

*Ya somos
más de dos*



*Ya somos
más de Dos*

.....

G. Hunger



Copyright © 2006 Asociación General,
Sociedad Misionera Internacional
de los Adventistas del Séptimo Día,
Movimiento de Reforma
P.O. Box 39487
Downey, CA 90239-0487
EE.UU.

Copyright © 2006 IMS Publishing Association
12631 East Imperial Highway, Bldg. B, Suite 200-202
Santa Fe Springs, CA 90670
EE.UU.
Teléfono (+1) 562-863 7188 / Fax (+1) 562-863 7559
e-Mail: imssdarmgc@yahoo.com
Internet: www.imssdarm.org

Todos los derechos reservados. No se permite reproducir, almacenar en sistemas de recuperación de la información ni transmitir alguna parte o la totalidad de esta publicación, cualquiera que sea el medio empleado -electrónico, mecánico, fotocopia, grabación, etc.-, sin el permiso previo de los titulares de los derechos de la propiedad intelectual.

Impreso en California, EE.UU.
Impreso por IMS Publishing Association
2877 E. Florence Avenue
Huntington Park, CA 90255-5751
EE.UU.

Índice



I	Relaciones sociales.....	7
II	Cómo disfrutar de un matrimonio feliz	53
III	Estilo de vida para padres e hijos	83
IV	Cómo triunfar en la educación de los hijos.....	105
V	Como ser un joven triunfador	145
VI	Cómo solucionar problemas financieros	175
VII	Siete claves para una vida sana.....	193
VIII	La verdadera belleza.....	215
IX	El secreto de la victoria	227





Relaciones Sociales



INTRODUCCIÓN

El ser humano es una unidad tripartita compuesta por cuerpo, alma y espíritu y para que pueda desarrollarse y cumplir su cometido sobre la tierra, debe haber una perfecta armonía entre estas partes. Pero, además de ser un ser físico, intelectual y espiritual, es también un ser social y como tal desempeña sus funciones en diversos ámbitos en constante interacción

con otros seres como él con los que se relaciona siguiendo ciertas pautas de conducta.

Por medio de los sentidos, que pertenecen al cuerpo, el hombre tiene conciencia del mundo que lo rodea, el alma, su capacidad de pensar y elegir, lo hace consciente de sí mismo y el espíritu, la parte más elevada y sublime, lo hace consciente de la existencia de Dios y le brinda la capacidad de vivir en comunión con Él.

Básicamente se distinguen cuatro aspectos del desarrollo humano:

- El desarrollo físico que incluye los cambios que se producen en el cuerpo, en las capacidades sensoriales y las habilidades motrices
- El desarrollo intelectual que abarca la memoria, la capacidad de aprendizaje, el razonamiento, el pensamiento y el lenguaje.
- El desarrollo social que tiene que ver con la formación de su perso-

nalidad, su relación con los demás y la expresión de sus pensamientos y emociones

- El desarrollo espiritual, que se refiere al hombre interior y su relación personal con su Creador.

NO SOLO POSEEMOS UN CUERPO FÍSICO

Como “corona de la creación” el hombre se distingue de los animales en que no posee solamente un cuerpo físico, si bien éste es de primordial importancia ya que su fin es que se convierta en templo de Dios.

Todo ser humano tiene la sagrada responsabilidad de cuidar de su cuerpo y mantenerlo en buen estado de salud. El cuerpo físico sufre las consecuencias de la caída del hombre en el pecado y por lo tanto se deteriora, envejece y muere.

Este cuerpo físico, para mantenerse en vida, debe ser alimentado

con elementos nutritivos tomados de la naturaleza, absorbidos por la sangre, llevados a las células y los órganos llegado así a determinar el estado de salud física, emocional y concien- cial del hombre. Debido a que entre la mente y el cuerpo hay una relación misteriosa y maravillosa, descuidar el cuerpo significa descuidar la mente.

El cuidado del cuerpo supone una efectiva atención de tres aspectos:

- 1. La ingesta de alimentos sanos y nutritivos**
- 2. El descanso**
- 3. El ejercicio regular que fortalece y da flexibilidad a músculos y tejidos**

Cualquier cosa que disminuya la fuerza física, debilita la mente y la hace menos capaz de discernir entre el bien y el mal. Para alcanzar un alto nivel moral o intelectual, debemos obedecer a las leyes que rigen nuestro físico.

Si se descuida el ejercicio físico, se cansa demasiado la mente o el cuerpo, se acaba desequilibrando el sistema nervioso. Los malos hábitos físicos afectan el cerebro, e impiden que se alcance una disciplina mental.

A menos que las tendencias de la naturaleza física estén dominadas por un poder superior, conducirán seguramente al completo deterioro y muerte. El cuerpo debe ser puesto en sujeción a las facultades superiores del ser. Las pasiones deben ser controladas por la voluntad y ésta debe ser controlada por Dios.

LA PARTE MENTAL E INTELECTUAL

El cerebro es la ciudadela del ser. Es sabido que el ser humano utiliza solamente un 10% de éste. El control de los pensamientos y de los sentimientos y emociones que se originan de éstos determina que llevemos una vida equilibrada o no. Nuestro desarrollo mental está por lo general aso-

ciado a la disciplina de la educación formal y una vez que se abandonan los estudios, muchos permiten que su mente se atrofie por falta de ejercicio, de investigación o análisis. Tenemos el deber, con nosotros mismos, con la sociedad y con Dios de cultivar nuestra mente, pero ésto nunca a expensas de lo moral y espiritual.

La mente corresponde al alma, al yo, a la voluntad, al pensamiento y debe ser el timón que controla los sentidos. La vida del alma es la vida natural del hombre, es decir, el ser humano se deja guiar por su capacidad mental e intelectual a menos que tenga conocimiento empírico de Dios y se someta a la dirección de su Espíritu.

LA DIMENSIÓN ESPIRITUAL

El área más íntima e importante del ser humano es la dimensión espiritual. Allí se encuentra el centro del sistema de valores, la conciencia, la

intuición. Los cristianos son llamados a vivir en el espíritu, es decir, a no permitir que sus propios pensamientos y sentimientos controlen su ser y lo hagan esclavo de sus debilidades y pasiones.

Para andar en el espíritu es necesario el silencio total de la emoción. La persona espiritual se caracteriza por la calma bajo todas las circunstancias y la espiritualidad se mide por el uso que se hace de la fuerza de voluntad.

Si una persona se forma una idea de las virtudes positivas que desea adquirir y procura tenerlas presente en todo momento y actuar de acuerdo a ellas, contra sus propios sentimientos o pensamientos, alcanzará la victoria. El crecimiento espiritual requiere la muerte del yo y el sufrimiento de la carne pero conduce a la verdadera libertad.

EL LADO SOCIAL

Una de las necesidades básicas del ser humano es sentirse protegido, amado, acompañado y las relaciones sociales cumplen esa función. Cuando Dios creó al hombre pronunció una frase que ha tenido vigencia a lo largo de todas las épocas y para todas las generaciones y son válidas aún hoy: “No es bueno que el hombre esté solo.” (Gen. 2:18) El hombre es un ser gregario que busca la comunión empática y la cooperación creativa.

Las relaciones sociales contribuyen a dar sentido a la vida de las personas. La red social, que consiste en el conjunto de familiares, amigos, conocidos, compañeros de estudios y colegas constituyen relaciones significativas en la vida de una persona pues le dan una entidad que la diferencian de la masa anónima de la sociedad. Cuando se cuenta con un sistema de apoyo social, la propensión a las enfermedades es muy baja y la recuperación de cualquier enfermedad

es más rápida que la de una persona que vive aislada socialmente.

Las dimensiones social y emocional están ligadas entre sí ya que nuestra vida emocional se desarrolla a partir de nuestra relación con los demás. Como el ser humano es fluctuante y sus emociones cambian, a menudo, varias veces durante el curso de un día, no es posible llegar a una relación perfectamente armoniosa y a un equilibrio emocional a través de las relaciones sociales. La seguridad y la paz mental la podemos obtener solamente si vivimos en armonía con los principios y valores eternos.

RELACIONES UNIPERSONALES RESPECTO Y VALORES

Una persona forma parte, al mismo tiempo, de muchos sistemas de relaciones: consigo misma, con su familia, con sus amigos, con su cónyuge, con sus vecinos, con sus colegas, con los miembros de su iglesia, con

la comunidad en general. Cada relación implica lazos afectivos que dan un sentido de pertenencia, de estabilidad, de compromiso como individuo y como ser social.

Nuestra convivencia y adaptación a la sociedad se logra por medio del proceso de socialización y este no se puede dar si no hay respeto de un individuo por el otro y una escala de valores que rijan sus acciones.

Toda relación, para que sea pacífica y armoniosa tiene ciertos requisitos que resumiremos a continuación:

- **Expresión de aprecio**

No podemos relacionarnos con alguien a quien despreciamos. Se debe tener una cierta estima por la otra persona, confiar en ella, valorarla.

- **Empatía**

Debemos ser capaces de ponernos en el lugar del otro para comprenderlo mejor. Esto requiere una total negación del yo que da la capa-

cidad de escuchar sin prejuicios y mostrar misericordia.

- **Interés**

Esto se manifiesta haciendo preguntas, llamando por teléfono, escribiendo cartas, acercándose para iniciar el diálogo

- **Manifestación de generosidad**

Desprenderse de algo, permitir al otro que tome el lugar mejor, la mejor porción, elija en lugar de nosotros

- **Respeto**

Se define como la distancia emocional prudente entre dos personas que se admiran

DE MADRES A HIJOS Y DE PADRES A HIJOS

Mucho hemos hablado en capítulos anteriores sobre la relación entre padres e hijos, pero es un tema de suma importancia e inagotable.

Comúnmente se dice “madre hay una sola” pues se considera que el amor de una madre por sus hijos es incondicional y equitativo, sin embargo las madres son seres humanos y tienen más afinidad con unas personas que con otras.

Cada hijo es distinto, reacciona de manera diferente, tiene sus propios intereses y hay que tratarlo de forma diferente sin mostrar predilección por ninguno de los hijos. Para lograr esto muchas veces la madre tiene que estar en guardia.

Para que los hijos lleguen a ser jóvenes equilibrados y serenos, los padres deben dialogar con ellos, ayudarles a que tengan las experiencias que pueden enriquecer su vida: la amistad, el amor, el respeto, el ahorro, etc.

Los hijos necesitan no sólo ser amados, sino percibir las manifestaciones de ese amor pues de él depende su seguridad y sentido de auto-estima. Se debe hablar con ellos, compartir actividades, salir todos juntos

pero también fomentar el diálogo ya sea sólo con la madre o sólo con el padre.

Cuando el hijo se acerca a la adolescencia comienza un período difícil para los padres, pero deben estar preparados para romper las barreras, escuchar y hablar sin prejuicios.

En la relación parterno-filial es importante que el padre acostumbre a jugar con su hijo desde la niñez pues se ha comprobado que la empatía paterna y su participación en la vida de su hijo desde pequeño da frutos toda la vida y en los turbulentos años de la adolescencia.

Tanto el padre como la madre son figuras centrales en la familia y lo que cada uno de ellos hagan por sí solos o como pareja determinará profundamente la formación de la personalidad de los hijos. Los padres se completan y los hijos esperan del uno y del otro diferentes actitudes.

En una encuesta hecha con miles de niños de distintas nacionalidades

entre las edades de 6 a 12 años, los resultados que se obtuvieron fueron asombrosos debido a la similitud de las respuestas. Lo que declararon que esperaban de sus padres era:

- Que no se peleen
- Que traten a todos los hijos con el mismo afecto
- Que no los critiquen y que los encomien
- Que no los regañen delante de otra persona
- Que reciban a sus amigos
- Que sean amigables pero que no pierdan la libertad.
- Que les contesten a todas las preguntas
- Que no les mientan
- Que les enseñen a trabajar.

Es muy importante que los padres sean consistente en lo que dicen y hacen. Hay hijos que esperan tener padres perfectos pero deben aprender a perdonar, especialmente los adolescentes.

Los jóvenes a esa edad son muy susceptibles; se ofenden fácilmente, se sienten humillados y heridos y por ello hay que tratarlos con mucho cuidado. En esa edad los amigos cobran gran importancia y los prefieren a los padres. La influencia de los amigos eclipsa todas las otras y así es que el lenguaje, la vestimenta, la música, los modales siguen un modelo que muchas veces no es el más deseado y requiere gran sabiduría de parte de los padres para no alejarlos más.

DE ABUELO A NIETOS

Los abuelos desempeñan un rol fundamental en el desarrollo afectivo del niño. Son los que transmiten al niño el bagaje cultural de la familia,

les hablan de sus raíces, de la niñez de sus padres y todo esto contribuye a que el niño desarrolle seguridad en sí mismo al tener un sentido de identidad. Los relatos del abuelo acerca de sus tiempos lo hace consciente del mundo social en el que vive.

Muchas veces los abuelos cuidan a los niños mientras los padres trabajan lo que no significa que se encargan de su educación. Ésta será siempre la responsabilidad de los padres pero se debe tomar la precaución de unificar los criterios para no darles mensajes contradictorios.

Se debe enseñar a los niños desde pequeños a querer y respetar a los abuelos y no abusar de ellos ya que su aporte a la familia es invaluable. Se ha constatado que los niños que han crecido en contacto con sus abuelos presentan un grado superior de madurez emocional, de sociabilidad y de facilidad para aprender.

DE ANCIANOS A NIÑOS Y JÓVENES

Los niños deben aprender a ver en forma positiva el proceso de envejecimiento. La mayoría de los adultos jóvenes mantiene el contacto con sus padre ancianos y disfrutan de él. La mejor manera de hacer que un anciano se integre y se adapte a la comunión con gente menor, es olvidarse de su edad.

Es importante que en todo momento se considere al anciano una persona digna de respeto a pesar de las limitaciones físicas que puede presentar o los trastornos psicológicos.

ENTRE ESPOSOS

La admiración y atracción mutua son requisitos fundamentales para el casamiento, pero la rutina de la vida en común puede abrir los ojos a rasgos de carácter empañan la imagen original. Es muy importante que haya otros valores que sostiene los pilares el hogar.

De acuerdo a la forma en que se relacionan los cónyuges se puede hablar de distintos tipos de vínculos matrimoniales:

- **Apabullante**
en el que una persona domina a la otra y no le permite intervenir o expresar su opinión
- **Crítica**
Uno de los cónyuges es rápido para detectar las fallas del otro y por lo general las menciona con sarcasmo y en público
- **Destructiva**
Es una versión exagerada de la anterior. No sólo critica en público, sino que ridiculiza y trata de destruir la imagen de la otra persona, incluso a espaldas de ésta.
- **Fingida**
se trata de una relación casi teatral en que ambos fingen una relación que no existe

- **Simbólica**

La pareja se aburre uno con el otro, no tienen tema de conversación y tan sólo se toleran

- **Positiva**

Mutuamente valoran sus cualidades, se apoyan y ayudan uno a otro y disfrutan de la compañía del otro con quien pueden charlar, trabajar y compartir todo. Es una relación carente de egoísmo.

Consejos para desarrollar una relación positiva:

1. Buscar momentos en los que se está juntos para compartir algo agradable
2. Buscar la felicidad del otro
3. Valorar las cualidades sin ignorar los defectos
4. Compartir las alegrías y los sinsabores de la vida

5. Tener un trato amable, natural y bondadoso
6. Aceptar al otro con sus limitaciones y cualidades
7. Respetar la personalidad del otro, sus gustos y opiniones
8. Dar y darse. Si se recibe sin dar se acaba dependiendo del otro.. Si se da sin recibir, se termina dominando al otro.

En la sociedad moderna, la división de papeles entre el hombre y la mujer no está tan clara. La mujer trabaja y provee al hogar pero su tarea de ama de casa y de educadora de sus hijos no la ha delegado y así tenemos a una “super mujer” que vive irritada, agotada o deprimida.

La vida matrimonial es un continuo esfuerzo para crecer en todos los aspectos; exige respeto mutuo, adaptación de caracteres y muchos sacrificios.

ENTRE AMIGOS

En una época en que el individualismo y la competitividad predominan en casi todos los ámbitos es difícil hablar de amistad y encontrar buenos amigos.

Los buenos amigos son bendiciones celestiales y se consiguen si uno está dispuesto a ser amigo primero. La suspicacia, el egoísmo, el espíritu de superioridad, el interés personal, la avaricia y muchos otros males cierran la puerta a la amistad.

La amistad es la mejor terapia contra la soledad y la depresión pues es una relación que tiene su origen en la necesidad vital del ser humano de compartir intereses y frustraciones, secretos y deseos; es una especie de espejos en el que nos podemos mirar tal cual somos, sin máscara y sin maquillaje.

Existen relaciones amistosas que aparecen ya en la más tierna infancia y que pueden ser nocivas, como

el caso del amigo único. Estas amistades exclusivas son las preferidas de los niños inseguros que encuentran en ellas refugio.

RELACIONES GRUPALES -EN EL ÁREA DEL TRABAJO

Los compañeros de trabajo son las personas con las que se pasa la mayor parte del día, más que con otros miembros de familia y que con los amigos. Las relaciones laborales dependen del tipo de trabajo que se realice. Algunas son estables y otras esporádicas. Mientras más tiempo se comparte, más difícil se hace diferenciar si se trata de simple compañerismo o de amistad aunque la segunda implica una relación más íntima y confidente.

Es importante mantener un cierto equilibrio en las relaciones de trabajo en las que primen el respeto y la cordialidad y se evite el abuso y la indiscreción. Es necesario establecer

una relación de confianza mutua con los compañeros y con el jefe para poder asumir responsabilidades y contribuir si es necesario con alguna opinión sensata.

Es necesario sin embargo, mantenerse al margen de los comentarios negativos sobre terceros, evitar los malentendidos, las manifestaciones de descontento contra la empresa, etc.

ACOSO SEXUAL

Se debe ser muy precavido en las relaciones con miembros del sexo opuesto en el ámbito laboral. Por regla general, la amistad entre un hombre y una mujer no es bien vista y se debe evitar todo gesto de familiaridad que puede llevar a una mala interpretación o a un mal paso.

Además de las sospechas infundadas y los peligros latentes en lugares donde trabajan personas de ambos sexos concentrado en los mismos

intereses y persiguiendo los mismos resultados, se da en muchas empresas lo que se llama acoso sexual que consiste por lo general en proporcionar un beneficio laboral a cambio de sexo. Víctimas del acoso sexual no son sólo las mujeres, sino también los hombres ya que vivimos en una sociedad en que tanto un hombre como una mujer puede ocupar cargos ejecutivos.

EN EL CÍRCULO FAMILIAR

Es en el seno familiar donde se aprende los valores que regirán nuestra vida; es allí donde el hombre se hace pleno y asume su importancia como ser humano. Allí se favorece el desarrollo de virtudes morales, actitudes, hábitos, habilidades, costumbres, creencias, tradiciones que acompañarán al hombre por toda su vida.

Es de suma importancia fomentar dentro del ámbito familiar hábitos de vida saludables que permitan una in-

teracción y una intimidad sanas. Es importante que se atienda a desarrollar todos los aspectos de la vida humana: el cuerpo, el alma, y el espíritu por medio de la interacción social. En la familia se aprende a usar el tiempo, el dinero, a expresar sentimientos, a apreciar lo bello, a preparar y compartir los alimentos y a compartir las experiencias del día, los éxitos y fracasos, las anécdotas, las enseñanzas, etc. Es en la familia donde se siembra la semilla de la fe y se enseña a los niños a amar a Dios y a hablar con El por medio de la oración.

El hogar es la primera escuela y los padre los primeros maestros. La familia es la célula de la sociedad y según el respeto que se dé dentro de la familia será el respeto que se manifestará hacia los demás y hacia la sociedad. La estructura familiar refleja cambios culturales y sociales que son responsables de conflictos y crisis en su seno, como es el caso de la mujer en su doble papel de profesional y madre.

LAS DIFERENTES PERSONALIDADES O TEMPERAMENTOS

El temperamento es la combinación de rasgos que hemos heredado de nuestros padres y que conjuntamente con la educación y la motivación influye en nuestro comportamiento. El temperamento es lo que determina que una persona sea extrovertida o introvertida, abierta o tímida.

Hipócrates, el padre de la medicina, fue quien concibió la teoría de los temperamentos a los que dividió en cuatro grandes grupos: sanguíneo, colérico, melancólico y flemático. Nadie pertenece completamente a una de estas categorías, sino que en una misma persona se da una combinación de al menos dos de ellos, uno predominante y el otro secundario.

EL TEMPERAMENTO SANGUINEO

Las personas de este grupo son cálidas, vivaces, alegres y sentimentales.

les. Fácilmente forjan amistades, les gusta la gente y detestan la soledad. Son personas impulsivas que muchas veces hablan sin pensar y parecen ser más seguras de lo que realmente se sienten. Son sociables, hospitalarios, tienen gran poder de convencimiento y un encanto natural que ejerce una influencia espontánea sobre los demás. Cualquier actividad que desarrollen, necesitan estar en contacto con gente, si no se marchitan.

Sus aspectos negativos son la falta de voluntad, la indisciplina, la tendencia a comer en exceso, la inestabilidad emocional, la falta de planificación. Puede enfadarse repentinamente pero no guarda rencor. Detrás de una personalidad extrovertida se siente inseguro con respecto a su persona, a la desaprobación de los demás, al fracaso. Todos los seres humanos necesitan la aprobación y el reconocimiento de los demás, pero en el caso del sanguíneo es doblemente necesario.

EL TEMPERAMENTO COLÉRICO

Es una persona ardiente, ágil, activa, práctica, de gran fuerza de voluntad, y se cree independiente y autosuficiente. Fácilmente toma decisiones y su vida es una continua actividad. Es perseverante y cuando se fija un objetivo lo logra. Es por naturaleza un líder. Tiene una mente aguda pero no le gusta entrar en detalles. Tiende a ser dominante y autoritario. Es un realizador más que un perfeccionista y no le interesa cambiar. Es iracundo y rencoroso. Rara vez es neutral y por lo general es terco. No teme la opinión de los demás y a menudo toma la justicia en sus manos.

EL TEMPERAMENTO FLEMÁTICO

El flemático es una persona tranquila que nunca se enoja. Es más bien un espectador que evita al máximo el compromiso. Es pacifista por naturaleza y no parece agitarse bajo ninguna circunstancia. Sin embargo, es capaz

de emocionarse más de lo que podamos darnos cuenta. Es muy hábil en toda labor rutinaria que se deba hacer meticulosamente con paciencia y persistencia.

Su temperamento impasible le permite trabajar en situaciones estresantes. Aunque es tímido, es sociable y tiene un sentido del humor natural. Tiene una actitud positiva con respecto a la vida. Su debilidad más notoria es la tendencia a la inercia, falta de ambición e iniciativa. Es cauteloso, indeciso, y temeroso, razón por la cual no se atreve a usar su potencial. Es un gran diplomático, que cuando se le pide algo, puede asentir con una sonrisa e ignorarlo por completo después. Es extremadamente testarudo. Por lo general, es muy gastador, pero puede llegar a ser tacaño a menos que se trate de comprar ropas para sí mismo. Cubre su sensibilidad con una capa de aparente indiferencia que le sirve de protección contra las heridas.

