a los efectos nocivos del tabaco sino que también ponen en peligro la salud de sus compañeros de trabajo, víctimas del tabaquismo pasivo.

Varias décadas de actividad en todo el mundo en favor de los derechos del trabajador han mejorado paulatinamente la seguridad en el trabajo. Sólo si continúan estos esfuerzos, los trabajadores podrán proteger su salud contra los riesgos inherentes a su ocupación. El consumo de tabaco no debería entorpecer este progreso.

No es justo que las personas que deben trabajar para ganarse la vida se vean sometidas a un riesgo adicional por un hábito inútil, peligroso y ajeno. Generalmente, los empleados tienen poca influencia sobre sus condiciones de trabajo y, en particular, poca defensa contra el tabaquismo pasivo, al que se ven sometidos en sus lugares de trabajo.

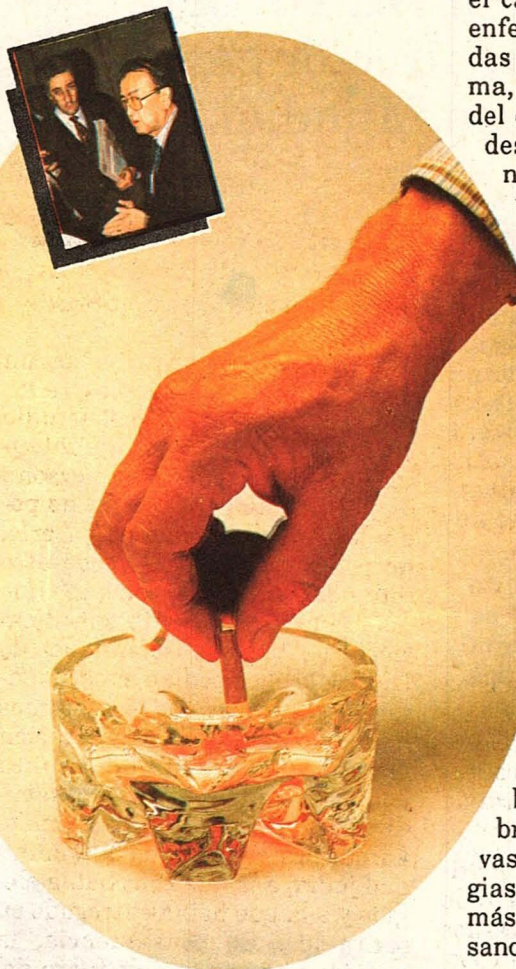
En la vida de las personas, el trabajo es un deber ineludible, que no sólo satisface las necesidades materiales sino que también desarrolla la creatividad. Ocupa la mayor parte del tiempo durante el cual un ser humano está despierto. Las personas tienen derecho a trabajar en una atmósfera armoniosa, con el aire más limpio posible. No asfixiar a los colegas con humo es una cortesía que con frecuencia debe formalizarse mediante reglamentos. Es deber de todo empleador proteger la salud de los empleados contra cualquier riesgo, también el del tabaquismo pasivo.

¿Por qué usted habla de "víctimas del tabaquismo pasivo"? ¿Cuál es el grado de peligro que corre la salud del que sólo inhala humo ajeno?

El grado de riesgo dependerá de la cantidad de tiempo y de la cantidad de humo a la que estén expuestos los fumadores involun-

tarios. Por ejemplo, los empleados de oficina, que trabajan en un ambiente cerrado y que están sometidos varias horas al "bombardeo" de los fumadores, son los que corren mayores riesgos. En los países desarrollados, el humo de tabaco es el contaminante más común del aire interior.

Para analizar los riesgos de fumar involuntariamente (tabaquismo pasivo), debemos considerar la composición del humo de tabaco en el ambiente (HTA), así como su



capacidad de provocar cáncer. El HTA tiene 2 componentes: el humo *principal* exhalado por el fumador y el humo *secundario*, es decir, el humo del cigarrillo encendido que se produce entre las inhalaciones. Si se compara la composición química del humo inhalado por fumadores activos con la del humo inhalado por fumadores involuntarios, se observa que los efectos cancerígenos son cualitativamente similares. Además, las partículas del humo secundario son más pequeñas

que las del humo principal y, por lo tanto, llegan con mayor facilidad a todos los rincones de los pulmones.

¿Qué perjuicios específicos padecen los fumadores pasivos?

Los daños para la salud del fumador pasivo son muchos y de todo tipo: Tumores malignos, como el cáncer de pulmón; síntomas y enfermedades respiratorias agudas en los niños: tos crónica, flema, sibilancias, efusiones crónicas del oído medio y disminución del desarrollo de la función pulmonar; atrofia de la función pulmonar en los mayores; aumento de la hiperrespuesta bronquial (asma); irritación en los ojos, en la nariz y en la garganta; cardiopatías: el tabaquismo pasivo aumenta el riesgo de enfermedades coronarias. Pero además hay que advertir a la mujer embarazada que el niño que está gestando también padece los perjuicios de un fumador pasivo: Retraso en su desarrollo, menor estatura y peso al nacer, y maduración pulmonar más lenta.

Cabe agregar que las personas que tienen ciertos problemas de salud, como asma, bronquitis, enfermedades cardiovasculares, rinitis, resfríos y alergias, a menudo sufren reacciones más agudas al HTA que los adultos sanos.

Usted mencionó que los efectos cancerígenos del humo principal son similares a los del humo secundario, ¿hay estudios que puedan corroborar esto?

Según las estimaciones de estudios científicos realizados recientemente, entre el 20 y el 30% de los que padecen cáncer de pulmón son fumadores pasivos.

Con respecto a la relación del

tabaquismo pasivo con el cáncer, hay algunos datos interesantes: La Agencia Internacional de Investigación sobre el Cáncer (IARC), de Lyon, Francia, realizó recientemente un estudio sobre la exposición al HTA de 1.369 mujeres no fumadoras en 13 centros situados en 10 países (Alemania, Canadá, China, Estados Unidos, Grecia, Hong Kong, India, Italia, Japón y Polonia). Se investigó cuidadosamente mediante un cuestionario detallado la exposición de las

mujeres al humo producido por los cónyuges y por los compañeros de trabajo. Se recogieron y analizaron muestras de orina para determinar el contenido de nicotina (alcaloide extremadamente tóxico y cancerígeno). Los niveles de nicotina en el grupo de mujeres expuestas al humo, tanto en el hogar como en el trabajo, fueron alarmantes en comparación con el grupo de las mujeres que no habían sido expuestas ni en el hogar ni en el trabajo. A su vez, los valores fueron mucho más elevados entre las mujeres que habían sido expuestas sólo al HTA de sus cónyuges con respecto de las mujeres que sólo habían sido expuestas al HTA de sus compañeros de trabajo. Los resultados demostraron que el número de cigarrillos al que estuvieron expuestas y el tiempo de la exposición tenían una relación directa con la cantidad de nicotina en la orina.

¿En qué medida fumar afecta la economía?

El tabaquismo no sólo es nocivo para la salud, también representa un grave daño económico

para el individuo, las empresas empleadoras y el gobierno.

En 1985, el Ministerio de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos estimó que los costos totales directos de atención médica asociados con el tabaquismo ascendían anualmente a 34.000 millones de dólares (la deuda externa Argentina). En Canadá se ha estimado que los empleados fumadores faltan al trabajo de un 33% a un 45% más que los no fumadores.

Pasando a otro aspecto de los perjuicios económicos, en 1984 se calculó que, en el Reino Unido, 6,5% de los incendios de instalaciones industriales fueron causados por fósforos mal apagados o cigarrillos encendidos. En Costa Rica, durante el primer semestre de 1991, el 12,8 % de todos los incendios investigados se debieron a colillas encendidas de cigarrillos. En Bruselas, después que un incendio (provocado por una colilla de cigarrillo) en una tienda de la cadena *Innovation* produjo más de 300 muertes, la empresa prohibió fumar en el trabajo.

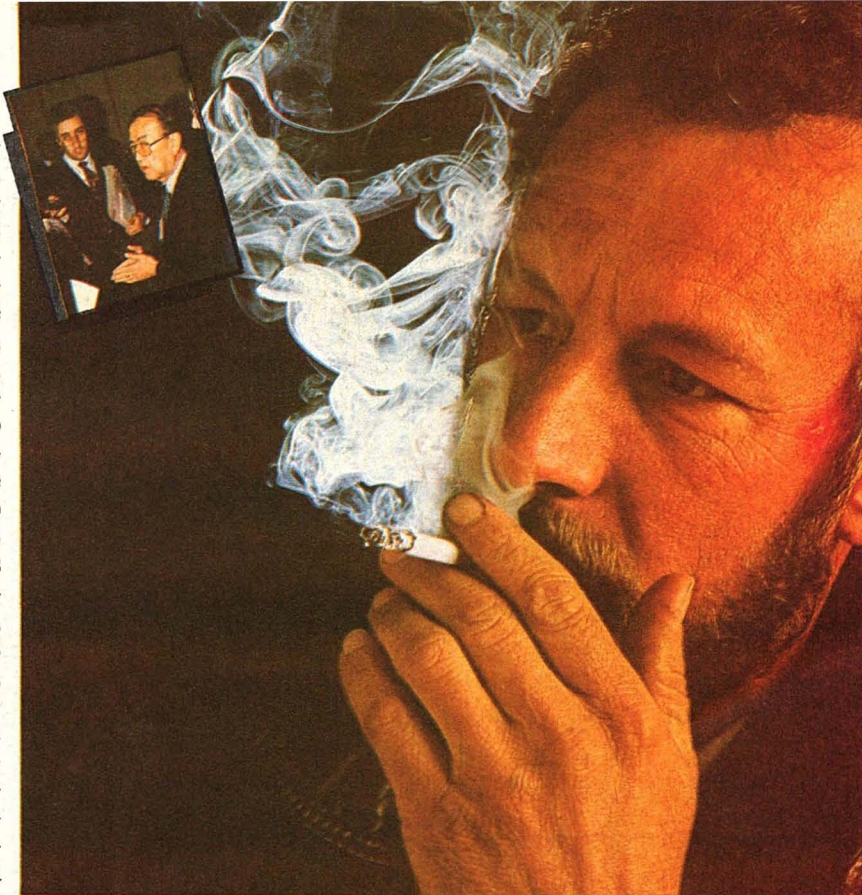
Por otra parte, fumar no sólo disminuye la productividad de los fumadores, sino que también pue-

de perturbar a los no fumadores y crear fricciones entre los trabajadores. Además, y con respecto a las empresas públicas, el tabaquismo genera basura y requiere una renovación más frecuente del decorado y de los muebles, incluso de los filtros de los sistemas de ventilación. *Air Canadá* llegó a la conclusión de que, tras implantar la prohibición de fumar en los vuelos, ahorra unos 700.000 dólares al año por no tener que limpiar ceniceros; ahora limpia a fondo sus aviones cada 9 meses, y no cada 6 como lo hacía antes.

