

Revista del

# anciano

Recursos y orientaciones para ancianos de iglesia.

Enero-Marzo 2015



## Renovando la esperanza

> Ministerio médico-misionero

> Liderazgo saludable

# ESPERANZA Y SALUD

Nerivan Silva, editor de la *Revista del Anciano* en portugués.

**E**stamos en 2015. La iglesia de Dios continúa en el cumplimiento de su misión; de hecho, esta es la razón por la que existe. “La iglesia es el medio señalado por Dios para la salvación de los hombres. Fue organizada para servir, y su misión es la de anunciar el evangelio al mundo. Desde el principio fue el plan de Dios que su iglesia reflejase al mundo su plenitud y suficiencia. Los miembros de la iglesia, los que han sido llamados de las tinieblas a su luz admirable, han de revelar su gloria” (*Los hechos de los apóstoles*, p. 9).

Los líderes de la iglesia en América del Sur nos convocan a todos nosotros para que nos comprometamos en la realización del gran proyecto evangelizador “Viva con esperanza”. Y la base de este es el discipulado. Durante este año, el énfasis de la iglesia estará puesto en el mensaje de la salud, pero enfocando la esperanza. Como dice el pastor Erton Köhler, presidente de la División Sudamericana: “¡Somos el pueblo de la esperanza! Nacimos a partir de Apocalipsis 10 para predicar, de manera especial, el mensaje de Apocalipsis 14 y ver cumplida nuestra esperanza en Apocalipsis 21”.

Sin duda, este es un año de grandes realizaciones para la iglesia. Como escribió Elena de White: “La obra en pro de la salud es una cuña de entrada, que abre camino para otras verdades a fin de alcanzar el corazón” (*Consejos sobre el régimen alimenticio*, p. 86). Con relación a su participación en este proyecto de evangelización, lee las ideas que sugieren el pastor Almir Marroni y su esposa, entrevistados en esta edición.

Un aspecto muy interesante que puedes evaluar y usar en tu predicación y en los estudios bíblicos que des sobre salud es el testimonio de un matrimonio de médicos, con relación a los escritos de Elena de White sobre este asunto.

Ellos afirman: “El mayor impacto que tuvimos al leer los escritos de Elena de White sobre salud fue descubrir la utilidad del mensaje de salud para la evangelización”.

Apreciado anciano, no lo olvides: la misión de la iglesia es mundial; su ejecución y cumplimiento es local. Pero, la participación es *personal*. Como líder en la iglesia de Dios, sé una fuente de esperanza. Por medio del mensaje de la salud, Dios desea conducir a muchas personas hacia su Reino, y él cuenta contigo. ◀

Todo artículo o correspondencia para la *Revista del Anciano* en español debe ser enviado a: **Asociación Casa Editora Sudamericana**. Avenida San Martín 4555, B1604CDG Florida Oeste, Buenos Aires, Rep. Argentina. [walter.steger@aces.com.ar](mailto:walter.steger@aces.com.ar)  
Visita nuestra versión digital: <http://issuu.com/aces-digital>

## CONTENIDO



**Renovando la esperanza.** Aunque enfatice la salud, este proyecto encuentra su base en el discipulado. **P. 8**



### Ministerio médico misionero.

La inspiración de los escritos de Elena de White en la práctica de la medicina moderna. **P. 10**



**Liderazgo saludable.** El estilo de vida adecuado es parte integrante de la vida del líder espiritual. **P. 18**



[issuu.com/aces-digital](http://issuu.com/aces-digital)