EL TEMPERAMENTO MELANCÓLICO

El tipo melancólico es analítico, talentoso, perfeccionista, tiene espíritu de abnegación y es extremadamente sensible. Generalmente, es introvertido, y aunque puede llegar a ser un muy buen amigo, no hace amistades fácilmente. Le gusta la gente, y tiene gran necesidad de amor, pero no da un paso para entablar una conversación o establecer una relación, sino que espera que los demás se le acerquen. A veces, puede manifestar un estado de ánimo extrovertido y se siente entusiasmado, sin embargo, muy pronto se siente otra vez triste y deprimido.

Es extremadamente creativo e imaginativo. Se siente atraído por las actividades humanísticas y toda profesión que tiene que ver con el servicio humanitario. Rápidamente detecta las debilidades de los demás y muy rara vez encuentra el compañero/a ideal que se imagina. Es egocéntrico, susceptible y quisquilloso. Tiene la

tendencia a sentirse perseguido. Se ofende fácilmente y guarda rencor por un tiempo. Puede ser rígido, legalista, implacable e intransigente, pero es también altruista y tiene ideales muy elevados.

RELACIONES ESPIRITUALES

Los seres humanos nos podemos relacionar de distinta manera, corporal, mental o espiritualmente. Las dos primeras formas son carnales, pues tienen que ver con nuestros sentidos y nuestro raciocinio, ambos productos de la carne, mientras que las relaciones espirituales tienen que ver con Dios, y nuestra relación (espiritual) con los demás seres humanos es un reflejo de nuestra relación con Dios. De ahí que es tan importante que estudiemos también este aspecto de nuestra vida que tiene tanto que ver con nuestra realización personal y nuestro rol en la familia y la sociedad.

DIOS Y EL HOMBRE

Dios y el hombre, Dios hecho hombre, Dios entre los hombres, aquí sólo cabe estudiar y meditar sobre el plan de redención; “porque de tal manera amó Dios al mundo, que ha dado su Hijo unigénito, para que todo aquel que en Él cree, no se pierda, mas tenga vida eterna.” (Juan 3:16) Este es el evangelio en breve, por lo tanto no es de extrañarse que éste sea el versículo más popular entre los cristianos. Aquí está resumida cuál es la relación de Dios con el mundo, con el hombre.

“Dios es amor”, nos dicen las Escrituras más adelante. ¿Qué puede hacer el amor? Amar, solo y exclusivamente eso y todo lo demás que hace: crear, comprender, compadecer, perdonar, instruir, aconsejar y hasta castigar son todas acciones derivadas del amor. El amor es dinámico, actúa, es un poder que todo lo mueve, que todo lo puede.

Dios amó al mundo, no el mundo. El hombre, al separarse de Dios, dejó el amor al Creador por el amor a las cosas creadas, y el Señor nos advierte que el amor al mundo, a lo mundano, es enemistad contra Dios.

Pero, Dios no amó el mundo, si bien éste fue creado por Él, no amó la materia, las cosas inanimadas, sino que amó “al mundo”, a la gente, a sus criaturas, a ese ser compuesto de cuerpo, alma y espíritu que había creado a imagen y semejanza suya, a ti, querido lector, y a mí.

Su amor es sin prejuicios, sin límites, sin condiciones; amó a todo el mundo sin excepción: amó al ciego, al mudo, al cojo, al paralítico, al leproso, al ladrón, al criminal, a la prostituta, al pordiosero y al magnate, al ignorante y al letrado, al bueno y al malo.

Dios no amó al hombre por lo que era, por lo que se había transformado bajo la influencia maléfica del ángel caído, sino a pesar de ello. Dios ve aún en cada ser humano la potencialidad

con que Él, su Creador, lo ha creado, para ser bueno, justo, para tener la capacidad de amar a su Creador con todo su ser y al prójimo como a sí mismo y de este modo ser feliz.

Y Dios nos ama hoy tal cual somos, hagamos lo que hagamos porque Dios es amor, y “Jesucristo es el mismo ayer, hoy y por los siglos.” Hebreos 13:8. Dios vive con la esperanza que sus hijos vuelvan a Él y sean restaurados a su imagen, que crean en su poder, en el poder del amor para transformarlos.

¿Qué hizo el Amor? Dio, en sacrificio. El amor no sólo da, sino que se da a sí mismo, no retiene nada para sí, se entrega. Dios dio a su Hijo amado. Dios se dio a sí mismo en el sacrificio de su Hijo unigénito. ¿Qué otra cosa hace el amor? Sacrifica. El Amor no da lo que le sobra, no da una de las muchas cosas que tiene, no da lo de menor valor o importancia, sino que da lo más precioso, lo más valioso, lo único y todo lo que tiene.

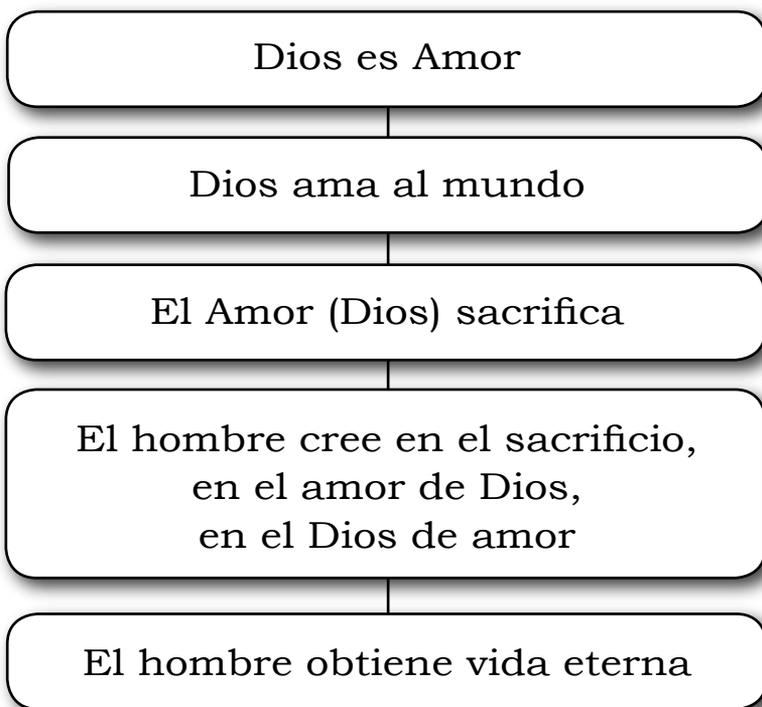
Resumiendo, Dios, por amor al mundo, dio a su Hijo unigénito en sacrificio, “para que todo aquel que en El cree, no se pierda, mas tenga vida eterna.”

Aquí se nos presenta la parte que corresponde al hombre. Una vez que Dios ha hecho todo de su parte, ¿Qué debe hacer el hombre? Creer. ¿En qué? En el amor de Dios y en su sacrificio de amor.

¿Sólo eso? Sí, sólo eso. El resultado de su fe, que no será una fe muerta, sino viva, dinámica, dispuesta al sacrificio, es la vida eterna!

¿Qué mas pudo haber hecho Dios para salvar al hombre y demostrarle su amor? Y esto, mientras somos aún pecadores!

“Mas Dios muestra su amor para con nosotros, en que siendo aún pecadores, Cristo murió por nosotros.”
Romanos 5:8



EL HOMBRE Y DIOS

El hombre, engañado por la astucia de Lucifer, cayó en el pecado de desobediencia, como consecuencia de haber creído una mentira, y así fue que se apartó de Dios, de su Padre, de su Creador, quedando, bajo el dominio del enemigo de su alma, “porque el que es vencido por alguno es hecho esclavo del que lo venció.” 2 Pedro 2:19

Alejado de Dios, el hombre no es feliz, los logros materiales, intelectuales, profesionales, no dan paz y seguridad a su alma.

El ángel caído, descrito en la Palabra de Dios como un león rugiente, se encarga hoy en día, al igual que lo hizo al principio de la historia de la humanidad, de tergiversar la verdad y eclipsar el amor de Dios. Engaña al hombre haciéndole creer que Dios es el responsable de tanta miseria y desgracia en el mundo, lo presenta como un tirano descorazonado e implacable, destroza la naturaleza para impedir que el ser humano descubra la inmensidad del amor divino en las alas multicolores de una mariposa, en la corola de una flor que se abre a los rayos del sol o en las gotas de agua que brillan como un cristal cuando expuestas a la luz.

La mentira es siempre la misma: “Si comes del fruto no morirás, sino que serás como Dios”, es decir: “Si desobedeces a tu Creador porque du-

das de su mandamiento, si te rebelas contra El, si desafías su autoridad, aumentará tu conocimiento y serás como El.”

Desde Aristóteles a San Agustín, desde el Egipto faraónico al catolicismo romano, la teoría de la inmortalidad del alma se ha extendido y ha sido aceptada en todo el mundo; la mentira satánica: “No moriréis” (Génesis 3:4), contraria a la Palabra de Dios que dice: “El alma que pecare; esa morirá” (Ezequiel 18:20) es uno de los principios de fe de muchas iglesias.

La mente del hombre ha aceptado esta teoría y las personas viven como si creyeran en ella, haciendo uso de su libre albedrío sin restricciones, al menos sin las restricciones de la ley de Dios, pero su espíritu sufre, la parte más íntima de su ser que sólo puede estar satisfecha en la comunión con Dios, padece, agoniza y busca desesperadamente, aunque no lo admita, la religión (del latín *relegere*= volver

a unir) es decir, la conexión con su Creador. Religiones hay centenares, pero conexión con el Padre hay sólo una, Aquel que dijo: “Yo soy el camino, la verdad y la vida, nadie viene al Padre, sino por mí” (Juan 14:6); Jesucristo, el Hijo de Dios hecho hombre, que dio su vida por los pecados de la humanidad, es la única religión (reconexión) válida. El es el pan de vida, el agua viva, la puerta, el camino, el Buen Pastor. Hay que comer el pan y beber el agua (estudiar la Palabra de Dios), entrar por la puerta (aceptar su sacrificio) y andar por el Camino (vivir su vida) guiados por el Buen pastor (Jesucristo mismo).

“Sígueme” dijo Jesús al joven rico, “sígueme” les dijo a sus discípulos, “sígueme” nos dice a cada uno de nosotros y agrega: “Si alguno quiere venir en pos de mí, niéguese a sí mismo, tome su cruz cada día, y sígame.” (Lucas 9:23) y la maravillosa promesa es: “Si el Hijo os libertare, seréis verdaderamente libres.” (Juan 8:32) Todo lo que hemos escrito en este libro: las

normas de nutrición, las plantas medicinales, las relaciones humanas, tienen que ver con el amor de Dios y con la cruz de Cristo, en otras palabras con nuestra aceptación de Jesucristo como nuestro Creador y Redentor.

DIOS Y LA SOCIEDAD

La sociedad moderna pone énfasis en la conveniencia, las ganancias, el confort, las diversiones y evita todo lo que pueda causar dolor. Cuando algo dramático sucede en la familia, en el trabajo, en la sociedad, se le echa la culpa a Dios en lugar de preguntarse si uno es quizá responsable directa o indirectamente de los hechos nefastos.

El hombre ha alcanzado altos niveles en el campo del conocimiento en todos los aspectos y se considera sabio, autosuficiente y se exalta a sí mismo rechazando abiertamente la soberanía divina y adjudicándose a sí mismo el honor que pertenece a Dios.

La ley moral de Dios, inmutable y eterna, los Diez Mandamientos, dadas en el Monte Sinaí a Moisés, no sólo para el pueblo hebreo, sino para toda la humanidad; la ley llamada por el apóstol Santiago “la ley de la libertad” por la que todos hemos de ser juzgados (Santiago 2:12) ha sido alterada y es trasgredida abiertamente por las autoridades civiles y religiosas y por consiguiente por los simples miembros de la sociedad.

Ya el rey David, siglos antes de Cristo, profetizó lo que sucedería en la relación de la sociedad con Dios “Se levantarán los reyes de la tierra, y príncipes consultarán unidos contra Jehová y contra su ungido, diciendo: “Romparamos sus ligaduras, y echemos de nosotros sus cuerdas.” Salmo 2: 2,3.

Los mandamientos de Dios, la ley de la libertad, dada como protección a los hombres, es considerada por la sociedad como una ligadura que aprisiona e inmoviliza a sus miembros que

quieren deshacerse de ella. Lo han hecho y he aquí las consecuencias: asesinatos, suicidio, abortos, promiscuidad, divorcios, estafas, robos.

Dios es amor y el amor no es una poder coercitivo, el amor no impone, no fuerza, sino que instruye, invita, convence, ofrece y espera. ¿Hasta cuándo? Sólo Dios sabe cuando se acabará su gracia, pero quienes han comprendido su amor infinito saben que ese día será cuando se haya desvanecido toda esperanza de que la última alma regrese al camino del bien y de la salvación. “Muchos pueblos en el valle de la decisión” nos dicen las Sagradas Escrituras en Joel 3:14, y cada uno, por sí solo, independientemente de sus padres, de sus hijos y de sus cónyuges, deberá tomar una decisión: con Dios o contra Él, al servicio de la sociedad como mensajero de Dios o entre “los que destruyen la tierra.” (Apocalipsis 11:18)

EL HOMBRE Y LA SOCIEDAD

La sociedad en la que vivimos refleja lo que somos, lo que pensamos y lo que sentimos; los valores que rigen nuestra vida. Cada acto nuestro, por insignificante que sea, cada pensamiento expresado en palabra o acción ejerce una cierta influencia en el ambiente en que nos movemos, entre la gente con la que convivimos y de esa forma, de manera directa o indirecta, nuestros hechos repercuten sobre la sociedad. No podemos acusar la sociedad sin acusarnos a nosotros mismos ni tampoco podemos mejorar la sociedad si no mejoramos nuestra conducta y estilo de vida. Pero qué lindo es saber que hemos sido dotados de muchos talentos, cualidades, capacidades que pueden ser una bendición para la sociedad en general y para cada miembro en particular si cada uno de nosotros actúa guiado por el mismo espíritu y observa las mismas normas: la ley de Dios.

EN TU IGLESIA

La iglesia es el cuerpo de Cristo, aprendemos cuando leemos las Sagradas Escrituras, y sus miembros, al igual que los miembros del cuerpo humano, deben estar estrechamente unidos entre sí para poder servir a la sociedad.

Esto sólo es posible si están bajo el control del cerebro, si cada uno se somete a la voluntad de Cristo. “....círculo...”

La iglesia desempeña un papel significativo en la sociedad.

Es el medio del que Dios se vale para esparcir su luz al mundo.

Es el brazo extendido de Dios a una humanidad doliente invitándola a cobijarse bajo sus alas y hallar consuelo y reposo en su amor.

Es el vocero de Dios que implora a su hermano que todavía está cegado por las luces y la vanidad del mundo: “Ven” (Apocalipsis 22:17), “Reconcíliate con Dios”

Es la esposa que vestida en las ropas inmaculadas de la justicia de Cristo espera al esposo y cuando oye la voz que dice: “Ciertamente vengo en breve,” responde: “Amén: sí, ven Señor Jesús.” Apocalipsis 22:20.





Cómo disfrutar de un Matrimonio Feliz

Es hermoso ver a una familia feliz ¿Verdad? Triunfar en el matrimonio es uno de los mayores gozos y logros de la vida. Se dice que alegría compartida es doble alegría y que tristeza compartida, es media tristeza. El amor, es un ver-

dadero bálsamo para el alma, en este tiempo de tantas presiones, desilusiones y chascos.

El objetivo del matrimonio debe ser la fusión de caracteres, que lleguen a ser uno y que se ayuden mutuamente. La mujer se sentirá protegida por su esposo y él se sentirá ayudado por su esposa, especialmente en la enfermedad y en los problemas. Tal fue el plan de Dios desde el principio: «Después dijo Jehová Dios: «No es bueno que el hombre esté solo, le haré ayuda idónea para él» Génesis 2:18. Debe existir un íntimo compañerismo dentro de la relación matrimonial que se extienda para toda la vida.

Lamentablemente no siempre es así, pues millones de parejas se ven frustradas en su anhelo de felicidad, y los más afectados suelen ser los hijos.

En los EE.UU. se producen cerca de 6500 divorcios por día, esto es más de un millón cien mil por año. De las mujeres entre 30 y 40 años de edad se

divorcian 6 de cada 10, por lo menos una vez. El 25% de los menores de 18 años, carecen de padre o madre y se calcula que esto aumentará al 50% el próximo año. Se indica que de las parejas que se casen este año, más de la mitad terminarán en el divorcio; y que más del 60% de los niños que nazcan pasarán parte de su vida en un hogar dividido.

En Francia, uno de cada dos matrimonios termina en el divorcio. En Canadá, más del 40% de las parejas unidas en primeras nupcias, se separan.

En la Unión Soviética, más del 70% de los divorcios se producen en los primeros 10 años de matrimonio. África, Asia y Latinoamérica, también sufren un creciente deterioro de la unidad familiar.

¡Qué perspectivas tan alarman-
tes para este mundo! ¡Debemos hacer
algo!

Dios no desea eso, pues cuando creó al hombre estableció el matrimo-

nio con el sagrado propósito de ayudarse mutuamente, de amarse, de criar hijos en un ambiente estable y sano y de permanecer unidos “hasta que la muerte los separe” (Mateo 19:6)

Causas de Infelicidad

Cada hogar es un mundo. Las circunstancias que llevan a que una pareja fracase pueden ser muy diversas, pero mencionaremos algunas que se destacan:

Percepción errónea del matrimonio

Las novelas y películas que tratan temas sentimentales, son responsables de lanzar a los jóvenes a un mundo irreal. Al casarse, esas personas esperan inconscientemente de su cónyuge algo que la vida real no les puede regalar y quedan desilusionados. El adulterio es pregonado como algo común y el divorcio como la pri-

mera salida. Desde niños van viendo esos dramas en la TV que los programa con valores distorsionados.

Desviación de los principios sanos

Todo apartamiento de los principios de Dios trae sufrimiento y dolor con el tiempo. No se puede amar a la esposa y a su vez a una amante. La infidelidad matrimonial es causa de mucho sufrimiento, porque con el tiempo lleva a la ruptura y como consecuencia un gran sufrimiento para los hijos. El alcoholismo y la pereza también son responsables de muchas tensiones en el hogar y numerosos fracasos.

Incompatibilidad de caracteres

Cuando existe un genio violento, espíritu egoísta, un corazón frío, celos desmedidos, rencores y amarguras y un espíritu irreconciliable se producen a menudo roces que pueden producir

un distanciamiento paulatino, si no se busca la solución que Dios nos ofrece para estos casos. Sobre esto el consejo de Dios es: «En fin, sed todos de un mismo sentir, compasivos, amándoos fraternalmente, misericordiosos, amigables» 1ª Pedro 3:8.

No olvidemos que el éxito del matrimonio está en la unidad de caracteres, en la perfecta armonía de dos personas individuales que decidieron un día unirse para compartir sus vidas y ser felices.

Falta de diálogo y cosas en común

Hay poco tiempo del uno para el otro. Se entra en la rutina conyugal y hay poco tiempo para conversar y dialogar.

La TV y actualmente el Chat o Internet roba a muchas familias el tiempo que debieran dedicarse uno al otro.

Los problemas económicos también influyen a menudo

La incompreensión en los planes y deseos mutuos, la falta de confianza en el manejo de la economía del hogar y el distanciamiento prolongado por trabajar en lugares lejanos, suelen ser causantes de problemas, como también cuando se contraen deudas difíciles de pagar.

Interferencia de terceros

Hay numerosas historias sobre la suegra. Cuando ella, quizás inconscientemente, considera a la nuera como una intrusa que le ha robado el hijo se puede producir tensiones. Un dicho popular dice “El que se casa, casa quiere.” Es mejor que los recién casados vivan independiente. “Por eso, el hombre dejará a su padre y a su madre, se unirá a su esposa, y serán una sola carne.” Génesis 2:24

Cuando el amor se enfrió

Puede haber insatisfacción emocional o sexual. Cuando una de las partes amenaza con el divorcio por alguna crisis pasajera, pueden producirse heridas profundas y una pared entre ambos. Dios desea ayudar a cada familia a ser feliz.

Si en tu hogar hay problemas, si existen tensiones y está amenazada la unidad familiar, no pienses en el divorcio, sino en buscar soluciones. Tengamos siempre presente que el amor proviene de Dios y si su amor se ha enfriado basta con ir a la fuente que suplirá la medida de su necesidad con una calidad de amor inigualable como lo dice Pablo en 1^a Corintios 13: 4-7: «El amor es sufrido, es benigno; el amor no tiene envidia, el amor no es jactancioso, no se envanece, no hace nada indebido, no busca lo suyo, no se irrita, no guarda rencor; no se goza en la injusticia sino que se goza en la verdad. Todo lo sufre, todo lo cree, todo lo espera, todo lo soporta». Pero...

¿Qué hacer cuando está amenazado el Matrimonio?

Una señora fue a entrevistar a un médico amigo.

—Me quiero divorciar de mi marido—fue la queja de la angustiada mujer.

—¿Por qué? Preguntó el médico.

—Porque tiene una amante.

—Si Ud. se divorcia le hace un favor, pues eso es lo que él quiere.

—¿Qué puedo hacer?

—Enamórelo primero y luego se divorcia, aconsejó el médico.

—¿Cómo lo puedo hacer?

—Hágale tres elogios por día.

—¿Elogios con todo lo que me hace? ¡Faltaría más!

—¡Pruébalo! En lugar de criticar reconoce sus cualidades positivas ¿Viste bien? ¿Tiene buena presencia? ¿Es cumplidor? Dígaselo

La mujer se propuso hacerlo. Al cabo de algunos meses encontró a su

médico amigo, quien inmediatamente le preguntó por su esposo.

–¡Lo logré! Exclamó la mujer. Está profundamente enamorado de mí.

–Entonces, ahora déjelo replicó el médico.

–No, respondió la mujer, ahora no, porque yo también estoy enamorada de él.

Por eso querido lector, comienza cambiando de actitud. En lugar de abundar en críticas que hieren y distancian, toma una actitud positiva. Reconoce las buenas cualidades de tu cónyuge y díselo con sinceridad. Verás que terminará conquistado. Tú mismo serás la parte más feliz.

La Ley Fundamental de la Felicidad

Solemos oír las quejas: “Mi esposo no me hace feliz”, “Mi señora debería ser distinta”. No pienses sólo en recibir, sino también en dar, pues “HACER FELIZ AL PROJIMO, ES HACERSE

FELIZ A SÍ MISMO”. El apóstol Pablo dice: “Más bienaventurado es dar, que recibir” Hechos 20:35. Dios desea que cada matrimonio tenga un gozo pleno y por eso también nos dice en su palabra: «Por lo demás hermanos, tened gozo, perfeccionados, consolaos, sed de un mismo sentir y vivid en paz; y el Dios de paz y de amor estará con vosotros» 2ª Corintios 13:11. ¡Que bella promesa tiene el Señor para aquellos que han hecho el pacto matrimonial incluyendo a Dios en sus vidas!