Todos estos datos son elocuentes, sin mencionar que el tabaquismo limita la capacidad física y mental de los trabajadores y anticipa la muerte.

El Día Mundial Sin Tabaco de 1992 ya pasó, ¿cuáles son los lemas de los próximos años?

La OMS considera los días mundiales sin tabaco del futuro como oportunidades no sólo para pedir a la gente que deje de fumar por un día, sino también para iniciar investigaciones sobre temas específicos, publicar información y poner en marcha distintas actividades. Para 1993 el lema será "Los servicios de salud, incluido su personal, contra el tabaco"; en 1994, "Los medios de información contra el tabaco"; en 1995, "Aspectos económicos del control del consumo del tabaco"; en 1996, "Los deportes y las artes sin tabaco"; 1997, "Las Naciones Unidas y los organismos especializados contra el tabaco". □



La aterosclerosis:

Una patología del bienestar

Esther Bouvet y Bruno Rimoldi

Si preguntamos qué es la aterosclerosis, a menudo se nos dirá que es una enfermedad que afecta a las personas de edad y hace perder la memoria. En efecto, durante mucho tiempo se la consideró como un inevitable proceso de involución senil, pero actualmente se sabe que es una verdadera enfermedad que deja indemnes a algunos ya avanzados en edad y a otros los alcanza precozmente.

Probablemente los anatomistas exageran al sostener que la lesión ateromatosa afecta a las arterias a partir de la infancia; de la anatomía pura a la realidad clínica todavía existen obstáculos por vencer antes de alarmarse. Pero es indispensable tener en cuenta que la enfermedad puede presentarse muy tempranamente, en forma silenciosa, acompañar al individuo a lo largo de toda su vida, manifestarse de manera muy diferente según la persona, la edad, el sexo, la raza y el órgano (el cerebro no es el único blanco) y que no es el patrimonio de la vejez únicamente. Es todavía más importante saber que ciertos

hábitos pueden anticipar la aparición de la lesión orgánica y que el respeto a ciertas "normas de seguridad" desvanecen la presunta inevitabilidad de esa afección.

Si se considera que la aterosclerosis representa el punto de partida de la mayoría de las enfermedades cardiovasculares que

están a la cabeza de las causas de mortalidad cada año, es urgente poner un freno a la inflación en este campo. Pero en nuestra ruta los obstáculos son numerosos: tabaco, estrés, vida sedentaria, exceso de alimentación, abuso de medicamentos, factores hereditarios... Algunos son inevitables, otros controlables por la prevención o la terapia.

Una enfermedad multifactorial

Se considera factor de riesgo todo lo que aumenta la probabilidad que el individuo tiene de sufrir una enfermedad determinada con respecto al término medio de la población. Ningún factor de riesgo representa en sí mismo la causa de la enfermedad, pero está demostrado que la asociación de dos o varios de ellos puede provocarla. En lo referido a la aterosclerosis, hasta el presente han sido identificados 250 factores de riesgo. Otros están todavía en estudio. Tampoco están marcados los límites, más allá de los cuales un factor de riesgo puede ser responsable de la génesis de la aterosclerosis.

Hasta aquí, los especialistas se basan en las observaciones epidemiológicas y en los datos estadísticos. Para reducir los niveles de riesgo moderados o elevados de la población, conviene realizar un esfuerzo tendiente a modificar ciertos comportamientos individuales o colectivos.

Los principales factores de riesgo para la aterosclerosis son efectivamente el aumento de ciertas grasas en la sangre, la hiper-



Extraído de la revista francesa *Vie et Santé*, y traducido por Blanca Langlais de Cutuli.

tensión arterial, el tabaquismo, la edad, el sexo, la vida sedentaria y la diabetes.

Edad, sexo, herencia

Frecuentemente se pregunta al médico de la familia o al cardiólogo si existe una relación entre la edad, el sexo o la herencia y la aterosclerosis.

La edad está comprendida entre los factores de riesgo, por la simple razón de que las lesiones ateromatosas aumentan con ella, particularmente después de los 60 ó 70 años.

Además, ya no se discute la idea de que el sexo masculino es más frecuentemente atacado que el sexo femenino, protegido por un índice más alto de estrógenos sanguíneos; en efecto, después de la menopausia, el índice de la enfermedad tiende a aumentar en las mujeres más rápidamente, para alcanzar luego al de los hombres.

Por otra parte, si se admite la existencia de una predisposición hereditaria a la enfermedad, demostrada por la presencia de numerosos casos dentro de una misma familia, mientras que otra está exenta totalmente de ellos, todavía no hay suficiente información ni acuerdo en lo que concierne a las características de la transmisión.

Principal responsable: el colesterol

El gran público habla de colesterol; los médicos, de lipoproteínas. Se trata de partículas compuestas de lípidos y de proteínas, cuya función es precisamente vehiculizar los lípidos de otro modo insolubles en la sangre. Existen diferentes tipos de lipoproteínas, clasificadas según su densidad: los quilomicrones transportan las grasas alimentarias provenientes del intestino y contienen muy pocas proteínas; las VLDL (lipoproteínas de muy baja densidad) vehiculizan los triglicéridos sintetizados en el hígado a partir

de los azúcares; las LDL (lipoproteínas de baja densidad) resultan de la acción de las enzimas tisulares que separan a los triglicéridos de las VLDL, por lo que son pobres en triglicéridos pero ricas en lípidos complejos como el colesterol y los fosfolípidos; las HDL (*high density lipoproteins* o lipoproteínas de alta densidad) tienen por función enviar al hígado el colesterol que se encuentra en exceso dentro de los tejidos; allí se metaboliza, se transforma en sales biliares y es eliminado entonces por la bilis. El aumento de estas proteínas en la sangre (hiperlipoproteinemia) está ligado a un factor genético por un lado y a un factor alimentario por otro. Las personas pueden haber heredado el gen anormal de los dos padres y ser portadoras de alteraciones importantes, o bien de uno de los dos y presentar alteraciones leves pero destinadas a agravarse si otros factores predisponentes, tales como la obesidad o el tabaquismo, se asocian a la alteración genética.

Dos tipos de hiperlipoproteinemias están más estrechamente relacionadas al desarrollo de la aterosclerosis: La acumulación de LDL, rica en colesterol, eleva en la sangre los valores normales de 180 a 250 mg por cada 100 ml a valores que pueden superar los 300 a 400 mg por cada 100 ml. Este aumento de la colesterolemia depende también del aporte alimentario de colesterol y de ácidos grasos derivados de productos animales, mientras que la ingestión de ácidos grasos vegetales produce un efecto protector. Esta observación ha hecho aconsejar, dentro de nuestra alimentación, el reemplazo de grasas animales



Después de la menopausia, el índice de la enfermedad tiende a aumentar en las mujeres más rápidamente, para alcanzar luego al de los hombres.

(carnes, mantecas, tocino, embutidos, quesos) por otras de origen vegetal, en particular poliinsaturadas (aceites de oliva, de girasol, de maíz). Estas tienen desgraciadamente un gusto menos agradable para algunos, y la hidrogenación industrial a la que son sometidas para volverlas más sabrosas las transforman también en grasas saturadas, anulando de este modo sus ventajas dietéticas.

Especialmente hay acumulación de VLDL en los triglicéridos sintetizados por el hígado a partir de los azúcares. Esta forma de-

pende todavía más que la precedente del régimen alimentario de la persona. Un consumo importante de alimentos dulces hace aumentar la síntesis hepática de las grasas y, por lo tanto, el nivel de estas lipoproteínas.

El aumento de las HDL es, por el contrario, un factor de buen pronóstico para el paciente cuidadoso de su alimentación, porque ellas participan activamente en la eliminación del colesterol excesivo. El pescado y las grasas vegetales son ricos en ellas. Las grandes líneas de un régimen antiaterosclerosis, se dibujan pues así:

1. Evitar al máximo el consumo de carnes, grasas, embutidos, manteca, quesos grasos y leche entera.

2. Preferir la leche semidescremada o descremada, según el caso, los aceites de girasol, maíz, soja u oliva.

3. Reducir el consumo de alimentos dulces y de huevos (1 ó 2 por semana). Eliminar las bebidas con azúcar.

4. Disminuir el consumo diario de sal, que favorece el aumento de la presión arterial causante de traumatismos repetidos de las paredes arteriales.

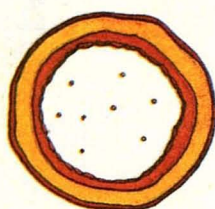
5. Aumentar el aporte diario de vitaminas B, C y E, ofrecidas por los cereales integrales, las frutas, los aceites de girasol y maíz, principalmente.

Estas vitaminas ejercen una acción protectora sobre nuestras arterias.

El último cigarrillo

Si bien resulta relativamente fácil convencer a un paciente ya afectado por alteraciones cardiovasculares de dejar de fumar, se encuentra siempre mucho más resistencia por parte del que fuma "tranquilamente" y se siente aparentemente bien. Las raíces psicológicas y farmacológicas del tabaquismo (la intoxicación nicotínica no es una ficción) son profundas.

COMO NACE LA ATEROSCLEROSIS



1. La arteria normal está compuesta de tres capas: la íntima, en el centro de la arteria, compuesta por células endoteliales; la media, muscular y elástica; y la externa o adventicia, de naturaleza conjuntiva, donde se hallan las terminaciones nerviosas sensitivas. Los lípidos sanguíneos circulan en el centro de la arteria.



2. La aterosclerosis comienza por una lesión de las células endoteliales (como consecuencia del tabaquismo, la hipertensión, o por el índice elevado de colesterol). Se observa inmediatamente una proliferación de células (plaquetas y macrófagos) y una acumulación de lípidos en la íntima. El diámetro de la arteria se reduce y el flujo sanguíneo se frena.



3. Se forma una placa grasa rodeada de tejido fibroso denso. Un coágulo puede desprenderse y obstruir una arteria del corazón (infarto) o del cerebro (accidente vascular cerebral, con eventual hemiplejía).

Ya se conoce el efecto nocivo del tabaco sobre el sistema vascular: los glóbulos rojos tienen más afinidad por el monóxido de carbono del humo del tabaco que por el oxígeno, lo que determina una carencia fisular de este gas indispensable para la vida celular y el consecuente debilitamiento de las paredes arteriales.