## ARTÍCULOS

### EDITORIAL

Esperanza y salud **2**

### ANCIANO Y ESPOSA: JUNTOS EN EL "VIVA CON ESPERANZA"

Entrevista con el Pr. Almir Marroni y esposa **4**

### LA MEJOR ACTITUD

Elegir a Jesús marca la diferencia **7**

### HACE CASI UN SIGLO

Consejos de salud permanentes **14**

### MAYORDOMÍA Y SALUD

Condiciones necesarias para servir **16**

### ENSEÑANDO AL NIÑO

La salud y el estilo de vida **22**

### EL RÉGIMEN ALIMENTICIO Y LA SALUD

La debida preparación de los alimentos **24**

### NUESTRO MENSAJE DE SALUD

La temperancia y la depravación **26**

### FINANZAS Y SALUD

La mala administración financiera es causa de serios problemas **28**

### EVANGELISMO DE LA SALUD

El puente que lleva a la Biblia **29**

### SERMONES 30-35

# anciano

Editada e impresa por su propietaria, la Asociación Casa Editora Sudamericana. Año 15- N° 1 - Enero-Marzo 2015. Revista trimestral.

**Director:** Walter Steger

**Responsable de la edición brasileña:** Nerivan Silva

**Pruebas:** Jael Jerez | Pablo M. Claverie

**Director de Diseño:** Osvaldo Ramos

**Diagramación:** Nelson Espinoza

**Gerente general:** Gabriel Cesano

**Gerente financiero:** Marcelo Nestares

**Director editorial:** Marcos G. Blanco

**Gerente de Comercialización:** Sixto

Minetto

**Gerente de Producción:**

Julio Ciuffardi

**Gerente de Logística:**

Leroy Jourdan

**Gerente de Educación:**

Isaac Goncalvez

**Colaboradores:** Unión Argentina:

Horacio Cayrus; Unión Boliviana: Eufraico

Quispe; Unión Chilena: Mitchel Urbano;

Unión Ecuatoriana: Pablo Carbajal García;

Unión Paraguaya: Jéu Caetano; Unión

Peruana del Norte: Aquino Bastos; Unión

Peruana del Sur: Daniel Romero Marín;

Unión Uruguaya: Fabían Marcos; Unión

Central Brasileña: Edilson Valiente; Unión

Centro-Oeste Brasileña: Jair García Gois;

Unión Este Brasileña: Cleoero Gama; Unión

Nordeste Brasileña: Eliezer Júnior; Unión

Noroeste Brasileña: Jim Galvão; Unión

Norte Brasileña: Nelson Da Silva; Unión

Sur Brasileña: Antônio Moreira; Unión

Sureste Brasileña: Geovane Souza.

**Foto de tapa:** Shutterstock

**ASOCIACIÓN CASA EDITORA SUD-**

**MERICANA:** Editora de la Iglesia Adventista del Séptimo Día. Av. San Martín 4555,

BI604CDG Florida Oeste, Buenos Aires, Rep.

Argentina

**Domicilio legal:** Uriarte 2429, CH25FNI

Ciudad Autónoma de Buenos Aires.

Prohibida la reproducción total o parcial de esta publicación (texto, imágenes y diseño), su manipulación informática y transmisión ya sea electrónica, mecánica, por fotocopia u otros medios, sin permiso previo del editor. -107471-

### Adquisición de la Revista del Anciano

El anciano que desee recibir esta revista debe contactarse con el pastor de su iglesia o con el secretario de la Asociación Ministerial de su Asociación o Misión.

Registro nacional de la Propiedad intelectual N° 5193506	Correo argentino Suc. Florida (b) y central (b)
Printed in Argentina	Franqueo a pagar Cuenta N° 10272

# ANCIANO Y ESPOSA: JUNTOS EN EL “VIVA CON ESPERANZA”

Pr. Almir Marroni y Wiliane de Marroni

**E**l pastor Almir Marroni nació en Londrina, estado de Paraná, Rep. del Brasil. Se diplomó en Teología en el IAE (UNASP, San Pablo, Brasil) en 1982. Gran parte de su ministerio fue dedicado al Ministerio de las Publicaciones en instancias administrativas (Asociaciones, Unión Sur Brasileira y División Sudamericana) de la iglesia. Desde noviembre de 2011, actúa como vicepresidente y coordinador del departamento de Espíritu de Profecía de la División Sudamericana. El pastor Marroni está casado con Wiliane Marroni. Actualmente, ella es directora del Ministerio de la Mujer de la División Sudamericana. El matrimonio tiene dos hijas.