Proponte hacer feliz a tu cónyuge. Busca el momento apropiado para conversar y traten de identificar las cosas que no les gustan de sí mismos. Ambos debieran colocarse blancos, tratando de aplicar las claves expuestas a continuación. No pienses en tu felicidad, sino en la del otro. No trates de cambiar a tu pareja, proponte cambiar tú mismo, y... ¡Verás los resultados!

Secretos Para un Hogar Feliz

Investigadores sociales han realizado estudios para determinar cuáles son las cosas en común que tienen las familias felices.

Dios ha revelado pautas en su palabra sobre la vida familiar y nos ha revelado el camino de la paz. Trate-mos de andar por él.

¿Estás dispuesto a pagar el costo para lograr la felicidad de tu hogar? Veamos en primer lugar el origen del matrimonio y las bases que el creador le dio.

Después que había sido creado al hombre “ dijo Dios el Eterno: “No es bueno que el hombre esté solo. Le haré una ayuda idónea para él... Entonces Dios el Eterno hizo caer un profundo sueño sobre Adán, y mientras dormía tomó una de sus costillas, y cerró la carne en su lugar. Y de la costilla que Dios el Eterno tomó del hombre, formó una mujer, y la trajo al hombre. Entonces Adán exclamó: “¡Esto es ahora

hueso de mis huesos y carne de mi carne! Será llamada ‘mujer’, porque del varón fue tomada” Gén 2:18, 21-23.

Dios creó a la mujer tomando una costilla del hombre. Esto nos enseña que la mujer es parte del esposo. No la tomó de la cabeza para que no este por encima de él, ni de los pies para no ser pisoteada o tratada como sirva. Debe estar a su lado y ser su ayuda idónea.

Dios dijo además: «Por eso, el hombre dejará a su padre y a su madre, se unirá a su esposa, y serán una sola carne.» Génesis 2: 24 Veamos tres cosas importantes de este texto:

Dejar: Significa establecer una relación adulta con sus padres en una nueva forma de relacionarse. Sigo siendo el hijo o la hija pero sus prioridades se centran en su nueva familia. Nos interesa más tomar en cuenta las ideas opiniones y prácticas de nuestro cónyuge que de nuestros padres. Los gustos en el comer, las pautas de la

educación y las decisiones importantes deben ser tomadas por la pareja según su criterio y no del de los padres. Ellos deben entregar a ese hijo o hija pues ha formado su nuevo núcleo familiar.

Algo ha cambiado en nuestras emociones. Ya no dependemos de la aprobación, asistencia y consejo de los padres del mismo modo que cuando éramos solteros. Los afectos se vuelcan primariamente al cónyuge. Ahora dependemos de Dios en primer lugar y de una fluida comunicación con nuestra pareja.

Debemos estar dispuestos a “dejar” o sea, librarnos de resentimientos, amarguras o conflictos que hayan existido con los padres. Antes del casamiento debiera haber una reconciliación para no introducir conflictos en el matrimonio.

Los padres deben entregar a sus hijos, aun si ven cosas que no le agradan. No pensar que ahora “esa mujer, o ese hombre me robó el hijo o la hija”

sino aceptar que “ha ganado una hija o un nuevo hijo” ha ganado nietos y nietas.

La pareja debe centrar su relación esposo- esposa con prioridad por encima de toda otra relación humana, sus afectos son en primer lugar para su esposo y no tratará a nadie con preferencia sobre él. Podrá dedicar tiempo a sus padres pero tendrá mayor dedicación a su pareja.

Otra frase del texto Bíblico citado dice “*se unirá*” ¿Qué significa eso? El llegar a ser uno estar unidos en la enfermedad y en la salud, en la pobreza o prosperidad, en el placer y el dolor, en la alegría o en la tristeza, en los buenos y malos tiempos, cuando están de acuerdo en algo como cuando piensan diferente. Si hay divergencias se discute con altura y amor no obligando uno al otro sino tratando de comprender su razonamiento. Juntos deben buscar consejos en Dios y tratar de resolver los problemas juntos, no escapar de ellos. Jamás se ha ga-

nado una batalla escapando. Unirse significa estar comprometidos en uno con el otro de por vida por que lo que Dios ha unido no debe separarse.

¿Qué significa ser “*una sola carne*”? Es verdad que esto incluye la unión física y sexual la cual dentro del matrimonio es buena, hermosa y santa. Cada uno debe tratar de hacer feliz al otro. Pero la relación física no es todo.

Deben ser uno en el aspecto espiritual. Ser transparentes y francos el uno con el otro, no deben haber secretos que el otro no pueda saber. En la comunicación debemos ser íntimos, honestos con la voluntad de desnudar el alma.

Ser uno significa compartir todo, nuestros cuerpos, bienes, posesiones, apreciaciones, ideas, capacidades, problemas, éxitos, fracasos sufrimientos y victorias. No mirando cada uno sólo a lo suyo propio, sino también a lo de los otros, como lo expresa Pablo: “...en humildad, considerando

a los demás como superiores a vosotros” (Filipenses 2: 3-4)

Aunque haya diferencias de opiniones no mantendremos unidos con nuestro cónyuge con los lazos del amor, fiel a nuestro compromiso.

Los hogares felices tienen las siguientes cosas en común:

Compromiso y Comprensión

Los hogares felices, valoran la familia como unidad, por encima de las necesidades y deseos individuales. Aunque cada cual tenga sus metas, debe estar dispuesto a resignar aquellas que puedan amenazar su existencia como pareja. Trátese de comprender los deseos, sueños y sentimientos del otro.

Tratemos de comprender la psicología de ambos, hombre y mujer. ¿Qué es lo más importante para el hombre? Su trabajo. Si la esposa. ¿Y que es lo que prima en la mujer? Ser escuchada y comprendida. Asumir un verdade-

ro compromiso con nuestro cónyuge significa comprenderlo en sus sentimientos, necesidades y prioridades. Si se toman en cuenta los factores expuestos se podrá ayudar grandemente a que el cónyuge se sienta realizado y comprendido.

Los esposos deben ayudarse mutuamente a desarrollar el carácter. Considere el marido que la opinión de la mujer es tan valiosa como la del hombre. El apóstol Pedro escribe: “Vosotros, maridos, igualmente, vivid con ellas sabiamente dando honor a la mujer como vaso más frágil y como a coherederas de la gracia de la vida, para que vuestras oraciones no tengan estorbo” 1^a Pedro 3:7. Haz que ella crezca en la autoestima y en gratitud, y evitará resentimientos. La intuición de la mujer suele ser más exacta que la lógica del varón. Deja que exprese sus sentimientos. Considera las decisiones de tu esposa en las cosas de la vida diaria. Sé sensible en esto, pues no en todo debe primar tu propia voluntad. Foméntese

un ambiente alegre, y hagan del hogar un nido atractivo. No necesita ser grande ni lujoso, aunque sea una sola habitación, debe respirarse en él un clima de amor. Démosle ayuda práctica, especialmente si la mujer trabaja. Tratemos de compartir las cargas de la vida diaria, del hogar, los hijos, el trabajo, etc. a la altura de nuestras posibilidades, especialmente siendo comprensible y atento.

Aprecio y Amor

Las familias felices se aprecian mutuamente, se aman. ¿Cómo se puede alimentar ese amor?

Dando y recibiendo pequeñas expresiones de cariño, se puede alegrar a nuestros seres queridos.

Veamos los puntos positivos y las virtudes de nuestro cónyuge, y no solamente las flaquezas. En lugar de críticas, destáquense las buenas cualidades recíprocamente, se estimularán así el amor y la superación.

Un esposo cambió su forma de pensar, frente a su esposa, cuando ésta tuvo que ausentarse por tres días, dejándolo al cuidado de los niños. He aquí el recuerdo de esa aventura:

- Abrir la puerta a los chiquillos que venían de la calle: 63 veces.
- Reñirles para que se callasen o estuviesen quietos: 22 veces.
- Intervenir para arreglar disputas: 8 veces.
- Perder los estribos: 12 veces.
- Atar cordones de los zapatos: 15 veces.
- Manchas en los pantalones: 3 veces.
- Comer mal: Los tres días, etc.

¡Nunca he deseado volver a ver a mi esposa, tanto como ahora!

Evitemos las palabras ásperas y ofensivas. Cuando ambos eran novios se hablaban dulcemente. A medida

que se convive, debemos buscar de fusionar nuestra personalidad y mejorar nuestras relaciones.

El consejo de Dios es:

“Casadas, estad sujetas a vuestros maridos, como conviene en el señor. Maridos, amad a vuestras mujeres, y no seáis ásperos con ellas” Colosenses 3:18-19.

Mantén puro tus pensamientos y no permitas que la expresión de tu rostro comunique enojo, desprecio o deseos de venganza.

Sobre esto tenemos un claro aviso del Señor que dice: “No te apresures en tu espíritu a enojarte, porque el enojo reposa en el seno de los necios” Eclesiastés 7:9.

Hay diversos grados de silencio que pueden ser más destructivos que las palabras. En los momentos de tensión procuremos ser precavidos y prudentes con las palabras que salen de nuestros labios. Se necesitan segundos para abrir hondas heridas

pero tal vez años para sanarlas. “La muerte y la vida están en poder de la lengua; el que la ama comerá de sus frutos” Proverbios 18:21.

Comunicación

Un investigador calculó, que las parejas tienen un promedio de 17 minutos de conversación por semana. ¡La semana tiene 10.080 minutos!

La televisión roba a menudo a la familia un precioso tiempo que podría utilizarse para conversar. ¡Y qué tremenda pérdida. La comunicación es fundamental para la comprensión y para alimentar el amor. Las experiencias vividas en el trabajo, las diarias vivencias con los hijos, nuestras alegrías y preocupaciones, nuestras ideas o desilusiones vividas fuera del hogar, pueden ser temas de conversación.

Cuando notemos que alguien del hogar no se comunica, veamos por qué. Hablemos y resolvamos la di-

ficultad. Quizás la esposa se sienta acomplejada o frustrada por algo, o piensa que no sabe expresarse con la facilidad con la que lo hace el esposo. Tratemos siempre de comprender lo que piensa el otro, compenetrándonos en él. No pretendamos atemorizar, dominar, culpar, controlar ni ganarle al otro. No se griten mutuamente pues “La blanda respuesta calma la ira, pero la palabra áspera enciende el furor” Proverbios 15:1 Al hogar debe llenárselo de risas, amor, entusiasmo y sana alegría.

Pasar Tiempo Juntos

Se les preguntó a 1.500 escolares: ¿Qué crees que hace más feliz a una familia? La respuesta más frecuente fue: “Hacer cosas juntos”.

Busquemos tiempo para hacer cosas juntos. Asociemos a nuestros hijos en nuestra actividad y recreación. Compartan los problemas y la felicidad.

Aunque cada uno es bombardeado por actividades que nos absorben, debemos planificar de tal modo nuestro tiempo, que podamos dedicarnos a la familia, o terminaremos dispersos.

Unidos en la Adversidad

La familia sólida, se une para hacer frente a los desafíos de una crisis, pues hay un compromiso mutuo. Es necesario desarrollar esa capacidad de hacer frente a la adversidad. ¿Pero cómo? Dios desea tendernos sus manos de amor en medio de la tormenta más violenta. En las Sagradas Escrituras nos comunica sus promesas y ¡qué hermosas son! Conózcalas investigando los temas de las “Guías de Investigación Bíblica”.

Si hay problemas, no busquemos culpables sino soluciones. No cuesta nada decir: “lo lamento” o “te perdono”. La pareja no debe acostarse nunca enojada. Apliquemos el consejo divino: “No se ponga el sol sobre vuestro enojo” Efesios 4:26.

Estructura Moral

Se ha comprobado que esto es un denominador común en las familias estables. En el cultivo de las virtudes cristianas hay bendición.

La estructura moral incluye: Integridad, honradez, lealtad, responsabilidad, virtud moral y los principios de la utilidad y del amor. Los principios de los 10 mandamientos deberían estar en cada corazón, pues traen bendición. Las Escrituras Sagradas dicen: “¡Quién diera que tuviesen tal corazón, que me temiesen y guardasen todos los días todos mis mandamientos, para que a ellos y a sus hijos les fuese bien para siempre!” Deuteronomio 4:29.

Dios en el Hogar

En una encuesta realizada en diversos países por la Sociedad Misionera Internacional se ha comprobado que la mayoría de las personas creen que la fe religiosa es una ayuda para

el hogar. Pero cuán lamentable es comprobar, que el materialismo está desplazando las cosas del espíritu y destruyendo la fe.

El diálogo sobre cosas profundas, une a la pareja maravillosamente. Dios desea bendecir a quienes lo buscan y le aman. Solamente Él puede cambiar nuestro carácter, darnos fortaleza en las horas difíciles y guardar a nuestros hijos de los grandes peligros que enfrentan.

No descuides tu vida devocional y espiritual. Haz de las Sagradas Escrituras la guía para tu vida y tu hogar. Ella nos aconseja, nos orienta, ilumina la senda de nuestra vida y nos llena de esperanza. A través de sus 2300 profecías, nos revela el pasado, presente y futuro con exactitud matemática. Estúdiala y recibirás grandes beneficios.

Si has fracasado en tu vida conyugal, busca a Dios, pues nadie mejor que Él para cambiar el rumbo de nuestra vida. Si eres feliz dale gracias

y cuida esa dicha. Pero haz tu parte, practicando los principios del amor.

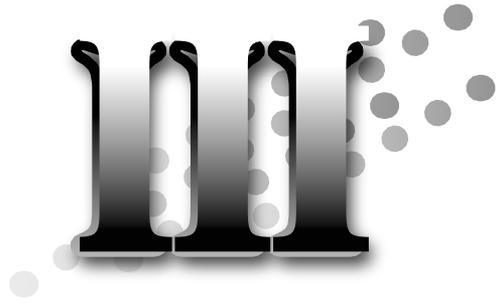
“El amor es sufrido, es benigno; el amor no tiene envidia, el amor no es jactancioso, no se envanece; no hace nada indebido, no busca lo suyo, no se irrita, no guarda rencor; no se goza de la injusticia, mas se goza de la verdad. Todo lo sufre, todo lo cree, todo lo espera, todo lo soporta. El amor nunca deja de ser” “Y ahora permanecen la fe, la esperanza y el amor, estos tres; pero el mayor de ellos es el amor” 1ª Corintios 13:4-8, 13pp.

¡No pienses jamás en el divorcio!
¡Piensa en tus hijos!

“Papá, ¿por qué dices que te vas a ir de casa? ¿Acaso no me quieres? ¿Y si te vas, a donde irás? ¿Qué va a pasar conmigo? Yo sé que quieres irte, porque siempre te peleas con mamá. ¡Oh!, ¡Oh!... ¡Que dolor tengo en mi pecho! ¿Porqué será? Tal vez porque voy a quedar solo. Yo te quiero papito. No te vayas, no me dejes. Cuando de noche estoy solo en la pieza, lloro y

lloro, pensando que al levantarme ya no estarás en casa. ¡Qué lindo es estar a tu lado con mamá! Cuando vamos a pasear o cuando hago los deberes en la escuela. Papito, no te vayas; no me dejes. Me portaré bien. No pelees con mamá, es tan, lindo estar juntitos en casa... Y la voz del niño ahogada por las lágrimas quedó detenida, mientras abrazaba fuertemente a su papá.





Estilo de vida para padres e hijos

INFLUENCIA PRENATAL

Los hijos son, en gran medida, un reflejo de sus padres y sus condiciones físicas, disposiciones, apetitos, aptitudes intelectuales y morales se ven reproducidos en mayor o menor grado en sus hijos.

El ser humano. al nacer, cuenta con menos de un tercio de la capacidad cerebral adulta y después del nacimiento se observa que la corteza y todo el sistema nervioso central crecen con gran rapidez por influencia directa del ambiente y las experiencias vividas. La interacción con el medio ambiente es el elemento básico que condiciona el desarrollo cerebral. El 75% de la maduración del sistema nervioso está genéticamente programado y sólo un 25% depende de la experiencia por lo cual es importante proporcionarle un ambiente en que pueda tener el mejor desarrollo psico-social.

SALUD FISICA

Lo primero que la mujer embarazada tiene que comprender es que no está enferma, es decir que puede continuar una vida normal y que el embarazo no tiene por qué intervenir en sus actividades cotidianas. Segu-

ramente, si se lleva una vida agitada, llena de estrés, con actividades riesgosas, será necesario cambiar de ritmo. Se debe también evitar saltar, montar a caballo., escalar, correr y todo lo que implique peligro de caída y esfuerzos fuera de lo común. Es muy importante que lleve una vida saludable, ingiera alimentos nutritivos haga ejercicios y descanse lo suficiente.

CIGARRILLO

Hay que mantenerse atenta a las exigencias y necesidades que el cuerpo tiene de descanso, si se siente fatiga o se tienen mareos debido a un bajón de presión. Entre los cambios más importantes que se deben dar en una futura madre es dejar de lado ciertos hábitos contraproducentes como el de fumar y el beber. El cigarrillo ocasiona serios problemas de salud para el feto y el recién nacido y para la madre. Las mujeres embarazadas que no fuman deben mantenerse alejadas de

los fumadores ya que la exposición al humo es tan pernicioso como el mismo fumar. El cigarrillo contrae los vasos capilares lo cual puede afectar al feto y la placenta y causar que el bebé nazca con bajo peso. El cigarrillo es también el responsable de:

- Abortos espontáneos
- Parto prematuro
- Retardo del crecimiento en el útero
- Aumenta el riesgo del embarazo ectópico (cuando el embrión se aloja en las trompas de Falopio)
- Problemas con la placenta

en el feto:

- Aumento de la frecuencia respiratoria y cardíaca
- Disminución de la movilidad y vitalidad

- Malformaciones congénitas (labio leporino o paladar hendido)

Efectos posteriores al parto:

- Síndrome de Muerte Súbita del Lactante
- Retraso en el desarrollo neurológico, físico e intelectual
- Enfermedades respiratorias
- Leucemia
- Riesgo de asma
- Problemas de aprendizaje

Aumento del riesgo de muerte	Fetal	Neonatal
Madre fumadora de menos de 20 cigarrillos diarios	36%	14%
Madre fumadora de más de 20 cigarrillos diarios	62%	42%

ALCOHOL

Igualmente el alcohol, que puede traspasar las paredes de la placenta influye en que el niño, ya desde el útero, desarrolle una adicción. Lo mismo sucede con las drogas. El alcohol destruye millones de neuronas precisamente en la etapa en que las células del cerebro se están desarrollando. La permeabilidad de la placenta hace posible que el oxígeno, los nutrientes y los anticuerpos de la madre lleguen al feto, por lo tanto éste comparte no sólo los riesgos de su madre sino también sus defensas.

Los problemas que pueden presentar los niños de madres alcohólicas, llamados Síndrome de Alcohol en el Feto, pueden ser:

- Crecimiento retardado en el útero
- Malformaciones debido a la obstrucción de ácido fólico (dentales, auriculares, paladar hendido, anomalías genitales, renales, en los dedos, etc.)

- Partos prematuros o abortos espontáneos
- Alteraciones en el desarrollo psicomotor
- Crecimiento menor del normal
- Dificultades en el aprendizaje
- Problemas de memoria
- Deficiencia mental
- Síndrome de abstinencia

Cada año nacen más de 50.000 bebés con cierto grado de daño cerebral debido al alcohol. Los efectos del FAS duran toda la vida y pueden manifestarse por medio de problemas psicológicos. Parte del alcohol también pasa a la leche materna por lo cual los niños amamantados por madres que beben son más lentos para caminar.

DROGAS

Si las drogas ilegales, tales como el tabaco y el alcohol, son peligrosas para la mujer embarazada, también lo son las drogas ilegales y algunos medicamentos. Muchos de los órganos del bebé se forman en las primeras diez semanas de la gestación y muchas de estas drogas pueden causar anomalías en la formación del corazón, las facciones y las extremidades del feto. El consumo de droga puede afectar también los órganos que se desarrollan posteriormente y dificultar el parto.

El consumo de marihuana está asociado con los partos prematuros y los bebés de bajo peso. En las madres adictas a la cocaína y drogas estimulantes en general, aumenta la frecuencia de los latidos del corazón y la presión arterial lo que es perjudicial para el desarrollo del feto. Los bebés, que tiene la misma dependencia que la madre, al ser separados de esta presentan síntomas como temblores,

insomnio y espasmos musculares. De la misma manera, los bebés cuyas madres tienen un a adicción a la heroína, al nacer presentan síntomas como irritabilidad, rigidez de las articulaciones, vómitos y diarreas. Puede nacer con dificultades respiratorias, hipoglucemia y tener hemorragias en los tejidos de la cabeza. El consumo de LSD acarrea anormalidades en los cromosomas de los tejidos del feto y aumenta la posibilidad de tumores y malformaciones. Los recién nacidos presentan reacciones ante la falta de la droga que se manifiestan por medio de falta de reflejos de succión o deglución, taquicardias, convulsiones, dificultades respiratorias, etc. Una sobredosis de esta droga durante el embarazo puede llevar al coma y a la muerte del feto.

La mujer drogadicta, además de los problemas de adicción, nutrición, conducta social desequilibrada, puede ser víctima de otra senfermedades infeccionsas como el SIDA.

Muchas mujeres embarazadas toman medicamentos sin tener en cuenta que éstos pueden tener efectos negativos en el feto y la placenta. Ciertos fármacos que mencionamos a continuación, no deben ser nunca tomados durante el embarazo:

- Quimioterapia para el cáncer
- Talidomina – remedio contra la gripe que se comercializó en 1956 y causó deformaciones de las extremidades en los niños de mujeres que tomaron esta droga durante el embarazo
- Isotretinoína y etretinato (productos contra el acné)
- Medicamentos para la tiroide
- Hormonas
- Antidiabéticos orales
- Sedantes y analgésicos
- Antibióticos (tetraciclinas, sulfamidas, penicilina)

NUTRICIÓN

A fin de que el feto se desarrolle bien y la madre no tenga trastornos durante el embarazo, es fundamental que ésta se alimente en forma equilibrada y sana. El hecho que esté alimentando a otro ser dentro suyo no significa que tiene que comer doble, sino que debe poner atención a lo que come ya que la nutrición juega un rol muy importante en la constitución del niño y favorece la lactancia. Se debe comer más alimento, de la mejor calidad nutritiva, para que se convierta en sangre de buena calidad. Durante el embarazo se requiere mayor cantidad de proteínas para lograr:

- Un mayor desarrollo del feto
- Formación de líquido amniótico
- Incremento del volúmen del útero
- Aumento del tamaño de los músculos

Algunos consejos referentes a la alimentación:

- Aumentar el consumo de frutas, verduras y legumbres
- Reducir el consumo de sal
- Eliminar el consumo de azúcar
- Aumentar el consumo de leche baja en contenido graso
- No comer grasas saturadas, sino más bien de origen vegetal (avocado, aceite de oliva, de girasol, etc.)
- Consumir hidratos de carbono (patatas, arroz, etc.)
- Consumir alimentos ricos en hierro
- Comer mucha ensalada verde y verdura por su alto contenido en ácido fólico

EJERCICIO FÍSICO

Es importante realizar ciertos ejercicios durante el embarazo pues esto ayudará a tener un parto más fácil, corto y de recuperación más rápida.