La prevención ideal es, pues, convencer a los jóvenes de no comenzar a fumar. Y esto funciona bien: son numerosos los niños convencidos que importunan a sus padres hasta que éstos deciden dejar de fumar. Es esencial perseverar en este camino, pues es poco probable que la idea de fumar tiente alguna vez a quien nunca tocó un cigarrillo hasta los 20 años.

Para quien desea dejar de fumar, los métodos propuestos son numerosos. Recordamos el plan de 5 días que la Iglesia Adventista promueve y que ha resultado tan positivo a lo largo de 30 años de experiencia.

El plan consiste en una terapia de grupo asociada a consejos dietéticos, hidroterapéuticos y respiratorios. El éxito de este programa está ligado a la presencia de personas y de estructuras capaces de atender a quien ha decidido dejar de fumar pero se siente incapaz de emprender solo el combate.

A menudo escuchamos decir que los cigarrillos con filtro o de baja concentración de alquitrán son más "seguros", o que gracias a ellos es más fácil dejar de fumar gradualmente.

Cuando la interrupción es brusca, los síntomas resultantes de la privación del cigarrillo son en realidad más breves y no más intensos.

Un deporte para cada uno

La vida sedentaria es un factor considerable de riesgo, a pesar de que su estudio es dificultoso por la intervención de otros elementos: vida sedentaria y obesidad, vida sedentaria y estrés...

No obstante, se puede aseverar que el deporte ejerce 3 acciones benéficas sobre los lípidos sanguíneos.

1. Disminuye el índice de triglicéridos. Aumenta, en efecto, la sensibilidad de los tejidos periféricos a la insulina, hormona que introduce en las células el exceso de azúcar y evita por lo tanto su transformación en triglicéridos. Además, el ejercicio físico aumenta la degradación de la VLDL que vehiculiza los triglicéridos sintetizados por el hígado.

2. Aumenta el índice de las HDL, ¡pero cuidado! Hay deportes y deportes. Los estudios demuestran que es necesaria una actividad física importante y regular para aumentar de manera significativa este tipo de lipoproteínas.

Comparando a un grupo de sedentarios con un grupo de "corredores" ocasionales (10 km por semana) y con un grupo de grandes deportistas (maratonistas, 60 km por semana) resulta claro que las HDL son más elevadas en los dos grupos que practican una actividad deportiva, pero que son significativamente más altas en el grupo de los "maratonistas". Los deportes de resistencia son los que ejercen una acción más constante.

3. El deporte disminuye los otros factores de riesgo: la obesidad (en términos de masa grasa), la tensión arterial, el tabaquismo (en general), la diabetes. ¡Todos estos factores de riesgo disminuyen las HDL, lipoproteínas antiaterosclerosis! Es necesario, de todos modos, pedir consejo al médico antes de lanzarse, sin estar habituado previamente, a una actividad deportiva que requiera esfuerzos particulares. El ejercicio preventivo consiste en un entrenamiento progresivo una o dos veces por semana, evitando los esfuerzos breves e intensos.

Hay quienes deberían lanzarse a esta empresa con una prudencia particular sin por ello renunciar al intento: los individuos de más de cuarenta años, sedentarios o que presentan ya otros factores de riesgo (exceso de peso, hipertensión arterial, diabetes).

FACTORES DE RIESGO



EDAD
TABACO
VIDA
SEDENTARIA
HIPERTENSIÓN
ARTERIAL
DIABETES
SEXO
MASCULINO
EXCESOS
ALIMENTARIOS
(grasas animales,
azúcares)

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



La actitud esperanzada

"Contemplábamos a Jesús porque había tibieza en su ser y palpitaba al compás de la vida" —Khalil Gibrán.

En la práctica de ayudar a la gente, se suele distinguir entre métodos específicos para actuar ante determinadas circunstancias concretas y formas de acción inespecíficas, es decir, aquellas que son de difícil reglamentación. Estas últimas tienen que ver con el modo de ser de cada uno, el estilo personal de proceder y, en forma más definida, la actitud que adoptamos frente a la otra persona. En ese sentido, si uno pretende ayudar a alguien a resolver un problema o a superar un momento difícil, se ha comprobado que expresarle confianza en su capacidad para superar el trance tiene efectos notablemente positivos.

Por ejemplo, los psicólogos Burnham y Rosenthal han demostrado científicamente la importancia de las expectativas del experimentador en sus investigaciones.

Rosenthal trabajó con grupos de estudiantes asignados a docentes que fueron intencionalmente mal informados respecto de la capacidad de aprendizaje de cada uno de ellos. Se dijo a los profesores que el grupo de los menos dotados eran los más inteligentes, y que los más capaces eran alumnos mediocres. Los resultados mostraron que el mayor rendimiento fue obtenido por los menos aventajados, pero que tenían docentes que creían que sus alumnos eran brillantes. Burnham realizó un experimento semejante, pero con ratas.

Preparó a 2 tipos de ratas, un grupo con lesiones cerebrales y el otro normal. Ambos fueron entregados a 2 equipos de experimentadores para que las adiestraran en tareas de aprendizaje. A un equipo se le dijo que las ratas estaban dañadas en su cerebro, cuando en realidad estaban ilesas; a los otros investigadores se les dijo que tenían ratas sanas, aunque se trataba de las lesionadas. Asombrosamente, los resultados del aprendizaje mostraron que las ratas que tenían problemas cerebrales lograron los mejores puntajes, respondiendo de ese modo a las expectativas que tenían los experimentadores acerca de sus posibilidades.

En ambos casos, los sujetos respondieron a lo que los instructores esperaban de ellos. Estas experiencias han popularizado la expresión "efecto Rosenthal" como sinónimo de profecía autorrealizadora, de que uno logra aquello de lo que está convencido. Precisamente a esa disposición hacia los demás se la denomina *actitud esperanzada*.

Goethe afirma que deberíamos asumir esta disposición en nuestro trato con la gente, especialmente con quienes requieren nuestra ayuda: "Si aceptamos a las personas como son, únicamente las haremos peores. Si las tratamos como si fuesen lo que deberían ser, las ayudaremos a convertirse en lo que son capaces de hacer".

Cada gesto, ademán, énfasis, silencio o mirada puede transmitir dudas, desconfianzas, condenaciones o, por el contrario, pueden alentar, consolar y desarrollar.

¿Por qué no cultivar la mirada tibia que invita a la reconciliación, genera destinos y despierta las ansias de un nuevo amanecer?

¿Pueden intervenir los factores psicológicos y de conducta?

La relación entre aterosclerosis y factores socio-culturales, psicológicos y de conducta es frecuentemente comprobada. El entorno social puede ejercer, según el caso, un efecto protector o, por el contrario, agravante.

El diagnóstico es en general fácil. La resolución del problema hace intervenir en primer lugar a los miembros de la familia, que deben ser conscientes de él.

Se ha tratado de trazar un perfil de la persona que corre graves riesgos de contraer la enfermedad: activo, opresivo, ansioso, ambicioso, dinámico. Es en cierto modo una víctima de la hiperactividad del complejo sistema neuroendocrino. El estrés produce un efecto aterógeno, induciendo a la secreción de hormonas suprarrenales que movilizan a su vez a todos los ácidos grasos de los tejidos de reserva.

Existen vías probables de solución, como la mejor organización del trabajo, ciertas reformas del estilo de vida: tiempo de sueño, actividades para el tiempo libre, asignación solidaria de las tareas familiares, medidas aplicables y efectivas dentro de un marco espiritual optimista. □



Microfotografía electrónica de una célula cancerosa en una mama. La célula tumoral proviene de la transformación de una célula sana en una que escapa al control de los mecanismos de crecimiento y diferenciación.

Los repetidos traumas psicológicos que afectan a una personalidad excesivamente sensible podrían incidir en la aparición y el desarrollo ulterior del cáncer.

Nuevamente los accidentes le sugieren a la ciencia médica nuevas e inesperadas asociaciones e inferencias.

En 1979 se produjo un accidente nuclear en una pequeña isla, conocida con el nombre de *Three Mile Island* (Isla de las tres millas), en Estados Unidos, luego del cual se observó un incremento en la aparición de distintos tipos de cáncer.

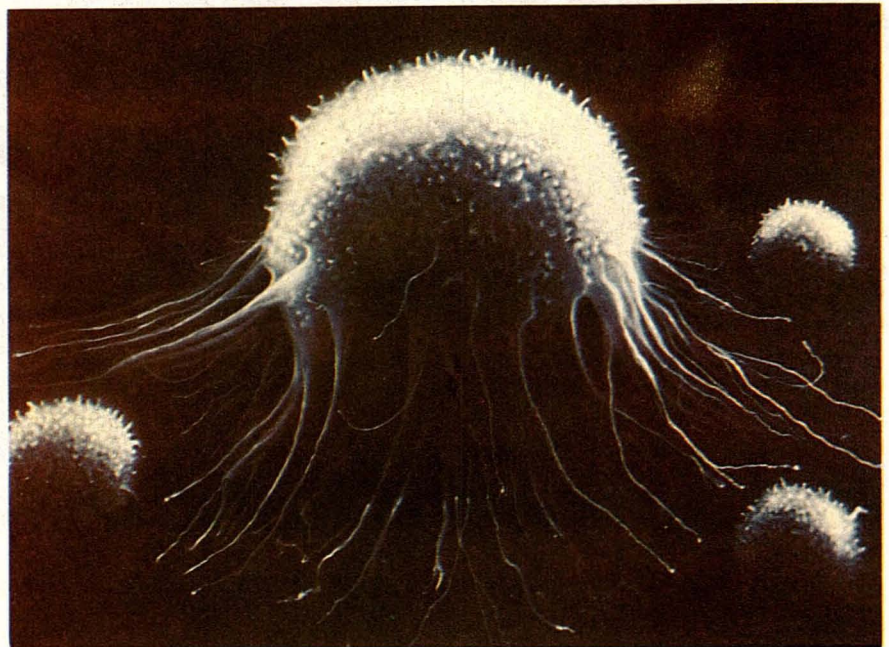
En principio, se explicó este aumento de la enfermedad como resultado de la radiación. Sin embargo, desde hace tiempo se sabe que los bajos niveles de radiactividad, causados por pequeñas pérdidas accidentales, no tienen efectos mensurables en la frecuencia del cáncer.

Los investigadores creen que, en los meses siguientes al accidente, los isleños vivieron un período de estrés

Este artículo fue extraído de *Oncología*, revista científica dedicada a la lucha contra el cáncer.