**Rev. del Anciano: Pastor Marroni, ¿qué es el proyecto “Viva con esperanza”?**

**Pr. Marroni:** Se trata de un programa evangelizador con énfasis en la filosofía adventista de la salud. Los ocho remedios de la naturaleza son el tema central del libro misionero del 2015, que será el instrumento de contacto el día 30 de mayo, día del *Impacto esperanza*. Por primera vez, esta campaña será desarrollada durante un fin de semana, y no solamente durante un sábado. El domingo, día 31, la iglesia promoverá eventos como ferias de salud, carreras “Muévase por la vida” y otros, a fin de atraer la atención de la sociedad hacia un estilo de vida saludable. El mensaje de salud será tema de series evangelizadoras dirigidas en todo el territorio de la División Sudamericana. Serán preparados recursos audiovisuales y sermonarios, para que los ancianos y otros predicadores voluntarios participen de esta campaña.

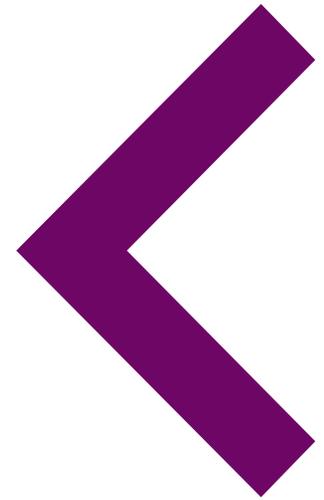
**Rev. del Anciano: Profesora Wiliane, ¿de qué manera el Ministerio de la Mujer podrá contribuir a la ejecución del proyecto “Viva con esperanza” en la iglesia local?**

**Wiliane Marroni:** Es fundamental la participación de las mujeres en los proyectos misioneros de la iglesia. Ellas se involucrarán en acciones comunitarias, como las ferias de salud y la campaña *Rompiendo el silencio*. Esas acciones prevén orientaciones sobre la salud de la mujer y la prevención de la violencia en la familia. También, serán ofrecidos cursos de alimentación saludable en las iglesias y en los centros de influencia. El Ministerio de Oración Intercesora estará bajo la coordinación de las mujeres durante los *Diez días de oración* (del 19 al 28 de febrero). Durante ese período, la iglesia estará orando por este proyecto.

**Rev. del Anciano: Pastor Marroni, ¿qué sugerencias daría a los ancianos con el fin de llevar a sus congregaciones a participar de este proyecto?**

**Pr. Marroni:** En primer lugar, los ancianos necesitan auxiliar a los pastores y realizar la planificación misionera que será desarrollada durante el año. Uno de los ítems más importantes será la distribución del libro misionero. Para eso, recomiendo que sea utilizado el método de entrega puerta a puerta, cubriendo totalmente determinada área geográfica. Además de esto, la influencia del anciano será clave para el compromiso de voluntarios habilitados en la participación en las ferias de salud y otras acciones de promoción del estilo de vida saludable. Todos los miembros de iglesia son invitados a participar del proyecto, de acuerdo con sus dones espirituales.

## El primer recurso de un dirigente espiritual es su tiempo de comunión con Dios



**Rev. del Anciano:** ¿De qué manera el pastor de distrito puede auxiliar al anciano en la implementación y la continuidad de este proyecto?

**Pr. Marroni:** En la ejecución del proyecto, se espera que el pastor sea el tipo de líder que delega tareas; no puede llevar toda la carga sobre sus hombros. El pastor prudente compartirá el proyecto con los ancianos para que, juntos, puedan definir los planes, las estrategias de promoción, la motivación de la iglesia y la ejecución de cada etapa. Entiendo que de esa forma habrá unidad y armonía, que producirán grandes resultados con la bendición de Dios.

**Rev. del Anciano:** Profesora Wiliane, hablemos un poco, por favor, de la relación del anciano con la esposa y la influencia que ambos ejercen en la iglesia.

**Wiliane Marroni:** Así como la esposa del pastor, la esposa del anciano ejerce un significativo liderazgo espiritual en su iglesia. Su postura de madre y esposa debe influir positivamente sobre el grupo de mujeres de la iglesia.