Si se está acostumbrada desde antes del embarazo a hacer ejercicios, se puede continuar con ellos, pero después hay que poner más cuidado. Nadar, caminar, ejercicios leves, son los más recomendables.

Es importante consultar con el médico antes de comenzar un plan de ejercicios físicos.

Es importante beber mucho líquido mientras se hace gimnasia para prevenir deshidratación y no hacer ejercicios cuando los días son muy calurosos o húmedos.

Cualquier trastorno que se presente durante los ejercicios, éstos se deben suspender. Llevar ropa holgada y cómoda.

LA ESTIMULACIÓN PRENATAL

Esta es una técnica en la que usan varios estímulos como sonidos, música, voces, movimiento, vibración, luz para comunicarse con el bebé antes de nacer para ayudar su desarrollo sensorial, físico y mental. Esto hace que los niños se muestren más alertas desde el nacimiento y tengan mayor capacidad de aprendizaje.

La estimulación prenatal establece una comunicación afectiva estable entre hijo y padres.

Se puede comenzar con esta técnica ya al tercer mes del embarazo, entonces el niño puede ya percibir la orientación espacial y estímulos táctiles.

Al quinto mes en que desarrolla la audición, la música es muy apropiada como estímulo auditivo. El líquido amniótico es un excelente conductor del sonido. Hay que tener en cuenta que todo lo que sucede con la madre afecta también al feto y que debido al

hecho que ambos comparten hormonas, existe una conexión muy cercana entre el bienestar emocional de la madre y del niño.

Cuando el bebé se mueve., la madre puede comenzar a hablarle, a llamarlo, saludarlo, y a las tres semanas ya será capaz de reconocer su voz. La voz de la madre tiene suma importancia en la vida del feto, por medio de ella es que está en contacto con el mundo exterior.

Hasta tal punto es la voz materna un elemento de gran atracción para el niño que durante la lactancia, si ésta le habla, interrumpe la succión. El padre también debe participar de este estímulo y transmitir al niño la relación de pareja.

También el sentido de la vista debe ser estimulado. Se puede encender una linterna y alumbrar el vientre desnudo, diciéndole: “luz” repetidas veces, y cuando se apaga: “oscuridad”. De esta manera, el niño irá desarrollando la vista, diferenciando los

claro-oscuros y las direcciones y la madre no es sólo la que provee nutrientes y anticuerpos, sino la tiene una conexión sensorial muy íntima con su hijo.

Estas sesiones de estimulación se deben repetir unas cuatro veces al día y ser de una duración de cinco a siete minutos. Lo importante es que después de nacido el bebé, se debe continuar con los estímulos.

El momento en que el niño nace y la madre lo estrecha contra su pecho, es el mejor para confirmar esa relación repitiéndole las mismas palabras que oía cuando estaba en la oscuridad del útero. Los niños que son así estimulados, son sociables, inteligentes y cariñosos.

El proceso de estimulación comprende poner en acción todos los sentidos y fomentar una alimentación correcta. La estimulación se puede continuar ahora con juguetes móviles, de color, de diversas formas, con sonido, que deben ser lavables, resis-

tentes y no tóxicos. Se le ayuda ahora a desarrollar el sentido del tacto pasándole por las manos y pies, distintas texturas y temperaturas y acariciándolo a menudo.

El lenguaje se le enseña hablándole en tono dulce y claro y el olfato haciéndole identificar el olor de ciertas frutas y aromas en general.

En el séptimo mes de la gestación aumenta el desarrollo de la sección cerebral relacionada con la personalidad y la inteligencia y se empieza a desarrollar el temperamento que en parte es definido por la genética, pero es también afectado por el medio ambiente. Alguien dijo: “La base de un carácter correcto en el hombre futuro queda afirmada por hábitos de estricta temperancia de parte de la madre antes de que nazca el niño.” “Toda mujer a punto de ser madre, cualquiera que sea su ambiente, debe fomentar constantemente una disposición feliz, alegre y contenta, sabiendo que por todos los esfuerzos que haga en tal

sentido se verá resarcida diez veces en la naturaleza física y moral de su hijo.” HC, p. 233

LA PARTICIPACIÓN DEL PADRE

Es sumamente importante que el padre participe en esta relación de intimidad con su hijo desde su estado fetal. No hay que olvidar que cada una de las células del padre está presente en el vientre de la madre y que el nuevo ser es una perfecta combinación de células maternas y paternas en partes iguales. Es por lo tanto imprescindible que esta correlación se dé también en el exterior donde el padre se ocupa del bienestar de su esposa y comienza a hablarle a su hijo quien a partir del quinto mes que desarrolla su sentido auditivo, lo escucha con atención y aprende a distinguir su voz.

El parto es un gran suceso tanto para la madre como para el padre, y desde el momento que ambos compartieron todo el proceso evolutivo del

feto, es natural y justo que en este momento tan solemne, puedan estar también juntos. La presencia del esposo junto a su mujer es un aliento, una ayuda, una motivación. El padre debe tener una participación directa en el cuidado del bebé y gozar de ella.

SALUD MENTAL

El desarrollo psico-social del niño, como hemos visto, comienza a desarrollarse ya en el vientre materno a través de la atención que le prestan sus padres.

La educación del niño y la formación de su carácter comienza ya en el neonato y los padres deben estar atentos a satisfacer sus necesidades básicas pero también a establecer normas. Hasta el primer año, el niño desarrolla su vida en base a la confianza en sus padres mediante el contacto directo con éstos y los demás familiares. Estos eben ser conscien-

tes cuál es la escala de valores por la que rigen sus vidas pues serán estos los valores que transmirtirán al niño en cada palabra o acción y éstos no deben ser contradictorios. Autodisciplina y moderación son de los valores más importantes para inculcar desde esta temprana edad. La persona que aprende el auto control puede progresar en forma positiva. Aunque el niño aún no hable, debe aprender a distinguir entre el bien y el mal y lo importante es no forzarlo, sino inculcarle valores morales que lo hagan elegir comportarse bien.

En la segunda etapa de su vida, la primera niñez, entre uno y tres año, el niño comienza a desarrollar un espíritu autónomo. Es en esta etapa que los padres deben comprender que para lograr una buena educación, aún desde los primeros meses, hay que alternar el “no” con el “sí”. La propia conducta de los padres será la mejor escuela. Una madre apacible, emocionalmente equilibrada, transmitirá esta tranquilidad a su hijo. Un padre responsable,

firme y a la vez suave y amable estará dando las mejores pautas de comportamiento a su vástago.

Para poder transmitir esta armonía y paz al niño es necesario que en el hogar las necesidades físicas y afectivas de los padres se vean satisfechas y eso es posible cuando reina el amor cristiano en el hogar, cuando hay respeto mutuo y crecimiento espiritual.

Cuando el niño pasa a la edad preescolar, entre los 3 y 6 años, comienza a tener iniciativa propia y a no depender totalmente de sus padres para hacer algo. Todas estas etapas están entrelazadas entre sí y el niño pasará de una edad a la otra sin mayores alteraciones o conflictos si desde la cuna se le ha enseñado el respeto y el temor de Dios. A un niño que ha sido criado con las normas del verdadero amor cristiano, que ha sido instruido con paciencia y comprensión, pero a la vez con firmeza y equilibrio, no le costará ser obediente y dócil y aportará alegría al hogar.



IV

Cómo triunfar en la Educación de los Hijos

Tener hijos es un privilegio. Recuerdo un matrimonio que para mejorar su situación económica evitó tener hijos en los primeros años de su matrimonio. Hicieron fortuna, pero no eran felices. Sentían que les faltaba algo. Muchas veces la esposa lloraba en la soledad de su casa.

Cierto día el esposo estando en la oficina de su secretario, contestó el teléfono. Se oía una voz infantil a través del teléfono que lo hizo estremecer cuando dijo ¡Papito querido! Se trataba de la hija del secretario. Mientras se secaba las lágrimas, pensó que ese hombre con menos medios era más feliz que él...

Así es queridos amigos, como dice el famoso proverbio: «Nadie está completo, si no ha escrito un libro, plantado un árbol o criado un hijo.» La vida nos enseña que nuestra felicidad se extiende en el tiempo a través de nuestros hijos. Bien lo dijo el salmista David: «He aquí, herencia de Jehová son los hijos; Cosa de estima el fruto del vientre. Como saetas en mano del valiente, Así son los hijos habidos en la juventud. Bienaventurado el hombre que llenó su aljaba de ellos...» Salmos 127:3-5. Claro, hay personas que desean tenerlos y no pueden por alguna causa. Quizás pueden adoptar alguno de los muchos que se encuentran sufriendo el desamparo.

Evidentemente debemos tener en cuenta otra frase que dice: “Tener hijos es fácil, lo difícil es criarlos”

Esa es la preocupación de cada verdadero padre y madre. Son noches de desvelos, angustias y problemas. Son días de cuidados y de una profunda ansiedad por el futuro de sus retoños. La madre que va a tener un hijo se pregunta a sí misma reiteradamente:

¿Cómo lo Voy a Criar?

La Biblia señala que estamos viviendo en un tiempo difícil. Por eso dice: «aprovechando bien el tiempo, porque los días son malos» Efesios 5:16

La pérdida de los valores morales, éticos y espirituales hacen que el mundo esté sumido cada vez más en un hoyo tan profundo que a veces pareciera que no hay una salida clara y prometedora para nuestros hijos. La droga con todas sus propuestas fantásticas, la lucha por la supervivencia,

la búsqueda urgente de seguridad y paz, la despiadada y egoísta complacencia de los deleites y el olvido frecuente del amor de Dios; son los retos a los que están día a día expuestos los millones de jóvenes que pueblan el mundo.

Los padres, cansados de luchar y amargados por la conducta de sus hijos incurrir en continuas discusiones lo que hace que sus hijos se vuelvan más rebeldes. Los hijos que han fracasado entregados a los vicios, a las drogas, pereza, negligencia, quizás en la cárcel por falta de honradez o perversión, vidas arruinadas y problemas repentinos como: una hija soltera embarazada; son el pan nuestro de cada día de la sociedad moderna

¿Cuántos hijos abandonan sus hogares cada año? Las estadísticas confirman que solamente en Estados Unidos unos 100.000 jóvenes abandonan sus hogares y de todos ellos aproximadamente el 50% llegan a ser delincuentes.

Ante semejante problemática. ¿Qué podemos hacer? Para tener una respuesta clara de lo que sucede a nuestra juventud en la actualidad, debemos tomar en cuenta el principio que dice que «no existe efecto sin causa» Los diversos comportamientos de los jóvenes son el resultado de una causa más profunda que ha moldeado y que modifica constantemente su forma de ver la vida y su manera de manejar las distintas circunstancias a las cuales es sometido. Algunas de estas causas son las ingratas decisiones equivocadas de los padres inconsecuentes. Analizaremos algunas de las más frecuentes.

La Influencia del Hogar

La desunión entre los padres figura en la primera y principal causa del fracaso de muchos jóvenes, así como los errores de una educación consentida o indiferente. Tanto el descuido de la motivación y el cultivo del amor,

como también los mimos excesivos tarde o temprano dejarán sus secuelas.

Una de las leyes esenciales de la vida dice que “lo semejante engendra lo semejante” Un corazón frío, que proyecte indiferencia y apatía a los que lo rodean es como si fuera una corriente de aire que envuelve todo lo que encuentra a su paso. La falta de amor engendrará falta de amor, palabras ásperas darán a luz palabras ásperas, indiferencia hacia los hijos originará indiferencia de los hijos hacia sus padres, faltas de respeto, desobediencia y un ejercicio licencioso de hacer cuanto plazca no importa que, si alguien está en desacuerdo, o no.

Otra causa es la vida agitada. No hay tiempo para los hijos. Correr, correr y correr. La centralización de los pensamientos, actividades, y preocupaciones hacia las tensiones de la vida, desvían y anulan el tiempo que se debería emplear en atender el jardín familiar. Un equilibrio de todas las

cosas debe caracterizar a los padres y madres que tienen la solemne responsabilidad de educar a sus hijos. Cada núcleo familiar ha de establecer un orden de prioridades en cuanto a las atenciones que rigen las diferentes áreas de la vida. En ese orden de prioridades la figura principal debe ser Dios, luego la Familia y en un tercer plano el trabajo y todo lo demás. Lo más importante no es lo que tenemos en nuestras vidas, sino, a quien tenemos en nuestras vidas. Muchos por conseguir buenas condiciones de vida se olvidan de vivir. Otros pierden la salud por ganar un poco más de dinero y cuando finalmente lo tienen, pierden el dinero por recuperar la salud. Cuando es tarde, muchos despiertan y se dan cuenta que han perdido lo más bello que Dios les había regalado, la satisfacción de formar hijos e hijas de valor y de bienestar para sus semejantes.

Es sumamente importante el clima que pongamos ante nuestros hijos. Donde no se vive en armonía y

amor se engendra un carácter adusto y rencilloso porque el ambiente forma nuestros hijos. Cuando somos toscos, descorteses, ásperos, andamos siempre con el ceño fruncido o amargados, nuestros hijos terminarán iguales, tendrán complejos, como el de inferioridad, y muchos incluso se transformarán en resentidos sociales.

La instrucción cristiana en la infancia ha sido descuidada, dando como resultado la carencia del indispensable acercamiento y contacto con el Ser infinito. Así como en la vida particular todo tiene su legítimo orden, tal cual sucede en el interior del hombre.

La falencia espiritual sólo puede ser suplida mediante una fuente espiritual. Cualquier sistema educativo que únicamente trate el área intelectual de la persona, pueda que no sea malo, pero es incompleto. Los padres son los que deben implantar en sus hijos el amor de Dios y el deseo de vivir en armonía con su voluntad. Esto

no lo aprenderán en los institutos de enseñanza secular, sino en la afectuosa escuela del hogar. Estos valores espirituales se deben sembrar en el corazón desde los primeros años de la infancia.

Recordemos lo que dijo la esposa del presidente de los Estados Unidos Teodoro Roosevelt: “Lo que hayamos de hacer por el hombre, hagámoslo antes que sea hombre”

Una escritora norteamericana de gran sabiduría escribió:

«Nuestro concepto de la educación tiene un alcance demasiado estrecho y bajo. Es necesario que tenga una mayor amplitud y un fin más elevado. La verdadera educación significa más que la prosecución de un determinado curso de estudio. Significa más que una preparación para la vida actual.

Abarca todo el ser, y todo el período de la existencia accesible al hombre. Es el desarrollo armonioso de las facultades físicas, mentales y espirituales. Prepara al estudiante para el

gozo de servir en este mundo, y para un gozo superior proporcionado por un servicio más amplio en el mundo venidero» E.G. White, La Educación pág. 13

Siembra en el corazón del pequeño el deseo de buscar a Jesús y tendrás un hombre que con su fe podrá mover el mundo.

Entre los factores que han influido en la ruina de muchos jóvenes se pueden también mencionar:

El fracaso de la autoridad paterna, el alcoholismo, las diversiones no vigiladas y muchos programas de televisión que pregonan la violencia, el adulterio presentando valores distorsionados.

Hay peligro en permitir a nuestros hijos frecuentar determinados lugares, y estar sometido permanentemente a la influencia negativa de ciertos compañeros, agravándose el riesgo cuando hay poca amistad con los padres.

No olvidemos el daño que causa en la personalidad la vida fácil, el ocio, o que se le dan todas las facilidades a vivir una vida licenciosa.

Sin duda el factor principal que repercute grandemente en la vida de los hijos es el ejemplo viviente de sus progenitores.

La más importante escuela que recibe el niño, la recibe en sus primeros años de infancia. Sus profesores titulares serán sus propios padres.

Se ha comprobado que la gran proporción de conocimiento que obtiene el ser humano en la vida, lo alcanza en sus primeros diez años. Lo que aprenda en este período será la plataforma que sostendrá las murellas de su carácter, será la brújula que dirija y direcciona sus decisiones, será la base esencial de su felicidad o su ruina y destrucción.

¿Te has dado cuenta de la magnitud de la responsabilidad que tienes como padre delante de Dios?

Para recalcar la importancia del hogar hagamos una cuenta sencilla:

Durante los primeros 5 años el niño pasa 25000 hs. de influencia efectiva en el hogar descontando las horas de sueño. En los próximos 10 años un total de 87600 horas a las que le restamos 32850 horas de sueño y 6600 de escuela. El resultado es de 48150 horas de influencia efectiva del hogar.

Un maestro o profesor tiene aproximadamente de 30-50 alumnos. Si calculamos la relación en horas que un niño está bajo la influencia de los padres frente a la cantidad de tiempo que le dedica un maestro en la escuela a educarlo, es una relación de 1-240. Esto implica que la influencia de los padres es 240 veces más eficiente, sea para bien o para mal.

La influencia ejercida sobre un niño en los primeros años es perdurable. La Biblia relata como se esmeró Jocabed la madre de Moisés a educarlo:

“La madre retuvo a Moisés tanto tiempo como pudo, pero se vio obligada a entregarlo cuando tenía como doce años de edad. De su humilde cabaña fue llevado al palacio real, y la hija de Faraón lo prohió. Pero en Moisés no se borraron las impresiones que había recibido en su niñez. No podía olvidar las lecciones que aprendió junto a su madre. Le fueron un escudo contra el orgullo, la incredulidad y los vicios que florecían en medio del esplendor de la corte.” P.P. 249

¿Cuándo comenzar la educación? Antiguamente la costumbre de los chinos era contar la edad 9 meses antes de nacer, desde la concepción.

Una señora consultó a un médico cuándo debía comenzar la educación de su hijo a lo que este preguntó a la mujer ¿Qué edad tiene el niño?

La respuesta fue: tiene 5 años cumplidos.

Bien Señora -replicó el médico-: ¡La educación ya la debiera haber comenzado hace 6 años!

La educación de los hijos comienza desde el momento de la concepción. Un grave error se ha sostenido y es el creer que la educación da inicio en el momento que el niño tiene uso de razón. En el instante que se fecunda el óvulo, ya se crea la vida. De ahí en adelante los hábitos, prácticas y costumbres en el comer, tono de hablar, gustos, estado emocional, e inclinaciones, tendrán un impacto fehaciente en el desarrollo de la criatura y determinarán el comportamiento en muchas áreas de su vida. Muchos hombres han seguido caminos errados y costumbres equivocadas como fruto de la vida licenciosa de la madre durante los nueve meses de gestación.

Consejos Importantes

Cultiven los padres un clima de armonía y comprensión en el hogar. Esto es de gran importancia para el desarrollo armonioso de los hijos. En

una familia donde solo hay discusiones, reproches y ofensas entre los padres, aun en presencia de los hijos, es imposible concebir una educación efectiva. Los niños se desorientan si uno dice una cosa y el otro otra. Habrá una mayor estabilidad emotiva si ven un frente unido. Nunca discutan los padres una diferencia de opinión delante de los hijos y tampoco vivan regañando.

Estos son principios básicos para la familia. Conviene hablar con los hijos a cerca de la disciplina que se aplicará, pero no vivamos retándolos continuamente y mucho menos gritar. Aunque algunas madres se especializan en eso, no da un buen resultado y en lugar de obediencia resultará en mayor indisciplina. Someter a los hijos a semejantes circunstancias, es forjarles el camino de la infelicidad. Formar un ambiente amoroso, comprensivo y motivador se traduce en alegría y en un correcto desarrollo de las facultades totales que rigen la vida de los hijos.

Los hijos son muy hábiles para captar la parte débil y se aprovechan de eso.

Es en los momentos de debilidad de los padres cuando los hijos encuentran una oportunidad para conseguir lo que desean y a la vez es la oportunidad de los padres no solamente de reflexionar en sus fallas, sino de replantear sus métodos de educación. De ser flexibles cuando tienen que serlo y ser rígidos cuando es menester serlo.

Como echar a perder un niño

Alimentando su orgullo, dando demasiada importancia a su indumentaria. La vestimenta debe ser modesta y sana.

No es malo que los hijos deseen estar bien presentados, pero, deben comprender que el vestido más importante que puedan llegar a obtener en la vida es el de un carácter afable y un corazón limpio delante de Dios..

Usted puede echar a perder a su hijo al darle todos sus gustos, protegerlo demasiado del calor, del frío, de la lluvia, de los ruidos de la calle y de todas las molestias cotidianas. Alabar sus cualidades delante de él. Otorgarle prestamente todo lo que pide. Cuando lo amenazas con un castigo no dárselo o no cumplir lo que le haya prometido.

Prevéngase de los factores más influyentes en la malformación de los hijos. Una madre modelo, Susana Wesley, madre de Juan y Carlos Wesley, los fundadores del metodismo, tenía 10 reglas para educar a sus hijos y las queremos compartir con usted:

- 1. Destruye el egoísmo de tus hijos y colabora en la salvación de sus almas.**
- 2. Enséñales a orar tan pronto comienzan a hablar.**
- 3. No le des nada de lo que pidan con lloros sino lo que pidan con educación**

- 4. No castigues las faltas que confiesan enseguida y de las que ves que se arrepienten**
- 5. No permitas que ningún acto pecaminoso pase sin castigo**
- 6. No castigues al niño dos veces por la misma falta**
- 7. Alienta y premia la buena conducta**
- 8. Fomenta el respeto por la propiedad ajena, incluso en las cosas insignificantes**
- 9. Cumple todas las promesas que hagas a tus hijos.**
- 10. No hagas trabajar a tus hijos antes que sepan leer bien.**

Susana Wesley hablaba por experiencia, tenía 17 hijos.

Hagamos conocer a nuestros hijos la existencia de Dios por medio de la naturaleza.

Veamos por su buena salud. Tratemos de ayudarles a vivir con cierta regularidad en sus horarios.

En la casa es donde se forja la voz: Las continuas rencillas y discordias, dan a ésta una dureza particular

La Educación Sexual

Para muchos padres el hablar de sexo a sus hijos resulta un asunto difícil pero que tarde o temprano tendrán que enfrentar, pues no es propiamente un tema entre tantos que enriquecerá el intelecto de los hijos, sino más bien una etapa que pronto llegará inexorablemente y si no les damos las herramientas adecuadas, no estarán preparados para tales circunstancias. Cuando su propio cuerpo e instinto les despierte el deseo de conocerse a sí mismos y despierte una ineludible atracción por el sexo opuesto, deben ya tener toda la información necesaria que los conducirá de una forma óptima en este período

de su vida. Debes enseñarles a medida que crecen acerca del sexo, pues lo que los hijos no aprenden en la casa, lo aprenden fuera de ella, lo que los padres como responsables no le explican, habrá quienes se lo expliquen con lujo de detalles o a veces distorsionado e incluso aprenderá hasta lo que nunca debería de aprender.