L

*a sensación de
desastre colosal y de
muerte inminente de
origen desconocido
genera un cuadro de
estrés de severas
repercusiones
somáticas.*



Microfotografía electrónica de barrido, que representa una gran célula cancerosa rodeada por tres linfocitos T citotóxicos.

que incrementó el ritmo de crecimiento de los cánceres. Otros científicos dudan de esta hipótesis, por considerarla demasiado especulativa, y prefieren pensar que el estrés hizo que las personas estuvieran más atentas a distintos síntomas y concurrieran más rápido a la consulta médica, lo que permitió detectar más tempranamente las lesiones malignas. Sin embargo, importantes estudios realizados recientemente sugieren que existe una vinculación entre el cáncer y ciertas influencias psicológicas. Las personas con tendencia manifiesta a la angustia y que responden al estrés con un comportamiento fijo, estereotipado, conforman un alto porcentaje en las estadísticas de enfermos con cáncer. Además, se supone, con bastante asidero lógico, que la progresión del cáncer está in-

tima y principalmente vinculada con las características de la personalidad.

Cómo evaluar la incidencia del estrés en el cáncer

La investigación científica presenta considerables problemas metodológicos que, a primera vista, parecerían insuperables. ¿Cómo darle la magnitud apropiada al significado de los hechos de la vida? ¿Cuáles deben ser las variaciones de los criterios de comparación, de acuerdo con el tipo de cáncer que desarrolle el paciente? Y, lo que es más complejo, ¿cómo relacionar el estrés con los demás factores cancerígenos?

Un estudio reciente muestra evidencia científica importante respecto de la correlación entre los sucesos provocadores de estrés y la aparición del cáncer de mama. Son innumerables las pruebas referentes a esta afección maligna y la estrecha relación del aspecto psicológico en su evolución, metástasis y sobrevida útil.

Estudios realizados en un grupo de pacientes con cáncer de mama (elegidas al azar) que participaron de sesiones semanales de psicoterapia, produjeron conclusiones interesantes: Las pacientes que recibieron apoyo psicológico durante la convalecencia tuvieron una sobrevida del doble de años respecto de quienes no recibieron ese apoyo. Ese estudio tuvo un seguimiento de 10 años.

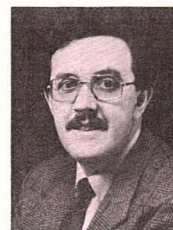
Actualmente existe una mayor comprensión de la interacción evidente entre el cuerpo y la mente, pero no tenemos que olvidar que la relación entre las emociones y el cáncer está mediatizada por otros factores fundamentales: la dieta, las enfermedades previas, el hábito de fumar, etc.

Cualquiera sea la naturaleza de esas interacciones y a pesar de la relatividad de los estudios científicos, no puede subestimarse la influencia del estrés en la patología somática. □

VIDA

en la Comunicación

Juan Darrichón es licenciado en Ciencias de la Comunicación Social



El campo de experiencia común

¿Podemos de alguna manera encontrar en nuestra relación con los demás más puntos de coincidencia que de separación?

Vamos a tratar de responder esta pregunta a partir de lo que Wilbur Schramm, investigador norteamericano en Comunicación, llamó *el campo de experiencia común*.

Tal vez lo más importante en el proceso comunicativo es el hecho de que el perceptor y el emisor deben estar "sintonizados" en una misma frecuencia. Esto es muy claro en el caso de un radiotransmisor y de un receptor, pero resulta un poco más complicado entender que un perceptor humano debe ser capaz de comprender a un emisor humano.

Pensemos en 2 círculos que se interceptan. Los círculos, representan la experiencia acumulada de 2 individuos que tratan de comunicarse. El emisor puede enviar un mensaje y el perceptor comprenderlo, pero sólo en función de la experiencia que cada uno tenga sedimentada en su memoria. Si nunca hemos aprendido ruso no podremos entender un mensaje transmitido en ese idioma. Si un miembro de una tribu africana nunca ha visto ni escuchado un avión, sólo podría interpretar la imagen de un avión en relación con la experiencia que haya tenido: le podría parecer que el avión es un pájaro, y que el piloto es un dios que nació en sus alas. Si los círculos no concuerdan, si no hubo experiencias en común, la comunicación es imposible. Si los círculos sólo tienen una pequeña área en común, es decir, si las experiencias del emisor y del perceptor han sido distintas, en tal caso sería muy difícil lograr alguna comunicación significativa entre las partes. Esta es

la dificultad a la que se enfrenta una persona que no conoce nada acerca de la física y pretende entender a Einstein.

Pero vamos a cosas más cotidianas: Esto es lo que sucede cuando en nuestro pequeño mundo de relación no compartimos unos momentos con nuestros seres queridos. Los círculos se pueden acercar, pero también alejar. Puede ser que hoy no exista la excelente relación que tuvimos hace años con alguna persona. ¿O acaso no se ha reencontrado con sus ex compañeros de la escuela secundaria, después de 10, 15 ó 20 años, con quienes se sentía plenamente identificado, quienes ellos conocían tan bien como nosotros a ellos, y descubrió que María, Pedro, Alicia o Julio ya no son los mismos? Su forma de pensar, sus temas de conversación, sus opiniones, sus sueños, sus ideales ya no son los de antes. Detuvimos el tiempo, en lo que se refiere a la imagen de esas personas. A la cita no viene aquel amigo que dejé hace 20 años, viene alguien con su mismo nombre y apellido, con sus mismos rasgos, pero no es el mismo.

¿Por qué en nuestra vida familiar tiene que ser diferente? Quizá con los nuestros nos vemos todos los días. Pero, las experiencias que vivimos con ellos, ¿son siempre las mismas? Es imposible que yo pueda compartir todas las experiencias que viven los miembros de mi núcleo familiar, pero puedo "revivirlas" en los encuentros cotidianos al final del día.

Cuántos de nosotros, como padres, nos ahorraríamos la sorpresa de levantarnos un día y encontramos en nuestra propia casa con un extraño, con aquel que siempre creímos que era nuestro hijo. La transformación de esa personalidad no se dio de la noche a la mañana: Ocurrió que mientras nuestro hijo se iba transformando, nosotros no estábamos "allí" para acompañarlo.

El cuerpo que soy

La tradición cristiana, desviándose de la enseñanza bíblica, ha sido poco considerada con el cuerpo humano. Desde una perspectiva filosófica, el autor reconcilia el cuerpo con el alma, superando de ese modo la visión desintegradora del hombre que impuso la cultura occidental.

Carlos Belvedere

Occidente ha sido poco considerado con el cuerpo. El peso de una larga tradición de desprestigio se apoya sobre sus espaldas. Si bien desde la antigüedad lo corporal formaba parte de la definición del ser humano, lo hacía como elemento subordinado dentro de un compuesto heterogéneo. El hombre era definido como animal político, animal parlante, animal racional, etc. Pero, aunque no importara de qué tipo de animal se tratara, el hombre era siempre algo más que eso. El cuerpo (componente animal) era tan sólo el sustrato sobre el cual se asentaba la cualidad superior del hombre: la socialidad, la palabra, la razón. El cuerpo se hallaba subordinado, como límite inferior, lindante en la animalidad. Era, por así decir, lo menos humano del ser humano, lo que éste compartía con las bestias.

Es difícil romper una maldición de tantos siglos y considerarnos a nosotros mismos fundamentalmente como corporalidad. La descripción de ciertas vivencias cotidianas puede ayudarnos en la tarea de reflexionar sobre el cuerpo. Es la labor que emprendemos a continuación.



El cuerpo que soy

Yo, como ser humano, *no tengo* un cuerpo, sino que soy un cuerpo. Y ese cuerpo que soy es la casa del mundo. Alberga mi entorno. Es el fondo propio sobre el cual se recortan los objetos que me enfrentan. Soy yo mismo en el mundo, encarnado, hecho piel y huesos. Este cuerpo que soy es mi vida, es el "mismísimo yo".

El cuerpo no es un instrumento, no es un medio

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

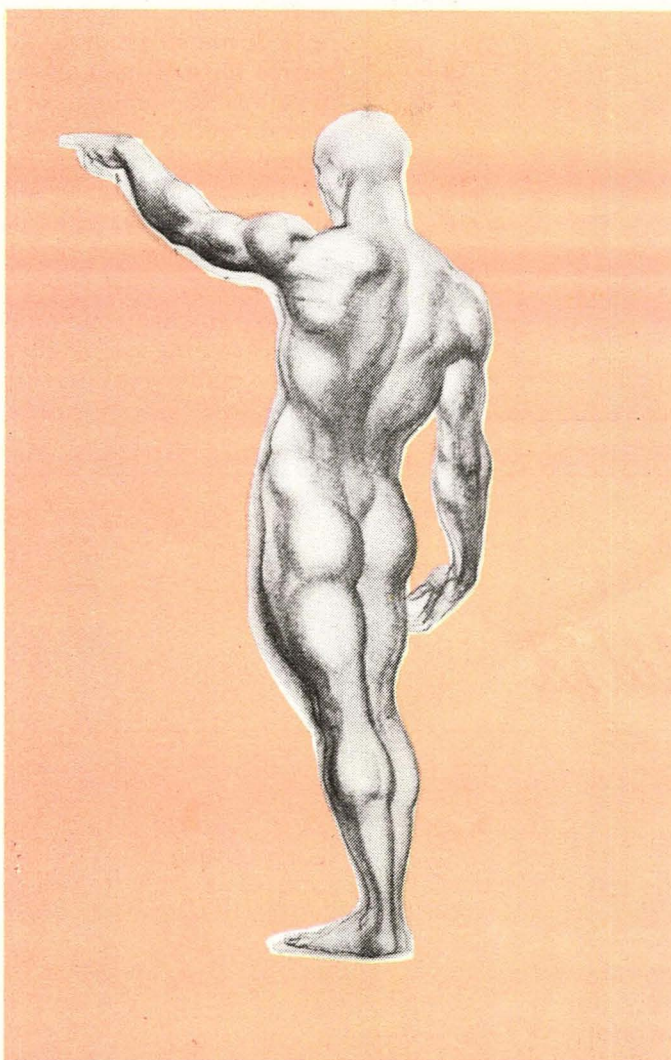
a través del cual yo, que soy otra cosa, me manejo en el mundo. El cuerpo no está más allá de mí. Yo no estoy más acá de él. El cuerpo soy yo. Yo soy un cuerpo. El cuerpo tampoco es un objeto más en el mundo. No está allí, junto a otras cosas, una al lado de la otra, sin distinción alguna. El cuerpo no es un ser-en-el-mundo, sino más bien un ser-del-mundo; no tiene con él una relación de contigüidad sino de sustentación. El cuerpo no es algo más junto a las cosas, sino la posibilidad misma de que las cosas sean algo para mí. Es la condición de posibilidad de los objetos del mundo, lo que las hace aparecer y ser ante mí. Por eso, el cuerpo es mi mundo y es mi vida.