**Rev. del Anciano:** En su experiencia en el Ministerio de la Mujer, ¿cuáles son los recursos que, desde su punto de vista, más necesitan las esposas de los ancianos para sus actividades en la iglesia?

**Wiliane Marroni:** El primer recurso de un dirigente espiritual es su *tiempo de comunión con Dios*. La primera hora del día debe ser dedicada a la devoción personal, por medio de la lectura de la Biblia, el estudio de la lección y la oración. En segundo lugar, una líder debe *invertir en su desarrollo intelectual y social*. El Ministerio de la Mujer

tiene un programa de capacitación que desarrolla un currículum de formación de líderes en el ámbito de la iglesia local. Eso tiene como objetivo fortalecer el liderazgo espiritual de las mujeres.

**Rev. del Anciano:** En su opinión, ¿cómo debe ser la relación de la esposa del anciano con la esposa del pastor?

**Pr. Marroni:** La esposa del anciano es muy importante para la adaptación de la familia del pastor en el distrito y en la iglesia local. Ella puede asistir a la esposa del pastor en el proceso de integración al ambiente de la iglesia, y también a la comunidad. La familia del pastor necesita sentir ese acogimiento y apoyo humanos.

**Rev. del Anciano:** Pastor Marroni, en el ámbito de la producción literaria del Espíritu de Profecía, ¿qué recorrido de lecturas sugiere al anciano y a su esposa?

**Pr. Marroni:** Es una pregunta difícil de responder, pues tenemos más de cincuenta libros de Elena de White publicados, y todos ellos son importantes. Pero, en primer lugar, para el matrimonio, recomiendo la lectura de los libros *El hogar cristiano* y *Conducción del niño*. Los consejos de esos libros fortalecerán a la familia del anciano, capacitándola para ejercer un liderazgo espiritual saludable en su iglesia. En segundo lugar, aconsejo que el anciano, en sus momentos de comunión diaria, se habitúe a leer, junto con la Biblia, los escritos del Espíritu de Profecía, especialmente los libros de la serie “El gran conflicto” (*Patriarcas y profetas, Profetas y reyes, El Deseado de todas las gentes, Los hechos de los apóstoles* y *El conflicto de los siglos*).

**El servicio desinteresado, la bondad y la práctica del amor en el hogar del anciano ejercen un poder irresistible para el bien. El mayor sermón es su propia vida. En el púlpito, ellos unen teoría y práctica cristianas.**

**Rev. del Anciano: Mencione, por favor, por los menos tres declaraciones de Elena de White que, en su visión ministerial, son fundamentales para el conjunto de ancianos de la iglesia.**

**Pr. Marroni:** “Cristo, en todas las cosas, el lugar primero, el último y el mejor. Contempladle constantemente, y vuestro amor por él, en la medida en que sea probado, se hará cada día más profundo y más fuerte. Y a medida que crezca vuestro amor por él, vuestro amor mutuo aumentará también en fuerza y profundidad” (*El hogar cristiano*, p. 91).

Este es el consejo de Elena de White a un matrimonio, y se aplica a todos nosotros. Cuando Jesús ocupa el primer lugar en nuestra vida, todo –familia, trabajo, iglesia– irá bien y seremos felices. El liderazgo espiritual del anciano y de su esposa expresa la relación con Cristo. Ningún entrenamiento, capacidad o conocimiento puede sustituir la comunión con Dios en la vida de un dirigente cristiano.

“El cielo lo vale todo para nosotros, y si perdemos el cielo, lo perdemos todo” (*Review and Herald*, 24 de noviembre de 1904).

Muchos comparan la iglesia con una embarcación que navega en dirección al puerto, que es la Nueva Jerusalén. Nuestro destino es conocido y definido. En esa embarcación, están todos los que desean vivir en la ciudad prometida, y los líderes de la iglesia –pastores y ancianos– deben ser los primeros, entre el pueblo de Dios, en desviar su atención de los atractivos del mundo y concentrarla en todos los anhelos y las expectativas del Cielo. Ese debe ser el objetivo prioritario del líder espiritual. Él anhela ese hogar, y hará todo para que su familia y su iglesia también estén allá.