Hay millones de jóvenes que tienen relaciones sexuales antes del matrimonio, hay millones de jóvenes que se masturban, y millones que fracasan en el matrimonio debido a que la TV y los amigos le brindaron información de manera deformada y degradante, información que le correspondía a los padres, impartir en forma sana y bien encausada.

Es indispensable dar las explicaciones e instrucciones correctas y oportunas. Pero ¿cómo explicarle el origen de la vida?

Llévalos a la naturaleza explícales la germinación de las semillas, el crecimiento de las plantas, luego como

se reproducen las aves, las vacas, los perros, gatos, caballos etc. Muéstrale un nido. No es del todo necesario explicar enseguida la fecundación o sea la parte del padre. Si pregunta se le puede decir: Cada ser tiene una madre y un padre. Asociará el proceso que conoció en los animales con el hombre.

Se le puede decir por ejemplo. Un germen creció durante 9 meses cerca del corazón de la mamá. La mami le prepara ropita, una linda cuna y espera alegre la llegada del bebé. Va al hospital y el Dr. le saca el bebé.

A medida que los niños crecen enseñale luego los peligros que existen en ciertas relaciones sexuales, enfermedades, embarazos, etc.

Existen buenos libros con fundamento cristiano que ayudan a aclarar mejor el tema especialmente cuando entra a la adolescencia.

Ayudemos a nuestros hijos a volcar sus intereses a las cosas espirituales, mantengámoslos ocupados

para evitar el ocio. Controlemos discreta y sabiamente sus amistades tratando de ganarlos, atrayéndolos sin brusquedad sino con ternura y amor. Nuestros hijos necesitan de mucha paciencia.

Comprendamos que ellos luchan con presiones biológicas, bajo la influencia de sus compañeros y viven en una época de moral degradada. Necesitan de mucha ayuda.

Cuando el niño aun es pequeño podemos decirle que es un secreto que no lo comente con sus camaradas, tratando que vea el tema con naturalidad.

Entre los 8 a 10 años se le da más información y entre la edad de 11 y 12 años una información completa. La madre a la niña, el padre al varón. Explíquese los peligros que enfrentan.

Siempre creemos que el niño aun es muy pequeño, pero luego nos damos cuenta que sabe más de lo que podemos pensar. No tratemos el tema del sexo como si fuera un tabú, pero

expliquemos las leyes y los principios morales que Dios puso en el mundo. Realcemos la propia dignidad y el respeto a sus semejantes. Desarrollemos un profundo concepto de responsabilidad.

No solamente toca a los padres dar instrucciones oportunas y correctas sobre la vida sexual, sino dar una formación adecuada en los quehaceres prácticos para enfrentar mejor los desafíos de la vida.

La Madre, el Alma del Hogar

La madre debe aprender a hacer frente a molestias, motivos de descontento, irritación y desengaños. Debe enseñar a sus hijos lo que es verdadero y justo por precepto y ejemplo.

Su influencia depende de lo que es y no de lo que dice. Debe discernir el efecto de sus palabras y evitar moverse a la sombra del mal humor proveniente del exceso de trabajo, cansancio, y nerviosismo.

Ella debe poseer siempre esa belleza que atrae: un espíritu ameno, una voz amable, y un rostro sereno. En su aspecto exterior debiera presentarse siempre fresca y aseada. Su vestido ha de ser armonioso, su aliento fragante, sus dientes brillantes, sus cabellos bien peinados.

En la difícil tarea de educar a sus hijos puede apoyarse en la providencia, la amante ayuda de Jesús. ¡Basta que se lo pida! Orar por los hijos es involucrar a Jesús en nuestra pesada misión.

El Padre en el hogar

Salomón dice: «Corrige a tu hijo y te dará descanso y dará deleite a tu alma» Prov. 29:17

«Castiga a tu hijo en tanto que hay esperanza» Prov. 19:18

Si la madre representa la ternura y el consuelo el padre es símbolo de la fuerza y la justicia. Pero la corrección

siempre debe hacerse con amor, con benevolencia y no con ira. Los castigos violentos pueden llegar a dañar la salud, física y emocional del niño. Cuando son injustos crean profundos resentimientos

Nunca olvidaré la historia de Carlitos. Un día el maestro de la escuela preguntó al padre si el niño estaba enfermo, ya que no había asistido a clases los últimos tres días.. Sorprendido el Padre dijo: ¡Pero él salió de aquí cada día!

Más tarde llamó al niño y le preguntó dónde había ido esos tres días. Carlitos solo agachó su cabeza. Bien hijo, -dijo el padre- todo pecado debe recibir un castigo. Tres días faltaste, tres días dormirás solo en el altillo...

A la hora de dormir Carlitos se fue al altillo, mientras que ambos padres permanecían en el comedor. Se hicieron las diez, las once, las doce. El papá aparentaba leer el periódico, la mamá tejía. Pero no se podían concentrar, pensaban en Carlitos...

Al final muy tarde se fueron a dormir, pero no podían conciliar el sueño. ¿Por qué no duermes? - preguntó la esposa- pienso en Carlitos, y me voy a dormir con él.

Tomó su almohada y se fue al altillo. Muy despacio abrió la puerta. A la luz de la luna que entraba por la ventana vio unos ojos grandes y brillantes que lo miraban, El niño estaba llorando silenciosamente. Córrete le dijo el papá y ambos se durmieron. El Padre no perdonó el castigo, sino lo asumió con él y los 3 días durmieron en el altillo. Logró penetrar en lo profundo de su corazón. Carlitos nunca más faltó a la escuela.

Los castigos no deben ser violentos, quizás una palmada en la colita, o negarles temporalmente algo que desean mucho, o colocarlos un rato de cara a la pared.

En todo castigo que se aplique es recomendable hablar con el niño y explicarle porque se le va a castigar, las consecuencias de su falta, para que

él entienda que es por amor y no por una venganza de los padres hacia una desobediencia que ha cometido. El padre debe ser firme con los caprichos, no dejarse extorsionar con lloros e insistencia, ser firme y tierno a la vez.

Los hijos suelen revelarse cuando ven que su madre es maltratada. Cuando no les dedicamos tiempo se producen resentimientos que a menudo se manifiestan en actitudes de rebelión. A ciertos padres solo les interesa leer el diario, pasar tiempo en el club o durmiendo.

El no dedicar el tiempo correspondiente a la familia produce un cisma dentro del hogar. El amor se enfría, se crea un ambiente de indiferencia y resentimiento, surgen los reproches y un respeto cada vez más raquítico. Dentro de las prioridades que todo hogar debe de tener, nunca ha de estar primero el trabajo y después la familia. Hoy día hay miles de jóvenes en la droga que están en ese abismo no porque su padre no se hubiera preocupado

por darle todo lo que necesitaba para sus estudios y alimentación, no porque haya sido malo o despreocupado, sino porque nunca dedicó un tiempo para ser más que padre un amigo de sus hijos.

No es amor pleno o verdadero el darle todo lo material, dinero para que tenga todo, auto, casa. Debes darle amor, cariño, tiempo de su propio tiempo, caminar a su lado en los conflictos que la vida le presenta enseñándolo a valerse por sí mismo.

La compañía del padre, no hay libros, dinero, profesor, amigo o instituto de enseñanza que la pueda sustituir. ¡Nuestros hijos nos necesitan!

Dejemos que nuestros hijos nos cuenten sus problemas y angustias, ganemos su confianza.

Asociemos a nuestros hijos en nuestras ocupaciones y recreaciones. Los momentos pasados juntos, caminando por el parque, o enseñándoles con paciencia y amor a reparar el auto o la bicicleta, cultivará una amistad y

vínculos perdurables y recuerdos que permanecerán a lo largo de la vida.

Enseñemos a obedecer desde los primeros años, desde el destete. Debe haber firmeza y constancia. Se puede lograr mucho más por medio de la motivación que con la fuerza. No ahorraremos el elogio sincero y el estímulo y ahorraremos donde sea posible la crítica para fortalecer la autoestima. La motivación genera fuerzas increíbles en el ser humano.

El niño necesita amor. Palabras de amor, reconocimiento y de ánimo si es que ha fracasado en alguno de sus proyectos. El estímulo debe ser dado no solo en los triunfos sino también en las derrotas. Un hombre sin motivación no se forja metas, y un hombre sin metas es un jardín sin flores. Los objetivos son los elementos que le dan vida y sentido a todo ser humano y para que un ser humano tenga objetivos debe ser estimulado. Nunca pretendas dejar a tu hijo en el mar de la vida antes de haber sembrado en

él las ganas y el valor de vivir. Y para eso, necesita motivación. ¿Cómo se puede motivar a un niño sin hacerle daño?

Muchos padres piensan que la motivación es algo perjudicial y que cualquier reconocimiento solo provocará un aumento en el orgullo del hijo. No debemos confundir motivación con adulación esto es importante.

Las caricias, los abrazos, los besos, y una cariñosa palmada en la espalda pueden abrir la puerta de la victoria como ninguna otra cosa lo lograría. Toma tu hijo de la mano, camina con él, dile que lo amas, enséñale cosas prácticas háblale de Jesucristo, cuéntale lo que hizo por todos nosotros y entonces, cuando lo hagas, habrás formado a alguien que pueda vivir en este mundo y en el venidero.

El resultado de ese esfuerzo se cumplirá en las palabras del sabio Salomón: «El hijo sabio alegra al Padre» Prov. 10:1

Cómo superar los complejos

Muchos jóvenes sufren de complejos. Pueden ser de diversa índole. Estos estorbos en la personalidad suelen tener sus raíces en errores cometidos en la educación y circunstancias en que ha vivido el niño. Mayormente tienen que ver mucho con la falta de autoestima y orgullo. Los complejos afectan en mayor o menos grado nuestra convivencia y nuestra felicidad. Por eso enfocaremos brevemente algunos detalles.

Las personas que sufren del complejo de inferioridad son las que siempre quieren propagar su saber y para lograrlo, citan muchos autores y hasta emplean palabras difíciles. Hablan de sus amigos de la alta sociedad y tratan de menoscabar o rebajar a las personas que están a su alrededor. A toda costa quieren llamar la atención de los demás.

Estos complejos se generan y nacen en la infancia en un 90% de los casos. Mayormente se deben al mal

trato que recibió el niño, por parte de los padres. Por ejemplo: Se le prohíbe al niño moverse en el departamento, recibe constantes advertencias como: no toques esto o aquello, con gritos y amenazas y él siente que todo lo que hace está mal.

Se agrava cuando es sometido a un trato injusto al notar que a otros no se le pone las mismas limitaciones, y él se siente como el único peligroso; o el niño es interrumpido en todas sus actividades y en su desarrollo normal. Pronto llegará a un estado donde se sentirá sin importancia, insignificante, inútil, irresponsable o sin dignidad.

Se comete un grave error cuando se apaga todo esfuerzo de hacer algo, cuando se toma una iniciativa o se emprende algún proyecto y se ve coartado por palabras negativas de desaliento. Una de las mayores necesidades de los niños es lograr desarrollar confianza en sí mismo y esto sólo lo puede lograr con la ayuda y

sabia dirección de sus padres. Pero si escucha palabras como: ¡Imbécil!, ¡Eres incapaz!, O cosas semejantes, una montaña de taras conducirán su vida haciéndola desdichada y vacía. Muchas veces se sienten inferiores por la pobreza, el ir mal vestidos y en general por sus escasas condiciones de vida.

No se debe despreciar nunca a un niño porque es débil y pequeño ya que cuando crezca, lo que haya recibido en su infancia será lo que dará a los demás en su edad madura.

Nunca rehuses dar a tu hijo una explicación cuando no sabe algo, al contrario, hazlo de manera que él lo comprenda. Esa es la ciencia de ser buenos padres. No poner las capacidades de una tierna criatura a la misma altura que las que tu posees como adulto.

Nunca debes citar como ejemplo a sus hermanos, no lo ridiculices en presencia de sus amigos, no lo obligues demasiado a callar.

Enséñale que posee talentos preciosos, que él es capaz de hacer hazañas si se lo propone, y haciendo uso de la prudencia y de la razón demárcale cuáles son sus límites. Los sentimientos de nuestros hijos son tan frágiles como una tela de araña y pueden ser provocados en ellos daños y huellas de modo que cuando crezcan sean tan fuertes como el acero. De grandes heridas que quizá nunca sanen y profundos dolores producidos por los complejos de inferioridad en los hijos, tendrán que dar cuenta muchos padres algún día delante de Dios.

El niño necesita recibir expresiones de cariño. Las caricias, las palabras de reconocimiento, la motivación y el estímulo son los mejores alimentos de la personalidad y son necesarios para un desarrollo sano. Tampoco deben mimarlo en exceso, dándole todo lo que quiere. Cuando los padres tratan de solucionar todos los problemas del niño y lo sobreprotegen no lo preparan para enfrentar la adversidad en la vida. Luego cuando les golpea la

adversidad no están preparados, baja su autoestima y caen en depresión y complejos.

Otro problema muy frecuente que experimentan los padres es cuando los hijos mienten. ¡Robaste el dulce, rompiste el vaso! El primer instinto de conservación que se va a manifestar es decir: NO, Yo no fui si, añade, fue Juan, o Pedro. Es una muestra de peor falacia. Si se presentan casos así, es importante analizar las verdaderas causas, para combatir este mal en el terreno propicio.

Cuando los hijos no ven honradez total en el hogar y perciben deshonestidad en sus padres, bien pronto hacen lo mismo. A menudo se dice “haz lo que te digo y no lo que yo hago”, “dile a fulano que no estoy”, prometer traerle algo que nunca cumplimos o hacemos una guiñada de ojo. Los niños aprenden lo que viven. Si un niño vive criticado, aprende a condenar. Si vive con hostilidad, aprende a pelear. Si vive avergonzado, aprende a sentir-

se culpable. Si un niño vive con tolerancia, aprende a ser tolerante. Si vive con estímulo, aprende a confiar. Si vive apreciado, aprende a apreciar. Si vive con equidad, aprende a ser justo. Si vive con seguridad, aprende a tener fe. Si vive con aprobación, aprende a quererse. Finalmente si un niño vive con aceptación y amistad, aprende a hallar amor en el mundo. Estamos comprometidos con Dios a ser veraces en todo, hacer de la verdad un hábito de vida. ¿Con qué derecho y autoridad podrá usted corregir a sus hijos de un mal que usted mismo ha creado en él? Por otro lado no conviene castigar al niño cuando ha confesado su falta, pero si trata de ocultarla sea bien firme con él.

En un viaje por Misiones Argentina, nos paramos en un lugar donde unos indígenas que vestían sus escasas ropas autóctonas, vendían productos regionales. Seguimos viaje y luego de recorrer mas de 40 Km nos dimos cuenta que uno de nuestros hijos se había traído un palo que tenía

tallados unos adornos en la corteza. Aunque teníamos prisa, nos regresamos los 40 kilómetros y el niño con toda la vergüenza tuvo que devolver el palo y pedir perdón. El aborigen le perdonó y le regaló el palo, pero mi hijo aprendió la lección. Debemos ser decididos, en reparar el daño y ser firmes aunque toque pasar vergüenza.

¿Que hacer cuando los niños roban? A los que son mayorcitos hay que enseñarles a reparar el daño que pueda haber existido y aplicar una justicia escrupulosa mostrando en todo máxima honradez. Luego descubrir la causa de la rebelión que hay en ellos tratando de identificar los posibles motivos de este mal.

Pueden ser diferentes las causas por las que un niño roba: Insatisfacción e inconformidad, puede provenir de privaciones alimentarias, pocos recursos económicos en casa, etc. Hay una edad en que a los pequeños se les despierta la curiosidad y toman una moneda o algún otro objeto de papá

o mamá. Es aquí cuando los padres deben asumir una posición firme y decidida para, explicar, corregir y si es necesario, castigar con amor. Al hacerlo recuerda en toda ocasión ser prudente con el castigo corporal, porque no es en todas las circunstancias el mejor camino.

Enseña a tu hijo, partiendo desde tu propio ejemplo. Muchos niños sienten un gran resentimiento con su padre porque este regaló alguna de sus pertenencias. No dispongas de los juguetes de tus hijos, hazles sentir que hasta con ellos eres respetuoso ya sea de su persona como de sus cosas.

“Los padres deben considerar esto. Deben comprender los principios que constituyen la base del cuidado y de la educación de los hijos. Deben ser capaces de criarlos con buena salud física, mental y moral” MC, 294

Cuando los padres hayan logrado encaminar correctamente a sus hijos en la niñez y les hayan enseñado a conocer a Jesús, puede sentirse

preparados para la próxima etapa, la de la juventud. No es menos difícil ni menos dolorosa. Mi Padre solía decir: “Hijos pequeños problemas pequeños, hijos grandes problemas grandes.” En nuestro siguiente capítulo trataremos de ayudar a padres y a hijos a conocer la manera para llegar a ser un joven triunfador.





Cómo ser un Joven Triunfador

*¿*Qué hermosa es esa primavera de la vida! Los días de la juventud. Un tiempo de aprendizaje acelerado, de ilusiones y desilusiones, de éxitos y fracasos. Es la etapa de las mayores decisiones de su existencia.

Pero el joven de nuestros días, más que nunca, se enfrenta a duros

problemas que llegan a sacudir los fundamentos éticos, morales, sociales y religiosos heredados y hasta su propia personalidad.

Querido joven: Quizás encuentres en este tema la orientación que anheles. Hay cosas que te preocupan y... ¡tú mereces una respuesta!

Personalidad y Carácter

¿Cómo vencer nuestros complejos?

¿Te molesta demasiado lo que otros piensan de tí? ¿Criticas a menudo tus características personales o las de los demás? ¿Sufres, también, falta de confianza personal, de debida concentración, retraimiento, o timidez? ¿Tienes conflictos con los que te rodean?

Seguramente también tú deseas triunfar en la vida, desarrollando una personalidad sólida y enriquecida. Sería bueno que forjes tu propia escala de valores. Tal vez tienes problemas

para hacerte de amigos, conflictos con tus padres o con el ambiente en que te mueves. ¿Quién es el culpable?

La causa no está en ellos, sino probablemente en “tí mismo.”

Lo que piensas de tí mismo, y la actitud que asumes, es la imagen que reflejas frente a los demás. Esto tiene que ver directamente con la capacidad de hacerte de amigos, con tus problemas o el ambiente en que te mueves. Incluso tiene que ver con tu vida espiritual, tu actitud frente a Dios y tu tranquilidad y paz interior.

Cada persona debe decidir si va a llevarse de las actitudes, formas de vestir y proceder de los padrones sociales y culturales que otros tienen, de la forma de pensar de sus amistades, de sus metas y objetivos, o si se llevará de lo que Dios piensa y desea, de lo que ayudará para tu auténtico bienestar.

¿Que hacer cuando nos atormenta la depresión, ansiedad o angustia? Jesucristo dijo «Amarás a tu prójimo

como a tí mismo» Mateo 22:39. ¿Te amas a tí mismo? La visión negativa que tengas de tí puede repercutir en la relación con tus amistades y dificultarte en descubrir el verdadero propósito de tu vida. Pueden derivar en rechazo, derrota, inseguridad y diversos complejos.

El complejo de superioridad es uno de ellos. La persona posee una tentativa exagerada de aceptación o bien puede llegar a la sofisticación en la forma de escoger sus amistades. Mayormente no somos conscientes de nuestros complejos. Buscamos razones, nos preguntamos por qué otros no nos aceptan como sinceramente lo deseamos. Los culpamos de diversas cosas y nos tornamos críticos y cínicos. En cierto grado, el complejo de superioridad es el tener una opinión demasiado elevada de uno mismo. La persona desprecia la actitud de los demás para con él, escogiendo aquellas amistades sobre las cuales él puede sobresalir. Las Sagradas Escrituras nos dicen: «...que no tenga más alto

concepto de sí que el que debe tener, sino que piense de sí con cordura...” Romanos 12:3.

El complejo de inferioridad, ya mencionado en el tema anterior es otro problema. Cuando hay timidez excesiva, falta de auto confianza o retraimiento, cuando alguien nos rechaza por nuestra timidez, se confirma en la mente la idea que somos inferiores. Cuando nos comparamos siempre con los demás y damos más valor a lo que otros opinan de nosotros, vamos desarrollando un sentimiento de inferioridad. Con el tiempo puede llegar a dañar nuestra personalidad, sintiéndonos inferiores y al preocuparnos demasiado en nuestras deficiencias. Como resultado evitamos el roce con otras personas a fin de no atraer la atención hacia nuestros defectos.

Sí, querido joven, Dios quiere que irradiemos su carácter, porque la verdadera belleza no se encuentra en la apariencia física sino en el cultivo de las cualidades espirituales.

Si comprendes que has estado alejado de una personalidad ideal y te sientes perturbado en tus relaciones, con complejos, pídele perdón a Dios por no haber estado conforme como Él te hizo. Agradécele sinceramente por haberte hecho como eres y mira que los tesoros más valiosos son los que se llevan dentro del corazón y no la apariencia exterior, como así lo dice el Señor en su Palabra: “Más vale el joven pobre y sabio, que el rey viejo y fatuo que no admite consejo...” Eclesiastés 4:13. Deja que Él interceda en tu vida. ¡Una nueva esperanza inundará tu corazón y obtendrás grandes victorias! Los resultados serán brillantes. Encontrarás nuevas amistades, se solucionarán todos tus problemas y sabrás desenvolverte en cualquier ambiente en el cual vivas. Millones de jóvenes, han encontrado en las Sagradas Escrituras una valiosa ayuda, la brújula que necesitaban para hallar el rumbo certero de su existencia.

¡Cuidado! ¡Te Quieren Atrapar!

Millones de personas usan drogas en nuestros días. ¿Se hallan satisfechos? Buscan un paraíso, pero se encuentran con un infierno.

Al principio, la persona es asaltada por una oleada de colores y sonidos, en eso que llaman «viaje», pero pasado ese efecto suele entrar en una profunda depresión con sensación de debilidad.

La alucinación puede llegar a ser tal, que una mancha en la pared puede verse como si fuese un monstruo. Cuentan que una muchacha que había masticado un chicle con LSD, quedó poseída de tales ataques de furia, que lanzaba los objetos de un lado a otro con ímpetu salvaje. Al fin, tomó la jaula del loro, la estrelló contra la pared, sacó el animal de la jaula y lo comenzó a comer. Murió ahogada por las plumas. Otro, salió desnudo a dirigir el tránsito. Muchos inclusive matan, porque ven en sus amigos, sus peores enemigos.

¿Por qué se han difundido tanto las drogas? ¿Cuál es la razón? ¿Qué es lo que lleva a la juventud a buscar un camino tan tortuoso que tanto daña la personalidad, la salud, y felicidad?