El cuerpo que sufro

Cuando sufro, no digo que sufre mi cuerpo, como si él fuera algo distinto de mí. Por ejemplo, cuando siento dolor, no digo: "el cuerpo duele", sino más bien: "me duele el cuerpo". Este cuerpo que soy-yo-mismo es quien duele. Podría decir simplemente: "duelo". Porque este cuerpo que soy es mi sangre, es mi herida, es mi dolor. Todo él es quien sufre. No duele, por ejemplo, la muela. Me duele — "yo duele" — en uno de mis miembros. Y es el dolor aquello que me hace consciente de manera indubitable y urgente de que soy un cuerpo. Es posible dudar, argumentar, imaginar que soy otras cosas cuando estoy sano. Pero en el instante en que el dolor comienza, ya no hay dudas de que soy un cuerpo doliente y, por lo tanto, de que soy un cuerpo.

El cuerpo que gozo

Este cuerpo que soy también es mi dicha, mi alegría, mi euforia. Soy yo danzando, saltando de alegría, riendo. Es mi existencia volcada al mundo. Soy



Podrán ensayarse muchas definiciones del hombre, pero ninguna ya podrá desconocer que somos, fundamentalmente, un bello cuerpo.

yo mismo, sumergido en la frescura de un río. Soy yo mismo, tocado por la caricia tibia de una hoguera. Este cuerpo que soy es también felicidad. Y no digo: "mi cuerpo goza"; sino que soy yo quien goza. No son mis manos, mis oídos, mi boca, los que disfrutan. Soy yo mismo celebrando el mundo, sin mediaciones, inmediata y totalmente.

Pero tampoco es el cuerpo un instrumento de placer. No es algo de lo cual me valgo para obtener placer. Por el contrario, el cuerpo-que-soy- es quien goza. No es el medio sino el fin del placer.

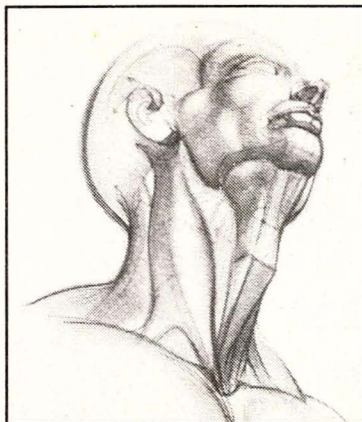
Lenguaje y existencia

Igualmente, no es mi boca la que habla, sino que es todo mi ser quien habla en mi boca. Y no podría hablar sin un cuerpo. Pero es más: tampoco podría pensar sin él. Así como el habla es una acción del cuerpo, el pensamiento es una acción del habla. ¿Cómo podría pensar

sin palabras? La palabra es, pues, síntesis de lo material y lo espiritual del hombre; es aquella realidad que los abarca y los supera a ambos. Es, por lo tanto, un símil de la existencia. La palabra no es meramente materia, pero es espíritu. En cada sonido, en cada vibración emitida, en cada haz de partículas chocándose, hay a la vez un sentido, una intención, un contenido existencial que se comprende y que a su vez comprende. La palabra, como la existencia misma, nos pone de lleno ante nuestra realidad: no somos nada sin el cuerpo, aunque tampoco somos nada más que él. El hombre es espíritu encarnado. Es carne espiritualizada. Pero es uno. Indivisible. No es carne más espíritu. Es existencia: todo carne, todo espíritu. No es la suma de ambos. Es más que eso (pero no lo sería sin ellos).

Así, en este nivel, volvemos a encontrar la unicidad e indivisibilidad de nuestra existencia. Así como

El hombre es espíritu encarnado y carne espiritualizada. Pero es uno. Indivisible. No es carne más espíritu. No es una suma. Es más que cuerpo, pero sin él no sería lo que es.



sufrimos, gozamos y hablamos sin escisiones; existimos de manera indivisible. Somos, en cada acto, nosotros mismos, plena y cabalmente. Nos va la existencia en cada miembro, sin que podamos escondernos de nosotros mismos. En cada acto nos damos completa y totalmente. Por eso, un retorno a las experiencias cotidianas y vitales de nuestra existencia (a pesar de tantos siglos de negación psicológica y física del cuerpo) nos revela que, en lo más íntimo de nuestro ser, somos corporalidad.

Podrán ensayarse muchas definiciones del hombre, pero ninguna de ellas podrá ya desconocer que somos, fundamentalmente, un bello cuerpo. □

VIDA

en la actualidad

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



La vivienda

"El 30% de la población latinoamericana carece de vivienda y no tiene acceso a una solución habitacional adecuada, y un porcentaje similar obtiene una vivienda precaria e insuficiente" (El Mercurio, Santiago de Chile).

¿Qué nos dice esta noticia? ¿Qué se esconde detrás de estos números parcos, fríos? Afirman que el 60% de la población de Sudamérica carece de una vivienda digna. No estamos hablando de la desgracia de un vecino, ni de algunas familias de un barrio cualquiera. Es más de la mitad del continente; no son casos aislados ni fortuitos. Es una realidad social que afecta a 1 de cada 2 latinoamericanos. Treinta y cinco millones de habitantes sin casa, y otros tantos que viven en casas precarias, cuando no en pocilgas. Y esto no es todo: la situación empeora. Por ejemplo, en sólo 9 años (desde 1983 a 1991), en la ciudad de Buenos Aires, la población de

las "villas miserias" (*cantegriles* en Uruguay, *pueblos jóvenes* en Perú) se vio incrementada en un 304% (según el diario *Clarín* del 8 de junio de 1992).

Este es el drama que viven muchos de nuestros semejantes en este continente. Incluso se dan paradojas, como la de los trabajadores de la construcción que jamás llegarán a poseer una vivienda siquiera semejante a la más modesta de las casas en cuya edificación han gastado sus manos y extenuado sus fuerzas.

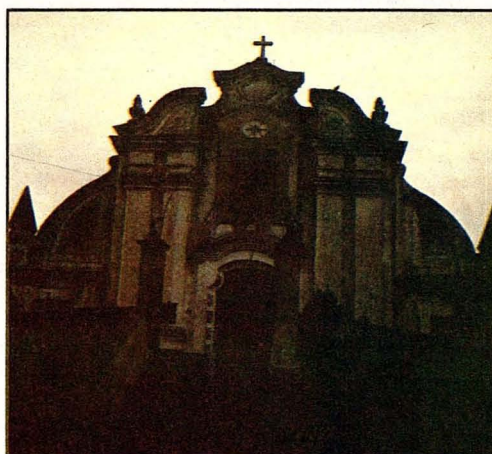
Este es un desafío para los cristianos, especialmente para aquellos que esperamos una nueva tierra. La angustiante situación de América Latina (y del Tercer Mundo en general) contrasta fuertemente con la sociedad que la Biblia nos propone como Reino de Dios. En esa tierra prometida no habrá problemas habitacionales: "La gente construirá casas y vivirá en ellas... No sucederá que uno construya y otro viva allí, o que uno siembre y otro se aproveche" (Isaías 65: 21, 22, versión *Dios habla hoy*).

Pero este contraste no es una antinomia, una mera contraposición irresoluble y paralizante. Es más bien una tensión dialéctica, que nos invita a superar y a conjugar estos dos polos aparentemente irreconciliables en una instancia superior. Es decir, el cristiano no debe contentarse sólo con esperar una tierra de paz y de justicia en un futuro remoto e independiente de su voluntad y de sus acciones. Al contrario, está llamado a esforzarse y cooperar para que esta vieja tierra se asemeje cada día más a esa tierra nueva, la que no sólo es objeto de sus deseos sino también fruto de su trabajo. Únicamente cuando estemos dispuestos a vivir (a veces, morir es más fácil) por los ideales de justicia, se comenzarán a desatar "las ligaduras de impiedad y de opresión" (Isaías 58: 6). Sólo cuando "traigamos a casa a los pobres errantes" (Isaías 58: 7), estaremos listos para heredar esa tierra en la cual "todos edificarán casas y morarán en ellas".

¿Qué significa ser cristiano?

Hans Küng

El siguiente artículo es la primera de *Las 20 tesis sobre ser cristiano*, cuyo autor ha ejercido una importante influencia en la teología contemporánea.



No es cristiano el hombre que sólo procura vivir humanamente, o socialmente, o hasta religiosamente. Cristiano es ante todo, y solamente, el que procura vivir su humanidad, sociabilidad y religiosidad a partir de Cristo.

¿Qué significa ser humano? Significa ser hombre, verdaderamente hombre: esforzarse por ser individualmente hombre pleno.

Sin embargo, esto también lo puede hacer el humanista secular, como, por ejemplo, el intelectual de formación clásica al estilo de Luis Vives o de Humboldt, o el existencialista influido por Nietzsche, Heidegger o Sartre, o incluso el positivis-

Ser cristiano no es meramente aceptar un determinado estilo de vida, un dogma o una ideología. Ser cristiano es asumir el compromiso —y con ello los riesgos— de pensar y obrar como Cristo lo hizo.

Hans Küng ha escrito varios libros de teología cristiana y durante más de 20 años ejerció la docencia en la Universidad de Tubinga, Alemania.



Vivir cristianamente es articular el sentido de la vida desde el horizonte del conocimiento de Cristo. Esto es aceptar al Cristo histórico, creer en sus palabras, seguir su ejemplo, sabiendo que ése es el camino que me conduce a Dios.

ta mediatizado por las ciencias naturales o un racionalismo crítico.

Debemos confesar llanamente: Todos ellos pueden ser auténticos humanistas que de veras vivan humanamente. No obstante, todavía no tienen por qué ser cristianos.

¿Qué significa ser social?

Significa estar en conexión con la *societas*, con la sociedad: atender a las necesidades y esperanzas de los demás hombres, de otros grupos humanos, de la sociedad en general, y comprometerse activamente, de forma más o menos militante, por la justicia social.

Sin embargo, esto lo puede hacer el hombre secular socialmente comprometido; lo mismo lo puede hacer el reformador social liberal como el revolucionario marxista; lo mismo lo puede hacer un nacionalsindicalista español que un socialista sudamericano o un representante de la izquierda europea y americana.