“Cualquiera que sea la posición a la cual sea llamada una persona, no se debe considerar que su juicio sea perfecto. Dada la responsabilidad que se le ha confiado, se le hace más necesario que bajo ninguna otra circunstancia estar libre de todo ego-

tismo y manifestarse dispuesto a recibir consejos” (*Manuscrito 55*, 1897, p. 2).

Esta declaración es un recordatorio para todos los líderes. Nadie es infalible ni insustituible, ni el único ser pensante. Un liderazgo autocrático es uno de los mayores peligros para un anciano, y también para un pastor. Nuestra responsabilidad es servir como facilitadores en el trabajo de la iglesia. Escuchar sugerencias, consejos y orientaciones implica humildad. Se trata de una gran virtud en el liderazgo cristiano. ¡Que Dios nos dé ese espíritu!

**Rev. del Anciano: ¿Qué es lo que ustedes, como matrimonio ministerial, más admiran en el trabajo de los ancianos con sus esposas?**

**Pr. Marroni:** Es el liderazgo voluntario y espontáneo, sin esperar retornos ni recompensas. La historia relata muchos ejemplos de líderes muy hábiles, movilizadores y carismáticos. Desdichadamente, muchos no usaron esos talentos para el bien. El servicio desinteresado, la bondad y la práctica del amor en el hogar del anciano ejercen un poder irresistible para el bien. Conozco ancianos cuyo mayor sermón es su propia vida. En el púlpito, ellos unen teoría y práctica cristianas. <

# LA MEJOR ACTITUD

Elegir a Jesús marca toda la diferencia en nuestra salud física y espiritual

Bruno Raso, vicepresidente de la División Sudamericana.

**¿C**uál es la prioridad de tu vida? ¿Ser o hacer? ¿Construir el interior o el exterior? ¿La esencia o la apariencia? ¿Hay una prioridad entre los dos? El relato bíblico acerca de María y Marta nos ayuda a encontrar las respuestas (Luc. 10:38-42).

## Las actitudes de Marta, María y Jesús

Marta recibió en su casa al Hijo de Dios, el infatigable viajante que no tenía dónde reposar su cabeza. Sin preconceptos ni temores, abrió su casa a Jesús. Ella estaba ansiosa y ocupada en muchos quehaceres relacionados con el servicio al Señor. No eran quehaceres personales: tenían que ver con la mejor atención que se le pudiera ofrecer al ilustre visitante. Ella reclamó al Señor que asumiera una posición en su defensa, debido a los muchos quehaceres, a fin de presionar a María para que asumiera su trabajo, teniendo en cuenta que el destinatario de todos esos esfuerzos y quehaceres era el propio Señor Jesús. Los muchos quehaceres la habían dejado agitada, sobrecargada, estresada y desconcentrada. Solamente una tarea era indispensable, pero ella la había sustituido por muchos quehaceres.

María soportó la crítica y la presión de su hermana. Optó por el camino más difícil. En aquel contexto cultural, ser mujer significaba facilidad y comodidad para el servicio; los muchos quehaceres eran naturales y accesibles. María optó por el camino más difícil: sentarse a los pies del Señor, escuchar, ofrecer su tiempo y afecto. Prefirió el *ser*.

Jesús reprobó amablemente a Marta por haber dado la prioridad al *hacer*. Dos veces la llamó por su nombre; costumbre típica de afecto muy especial. Jesús entendió que aquellos quehaceres tenían como destinatario a él mismo; lo valoró y los agradeció. Sin embargo, la motivó a *priorizar el ser en lugar del hacer*. Cristo, en su capacidad

de relacionarse con las personas, tuvo palabras de elogio para con María. Evaluó su elección como la mejor. Porque aquel que tiene a Jesús, aunque no tenga nada más, lo tiene todo. Y aquel que no tiene a Jesús, por más que crea que tiene “todo”, simplemente, no tiene nada.