Hay muchos que piensan que para erradicar las drogas, basta combatir los narcotraficantes. Proponen toda clase de medidas, haciendo gran despliegue de fuerzas militares, y estrictos controles, sin embargo no se atacan las causas. Si no hubiese consumidores, no habría traficantes y el negocio se derrumbaría fácilmente.

La causa real está en la desintegración de la familia, el deterioro de los valores morales y religiosos, y en el vacío que siente nuestra juventud. Aturdidos por la música ensordecedora, arrastrados por el frenesí del placer, absortos en los afanes de la supervivencia diaria, no se le da lugar a las cosas espirituales. No hay tiempo para Dios, y el alma queda desprovista del rocío necesario que ayuda a

germinar la fe y desarrollar las fuerzas morales necesarias para sobrepornos a los embates y las presiones de la vida diaria.

El toxicómano puede llegar a tal esclavitud, que en el momento que le falta la droga, sufre una verdadera pesadilla. Por ejemplo: cuando el que ha utilizado morfina, heroína, etc., se abstiene; después de 12 horas se siente intranquilo, tiene sensaciones de debilidad, suda, tiembla, un líquido acuoso fluye por la nariz y los ojos, y tiene un dormir intranquilo. Luego se agrava, produciéndose vómitos explosivos, a veces hasta con sangre, dolores abdominales y violentas diarreas. Puede adelgazar hasta 5 Kg. diarios, presentando un aspecto infrahumano. Todo eso por haber comenzado quizás por curiosidad, imitación o por tratar de llenar, con algo equivocado, el vacío de su vida.

Queridos jóvenes: Evitemos aquellas cosas que pueden turbarnos tanto y dañar completamente nuestra vida

y principalmente nuestra relación con Dios. Todo cuanto hacemos y pensamos no está oculto ante su vista: “Alégrate, joven, en tu mocedad, y pásalo bien en los días de tu juventud. Anda en los caminos de tu corazón y en la vista de tus ojos. Pero ten en cuenta que sobre todas estas cosas Dios te juzgará.” Eclesiastés 11:9.

Las consecuencias de la droga son terribles. Esta esclavitud no mata solamente a quienes la consumen, sino también a quienes rodean a esa persona.

Pero, ¿cómo podemos librarnos de los estupefacientes? Solo hay una manera de resolver el problema. «El consumidor mismo debe hacerse responsable de sus actos y efectuar cambios en su propia vida.» El que consume drogas refleja una falta de responsabilidad personal, ya que el más desesperanzado de los adictos sabe que está destruyendo su cuerpo y su mente. Para dejar dicho hábito, es necesario que esa responsabilidad cobre

interés, que una convicción impulsora lo lleve a la acción. Pero esa fuerza de voluntad se ha ido debilitando, necesitas un impulso sobrenatural que haga lo que tu no puedes hacer solo, por eso, si te encuentras amenazado por estos problemas, busca a Dios y busca su Palabra donde puedes encontrar el camino de escape y el poder para solucionar los problemas de tu vida: «¿Con qué limpiará el joven su camino? Con guardar tu Palabra» Salmos 119:9. Dios desea ayudarte a hacer el cambio más sublime, y llenar tu vida con otros valores. Basta que hagas una entrega incondicional a Jesucristo. Busca aquello que realmente puede hacerte feliz: el cultivo de las cosas espirituales.

¿Tienes problemas con tus padres?

Muchos jóvenes viven bajo tensiones en su hogar. Las exigencias de la vida moderna y el diario afán nos absorben tanto que muchos padres ya

no tienen tiempo para dialogar con sus hijos. La deficiente comunicación deteriora las relaciones familiares, carcome nuestra felicidad y produce tensiones. Hay padres que tienen una preocupación casi traumática porque sus hijos no los comprenden, o hijos que desean irse de casa cuando existen frecuentes discusiones y problemas en el hogar. El hijo piensa: ¡Mi padre no me comprende para nada! ¡Es un anticuado! Pero Dios ha prometido una solución en su Palabra: «Él convertirá el corazón de los padres a los hijos, y el corazón de los hijos a los padres» Malaquías 4:6. Con su amor y su comunión las relaciones de padres e hijos llegan a ser armoniosas y cálidas.

Padres: ¡Dediquen tiempo a sus hijos! Ellos los necesitan hoy. Hijos: ¡Dialoguen con sus padres! Y consideren que con el tiempo cambiarán los puntos de vista de ustedes

Es muy conocida la reacción natural de cada edad:

- Entre los 4 y 6 años, el hijo dice de su padre: papá es un sabio, ¡sabe todo lo que le pregunto!
- Entre los 7 y 10 años de edad dice: papá lo sabe todo y, ¡qué fuerza que tiene!
- Entre los 10 y 14 años piensa: ¡Hum! Me parece que papá se equivoca en algunas cosas.
- Entre los 14 y 18, dice: ¿Papá? ¡Es un hombre chapado a la antigua!
- Entre los 18 y 25 piensa: ¡Pobre viejo, está completamente pasado de moda!
- A los 30 años de edad dice: ¡Qué problema! ¡Tal vez deba consultar a papá!
- A los 40 años lamenta: Mi padre fue un sabio, lástima que no supe aprovecharlo.

A lo mejor hay una cierta rebelión disfrazada dentro de tí, contra tus padres, pero: ¿Estás seguro que ellos

son los causantes? ¿No será que sufres algún complejo, ya sea por una cicatriz en tu rostro, el color de tus ojos, la forma de tu boca o de tu nariz, e inconscientemente culpas a tus padres o a Dios que te hizo así? Tal vez puedas sentirte infeliz por tus errores pasados, o tengas cierta tendencia a querer saberlo todo. ¿Cuál es la verdad?

Si descubres, que la verdadera raíz de tu mal está en tí mismo, pídele perdón a Dios, y a tus padres. Comienza desde ahora a valorarlos pues haciendo esto disfrutarás también de las hermosas promesas de Dios, guardando el mandamiento: «Honra a tu padre y a tu madre para que te vaya bien... Ex 20: 12. Este «es el primer Mandamiento con promesa» Efesios. 6:2. Si te sientes abatido, desanimado o deprimido, si has estado cargado de desconfianza, odio o rencor, y el sendero de tu vida quedó desdibujado y manchado, cambia ese rumbo equivocado y recuerda que Jesús está dispuesto a extenderte su mano, per-

donarte y aceptarte en el mismo momento en que se lo pidas. Hazlo ahora mismo antes que sea tarde, escucha sus palabras que te dicen: «Acuérdate de tu Creador en los días de tu juventud, antes que vengan los días malos, y lleguen los años, de los cuales digas: «No tengo en ellos contentamiento» Eclesiastés 12:1. Él cambiará tus puntos de vista y verás las cosas en forma diferente. ¡Aprovecha cuanto antes esta experiencia y el cariño emanado de tus padres! ¡Aprovecha mientras ellos están a tu lado haciendo de tu hogar un paraíso y no un infierno! Conversa con ellos, cuéntale tus problemas e inquietudes. Ellos te aman, son quiénes te dieron la vida y te entenderán, trátalos con paciencia.

La verdad sobre el sexo

Nuestro mundo está saturado de sexualidad. Parece sumamente difícil alejarse del tema, ya que aparece no solamente en canciones, libros, programas de TV. y cine, sino también

la prensa anuncia y publica artículos sobre temas sexuales candentes y grotescos. Los anuncios comerciales suelen ser insinuantes porque el sexo “vende.”

Las enfermedades sexuales últimamente han captado la atención del público. Científicos y médicos advierten que las enfermedades tales como: Sida, Sífilis, Clamidia, Chancroide, Gonorrea, Blenorragia, etc., amenazan peligrosamente nuestra civilización.

La televisión por cable, los videocasetes e Internet, han traído al hogar películas a disposición de los muy jóvenes, material en el cual el tema sexual se visualiza descaradamente. La pornografía va tomando más auge, a pesar de las demandas legales en su contra. Las relaciones prematrimoniales que abundan cada vez más, han perjudicado a miles de jóvenes. Aunque se sienten y se creen liberadas, se ha observado que entre las madres solteras, hay cuatro veces más muer-

tes en el parto que entre las casadas. Dios desea que el sexo sea reservado para el matrimonio.

Querida juventud: Consideremos que antes que exista intimidad física, debe haber intimidad espiritual. En el verdadero concepto de las relaciones sexuales tendrán prioridad el cariño profundo y el compromiso total. Con el tiempo se fortalecerá en una relación duradera y genuina, en comprensión y dicha. El apóstol Pablo escribe al joven Timoteo: «Huye también de las pasiones juveniles y sigue la justicia, la fe, el Amor y la Paz, con los que de corazón limpio invocan al Señor» 2 Timoteo 2:22. Nadie tenga de que avergonzarte, sino que siempre puedas caminar con tu cabeza en alto y con toda dignidad puedas ser un verdadero ejemplo para los que te rodean. Este es otro consejo que le da Pablo a Timoteo: “Ninguno menosprecie tu juventud; si no sé ejemplo de los fieles en palabras, en conducta, en amor, en espíritu, en fe, en limpieza. 1 Timoteo 4:12

¡El Noviazgo, tiempo de sueños!

El noviazgo es una etapa maravillosa. Tiempo de ilusiones y desilusiones, de sueños, derrotas y triunfos. De ansiedades y espera sin igual.

Desde la adolescencia van desarrollándose los sentimientos y comienza a trabajar el corazón. La juventud es el tiempo en que se tomarán las decisiones más importantes de la vida.

Pero, ¡cuántos han fracasado! ¿Verdad? ¡Cuántas parejas tomaron decisiones arrebatadas o fueron movidas por impulsos! El gran número de divorcios, uno por cada tres casamientos, deben alertarnos a considerar cuidadosamente esta decisión.

Consejos Importantes

Casarse recién cuando se es maduro, física y mentalmente, cuando se es capaz de ganarse la vida y se tiene una edad conveniente.

No dejarse guiar solamente por la hermosura exterior, ya que ésta pasa. El sabio Salomón dijo: “Engañosa es la gracia, y vana la hermosura, la mujer que teme al Señor, ésa será alabada”. Proverbios 31:30.

Es peligroso llevarse por una pasión irrazonable. A menudo la pasión se convierte en odio.

Deben haber pasos preliminares: Amistad - Frecuentación - Noviazgo y Matrimonio. Un proceso en el que ambos se conozcan en sana camaradería.

Pregúntese: ¿Puede mi novio comprenderme y respetarme siempre? ¿Puede ser mi novia, una buena esposa, madre y compañera? ¿Es capaz de ayudarme, espiritual, práctica y financieramente? ¿Tiene mi novio seguridad financiera, un oficio y es laborioso? ¿Cómo trata a su madre? ¿Ama a los niños y animales? ¿Sabe perdonar? ¿Es rencoroso?

Cierto escritor ofreció la siguiente sugerencia a un muchacho que deseaba contraer matrimonio: “Si tienes en vista alguna señorita, procura verla cuando pela papas en la cocina. Si saca las cáscaras muy gruesas: es derrochona, si deja los ojos: es perezosa, si lava las papas una sola vez: es superficial, si las deja quemar: es negligente. Con esa no te cases, porque nunca te hará feliz” ¡Cuán importante es observar las cualidades de carácter de aquel con quien nos proponemos unir nuestra vida!

Antes de tomar una decisión definitiva, pide consejo a tus padres y sabiduría a Dios. Si te dejas conducir por Él, guiará tu vida hacia el éxito y serás muy feliz.

Las mayores preguntas de la juventud

Cada joven desea encontrar una respuesta adecuada a sus preguntas.

Muchos no están satisfechos con los padrones de vida que se les im-

pone. Desean tomar sus propias decisiones, y tienen razón, pues deben enfrentarlas.

Las tres preguntas principales son:

¿Qué hacer con Dios?

¿Qué hacer con mi vida?

¿Quién será el compañero de mi vida?

Elegir una profesión adecuada es importante. Pero, no pienses únicamente en ganar dinero, sino también, en servir a Dios y a tus semejantes. Te sentirás útil, satisfecho y feliz. Si no quieres errar en esta decisión y en la tan importante del matrimonio. Considera bien la primera pregunta, deja que Dios dirija tu vida y te conduzca con su mano de amor.

Sí, esa primera pregunta: ¿QUÉ HACER CON DIOS? Es muy importante.

Vivimos en un tiempo de escepticismo y de materialismo. En muchos colegios y universidades se enseña que el hombre desciende del mono o de algún otro ser inferior. La Biblia menciona que el hombre fue creado por Dios. No hay motivos para dudar, porque hay evidencias extraordinarias. La verdadera ciencia y la Biblia van de la mano.

Dios está en la conciencia de cada ser humano. No existe pueblo alguno que no haya buscado adorar a Dios de alguna manera. Se ha revelado al hombre de múltiples formas y hoy mismo desea por sobre todas las cosas revelarse en tu vida para darte las riquezas de su amor y felicidad. Él desea que tu seas un joven triunfador. Tú puedes triunfar, si te lo propones.

Cuando aún era muy niño, Juan Francisco Champollion de Francia, quedó profundamente impactado por unas extrañas escrituras llamadas jeroglíficos que le mostró su hermano mayor. Aquellos desconocidos y mis-

teriosos dibujos despertaron en él una vehemente ansiedad por conocer que secretos estaban ocultos en esos escritos. Con determinación se propuso desde su infancia poder descifrar eso que tanto le intrigaba. Comenzó inmediatamente poniendo el mayor de sus esfuerzos. Sí, los signos que tanto lo asombraron se encontraban grabados en la famosa Piedra Roseta descubierta por Napoleón en su fracasada expedición en Egipto. Las tumbas de los faraones que estaban atestadas de escrituras indescifrables, las imperiosas bibliotecas grabadas en arcilla y en las paredes de las imponentes pirámides, mantuvieron durante siglos enteros en jaque a los más ilustres arqueólogos de la época. Sin embargo, en 1822, el brillante joven Champollion anunció al mundo que todo es posible cuando uno se lo propone de corazón. Puso las bases principales para la impresión de la primera gramática egipcia habiendo dilucidado totalmente el alfabeto jeroglífico. No solo sirvió esto como un aporte incal-

culable para la arqueología, sino que confirmó al mundo la inmutable veracidad de la Palabra de Dios, la cual almacenaba diversos datos con respecto a estas regiones y que se vienen a confirmar mediante los avances de la ciencia bien encausada.

Tu también al igual que Champollion, puedes ser un joven victorioso. Dios quiere elevarte como el águila lo hace, hasta la misma cumbre del éxito, pero para eso queremos darte algunos consejos que facilitarán tus aspiraciones.

Características del joven que triunfa

«¡El joven decidido, noble y activo puede escalar grandes alturas y triunfar en la vida!» Cuando:

1. Vive inspirado por un ideal.

Tener ideales tiene un efecto mágico y «es tener una razón para vivir».

2. Trabajo y esfuerzo

Conquista el tiempo y pone el mayor esfuerzo en lo que hace. Se prepara lo mejor posible y nunca se da por vencido, ningún trabajo es degradante. Se dedica de corazón a trabajar en aquello en que él tiene aptitudes. Los impedimentos físicos no son vallas u obstáculos que no pueda superar.

3. Principios de ética y moral

El joven honrado, capaz y digno de confianza triunfará sobre todo si es puntual, diligente y responsable evitará problemas. Lo que el mundo más necesita son jóvenes con firmes convicciones y con espina dorsal.

4. El joven que triunfa siempre está dispuesto a pedir consejos a las personas de experiencia, especialmente, los padres.

- 5. Está dispuesto a reconocer sus equivocaciones y corregirlas con habilidad**

- 6. No se detiene a tener odios y sabe decir “Perdón”**

- 7. Lleva siempre una sonrisa sobre los labios.**

- 8. Es humilde, amable y cortés.**

- 9. Tiene los ojos y oídos abiertos para aprender. Saber de todo un poco y se especializa bien en una cosa.**

- 10. Y lo más grande e importante es que tiene a Dios en su vida.**

Naciste para ser un triunfador, la victoria está en tus manos. Depende solamente de ti pues Dios te ha proporcionado todo lo que necesitas para lograrlo. Medita ahora en las palabras del poeta:

*«Cuando pones la proa visionaria
hacia una estrella
y tiendes las alas hacia tal
excelsitud irascible,
con afán de perfección y rebelde
a la mediocridad,
llevas en tí el resorte misterioso
de un ideal.
Es ascua sagrada, capaz de darte
el temple para grandes acciones.»*

José Ingenieros

No esperes nunca el mejor de los empleos para ponerte a trabajar, no esperes el dolor para elevar una oración, no esperes estar solo para reco-

nocer el inmenso valor de un amigo, no esperes el luto del mañana para reconocer la importancia de quienes están hoy en tu vida, no esperes que los demás tomen la iniciativa, cuando sabes que tú has sido el culpable y no esperes una sonrisa para ser gentil. El mundo carece de hombres de valor y tú puedes contribuir a erradicar este mal.

Una famosa escritora americana de elevada inspiración dijo:

«La mayor necesidad del mundo es la de hombres que no se vendan ni se compren; hombres que sean sinceros y honrados hasta lo más íntimo de sus almas; hombres que no teman dar al pecado el nombre que le corresponde; hombres cuya conciencia sea tan leal al deber como la brújula al polo; hombres que se mantengan de parte de la verdad aun que se desplomen los cielos» E. G. White

«La gota cristalina y pura se desprende del lodo, para elevarse nube hasta la altura» Manuel Acuña

«Os escribí a vosotros, jóvenes, porque sois fuertes, la Palabra de Dios mora en vosotros, y habéis vencido al maligno.» 1^a Juan 2:14



VII

Cómo Solucionar mis Problemas Financieros

*H*ay quienes hablan de la buena suerte. La Biblia habla de las bendiciones de Dios.

Pero, ¿Influirán mis actitudes, en la prosperidad material? Sin duda. El hombre de negocios, para ganar debe invertir, e invertir bien. El campesino,

para cosechar abundantemente, debe sembrar mucho y cuidar las plantas. Si somos administradores debemos llevar una correcta mayordomía, especialmente si los bienes son de otros.

Muchas personas se sentirían muy honradas y privilegiadas, si fuesen invitadas a invertir y tomar parte como socios de alguna próspera empresa comercial. Esto es lo que está haciendo Dios. Nos invita a ser sus socios, en la mayor empresa, ayudar al mundo a escapar de la condenación y prepararnos para su futuro reino de gloria.

Pero, ¿cómo puedo prosperar y solucionar mis problemas financieros, teniendo las bendiciones de Dios, invertir aunque no sea negociante, sembrar aunque no sea agricultor, administrar aunque no sea contador y conseguir un socio que me ayude a ganar, aunque no tenga capital para ofrecer?

Dios reveló un plan en la Biblia para prosperar.

El verdadero dueño de todas las cosas

El hombre suele reclamar su derecho de propiedad sobre la tierra y sobre todo lo que hay en ella, sin embargo, Dios es el verdadero dueño de todo; nosotros somos simples administradores de sus bienes. Todo le pertenece pues es el Creador. En la Escritura encontramos la declaración que dice: «De Jehová es la tierra y su plenitud, el mundo y los que en el habitan...» Salmos 24:1-2 Él dice: «mía es toda bestia del bosque y todo lo que se mueve me pertenece». ; (Salmo 50:7, 10-12) Aún los bienes materiales que están en la mano del hombre y que él reclama como suyos, son de Dios: «Mía es la plata y mío es el oro, dice Jehová de los ejércitos» Hageo 2:8. Normalmente nuestro corazón y naturaleza egoísta, orgullosa y llena de suficiencia propia no nos permite mirar hacia la verdadera fuente de todas las bendiciones. Consideramos que el éxito, los logros, el bienestar y los recursos que poseemos son el fruto de

nuestras propios esfuerzos, sin tomar en cuenta la bendición de Dios. Pero se nos advierte lo siguiente: «Cuídate de no olvidarte de Jehová, tu Dios, para cumplir los mandamientos, decretos y estatutos que yo te ordeno hoy; no suceda que comas y te sacies, edifiques buenas casas y las habites, cuando tus vacas y tus ovejas aumenten, la plata y el oro se te multipliquen y todo lo que tengas se acreciente, se ensoberbezca tu corazón y te olvides de Jehová, tu Dios, que te sacó de tierra de Egipto, de casa de servidumbre... y digas en tu corazón: “Mi poder y la fuerza de mi mano me han traído esta riqueza”; sino acuérdate de Jehová, tu Dios, porque él es quien te da el poder para adquirir las riquezas, a fin de confirmar el pacto que juró a tus padres, como lo hace hoy» Deuteronomio 8:11-14, 17, 18

¿En qué se basa Dios para reclamar todo como suyo? En las siguientes razones: porque nos hizo (Salmos 100:3), porque fuimos rescatados con la sangre preciosa de Cristo (1^a Pedro

1:18, 19) y porque por él vivimos, nos movemos y somos (Hechos 17:28) No solamente fuimos creados, sino también salvados por gracia infinita. Cada instante somos sostenidos por su gran amor. Esta triple causa nos lleva a reconocerlo como Salvador, Señor y el todo de nuestra vida y nos estimula a formularnos la pregunta: “¿Que pagaré a Jehová por todos sus beneficios para conmigo?” Salmos 116:12-14)

Administradores de los Bienes de Dios

El cuerpo, el tiempo, los talentos, y el dinero nos han sido entregados por Dios para que seamos administradores fieles de sus dádivas. Para que los utilicemos en bien de los demás. «Cada uno según el don que ha recibido minístrelo a los otros, como buenos administradores.» 1^a Pedro 4:10 Todo lo que tenemos es de Dios. Somos simples mayordomos.

Mi cuerpo

Somos propiedad de Dios, 1^a Corintios 6:19-20; 10:31. Glorifiquemos a Dios con nuestro cuerpo, cuidándolo correctamente. No debilitemos ni destruyamos nuestras energías vitales consumiendo cosas que nos perjudican. Utilicemos nuestros cuerpos y nuestras fuerzas para colaborar con el plan de Dios para salvar al mundo.

Mi tiempo

Dios nos da seis días para trabajar y dedicarlos a nuestros intereses, pero reclama como suyo el séptimo día, el sábado, (Éxodo 20:9, 10). Ese día fue santificado, apartado para Dios. Dedicarlo a mis propios intereses, no dedicándolo a Él, significa robarle el tiempo que le pertenece. Además es para nuestro propio bien. Dedicemos cada día de nuestro tiempo para hablar a otros de la salvación, (Hechos 4:32).

Mis talentos

¿Qué hacemos con los dones que Dios nos ha dado? ¿Los usamos para Él? El hablar, el cantar, el ayudar a un enfermo, instruir a un niño, etc., cualquier don que Dios nos dio, debe ser usado para proclamar el reino de Cristo, (Mateo 28:18-20). La parábola de los talentos, es solemne e importante, (Mateo 25:14, 19-30); trabajemos cada día algo para Dios; hablando a otros del amor de Jesús y enseñándoles las grandes verdades que aprendemos en su palabra. ¡Nos sentiremos muy felices, y nuestros dones se desarrollarán!