No se puede negar: Todos ellos pueden defender reivindicaciones sociales legítimas y apremiantes. No obstante, todavía no tienen por qué ser cristianos.

¿Qué significa ser religioso? Significa estar religado (*re-ligare*) o referido

(*re-legere*) a algo absoluto: vivir en el horizonte de un fundamento y sentido absolutos, orientado hacia algo que me atañe incondicionalmente.

Sin embargo, esto también lo puede hacer un budista o un hindú, un musulmán o un judío, y otro tanto un panteísta religado al universo, un deísta escéptico, un místico espiritualista, un practicante de cualquier tipo de meditación trascendental (yoga o zen), o simplemente el hombre común con sentimientos religiosos que trata de responsabilizar sus acciones ante una instancia vinculante en su conciencia.

Nunca deberíamos ponerlo en duda: Todos ellos pueden ser auténticamente religiosos. No obstante, todavía no tienen por qué ser cristianos.

¿Qué es entonces lo distintivo cristiano? ¿Qué hace cristiano al cristiano? Sencillamente, que procura vivir su humanidad, sociabilidad y religiosidad a partir de la fe en Cristo. Procura: Nada más ni nada menos.

Lo distintivo cristiano es Cristo Jesús en persona. Contra toda distensión, mixtificación, distorsión y equivocación de lo cristiano, bien intencionada muchas veces, hay que llamar honradamente a las cosas por su nombre, tomar los conceptos al pie de la letra: el cristianismo de los cristianos debe seguir siendo cristiano. Mas el cristianismo sólo sigue siendo cristiano cuando se mantiene expresamente *vinculado al único Cristo*. Y este Cristo no es un principio cualquiera ni una intencionalidad ni una actitud ni una ideología. Es, por el contrario, una persona bien definida, inconfundible, insustituible, con nombre propio.

Esta fórmula doctrinal no es una fórmula *vana*. ¿Por qué? Hace referencia a una persona histórica muy concreta: Jesús de Nazaret.

En síntesis, ser cristiano significa vivir, obrar, sufrir y morir como verdadero hombre siguiendo el ejemplo de Cristo, sostenido por Dios y presto a ayudar a los hombres en la dicha como en la desgracia, en la vida como en la muerte. □

Fue en septiembre

"Saulo no dejaba de amenazar de muerte a los creyentes en el Señor. Por eso se presentó al sumo sacerdote, y le pidió cartas de autorización para ir a las sinagogas de Damasco a buscar a los que seguían el Nuevo Camino (el cristianismo), tanto hombres como mujeres, y llevarlos presos a Jerusalén. Pero cuando ya se encontraba cerca de la ciudad de Damasco, una luz que venía del cielo brilló de repente a su alrededor. Saulo cayó al suelo y oyó una voz que le decía: 'Saulo, ¿por qué me persigues?... Yo soy Jesús... a quien estás persiguiendo' " (Hechos 9: 1-5, versión *Dios habla hoy*).

Tomás de Torquemada, un nombre tan temible como su dueño. Tal vez porque incluso en el nombre hay algo del fuego que caracterizó al más famoso de los cazadores de disidentes de la Inquisición española. La ferocidad de que hizo gala durante los 15 años de su gestión le valieron un lugar indiscutido en todo texto de historia eclesiástica y hasta un llamado de atención de parte del Papa, Sixto IV, preocupado por el "celo demasiado impetuoso" de su subordinado.

Casi 9.000 "infieles" quemados en las hogueras y 100.000 penados con diversos castigos, que siempre incluían la confiscación de los bienes, quedaron como testimonio de su celo por la religión y la patria, una y la mis-



Tomás de Torquemada y algunos de los tristes vehículos de su celo por las almas.



ma cosa en aquella España del siglo XV.

España no habría de ser seducida por ninguna desviación de la tradición y la ortodoxia medievales.

Almas y cuerpos podían contaminarse con la herejía y ser purificados por la tortura y el fuego de la hoguera; no así las pertenencias de los herejes, que, aunque tan materiales como los cuerpos de sus propietarios, eran inmunes a la heterodoxia e invariablemente confiscadas de buena gana por las autoridades.

La otrora víctima de la persecución imperial romana se había convertido en victima.

Confesor de Fernando e Isabel desde 1479, jefe máximo del reactivado "tribunal de la fe", Torquemada se extinguió en Santo Tomás de Ávila el 16 de septiembre de 1498.

No desaparecían con él, no obstante, los conceptos, las ideas, la religiosidad patológica que había encarnado y que habían hecho de él lo que fue.

Fanatismo, intolerancia, opción por y para el poder, culto a la "unidad" y a la autoridad como bienes últimos y supremos, deshumanización, desprecio por la vida y por los derechos ajenos, cosas que Cristo condenó de palabra y de hecho durante su paso por el mundo y de las que terminó siendo víctima.

Tal vez sea en la España de entonces donde deban buscarse las raíces de fenómenos como el integrismo y el fundamentalismo iberoamericanos, de la violencia y el celo, síntomas apenas del miedo y de la inseguridad que genera, más en unos que en otros, toda perspectiva de cambio, todo replanteo, todo desafío a lo establecido - H A C.

Dime con quién andas

Un semblante original y bíblico del personaje más atractivo de la historia humana.

Caleb Rosado

Los que cobraban impuestos para Roma y otra gente de mala reputación se acercaban a Jesús para oírlo. Los fariseos (miembros de una importante e influyente secta rigorista dentro del judaísmo) y los maestros de la ley murmuraban entre sí y lo criticaban diciendo: "Este recibe a los pecadores y come con ellos" (S. Lucas 15: 1, 2).

Criticaban a Jesús porque lo veían en compañía de esa gente. ¿Quiénes eran los cobradores de impuestos y los "pecadores"? ¿Por qué eran tan despreciados por los fariseos?

Los cobradores de impuestos

Nadie quiere hoy a los inspectores impositivos, pero en los días de Cristo los judíos los despreciaban y odiaban a muerte.

Si había algo que recordaba constantemente a los judíos la opresión de que eran objeto por

parte de Roma era el sistema impositivo imperial. Algunos eruditos sostienen que los judíos entregaban a Roma hasta un tercio de sus ingresos en concepto de impuestos.

Entre esos impuestos se encontraban las tasas aduaneras de importación y los peajes. Los judíos consideraban los impuestos como una humillación y como una irritante injusticia.

El procurador o gobernador entregaba en concesión la tarea de recoger esos impuestos al mejor postor (casi siempre un romano), quien debía darle a aquél una suma fija anual. Pero para que la tarea les resultara redituable, estos concesionarios cobraban de más para quedarse con la diferencia. A su vez, éstos contrataban los servicios de otros —mayormente judíos— a fin de que hicieran el trabajo sucio, y peligroso, en lugar de ellos.

Estos recolectores auxiliares iban de casa en casa o se instalaban en cabinas o garitas que actuaban como puestos aduaneros o de peaje junto a los caminos. Allí exprimían a los transeúntes para obtener los jugosos impuestos.

Puesto que únicamente el pu-

blicano principal y sus ayudantes contratados conocían las disposiciones legales relativas a los impuestos, no tenían dificultad en robar a la vulnerable gente y rara vez hacían frente a alguna denuncia por abusos en el ejercicio de sus funciones. El ciudadano judío promedio tampoco sabía cómo formalizar una queja.

Si un cobrador de impuestos era enjuiciado y condenado por confiscar indebidamente algo, debía devolver el doble del valor confiscado. Si había usado la fuerza para llevar a cabo esa confiscación, debía restituir el triple del valor confiscado. Cuando Jesús tocó la vida de un jefe de recaudadores llamado Zaqueo, éste decidió devolver cuatro veces más de lo que había robado (S. Lucas 19: 8). Zaqueo había experimentado una verdadera transformación como resultado de haber aceptado en su vida a Jesús, y ahora estaba recorriendo la milla adicional de la que Cristo había predicado.

Para protegerse de los publicanos, los judíos a menudo mentían al no declarar todos sus bienes sujetos a impuestos. Más aún, quien no obraba de esa manera era considerado como indigno de confianza por sus vecinos. Los recolecto-

Caleb Rosado es Doctor en Teología y el presente artículo es una condensación de uno de los capítulos de su libro *What is God like? [¿Cómo es Dios?]*, publicado por la Review and Herald Publishing Association, EE. UU.

res de impuestos no podían presentarse como testigos ante una corte puesto que eran mentirosos por definición. La familia de un recolector de impuestos era vista por la sociedad de la misma manera.

¿Qué oportunidad tenían entonces los publicanos de hacer restitución de acuerdo con la ley rabínica? ¡Ninguna! Los fariseos enseñaban que para que un recolector de impuestos pudiera convertirse a Dios debía restituir a sus víctimas todo lo que había robado más una quinta parte del valor de cualquier bien que hubiera obtenido fraudulentamente. Puesto que eran tantas las personas a las que habían esquilado, la conversión de los recolectores de impuestos era prácticamente un imposible. Para colmo, algunos maestros religiosos enseñaban que no se debía aceptar nada proveniente de ladrones y usureros que desearan hacer restitución. Así que aun en el caso de que los publicanos quisieran enderezar su senda, no podían. ¿Qué oportunidad tenían entonces de salvarse? Ninguna, hasta que llegó Jesús.

Los pecadores

Los pecadores eran quienes habían violado la ley o tenían ocupaciones pecaminosas o impuras: prostitutas, ladrones, pastores de ovejas, jugadores y otros.

Los iletrados, incultos y gentiles (no judíos) estaban dentro de esta categoría, porque todos ellos eran ignorantes de la ley de Dios. La actitud básica de estas personas de ninguna manera correspondía con lo que Dios esperaba de su pueblo. La educación equivalía en aquellos días al conocimiento de las Escrituras, especialmente la ley (el Pentateuco) y las opiniones tradicionales de los rabinos acerca de ella. En consecuencia, los iletrados, incultos y gentiles eran inevitablemente considerados como desobedientes e inmorales.