## Nuestra actitud

En nuestro día a día, ¡cuántas veces corremos en la obra del Señor y no tenemos tiempo para el Señor de la obra! ¿Cómo inicias tu día? ¿Pasando una hora en la contemplación de la vida de Cristo? Elena de White escribió: “Sería bueno que cada día dedicásemos una hora de reflexión a la contemplación de la vida de Cristo” (*El Deseado de todas las gentes*, p. 45).

Los quehaceres urgentes, sin duda, son legítimos; pero no necesariamente importantes. ¿Cuánto tiempo dedicas para estar con él, a pensar en él y a hablar de él a los otros? ¿Cómo terminas tu día? ¿Frente a la televisión o a la pantalla de tu computadora? ¿O conectado con Jesús por medio de su Palabra, agradecido por las bendiciones del día, colocando tus preocupaciones a sus pies, porque él tiene cuidado de nosotros, disfrutando de la paz de su perdón?

En realidad, “la ‘una cosa’ que Marta necesitaba era un espíritu de calma y devoción, una ansiedad más profunda por el conocimiento referente a la vida futura e inmortal [...]. Hay un amplio campo para las Martas, con su celo por la obra religiosa activa. Pero deben sentarse primero con María a los pies de Jesús. Sean la diligencia, la presteza y la energía santificadas por la gracia de Cristo; y entonces la vida será un irresistible poder para el bien” (*ibíd.*, p. 483).

Eso solamente será posible cuando demos la prioridad a una cosa: estar permanentemente vinculados con Jesús. Elijamos la mejor parte, ¡aquella que jamás nos será quitada! <

# RENOVANDO LA ESPERANZA

Aunque enfatice la salud, este proyecto encuentra su fundamento en el discipulado

**Erton Köhler**, presidente de la División Sudamericana.

**S**omos el pueblo de la esperanza! Nacimos a partir de Apocalipsis 10 para predicar, de manera especial, el mensaje de Apocalipsis 14 y ver cumplida nuestra esperanza de Apocalipsis 21. No podemos tener ningún proyecto especial de la iglesia sin conectarlo con el mensaje bíblico de la esperanza en el pronto regreso de Jesús: en cada una de nuestras iniciativas estamos preparando a un pueblo para el encuentro con el Señor. Por eso, este año vamos a renovar la esperanza que ha impulsado todas las acciones de la iglesia en los últimos años.

## **Filosofía del proyecto**

El llamado para renovar y compartir la esperanza proviene de la inspiración. El apóstol Pablo nos desafía: “Mantengamos firme, sin fluctuar, la profesión de nuestra esperanza, porque fiel es el que prometió” (Heb. 10:23). Elena de White realiza algunas declaraciones tocantes: “En lugar de fortalecer la incredulidad y la duda, inspiraremos esperanza” (*Desde el corazón*, p. 166). Y, además: “El corazón que está lleno de la bienaventurada esperanza [...] no puede ser silenciado” (*ibíd.*, p. 160). Martin Luther King, el pacifista, de raza negra, de la libertad civil en los Estados Unidos, describe muy bien la realidad de nuestra misión: “Si yo ayudo a una sola persona a tener esperanza, no habré vivido en vano”.

La base de nuestro proyecto misionero es el discipulado. Tiene su énfasis en la salud, pero mantiene su eje central en la *esperanza*. En la División Sudamericana, el discipulado ha sido la plataforma de trabajo de la iglesia. La orden de Cristo fue clara: “Por tanto, id, y haced discípulos a todas las naciones” (Mat. 28:18). En el Nuevo

Testamento, la palabra “discípulo” aparece más de 250 veces, y la palabra “cristiano” apenas 3 (ver Hech. 11:26; 26:28; 1 Ped. 4:16). Ese fue el énfasis del ministerio de Cristo. A fin de que tengamos una iglesia saludable, que crece en cantidad y también en calidad, necesitamos reproducir este ministerio en los días actuales.