Mi dinero

También sobre el dinero que manejamos debemos dar cuenta a Dios como administradores suyos. ¿Lo usamos egoístamente, o estamos dispuestos a colaborar con los recursos que el Creador nos dio para proclamar el mensaje de Dios? A la pregun-

ta de Salmos 116: 12, «¿Qué pagaré a Jehová por todos sus beneficios para conmigo?» ¿Qué respondemos? «Honra a Jehová con tus bienes» Proverbios 3:9, 10 He aquí el secreto de la prosperidad material. Dar una parte de nuestros recursos para dedicarlo a la proclamación del mensaje de Dios.

Un Plan Divino

De todos los bienes que Dios nos dio para administrar, Él reclama para un uso especial una parte de esos bienes. Es la que se menciona en Levíticos 27:30-32: «El diezmo de la tierra, tanto de la simiente de la tierra como del fruto de los árboles, es de Jehová: es cosa dedicada a Jehová... Todo diezmo de vacas o de ovejas, de todo lo que pasa bajo la vara, el diezmo será consagrado a Jehová»

El diezmo, la décima parte de nuestras ganancias, no se la damos a Dios, solo le devolvemos una parte, quedando nueve para nosotros

pues todo es suyo. Es una manera en que Dios prueba nuestra fe, lealtad y nuestro amor hacia un mundo que necesita recibir la luz de Dios a través de nuestros recursos.

El uso especial por lo cual se destina el diezmo es para la expansión de las buenas nuevas del reino de Cristo. El diezmo se dedica únicamente a la predicación del evangelio, para que los ministros de Dios puedan dedicar todo su tiempo a la salvación de las almas. Por esta razón se entrega el diezmo a la tesorería de la iglesia, no a un pastor, para que ella distribuya los recursos y pueda suplir las necesidades de los que trabajan: «Por su ministerio, por cuanto ellos sirven en el ministerio del Tabernáculo de reunión» Números 18:20-24. A esto mismo fue que también se dedicó el diezmo en el Nuevo Testamento cuando la iglesia crecía y se expandía en la predicación de la Palabra: «¿No sabéis que los que trabajan en las cosas sagradas, comen del Templo, y que los que sirven al altar, del altar par-

ticipan? Así también ordenó el Señor a los que anuncian el evangelio, que vivan del evangelio» 1ª Corintios 9:13-14. También mucho antes de los días de Moisés, Abraham y Jacob ya dieron el diezmo a Dios. ¿De qué bienes materiales se nos enseña a dar? De acuerdo a lo que dice Génesis 14:20; 28:20-22, de todo lo que poseemos y de todas nuestras ganancias. En realidad el diezmo, el matrimonio y el sábado vienen del paraíso, el árbol que pertenecía a Dios del cual Adán y Eva no debían comer, representa el diezmo o sea la parte que le corresponde a Dios. También nosotros somos probados. Hay quienes piensan que la ley del diezmo fue instituida en los días de Moisés, que es parte de la ley ceremonial y no válido para nuestro tiempo. Lo encontramos desde el mismo Edén, al reservar, Dios, un árbol para Él. Abraham entregó los diezmos de todo a Melquisedec, una figura de Cristo, casi 500 años antes de la promulgación del Sinaí. También lo dio Jacob y los fieles siervos de Dios

a través de los tiempos. El Señor Jesús recalcó la necesidad de cumplirlo y acompañar la fidelidad en este punto a la justicia, la misericordia y la fe (Mat. 23:23).

Leyes que regulan la Prosperidad o la Pobreza

¿No es cierto que a todos nos gusta tener óptimas condiciones de vida y que dentro de lo posible no nos falte nada? El afán de toda familia es tener una casa, tal vez un auto y suplir todas las necesidades primarias de sus hijos, asegurarles un futuro y que tengan las mejores cosas. Buscando esto a menudo elegimos caminos equivocados como: negocios oscuros, exceso de trabajo descuidando la familia o la deshonestidad. El contraer grandes deudas nos hace vivir intranquilos. Recomiendo que la familia se siente después de haber cobrado y haga su presupuesto familiar para planificar como distribuir el dinero ganado. Es bueno involucrar a la esposa en esto.

¿Cuál es uno de los grandes secretos de la prosperidad material? ¿Tendrá la Biblia alguna instrucción al respecto? La respuesta es: «Hay quienes reparten y les es añadido más, y hay quienes retienen más de lo justo y acaban en la miseria. El alma generosa será prosperada, el que sacie a otros, también él será saciado» Proverbios 11:24-25. La generosidad es grandemente recompensada por el Dueño de todas las cosas, o sea Dios. «El que siembra generosamente, generosamente segará» 2ª Corintios 9:6, 7, 10. La Biblia dice que los que retienen para sí lo que le pertenece a él, roban a Dios: «Pues vosotros me habéis robado. Y aún preguntáis: “¿En qué te hemos robado?” En vuestros diezmos...» Malaquías 3:8

En Malaquías 3:10 hay un llamado a la fidelidad diciendo: «Traed». Pero el mismo texto nos permite «probarlo» pues Él es fiel a su promesa: «Abriré las ventanas de los cielos, y os daré bendiciones hasta que sobreabunde.» Quienes han devuelto al Señor lo que

le pertenece, pueden decirnos por experiencia propia que Dios cumple sus promesas. El 90% que les queda, les rinde más que el 100% de los demás.

A quienes probaron a Dios, reclamando sus promesas, en momentos de dificultades financieras graves y se les abrieron literalmente las ventanas de los cielos para derramarles bendiciones. Pero para poder apoyarnos en ellas debemos ser fieles a Dios en devolverle lo que le pertenece. En el verdadero pueblo de Dios, no administran los pastores el dinero de la iglesia. Hay tesoreros o tesoreras en cada lugar donde hay una congregación, y auditores elegidos por la membresía. Existen sobres especiales en los que podemos colocar nuestros aportes para la causa del Señor. Luego cada creyente recibe un recibo de parte del tesorero. Dios es un Dios de orden y esto se debe manejarse con toda seriedad. Estos recursos no son para enriquecer a un líder religioso sino para que pueda mantenerse con su familia y pueda promover el reino

de Dios. Pero hay iglesias donde este orden no existe y esto da lugar a los abusos y desilusiona a muchos fieles, pero el pueblo de Dios es ordenado en estas cosas.

Las ofrendas son algo diferente del diezmo. Al devolver el diezmo yo les estoy entregando a Dios lo que a él le pertenece, pero con la ofrenda le estoy diciendo cuanto lo amo, le estoy demostrando el lugar que ocupa en mi corazón pues es algo totalmente voluntario. Las ofrendas, ya sean: de agradecimiento, las primicias (Deuteronomio 18:4) y las ofrendas para los pobres (Gálatas 2:10; Romanos 15:26) serán el fruto de nuestra gratitud al Señor. Se darán siempre con un corazón alegre. Como lo hacía Jesús. E. G. White escribió: «Los actos de bondad efectuados con alegría y gozo valen mucho más que los que se hacen sólo por cumplir con un deber. Jesús siempre estuvo rodeado de sufrientes y enfermos; sin embargo, siempre era benévolo, bondadoso y alegre» MC 15

He aquí algunas promesas para quienes son generosos con los pobres: «Bienaventurado el que piensa en el pobre; en el día malo lo librará Jehová. Jehová lo guardará, le dará vida y será bienaventurado en la tierra. No lo entregarás a la voluntad de sus enemigos» Salmos 41:1-2;

«A Jehová presta el que da al pobre; el bien que ha hecho se lo devolverá» Proverbios 19:17.

La mejor manera en que podemos ahorrar en el banco del cielo, es dando: «Dad y se os dará... porque con la misma medida con que medís os medirán» Lucas 6:38. Dios ama al dador alegre. Pero no olvidemos que no le estamos dando. Todo es suyo. Al devolverle le decimos simplemente «te reconozco como mi Señor y mi dueño, y te amo. Aquí están los intereses de lo que me diste para administrar», y Él dirá: «Bien, buen siervo fiel, sobre poco has sido fiel, sobre mucho te pondré, entra en el gozo de tu Señor.» Mateo 25:21.

Hemos sido comprados por un precio elevadísimo, la Sangre de nuestro Señor Jesucristo. El devolver una parte de lo que Dios nos da, es una forma de gratitud por la redención que hemos recibido en Jesucristo. ¿Cuál es tu opinión? ¿Crees que es importante colaborar para que otros también puedan llegar a conocer la salvación? ¿Desearías también contratar a Dios como tu socio? ¡ ¡Harás maravillosas experiencias con Él! ¡Pruébalo! Esta será la clave para solucionar tus problemas financieros.



VII

Siete Claves Para una Vida Sana

El tema más comentado es el de la salud. Cuando dos amigos se encuentran lo primero que preguntan es ¿Cómo estás? ¿Cómo anda la salud? Dios también se interesa por nuestro bienestar físico.

No podemos negar que el aumento de la ciencia en estos primeros años

del tercer milenio, ha sido impresionante. Los avances en la tecnología del instrumental médico, los nuevos antídotos contra diversas dolencias y los métodos de prevención de enfermedades cada día se incrementan vertiginosamente. Lo más lógico es que así como avanza la medicina, en la misma proporción decrezca el número de enfermos y de enfermedades. Pero es todo lo contrario. Cada vez se construyen mas hospitales, nuevas clínicas y más salas de asistencia.

¿Qué es lo que está sucediendo con la salud del hombre? ¿Cuáles son las causas de tantas dolencias?

Dios quiere que tengamos salud, que vivamos sanos y felices, ya que 1^a Juan 2 dice: “Amado, yo deseo que tú seas prosperado en todas las cosas, y que tengas salud, así como prospera tu alma.”

La felicidad es una de las necesidades elementales del ser humano y ella está relacionada íntimamente con la salud. Él desea darnos sabiduría

para evitar la enfermedad y recuperar la salud perdida. Demos importancia a nuestro cuerpo pues Dios lo considera un templo de su Espíritu: “¿O ignoráis que vuestro cuerpo es templo del Espíritu Santo, el cual está en vosotros, el cual tenéis de Dios, y que no sois vuestros? Porque habéis sido comprados por precio; glorificad, pues, a Dios en vuestro cuerpo y en vuestro espíritu, los cuales son de Dios.” 1ª Corintios 6:19-20.

La Biblia también muestra lo que hará Dios con los que profanan su cuerpo y lo destruyen deliberadamente. «¿Acaso no sabéis que sois templo de Dios y que el Espíritu de Dios está en vosotros? Si alguno destruye el templo de Dios, Dios lo destruirá a él, porque el templo de Dios, el cual sois vosotros, santo es» 1ª Corintios 3:16-17.

Considerando esta gran responsabilidad de cuidar nuestro cuerpo, tomemos en cuenta 7 claves o consejos importantes:

Primera Clave

Utilice agua por dentro y por fuera

El cuerpo humano necesita de 2 a 3 litros de agua por día, pero conviene que se beba lejos de las comidas.

El agua pura ayuda al organismo y tienen un efecto desintoxicante. También el baño diario tiene ventajas.

La buena higiene activa la eliminación por los poros y ayuda a mantener un buen estado físico.

Para recuperar la salud también existen diversas aplicaciones hidrotérmicas (de agua) que dan excelentes resultados.

Los baños de asiento, de vapor, frotaciones, compresas, etc.

En la Biblia hay ejemplos de curaciones hechas por Dios, pero utilizando el agua. (2^a Reyes 5:9-14)

Segunda Clave

Descanse lo suficiente

Por lo menos debe dormirse 8 horas diarias, aunque los niños necesitan más, pues el reposo fortalece el sistema nerviosos. El reposo de un día semanal, el Sábado, es una bendición para el cuerpo y el alma. Es mejor acostarse temprano y levantarse temprano pues son los procesos naturales que asimila y precisa el cuerpo. Pero cuando nos acostamos tarde y nos levantamos tarde, estamos interrumpiendo el ciclo normal.

Tercera clave

Regularidad. Mantenga horarios fijos para comer.

Al comer entre horas se recarga el estómago. Una vez que dejemos de comer debemos descansar el estómago por un lapso de 4 a 6 horas, sin ingerir nada, excepto líquido.

Cuarta clave

Temperancia en el comer, el trabajo, el sexo, en nuestras actividades mentales.

Aún las mejores comidas consumidas en exceso no son buenas. Deberíamos levantarnos de la mesa con un poco de deseos de comer. Mastíquese bien los alimentos, ya que la digestión comienza en la boca. Temperancia significa equilibrio. No comer solamente porque gusta, sino porque hace bien. Un viejo adagio dice: «El hombre debe comer para vivir y no vivir para comer. Porque el que come para vivir se alimenta, pero el que vive para comer, se revienta.

Quinta clave

Aliméntese en forma natural

Cuando Dios creó al hombre le dio una alimentación sana. ¿Cuál era?

«Y dijo Dios: He aquí que os he dado toda planta que da semilla, que está sobre toda la tierra, y todo árbol en que hay fruto y que da semilla; os serán para comer». Génesis 1:29

Las frutas, oleaginosas y los cereales constituyeron el alimento dado al hombre en el principio. Cuando Dios creó al hombre no le dio carne como alimento. En el Edén le dio únicamente frutas y cereales. Al caer en el pecado se le dijo «comerás plantas del campo» (Génesis 3:18) de modo que ahora tenía el hombre frutas, cereales y verduras. O sea, el hombre era vegetariano. ¿Existirá alguna prueba científica de que el hombre fue creado como vegetariano? Sí, la similitud de los intestinos y de la dentadura de un animal herbívoro con el hombre. Si hacemos una comparación entre los animales carnívoros y los herbívoros comprobaremos que los carnívoros como: el león, tigre, hiena, etc., tienen un intestino corto, mientras que los herbívoros como: la vaca, oveja, caballo, tienen un intestino largo. El

ser humano tiene un intestino sumamente largo. Los animales carnívoros tienen colmillos puntiagudos y separación entre los dientes, mientras que los vegetarianos no. La dentadura y los intestinos del ser humano son más similares al animal herbívoro que al carnívoro.

Longevidad de nuestros primeros padres:

Mientras que el hombre no comía carne, vivía alrededor de 900 años: Adán vivió 930 años, Set 912, Enoc 365 (lo llevó Dios), Matusalén 969 y Noé vivió 950 años. Después del diluvio según el relato bíblico (Génesis 7:2; 9:3-4) se le permitió al hombre la ingesta de ciertas carnes, lo cual acortó la longevidad a unos 300 años cuando el hombre comenzó a consumirla.

Si bien le fue permitido al hombre comer carne después del diluvio, nunca fue permitido comer sangre, ni «animales inmundos», sino única-

mente ciertas clases mencionadas en Levítico 11 y Deuteronomio 14. Los animales llamados limpios debían tener dos características simultáneas: Tener las pezuñas hendidas y ser ruminantes, como el cordero, la vaca, o la cabra.

Entre los llamados inmundos se pueden destacar: el cerdo, la liebre, el conejo, camello, etc. El comer sangre siempre estuvo prohibido por Dios, pues en ella está la vida. (Génesis 9:4-5; Levíticos 7:26-27; Hechos 15:20). Los animales debían ser muertos en forma especial para ser desangrados.

Cuando el pueblo de Israel peregrinó por el desierto rumbo a Canaán, la tierra prometida, Dios quiso darles una alimentación especial sin carne.

Les dio maná cada mañana que lo preparaban de diversas maneras. Pero los Egipcios que los acompañaban los incitaron a murmurar y pedir carne. Moisés les dijo: « Jehová, pues, os dará carne, y comeréis....hasta que os salga por las narices, y la aborrez-

cáis...» (Números 11:4,19-20), Por su rebeldía al no querer someterse tuvieron que afrontar la reprensión de Dios con varios castigos.

Una fulminante plaga sepultó al pueblo codicioso: «Aún estaba la carne entre los dientes de ellos, antes que fuese masticada, cuando la ira de Jehová se encendió en el pueblo, e hirió Jehová al pueblo con una plaga muy grande. Y llamó el nombre de aquel lugar Kibrot-hataava, por cuanto allí sepultaron al pueblo codicioso.» (Números 11: 33-34) y esto quedó como un vivo ejemplo para nosotros los que vivimos en estos días.

Por eso el Apóstol Pablo al recordar la peregrinación por el desierto hace un paralelo con nosotros.

«Pero de la mayoría de ellos no se agradó Dios, por lo cual quedaron tendidos en el desierto. Mas estas cosas sucedieron como ejemplos para nosotros, para que no codiciemos cosas malas, como ellos codiciaron... «Todas estas cosas les acontecieron

como ejemplo, y están escritas para amonestarnos a nosotros, que vivimos en estos tiempos finales» 1^a Corintios 10:5-6, 11

Dios tiene el propósito que su pueblo retorne a la alimentación sana que existió en el principio del mundo: frutas, verduras, cereales y legumbres; un régimen natural sin carne. El pueblo de Israel salió de Egipto para ir a Canaán. Nosotros salimos del Mundo (Egipto) para ir a la Canaán celestial. Así como Dios quería darle a su pueblo en ese tiempo una alimentación sin carne, desea prepararnos hoy para retornar a la alimentación dada al hombre en el principio.

¿Se comerá carne en el cielo, durante la vida eterna? ¡Nunca! La Biblia dice: «Enjugará Dios toda lágrima de los ojos de ellos; y ya no habrá más muerte, ni habrá más llanto ni clamor ni dolor, porque las primeras cosas ya pasaron» Apocalipsis 21:4

Ahí ya no habrá más muerte, lo que quiere decir que no se sacrificarán

animales para que el hombre subsista a base de ellos. Sí, ese azote que atormenta al ser humano, la muerte, será exterminado completamente por Dios: «Destruirá a la muerte para siempre, y enjugará Jehová el Señor las lágrimas de todos los rostros» Isaías 25:8

Se comerá de las hermosas frutas que madurarán cada mes, (Apocalipsis 22:2). La alimentación que el hombre recibió en el Edén de dicha y paz, y que fue trastocada por el pecado, será devuelta por Cristo después de su venida.

La historia de Daniel y sus tres amigos en las tierras de Babilonia es un ejemplo del curso de acción que deberían tomar los hombres y mujeres de hoy día. Daniel 1:8, dice “Y Daniel propuso en su corazón no contaminarse con la porción de la comida del rey, ni con el vino que él bebía.” Ellos pidieron: “y nos den legumbres a comer, y agua a beber” (vers. 12)

Por su autocontrol y el cultivo de los sanos principios de alimenta-

ción al evitar las comidas con carne y las bebidas alcohólicas estos cuatro compañeros hallaron gracia delante de Dios y recibieron sus bendiciones especiales. El Registro Sagrado confirma que el rey halló diez veces más sabios e inteligentes que los magos y astrólogos del reino. (Daniel 1:8-20) También nosotros podemos tener las bendiciones de una mejor salud, una mente más fresca y mayor dinamismo si nos proponemos como Daniel y sus amigos vivir una vida temperante.

Veamos las siguientes ventajas de la alimentación lacto - ovo - vegetariana

Ventajas físicas:

- a) Hay 10 veces menos riesgo de enfermedades.
- b) Menor consumo de colesterol, causa de las enfermedades cardiovasculares.
- c) Menor consumo de ácido úrico, causa de problemas reumáticos.

- d) Mejor digestión, menor riesgo de cáncer.
- e) Se evita que vacunas, inyecciones y hormonas que reciben los animales, pasen a nuestro cuerpo.
- f) Mayor resistencia, al no tener un cuerpo intoxicado.
- g) Mayor longevidad.

Ventajas morales:

- a) Se practica mayor compasión hacia los animales.
- b) Menor excitación hacia las bajas pasiones.
- c) Menor irritabilidad, pues la carne contiene estimulantes.
- d) Se evita embotar las sensibilidades morales.
- e) Menor costo, más personas pueden comer.

- f) Se evita la tendencia a la homosexualidad por pollos alimentados con hormonas femeninas.
- g) Se desarrolla mayor compasión hacia nuestros semejantes

Ventajas espirituales:

- a) Menos riesgo de embotar las finas sensibilidades de la mente.
- b) Practicamos la temperancia y el dominio propio.
- c) Mayor espiritualidad.
- d) No destruirá seres creados por Dios, para satisfacer nuestros apetitos.
- e) No hay peligro de consumir sangre de animales, prohibida por Dios.
- f) Honramos y glorificamos a Dios al cuidar nuestro cuerpo.
- g) Regresamos al régimen original cumpliendo el plan de Dios para este tiempo.

Sexta clave

Evítense los estimulantes y las drogas

El tabaco es un asesino implacable que mata a millones, ya que de cada cinco fumadores, uno muere de cáncer. No debemos destruir nuestro cuerpo que es templo de Dios, (1ª Corintios 3:16-17).

La Biblia dice que: «El vino es escarnecedor, la sidra alborotadora, Y cualquiera que por ellos yerra no es sabio» (Proverbios 20:1; 23:29-33)

Otro ejemplo que tenemos es el de Juan el Bautista, el precursor de la primera venida de Cristo. Antes de nacer, un ángel se apareció a su padre Zacarías y le demarcó la alimentación que debería tener este siervo del Altísimo desde el vientre de su madre y así sería lleno del Espíritu Santo.

«Porque será grande delante de Dios. No beberá vino ni sidra, y será lleno del Espíritu Santo aun desde el vientre de su madre» Lucas 1:15

Nosotros preparamos el camino de la segunda venida de Cristo, ¿será menos importante hoy que en aquel tiempo cuidar este aspecto? Hay otros estimulantes que perjudican nuestra salud de los cuales debemos prevenirnos, reduciendo su consumo a cero; tales como: El café, té, mate y las bebidas con cola, contienen cafeína (teína o mateína, son similares), y excitan el sistema nervioso, produciendo diversos trastornos físicos. Por lo tanto, deben evitarse. Las drogas como el LSD, la morfina, marihuana, cocaína y ciertos medicamentos, enferman el cuerpo, embotan la mente, degradan el alma y ofenden a nuestro Creador.

Séptima Clave

Utilice los remedios naturales y pida a Dios

En su infinita sabiduría el Creador hizo brotar del suelo las plantas con propiedades alimenticias y medicinales para nuestro beneficio: «Él

hace brotar el heno para las bestias y la hierba para el servicio del hombre» Salmo 104:14 Jesucristo utilizó barro para curar un ciego, y recomendó utilizar el agua, (Juan 9:6-12). Al rey Ezequías se le recomendó una cataplasma de higos, (2ª Reyes 20:5-7), demostrando así su aprobación por estos agentes naturales.

En nuestros días dada la degeneración que el pecado causo en el ambiente es casi imposible no enfermarse. Siendo que no estamos exentos de esto ¿qué es lo más recomendable que debemos hacer cuando nos ataque alguna dolencia?

«¿Está alguno enfermo entre vosotros? Llame a los ancianos de la iglesia para que oren por él, ungiéndolo con aceite en el nombre del Señor. Y la oración de fe salvará al enfermo, y el Señor lo levantará; y si ha cometido pecados, le serán perdonados» Santiago 5:14-15.

¡Qué bello antídoto! ¡El mejor! No solo me sana de mis dolencias físicas

sino que también de mis dolores espirituales. ¿Qué hay mejor en esta vida que tener la seguridad del perdón y la aceptación de Dios?