Pero, ¿por qué la ignorancia de



La actitud de Jesús para con los pecadores y la respuesta de ellos para el mensaje del Maestro dejaron perplejos y enfurecidos a los fariseos.

una persona la convertía en un pecador? Porque a los ojos de los escribas y fariseos sólo el estudio constante de la Torah (Pentateuco) podía guardar a una persona de pecar. Una persona que no podía leer, o que decidía no hacerlo, no podía evitar pecar. Todo esto tenía que ver con el concepto que los judíos tenían de la santificación. Puesto que poseían la ley de Dios, sólo ellos podían experimentar la santificación. No estamos hablando aquí de la santificación personal, porque un judío nunca podía ser santo sobre una base individual. Era santo, en cambio, porque era miembro de la comunidad judía, a la que Dios había elegido y a la que había entregado su santa ley. En consecuencia, la santidad no era posible fuera del judaísmo. Puesto que los gentiles no pertenecían a la comunidad judía, ni observaban la ley, eran clasificados automáticamente como pecadores. Karl Rengstorf declara lo siguiente: "La palabra 'pecador', destinada en la esfera judía a describir una separación práctica o radical respecto de la ley judía como declaración de la voluntad del único Dios santo, llegó a ser inevitablemente un término técnico para designar a los gentiles. Estos eran pecadores porque

no eran judíos y porque su conducta no estaba de acuerdo con la Torah".

La marca distintiva del judaísmo del primer siglo de la era cristiana era su observancia del séptimo día, sábado, en obediencia al cuarto mandamiento, observancia que llegó a ser una obsesión para ellos. Cualquiera que no guardaba la ley y que no observaba el sábado —de la manera en que los rabinos enseñaban que debía ser guardado— estaba perdido. El cumplimiento de todas las especificaciones y tradiciones tocantes a la ley era el medio por el que los gentiles llegaban a ser israelitas. El mundo estaba dividido en dos grupos: judíos y no judíos.

Cómo reaccionó Jesús ante esta actitud? Encontramos su respuesta en San Mateo 23: 13-15: "¡Ay de ustedes, maestros de la ley y fariseos, hipócritas!, que cierran la puerta del reino de Dios para que otros no entren. Y ni ustedes mismos entran, ni dejan entrar a los que quieren hacerlo. ¡Ay de ustedes, maestros de la ley y fariseos hipócritas!, que recorren tierra y mar para ganar un adepto, y cuando lo han logrado, hacen de él una per-

sona dos veces más merecedora del infierno que ustedes mismos”.

Era correcto e importante que predicaran acerca de la ley y que guardaran el sábado. Pero habían cometido el error de hacer que la ley y el sábado fueran el aspecto central de su mensaje. Sólo Cristo y Cristo crucificado debería haber ocupado ese lugar.

No había escapatoria para los “pecadores” de la época de Jesús. El elaborado proceso del arrepentimiento, de la purificación y de la expiación costaban una considerable suma de dinero. Pero aun en el caso de que las prostitutas y los publicanos estuvieran dispuestos a dar ese dinero, no podían hacerlo pues se trataba de ganancias mal habidas y un buen judío no las habría aceptado. Por otra parte, el arrepentimiento requería la restitución y no había manera de que prostitutas y publicanos pudieran calcular el número total de personas a las que habían perjudicado.

Como en el caso de los incultos e iletrados, debían pasar por un largo proceso de educación y recibir extenuantes series de estudios bíblicos antes de que la comunidad judía los considerara limpios, aceptables y seguros o dignos de confianza. En consecuencia, ser un “pecador” era una especie de destino ineludible. Una persona había sido predestinada para ese estado de inferioridad por la fatalidad o por la voluntad de Dios.

No por nada en San Lucas 4 Jesús se refirió a los cautivos y oprimidos a quienes él había venido a libertar. No hace falta demasiada imaginación para entender el daño psicológico, físico, social y espiritual que semejante actitud producía en la gente común y corriente. Su sufrimiento se transformaba en frustración, culpa, ansiedad, en enfermedades mentales y psicosomáticas, y en rebelión social. Todo ello como resultado de una religión que enfer-

maba en lugar de sanar, que oprimía en lugar de liberar, que condenaba a la perdición en lugar de salvar.

La actitud de Jesús hacia los pecadores

¿Qué chance tenía esta gente? Ninguna a los ojos de los fariseos, pero mucha a los ojos de Jesús. “Jesús les preguntó [a los dirigentes religiosos]: ¿Qué opinan ustedes de esto? Un hombre tenía dos hijos, y le dijo a uno de ellos: ‘Hijo, ve hoy a trabajar a mi viñedo’. El hijo le contestó: ‘¡No quiero ir!’



Pero después cambió de parecer, y fue. Luego el padre se dirigió al otro, y le dijo lo mismo. Este contestó: ‘Sí, señor, yo iré’. Pero no fue. ¿Cuál de los dos hizo lo que el padre quería?

—El primero —contestaron ellos.

Y Jesús les dijo:

—Les aseguro que los que cobran impuestos para Roma, y las prostitutas, entrarán antes que ustedes [literalmente: en lugar de ustedes] en el reino de Dios. Porque Juan el Bautista vino a enseñarles cómo deben vivir, y ustedes no le creyeron; en cambio, los cobradores de impuestos y esas prostitutas sí le creyeron. Pero us-

tedes, aunque vieron todo esto, no cambiaron de actitud para creerle” (Mateo 21: 28-32).

Cuando Jesús y Juan el Bautista aparecieron en el escenario, los recolectores de impuesto, las prostitutas, la gente común del pueblo, los gentiles —pecadores— estaban diciendo *no* al Dios de los fariseos. Despreciaban y rechazaban a *ese* Dios. Pero cuando Jesús comenzó a revelarles cómo era verdaderamente Dios, cambiaron de actitud y dijeron *sí* a este Dios, al de Jesús.

Por otra parte, los fariseos, que deberían haber sido los primeros en responder al Dios de Jesús y de Juan el Bautista, dijeron “no” al Dios que ambos presentaban. No podían aceptar a este Dios que era fuerte pero al mismo tiempo compasivo; que se oponía a la injusticia y que daba al pecado el nombre que le correspondía sin importarle quién estaba sentado en el trono; que era tierno, amable, y que abrazaba a los niños. Ese era el Dios del que el profeta Isaías dijo: “No acabará de romper la caña quebrada ni apagará la mecha que arde débilmente. Verdaderamente traerá la justicia. No descansará ni su ánimo se quebrará, hasta que establezca la justicia en la tierra” (Isaías 42: 3, 4).

No, ellos no podían tolerar esa clase de Dios, así que rechazaron a Juan el Bautista y crucificaron a Jesús.

Uno de los principales cargos que los dirigentes religiosos judíos esgrimieron contra Jesús y por el que quisieron crucificarlo fue el de blasfemia. ¿Era Jesús blasfemo? La respuesta es sí. ¿Era culpable! Desde la perspectiva de los fariseos y de los dirigentes religiosos, él estaba blasfemando contra la manera en que ellos entendían a Dios, porque el Dios de ellos era diferente. La prédica y la práctica de Jesús estaba socavando al Dios

de los fariseos y las estructuras mismas sobre las que se apoyaba el concepto distorsionado que tenían de Dios. Puesto que la sociedad judía de los días de Jesús estaba centrada en el Templo y en el culto a un Dios que aprobaba la explotación, la nación entera y sus estructuras sociales estaban organizadas en armonía con este concepto de un Dios dominador y patriarcal. Jesús, por medio de su prédica y de su práctica, reemplazó a ese Dios construido socialmente y que favorecía a los poderosos, por el Dios compasivo que vino a servir a la humanidad. Los dirigentes religiosos entendieron claramente ese reemplazo y dijeron: "Si le dejamos así, todos creerán en él; y vendrán los romanos, y destruirán nuestro lugar santo y nuestra nación" (S. Juan 11: 48).

Los dirigentes religiosos sabían que la prédica de Jesús y la manera en que él entendía a Dios no dejaban lugar para posiciones privilegiadas de poder en busca de beneficios personales. En su reino no había lugar para eso. Tanto la posición de ellos como su Templo resultarían destruidos si los romanos venían. Caifás, por ende, concluyó: "Es mejor que muera un solo hombre... y no que toda la nación sea destruida" (S. Juan 11: 50).

La actitud de Jesús para con los pecadores y la respuesta de ellos dejaron perplejos y enfurecidos a los fariseos y escribas, que murmuraban entre sí: "Este recibe a los pecadores y come con ellos" (S. Lucas 15: 2). La palabra *recibe* significa "esperar con expectación" e implica recibir a alguien como huésped para agasajarlo. Teniendo en cuenta el exclusivismo de aquellos líderes religiosos, y la actitud de ellos para con la gente común y corriente, ¿quién podía hacer que se sintieran bienvenidos? ¿Quién otro prepararía una fiesta para estos parias de la sociedad? Jesús los "recibió" con tanta frecuencia que sus detractores lo acusaron de "comilón y bebedor" (S. Mateo 11: 19).

No podemos subestimar el im-



A Dios nadie jamás lo vio: el Cristo histórico, cuyos pensamientos y acciones están expresados en los evangelios, lo ha revelado plenamente. Esto significa que el único modo de conocer a Dios es Cristo. No hay imagen, representación intelectual, ideología, discurso teórico o sistema cultural que pueda representarlo. Sólo Cristo revela al Padre..

pacto que esas comidas hicieron sin duda sobre los pobres y los pecadores. Al aceptarlos como sus amigos, Jesús quitó de encima de ellos su vergüenza, su humillación y su sentimiento de culpabilidad. Al mostrales que le importaban, Jesús despertó en ellos el sentimiento de que tenían dignidad y los liberó de la cautividad en que se encontraban.

El contacto físico que sin duda tuvo con ellos mientras se reclinaban para comer, la risa que compartieron, debió hacer que se sintieran limpios y aceptados. Más aún, puesto que Jesús era visto como un hombre de Dios, como un profeta, esos parias habrán interpretado sus gestos de amistad como una evidencia de que Dios mismo los aceptaba. Su pecaminosidad, su ignorancia y su impureza habían sido pasadas por alto. Aquí había Uno que no las esgrimía contra ellos. Por eso "se acercaban a Jesús" (S. Lucas 15: 1).

Por su parte, los fariseos dejaron muy claro ante la multitud el hecho de que a un hombre se lo conoce por la clase de gente con la que se lo ve. "Este recibe a los pecadores". Eso es precisamente lo que Jesús quería comunicar: que se puede conocer a Dios, saber quién y cómo es, al ver quienes

son sus amigos. El es el Dios de los pecadores, de los desesperanzados, de los desvalidos e indefensos, de los asolados, de los perdidos. Este es el Dios que Jesús vino a revelar.

No hubo ira en su respuesta a la acusación que le hicieron los fariseos, sino una amable sensatez: "¿Quién de ustedes, si pierde una oveja no va en busca de ella? ¿O qué mujer que pierde una moneda valiosa no la busca con esmero hasta encontrarla? Ustedes dicen que estos "pecadores" están perdidos. Sin duda que un ser humano es mucho más valioso y demanda una búsqueda mucho más urgente que una oveja o una moneda perdidas, y la recuperación de una persona perdida trae mucho más gozo. Dios me mandó a buscar a los perdidos. ¿Qué clase de Dios estamos representando los cristianos ante el mundo? ¿El de los fariseos o el de Jesús?