Nuestra misión reafirma esta realidad, y muestra el mejor camino para que esto suceda: **hacer discípulos por medio de la comunión, la relación y la misión**. Aquí están los tres pilares que sostienen y desarrollan la esencia del discipulado. Necesitamos hacer de ellos la prioridad de la visión y de las actividades de la iglesia; y en la secuencia, transformarlos en el centro de nuestros planes, nuestros proyectos, nuestros programas y nuestras inversiones.

El énfasis sobre la salud es el resultado de un movimiento mundial de la iglesia, especialmente para el 2015, buscando compartir de manera más efectiva ese mensaje que Dios nos concedió como herencia. Es el puente ideal para alcanzar los corazones; es la llave que abre puertas aparentemente imposibles de transponer, para un mensaje más directamente religioso. Es el brazo derecho del mensaje del tercer ángel. Es un mensaje integrado para este tiempo. Para que seamos más fuertes, para que lleguemos más lejos, para potenciar el mensaje y para que seamos utilizados por el Espíritu Santo, necesitamos anunciarlo de forma conjunta.

## **Estructura del proyecto**

El tema central es “Viva con esperanza”. Nuevamente, se trata de un proyecto simple, que puede ser realizado en cualquier lugar. Su fuerza y relevancia reside en la *participación de todos*



los miembros de la iglesia. Nuestras principales acciones, fundamentadas en los tres principios del discipulado, serán:

**Comunión: Diez días de oración y diez horas de ayuno, del 19 al 29 de febrero**

Será una ocasión de reconsagración, reavivamiento y reforma en la marcha de la iglesia. Vamos a comenzar nuestro proyecto integrado llevando a la iglesia a la presencia de Dios. Durante diez días, cada adventista será motivado a dedicar más tiempo a la comunión y a la oración en su casa y en la iglesia. El sábado 28 de febrero nuestro desafío es tener una vigilia de diez horas en la iglesia, invitando a cada uno de nuestros hermanos a ayunar y a tener una experiencia más profunda y marcadora con el Señor. Solamente cuando comenzamos arrodillados encontramos fuerzas para permanecer de pie. Involucra a tu iglesia; y realiza una conexión con la Semana Santa, motivando a cada miembro para que ore por los amigos que desea conducir a Cristo.

**Relación: Multiplicación de los Grupos pequeños con énfasis en la acción pastoral**

La fiesta de celebración de la multiplicación será realizada el sábado **29 de agosto**. A fin de que el movimiento tenga solidez, necesitamos invertir en la formación de líderes; para eso, la acción pastoral será imprescindible. Nuestro desafío es involucrar a cada pastor en un *Grupo pequeño de pastores* (GPP) para que, sobre la base de ese modelo, cada uno de ellos sea motivado a realizar un *Grupo pequeño*.

**Misión: Serán dos columnas especiales:**

1. Proyecto “Viva con esperanza”, los días 30 y 31 de mayo

El sábado 30, realizaremos el *Impacto espe-*

*ranza*. Saldremos a las calles para entregar el libro misionero “Viva con esperanza”. El domingo 31 vamos a realizar proyectos de salud en la comunidad, presentando los ocho remedios naturales e invitando a la comunidad de modo que experimente el plan de Dios para una vida saludable. Esa será la oportunidad para realizar proyectos como *Muévase por la vida*, ferias de salud, cursos de salud, *Vida por vidas*, *Rompiendo el silencio*, Prevención del cáncer infantil, entre otros. Todos los miembros y los departamentos de la iglesia están invitados a comprometerse en la ejecución de ese gran proyecto misionero.

2. *Realización de dos campañas de evangelismo*

a) Semana Santa, del 28 de marzo al 5 de abril.

Hemos de festejar, de forma especial, los 45 años de la realización del programa. Como en los últimos años, esta serie evangelizadora comenzará en *Grupos pequeños* o en los hogares, y culminará en la iglesia. En cada encuentro serán presentados consejos especiales de salud, preparados por la División Sudamericana.

b) Semana de Evangelismo Público de Cosecha, del 21 al 28 de noviembre. Con la participación de pastores, obreros de diferentes áreas y evangelistas voluntarios. El llamamiento es claro y fuerte, en palabras de la señora Elena de White: “El fin de todas las cosas está cercano; lo que se hace por la salvación de las almas debe hacerse rápido” (*Desde el corazón*, p. 75).