La Biblia nos anticipa que en el último tiempo habrán también falsos milagros. Puede haber salvación sin curación y curación sin salvación. Muchos se chasquearán en el juicio final (Mateo 7:21-23).

Somos propiedad de aquel que nos compró con el precio de su propia sangre. El creyente pertenece doblemente a Jesucristo, por creación y por redención. El cuerpo nos ha sido dado, para que desarrollemos en él el carácter. Es el vehículo por el cual nos expresamos y exteriorizamos nuestro amor y gratitud a Dios (Rom. 12:2). La salvación incluye también la redención de nuestro cuerpo, la cual se efectuará en la segunda venida de Cristo (Rom. 8:23), por eso, para el creyente, es muy importante cuidarlo, porque en él debe desarrollar la santificación... «Glorifiquemos a Dios en

nuestros cuerpos» 1^a Corintios 10:31. Jesús dio su vida por mí para salvarme con un amor sin igual, ¿despreciaré mi cuerpo que Él creó, y mi vida, por la que Él murió?

Todos los que quieran glorificar así a Dios en sus corazones y dar una respuesta a su amor pueden hacerlo de una forma muy expresiva: «Por lo tanto, hermanos, os ruego por las misericordias de Dios que presentéis vuestros cuerpos como sacrificio vivo, santo, agradable a Dios» Romanos 12:1-2 Si los que buscan la gloria terrenal en el deporte, se cuidan, ¡cuánto más los que servimos a Dios! (1^a Corintios 9:24-27).

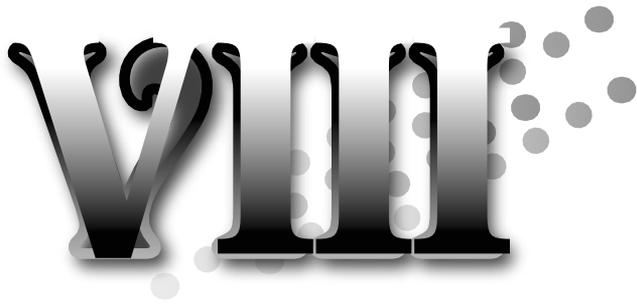
Vivamos una vida temperante y feliz de acuerdo a los consejos de Dios.

Es cierto que no va a ser fácil cambiar todas nuestras costumbres en el comer pero en la batalla contra nosotros mismos Pablo nos dice: «Todo lo puedo en Cristo que me fortalece» Filipenses 4:13. Es imposible vencer nuestros hábitos malsanos, con nues-

tras débiles fuerzas humanas. Necesitamos la ayuda que proviene de Dios. Él está dispuesto a ayudarnos, si lo deseamos y se lo pedimos. Tendremos la bendición de una mejor salud y la tranquilidad espiritual de glorificar a Dios en nuestro cuerpo, por el que Jesús también murió. Avanzaremos un paso en el camino de la santificación.

¿Deseas recibir también los beneficios que da una alimentación natural y vivir en armonía con el plan de Dios, con respecto a la salud? Entonces no postergues tu decisión, pues ¡vale la pena! Millones de personas, muchos de ellos no religiosos lo practican pues desean cuidar su cuerpo. ¡Cuánto más nosotros que amamos y respetamos a nuestro Creador!





La verdadera Belleza

*U*na joven llamaba la atención por su belleza. Su rostro era hermoso, su cuerpo esbelto y simétrico, su cabello sedoso, su piel suave y sonrosada. Habría ganado un concurso de belleza, pero un admirador que la observaba deslumbrado entró a conocerla en su ambiente. Notó que en su carácter era egoísta, orgullosa y falsa, y su vocabulario era vulgar. Se desilusionó terriblemente, la apariencia lo había engañado.

¿En qué consiste la verdadera belleza? ¿Cómo podemos tenerla?

La verdadera belleza no está en la apariencia exterior, en el arreglo personal, en joyas y pinturas que se puedan utilizar, ni en ropas que se puedan lucir, sino en el adorno interior de un carácter afable, atrayente. ¡Qué bien nos sentimos con esa persona, aunque no sea tan linda! ¿Verdad? Tampoco es tan importante cómo nos ve el hombre, sino, considerar cómo nos ve Dios.

El adorno del alma

Cuando el alfarero trabaja el barro, y sobre la rueda moldea un jarro, lo hace desde adentro hacia afuera. Dios desea también transformar nuestro interior, para que se vea en el exterior la expresión de su santa voluntad. La verdadera belleza, que actúa mediante la ayuda del Espíritu Santo acciona desde adentro hacia afuera. Ese proceso de perfeccionamiento se

denomina: Santificación y abarca con la inmaculada gracia de Dios todos los aspectos del hombre; físicos mentales y espirituales. Así dice Pablo: «Que el mismo Dios de paz os santifique por completo; y todo vuestro ser, espíritu, alma y cuerpo» 1^a Tesalonicenses 5:23 Nuestros pensamientos, sentimientos y acciones deben ser santificados. En nuestros hábitos de comer, vestir, hablar y vivir debe notarse que somos seguidores de Jesús. (Romanos 6:22)

¿Qué consejo se nos da en cuanto al arreglo personal y a la indumentaria? La Palabra de Dios es clara en cuanto a eso y enfatiza que se debe usar ropa decorosa con pudor y modestia, sin ostentación. (1^a Timoteo 2:9-10). El verdadero vestido que caracterizará a las mujeres piadosas es como lo señala Pedro: «Al considerar vuestra conducta casta y respetuosa. Vuestro atavío no sea el externo de peinados ostentosos, de adornos de oro o de vestidos lujosos, sino el interno, el del corazón, en el incorruptible adorno de un espíritu afable y apacible, que

es de grande estima delante de Dios, pues así también se ataviaban en otro tiempo aquellas santas mujeres que esperaban en Dios estando sujetas a sus maridos» 1^a Pedro 3:2-5. En realidad lo que embellece a la persona y hermosea su rostro es «el corazón alegre» Proverbios 15:13. El corazón que ha recibido la paz del cielo y el gozo de la salvación que solo Jesús puede proporcionar a través del Espíritu Santo

Las mujeres del antiguo Israel llevaban una cinta azul en sus vestidos para distinguirse de los paganos idólatras. ¿Cuál es la cinta azul que nos distingue hoy? La modestia en el vestir, el evitar los adornos de oro, las pinturas y teñidos que a menudo afectan la salud, fomentan la vanidad y deforman la persona de ser como la hizo Dios. Le decimos al Creador en otras palabras: «No estoy conforme como me creaste». Un rostro alegre y natural, un carácter afable y sincero deben ser nuestro verdadero adorno. Sin embargo hay vestimentas

que desagradan a Dios y le ofenden. Por ejemplo: «No vestirá la mujer traje de hombre ni el hombre vestirá ropa de mujer; porque es abominable para Jehová, tu Dios, cualquiera que esto hace» Deuteronomio 22:5. Las prendas que son exclusivamente de uso femenino no agradan a Dios cuando son utilizadas por un varón y viceversa. La Biblia menciona también el largo del cabello adecuado tanto para el hombre como para la mujer, según la voluntad del Señor: «La naturaleza misma ¿no os enseña que al varón le es deshonoroso dejarse crecer el cabello? Por el contrario, a la mujer dejarse crecer el cabello le es honroso, porque en lugar de velo le es dado el cabello» 1ª Corintios 11:14-15.

Pero ¿le agrada a Dios una persona desarreglada, sucia y desgreñada. Por cierto que no. Vistamos con gusto, con ropa de buena calidad si es posible, llevando hábitos de estricta higiene. Irradiemos frescura, simpatía y sencillez, que cada persona vea que en nosotros hay algo diferente, no

obstante evitemos que la opinión de lo que otros piensan de nosotros dirija nuestras acciones. Mantengamos una noble independencia, tratando de vivir para Dios. Cuida de tu cuerpo, pero no de tal manera como si fuera tu alma. El gozo de haber amado y obedecido a Jesús será nuestra recompensa. Isaías 3:16-26, describe el fin de las vanidosas y desobedientes.

Las Diversiones

Ya que la obra del Espíritu en la persona es cabal y la belleza no sólo se encierra en la apariencia exterior sino que también en nuestras acciones y formas de comportarnos ¿Qué principios revelados en la Biblia podemos aplicar a nuestras diversiones y pasatiempos? La respuesta a esta pregunta la encontramos en Filipenses 4:8 «Todo lo verdadero, honesto, justo, puro, amable, de buen nombre... en esto pensad» Juzguemos la conveniencia de nuestros pasatiem-

pos a la luz de este texto: lecturas, cine, TV., deportes, etc. Todo lo que hagamos y digamos, sea nuestro objetivo principal, con ello, glorificar el nombre de Dios y enriquecer nuestra personalidad.

Nuestra espiritualidad se puede ver afectada cuando nos dedicamos a mirar y escuchar escenas de crimen, violencia o adulterio, aunque sean ficticias. El sabio Salomón en el libro de Eclesiastés dice que el ojo nunca se cansa de ver ni el oído de oír. (Ecl. 1:8)

¿Qué es lo que miramos a diario? ¿Con qué alimentamos nuestros sentidos? ¡Cuidado! No sea que por dar rienda suelta a nuestros deseos nos perdamos la bendición que Dios desea derrama en nuestras vidas. El profeta Isaías recibió la voz de Dios que le decía: «El que tapa sus oídos para no oír propuestas sanguinarias, el que cierra sus ojos para no ver cosa mala, este habitará en las alturas» Isaías 33:15-17

A todos aquellos que se deciden a seguir por las cosas buenas y quieren emprender una lucha por no contaminar su belleza con este mundo, el apóstol Juan les dice: «No améis el mundo ni las cosas que están en el mundo... porque el mundo pasa y sus deseos, pero el que hace la voluntad de Dios permanece para siempre» 1ª Juan 2:15-17. Dios hace un llamado a todos los que desean mostrar su gratitud a Jesús por haberles salvado de la maldad de este mundo: «Sed sobrios, no os conforméis a los deseos que antes teníais... Sed santos» 1ª Pedro 1:13-19.

Hay quienes creen que pueden comprar el cielo con sus obras. Sin embargo debemos entender que aunque no somos salvos por nuestras obras, somos salvos para hacer buenas obras y vivir bajo la regencia del Espíritu de Dios. Las buenas obras, y una vida que se identifica con la vida de Cristo, son el producto del evangelio y la evidencia de haber aceptado a Cristo como Señor de nuestra vida.

El único móvil que nos lleve a obedecer debe ser la fe y el amor por el sacrificio de Cristo. Cuando Saulo era un perseguidor y Jesús le apareció en el camino, llamándole a seguirle, preguntó: «Señor, ¿qué quieres que yo haga?» (Hechos 9:6). Esta debiera ser también nuestra actitud.

La respuesta la recibiremos si nos preguntamos: ¿qué haría Jesús si estuviera en mi lugar? Digámosle: Señor, yo deseo actuar como lo harías tú, si estuvieras en mi lugar; y Él nos mostrará lo que nos conviene hacer. Necesitamos fuerzas para poder vencer nuestros propios hábitos y costumbres. ¿De dónde podemos sacar esas fuerzas para cambiar? Sólo de la fuente de todo poder, Dios, que pone en nosotros el querer como el hacer por su buena voluntad Filipenses 2:13. Nunca nos olvidemos que: «Todo lo puedo en Cristo que me fortalece» Filipenses 4:13.

Solamente necesitamos fe para reclamar la ayuda de Dios.

¿Qué es fe? -Se le preguntó a un niño. ¿Fe? Pues es hacer la voluntad de Dios sin hacer preguntas- respondió el niño. Todo aquel que venza en este crucial conflicto será galardonado por su Señor cien veces no solo en esta vida sino en la venidera. (Marcos 10:28-30)

Una madre tiene colgada en la cocina de su casa una pequeña pizarra donde, cuando tiene que salir, suele escribir recados a su familia. Frecuentemente escribe una lista de trabajitos que debe hacer su hijo de doce años, cuando este llega de la escuela. Un día se le olvidó hacer dicha lista pero al volver a su hogar, encontró que alguien había llevado la ropa limpia de la soga y la había doblado cuidadosamente, había sacado la basura de la cocina y había cortado el césped del frente. «Pero yo no dejé ninguna nota diciéndote que hicieras estas cosas», -le dijo la madre a su hijo. «Ya lo sé» -contestó el niño, «pero en mi corazón yo quería hacer algo que te agradara a ti».

Asimismo debemos actuar delante de Dios. Gratitud, por lo que hizo por mí, por lo que hace por mí - intercediendo a mi favor- y por las hermosas promesas de la vida eterna.

¿Desearías decirle también tú a Dios lo que ese niño le dijo a su madre? ¡Deseo hacer algo que te agrade a ti!



LX

El Secreto de la Victoria

Cada ser humano tiene el deseo de triunfar. El joven en sus estudios, la madre en la educación de sus hijos, el hombre o la mujer adultos, en su profesión, el político en su ambición de poder, el deportista en su afán de ser el primero, el enfermo en su deseo de sanar, también el cristiano, en su mira de identificarse con Cristo y heredar la vida eterna tiene que ganar victorias. ¿Cómo lo puede lograr?

¿Qué claves nos da la Biblia para triunfar en la vida temporal y en la espiritual?

Dios desea nuestra prosperidad y nuestro bien (3^a Juan 2), y desea darnos poder para ganar grandes victorias.

Doce Secretos para Triunfar

Primer secreto

Para ser un triunfador hay que dar a Jesús el corazón y aceptar la salvación, o sea, el perdón de pecados (Romanos 5:1) y ser solícitos al llamado que nos hace en su Palabra:

«Dame hijo mío tu corazón y miren tus ojos por mis caminos» Proverbios 23:26. Cada mañana tenemos una nueva oportunidad de expresar nuestra gratitud y lealtad a Dios. Nosotros fuimos malos y Él nos buscó, fuimos desobedientes y Él nos ha perdonado, le ofendimos y Él nos muestra su amor. Nos ofrece declararnos justos

en el tribunal de Dios aunque somos culpables y todo esto sólo por gracia. ¡Cuántos motivos para amarle y darle nuestro corazón!

Segundo secreto

Poner a Dios en primer lugar.

Sobre esto Jesús dijo: «Buscad primeramente el reino de Dios y su justicia y lo demás será añadido» Mateo 6:33 Colocarle en el primer lugar significará dejar de lado ciertos gustos y conveniencias. Si le damos el lugar que le corresponde en nuestras decisiones, haremos nuestras todas las promesas seguras de nuestro Dios.

Tercer secreto

Aceptar nuestra impotencia humana y unirnos a Cristo, confiando en su gracia cada día.

Así como la vid esta íntimamente vinculada con los pámpanos (Jn. 15:4,5)

de la misma manera hemos de estar nosotros con Cristo. ¿Cómo podemos estar unidos a Él? Manteniendo la comunión diaria con Jesús a través de la oración, del estudio de la Palabra de Dios y mediante una confianza plena en su gracia infinita y su justicia redentora.

Cuarto secreto

Escudriñar diariamente la Palabra de Dios como lo hacían los habitantes de Berea (Hechos 17:11) con el propósito de aprender a temer a Dios, guardar su palabra y practicarla.

«Lo tendrá consigo y lo leerá todos los días de su vida, para que aprenda a temer a Jehová, su Dios, guardando todas las palabras de esta Ley y estos estatutos, y poniéndolos por obra. Así no se elevará su corazón sobre sus hermanos, ni se apartará de estos mandamientos a la derecha ni a la izquierda, a fin de que él y sus hi-

jos prolonguen los días de su reino en medio de Israel» Deuteronomio 17:19

Quinto secreto

Orar siempre

Daniel oraba tres veces al día: «Cuando Daniel supo que el edicto había sido firmado, entró en su casa; abiertas las ventanas de su habitación que daban a Jerusalén, se arrodillaba tres veces al día, oraba y daba gracias delante de su Dios como solía hacerlo antes» Daniel 6:10. Mucha oración, mucho poder; poca oración, poco poder

Sexto secreto

Sin fe es imposible agradar a Dios (Hebreos 11:6).

Tener fe es tan importante para la vida del alma como lo es el aire para la vida del cuerpo. Elena G. de White escribe: «La fe no es la base de nues-

tra salvación, pero es la gran bendición: el ojo que ve, el oído que oye, los pies que corren, la mano que aferra. Es el medio, no el fin. Si Cristo dio su vida para salvar a los pecadores, ¿por qué no habré yo de recibir esa bendición? Mi fe la aferra, y así mi fe es la certeza de las cosas que se esperan, la convicción de lo que no se ve. Así confiando y creyendo, tengo paz para con Dios por el Señor Jesucristo» Dios nos Cuida 170.

Séptimo secreto

Asistir a las reuniones del cuerpo de Cristo, que es la iglesia, influye grandemente en el crecimiento y madurez espiritual de los creyentes.

Las Escrituras aconsejan: «No dejando de congregarnos como muchos tienen por costumbre, sino exhortándonos; y tanto más, cuanto veis que aquel día se acerca» Hebreos 10:25. La costumbre de Jesús era congregarse todos los sábados en la sinago-

ga para dar gloria al Señor: «Vino a Nazaret, donde se había criado; y el sábado entró a la sinagoga, conforme a su costumbre, y se levantó a leer» Lucas 4:16

¿Por qué son importantes las reuniones? Porque «la fe es por el oír y el oír por la Palabra de Dios» Rom. 10:17 Nos ayudarán a crecer en gracia y conocimiento. Allí adoramos a Dios y alabamos su nombre (Sal. 107:32). Damos y recibimos del pan espiritual.

Octavo secreto

Perdonar y amar

En Colosenses 3:13-14 leemos que así como Jesús nos ha perdonado de todas nuestras ofensas, nosotros también debemos perdonar a nuestros semejantes. Cristo nos amó de todo corazón y ese mismo amor debemos manifestarlo a nuestro prójimo.

Noveno secreto

Seguir el ejemplo de Jesús en la obediencia y sumisión a su Padre a través de sus mandamientos.

La salvación es prometida a los que obedecen: «Y, aunque era Hijo, a través del sufrimiento aprendió lo que es la obediencia; y habiendo sido perfeccionado, vino a ser autor de eterna salvación para todos los que lo obedecen» Hebreos 5:8, 9

Décimo secreto

Testificar a otros de las maravillas y milagros que el Dios Altísimo hizo en nuestras vidas.

Lo que recibimos de gracia Dios nos pide que lo entreguemos a otros por gracia. Somos colocados por el Señor como una luz para todos los que están en las tinieblas de la tristeza y desesperación (Hechos 13:47) Si Jesús ha hecho un milagro en tu vida no dudes en contarlo a otros. Tu testimonio personal ayudará a que

la fe de muchos se fortalezca y también crean que Jesucristo es el Hijo de Dios. Mediante nuestro trabajo y nuestros recursos, debemos colaborar en la salvación de otros. No hay cosa más eficaz para mantenerse firme, lograr triunfos en la vida espiritual, desarrollar los talentos y experimentar una profunda satisfacción, que cuando trabajamos por Dios. Esto fortalece los músculos de la fe y nos hace sentir verdaderamente útiles. Comienza hoy mismo a compartir con otros lo que has aprendido y recibirás los beneficios.

Undécimo secreto.

Mantengámonos firme, sin fluctuar y en los momentos de debilidad aferrémonos en las promesas de Dios expresadas en su Palabra. (Hebreos 10:23)

En las horas de la prueba, recordemos siempre que Dios no nos deja ser tentados más de lo que podemos soportar. 1^a Corintios 10:13.

Duodécimo secreto

Confiar y permitir que Dios obrará en nosotros.

¿Qué promesa da el Señor a los que se entregan totalmente a Jesús? La seguridad que no nos faltarán las fuerzas para salir vencedores y que Jesús estará con nosotros dándonos el querer como el hacer. O sea haciendo por nosotros todo lo que no podemos hacer por nosotros mismos. (Filipenses 2:12-13) Si nos hemos entregado a Jesús colocándonos de parte de lo recto, Dios pondrá en nuestro corazón el deseo de obedecerle y nos dará la fuerza necesaria para hacerlo. El ha influido mediante su Espíritu en nuestra fuerza de voluntad, pues Él nos ha llamado y desea que seamos felices.

¿Es el triunfar producto del destino?

¿Qué oportunidad da Dios a cada ser humano? Elegir entre la vida y el bien o la muerte y el mal. (Deuteronomio 30:14-16, 19) Dios desea que seamos salvos, pero no nos obliga. Nos ha dado el libre albedrío y coloca ante nosotros dos destinos: la vida y la muerte, la maldición o la bendición. Esta última la recibimos si le amamos, andamos en sus caminos y guardamos sus mandamientos. Y ¡con qué vehemencia nos suplica el Señor! ¡Escoge pues la vida, para que vivas tú y tu descendencia! Él hizo todo por salvarnos y darnos la victoria. Ahora depende de nosotros, hacer la debida elección. Jesús apela a nuestros corazones y nos dice: «En tanto tenéis luz, creced en la luz, para que seáis hijos de luz» Juan 12:35-36

El éxito o el fracaso de nuestra vida, la perdición o la salvación, está en nuestras manos. No culpes a nadie, nunca te quejes de nada ni de nadie, porque fundamentalmente tu has

hecho tu vida. Acepta la responsabilidad de edificarte a ti mismo en el poder del Espíritu Santo y ten el valor de reconocer el fracaso para volver a empezar con los ojos puestos en Dios y no en ti mismo.

El mensaje de Elías es dirigido a nosotros: «¿Hasta cuándo claudicaráis entre dos pensamientos? Si Jehová es Dios, seguidle; y si es Baal, id en pos de él», (1^a Reyes 18:21).

Tú has recibido la invitación de Jesús. Has conocido en este libro las verdades más solemnes que han sido dadas a los mortales, ¿Cuál será tu respuesta? Jesús mostró su gran amor durante su ministerio terrenal, sufriendo en el Getsemaní y el Calvario. ¡Que no sea en vano ese sacrificio! Sufrió una angustia indecible, soportó los crueles azotes que le hicieron sangrar, la burla grotesca de la turba enardecida, el desprecio amargo de quienes Él había ayudado, la traición cruel del que había andado con Él. Soportó el peso aplastante de la

cruenta cruz, las heridas que vertían sangre por las espinas punzantes y el sufrimiento insoportable de aquellos grandes clavos mortales y el dolor atroz de las heridas que se desgarraban mientras levantaban el madero y lo dejaban caer dentro del hoyo. Sintió el peso de los pecados de esta infiel humanidad en ese cuerpo lacerado, despreciado y probado hasta lo sumo. No obstante, perdonó a sus verdugos y a aquellos que le crucificaron con sus pecados y transgresiones. ¿Dejaremos que ese sacrificio haya sido en vano? Él hizo todo para salvarnos y hoy espera una respuesta nuestra. ¡Que sea favorable! Nos ofrece el cielo y la vida eterna y nos pide muy poco: ¡Nuestro corazón! ¿Se lo daremos?