La gente necesita hoy desesperadamente al Dios que Jesús reveló, al Dios que salva.

Ese es el único Dios verdadero. Todos los demás son dioses falsos. Y ese Dios fue quien dijo: "No tengas otros dioses aparte de mí" (Exodo 20: 3). □



Según el relato bíblico de la creación (Génesis 1 y 2), Dios "hizo" el Sol durante el cuarto día de la primera semana (1: 14-19), después de haber dado origen al reino vegetal. ¿Cómo pudieron los vegetales subsistir antes de que existiera la luz solar, indispensable para el proceso de la fotosíntesis?

Se han ensayado distintas respuestas para este interrogante, todas desde una perspectiva exclusiva y excluyentemente científica y contemporánea, y acercándose al relato bíblico de la creación como si se tratara de las fórmulas dejadas por un hombre de ciencias en sus anotaciones de laboratorio.

Existe suficiente evidencia de que el libro de Génesis fue escrito por Moisés alrededor del siglo XV aC.

Cuando se pasa revista a las concepciones cosmogónicas de los diversos pueblos y culturas de entonces, se percibe claramente una de las intencionalidades —tal vez la principal— del relato mosaico acerca de las primeras cosas: *desmitificar* la historia de los orígenes.

Los pueblos y culturas de entonces (sumeros, acadios, babilonios, egipcios, etc.) consideraban al mundo y todo lo creado como el resultado de un largo y agónico proceso de diferenciación y consolidación (emanación) a partir de una esencia o materia impersonal y eterna que

todo lo permeaba (panteísmo). En un primer estadio del desarrollo de esas ideas, una vasta sociedad de dioses había vitalizado todo lo que existe (animismo) tras una serie de arduas labores y luchas intestinas, después de lo cual crearon a los seres humanos para liberarse de la carga del trabajo y depositarla sobre la flamante raza de esclavos.

Entre los egipcios, el dios sol presidía el panteón y era el eterno originador de cuanto existía. Moisés estaba familiarizado con esas ideas.

El relato mosaico de los orígenes contraría cada uno de esos elementos: la creación es el resultado inmediato de la actividad de un Dios único y personal que existe antes de la materia y que la trae a la existencia para hacer realidad el mundo material. Se trata de un Dios que se deleita en crear, que no se cansa y que decide hacer al hombre no para sufrir sino para participar del gozo de su Creador.

En Génesis 1: 14-19 se está dejando en claro que el sol es criatura y no creador, que es materia y no precisamente eterna.

Lo dicho no significa que el relato mismo sea ahistórico o históricamente indigno de confianza. Significa en cambio que la *información* no es su única intención, que existe un propósito *formador* y teológico de fondo, y que ese relato debe ser entendido desde su propia perspectiva original y no desde la nuestra.

Dios no estaba preocupado por hacer que los hombres supieran al detalle cómo fue creado todo ni era su intención hacer de la Biblia un manual de astrofísica. El hombre mismo no estaba —ni está aún— en condiciones de entender todos los procesos implícitos en la aparición de cuanto existe. Dios habló a Moisés en términos que remitian a la experiencia de éste y a su contexto, y que le permitieran transmitir de manera inteligible lo que se le reveló.

Como dice magistralmente un autor: "Nos encontramos ante un doble peligro: (1) El de creer que el antiguo vehículo (idioma, expresiones, imágenes y autores bíblicos) posee el valor de lo transportado (el mensaje en sí, las ideas, los principios) y pretender ingerir el vaso junto con el agua; y (2) El peligro de juzgar, extraer y seleccionar sobre la base de la ciencia actual los vehículos del mensaje inspirado, que permanece inalterable porque proviene de Dios... el riesgo de escoger ciertos vasos, aquellos que todavía nos parezcan válidos en la actualidad, el riesgo de perder mucha agua, de prescindir de mucha riqueza" (Jean Flori, *Los orígenes: una desmitificación*, Editorial Safeliz, España, p. 58).

En el próximo número consideraremos otras áreas que intervienen en la dilucidación del interrogante planteado por usted.

La cocina judía, como la tradición de este pueblo, es un proceso dinámico, en pleno desarrollo, pues refleja tanto los hábitos y gustos formados en siglos de vida europea y oriental como la transformación operada en el transplante al suelo americano.

Sin embargo, en nuestra *Propuesta natural* debemos recurrir a la primitiva comida judía, la que se preparaba en Palestina antes y después del exilio babilónico. Era una dieta a base de cereales, plantaban la vid, recogían dátiles y almendras, tostaban las legumbres, ingerían el aceite de oliva, los condimentos naturales, el ajo y la cebolla, además de muchas frutas y de productos lácteos como fuente de calcio. La carne era consumida muy esporádicamente.

Rosh Hashana: La celebración del año nuevo hebreo. Se festeja 10 días después del Yom-Kipur o Día del perdón. Ambos son aconteci-

mientos religiosos, no relacionados con los hechos de la naturaleza como otras fiestas. Por eso, las comidas que se ingieren en esas oportunidades son totalmente simbólicas.

El *jalá* (el pan) se hace redondo, como el año. Un recipiente con miel representa la dulzura que se anhela para el año nuevo: La familia sumerge rebanadas de pan y rodajas de manzana en la miel después de la oración (*kidush*). El pescado representa la fertilidad, y una fruta nueva, que aún no se haya comido, es el despertar al nuevo período que comienza.

Se prepara una mesa alegre: No hay lugar para alimentos agrios o amargos.

A continuación presentamos una selección de platos tradicionales para esta fiesta, combinando las culturas ashkenajé (europea) y sefaradí (oriental).

FARFALEJ O FARFEL

Ingredientes:

1/2 kg de harina
1 cucharada de sal

2 ó 3 huevos
Agua tibia

Preparación:

Distribuya la harina en forma de corona sobre la mesada, y en el centro coloque los huevos y la sal; luego una todo, añadiendo agua tibia en cantidad necesaria para tener una masa firme. Trabájela bien y forme 2 ó 3 bollos. Tápelos y déjelos reposar varias horas. Ralle los bollos con un rallador grueso, coloque los grumos obtenidos sobre una chapa y dórelos en horno con calor moderado durante 10 minutos.

Hiérvalos en agua salada durante 20 minutos, cuélelos y sívalos como acompañamiento de cualquier plato caliente. También los puede servir con caldo, en cuyo caso hiérvalos directamente en él.

JALA (pan)

Ingredientes:

15 g de levadura fresca
1/2 taza de leche tibia
25 g de manteca

1 cucharadita de sal
2 huevos
250 g de harina

1 cucharada de azúcar

1 cucharada de semillas de sésamo o amapolas

Preparación:

En una fuente honda, disuelva la levadura en leche tibia. Incorpore 1 huevo y luego la manteca derretida y tibia, el azúcar y la sal. Finalmente agrégue la harina, batiendo mucho hasta que la masa se desprenda de las paredes del recipiente. Tápela con un repasador y déjela en un lugar templado durante 1 hora. Divida la masa en dos partes, forme con cada bollo una tira larga y enróllela como una espiral. También se puede hacer una sola espiral, enrollando una tira a continuación de la otra. Pinte la masa con el otro huevo, suavemente para no bajarla; espolvoréela con las semillas y cóquela en horno precalentado de 30 a 35 minutos.

MANDELEJ

Ingredientes:

3 huevos

2 cucharadas de aceite

1 1/2 taza de harina leudante

Sal a gusto

Preparación:

Bata las yemas con el aceite, agregue las claras batidas a nieve e incorpore de a poco la harina. Forme bastoncitos como para ñoquis, corte en trozos y fría en abundante aceite de maíz o ponga a cocinar en el horno.

Servir con cualquier tipo de caldo.

LEICAJ NEGRO (TORTA DE MIEL)

Ingredientes:

2 huevos

1 taza de azúcar

1/2 vaso de café de malta tibio

3 clavos de olor

1/2 vaso de aceite

1 vaso de miel

1/2 kg de harina

2 cucharaditas de polvo de hornear

1/2 cucharadita de bicarbonato

Jugo y ralladura de medio limón

Nueces picadas a gusto.

Preparación:

Prepare el café de malta con 3 clavos de olor en el agua (que quedan en el colador). Mezcle los huevos con el azúcar, la miel, el café, el aceite, el jugo y la ralladura de limón. Tamice la harina con el polvo de hornear y el bicarbonato, y agréguela a la mezcla. Incorpore las nueces pasadas por harina. Vierta la masa en asadera aceitada y enharinada; póngala en horno a fuego fuerte durante 5 minutos y luego baje el fuego de a poco, hasta que quede suave. Cocine la torta durante 50 minutos, cuidando que no se queme.



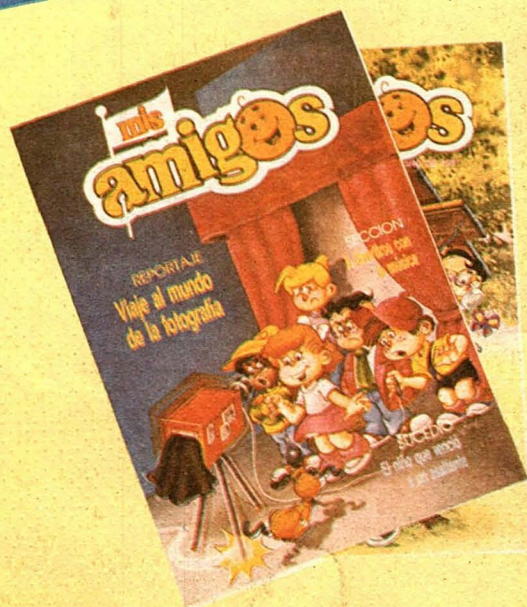
¡Suscríbese ya!

papá
no te olvides
de comprar
mis Amigos
MAN

¡SU HIJO LA MERECE!

Los pequeños suscriptores de **Mis Amigos** no tienen problemas con sus tareas escolares. En general, sacan buenas notas porque aprenden de un modo interesante y divertido.

Ciencias, matemáticas, geografía, trabajos prácticos, historia sagrada, relatos, entretenimientos, noticias de actualidad hacen de **Mis Amigos** una revista imprescindible para niños en edad escolar.



pidan información a la agencia del Servicio Educativo Hogar y Salud más cercana a su domicilio
(vea las direcciones en la página 7).