Apreciado anciano, necesitamos unir fuerzas, actuar juntos y aprovechar el tiempo de gracia y de prosperidad que Dios nos está dando, para anunciar y renovar nuestra esperanza. Como dirigente espiritual, has sido llamado para un momento significativo de la historia. ¡Dios y la iglesia cuentan contigo para cumplir la misión! ◀

// VIVA CON ESPERANZA

# MINISTERIO MÉDICO MISIONERO

La inspiración de los escritos de Elena de White en la práctica de la medicina moderna.



Archivo ACES

Uno de los testimonios más emocionantes de la Biblia es el de la mujer samaritana inmediatamente después de su encuentro con Cristo, el Médico por excelencia. Ella “dejó su cántaro, y fue a la ciudad, y dijo a los hombres: Venid, ved a un hombre que me ha dicho todo cuanto he hecho. ¿No será este el Cristo? Y muchos de los samaritanos de aquella ciudad creyeron en él por la palabra de la mujer, que daba testimonio diciendo: Me dijo todo lo que he hecho” (Juan 4:28, 29, 39).

En esta edición, *Revista del Anciano* trae un lindo testimonio de un matrimonio de médicos que fue impactado con el mensaje de salud, en el contexto de la misión evangelizadora de la iglesia.

Él es el doctor Luiz Fernando Sella. Nacido en Concordia, Estado de Santa Catarina, Rep. del Brasil, se diplomó en Medicina en la Universidad Federal de Santa Catarina (UFSC), y fue médico visitante en la Escuela de Medicina de la Universidad de Miami. Actualmente, está cursando su maes-

tría en Salud Pública en la Universidad de Loma Linda (Estados Unidos), y es director clínico del CEVISA (Centro de vida saludable) en Ingeniero Coelho, estado de San Pablo (Brasil).

Ella es la doctora Daniela Tiemi Kanno. Nacida en Santo André, Estado de San Pablo, Rep. del Brasil, se diplomó en Medicina en la Universidad Estatal de San Pablo (UNESP) y se especializó en Medicina de Familia en la Universidad de San Pablo (USP). Actualmente, trabaja como médica en el CEVISA (Centro Médico de Vida Sana), en Ingeniero Coelho, estado de San Pablo.

Ambos estudiaron Medicina de Estilo de Vida en los Estados Unidos, y son autores del libro *Universo paralelo*, publicado por la Casa Publicadora Brasileira (CPB) y próximamente por la ACES.

### **Expectativas**

Durante los seis años del curso de Medicina, aprendimos que muchas enfermedades tienen una causa genética o desconocida. Fuimos entrenados para reconocer un conjunto de síntomas y alteraciones en exámenes, para llegar al diagnóstico correcto de la enfermedad. Una vez descubierto el problema, el tratamiento debería ser prescrito; un medicamento para controlar los síntomas. Una gastritis, por ejemplo, se trata con antiácidos; la ansiedad, con un ansiolítico; la presión alta, con remedios para disminuir la presión arterial.

Con esa mentalidad, comenzamos nuestro trabajo como médicos en un puesto de salud que atendía a una comunidad carente. Conscientes de que solos no cambiaríamos el mundo, decidimos realizar nuestra parte y colocar en práctica lo que habíamos aprendido en la universidad. Los pacientes eran bien atendidos, los exámenes solicitados y los medicamentos, prescritos. Sin embargo, con el paso del tiempo percibimos que pocos pacientes experimentaban una verdadera mejoría: los diabéticos continuaban con el azúcar descompensado; los hipertensos, con la presión en las alturas; los obesos no conseguían dejar de aumentar su peso;

y los deprimidos continuaban sin ánimo. Parecía que las enfermedades se arrastraban sin solución.

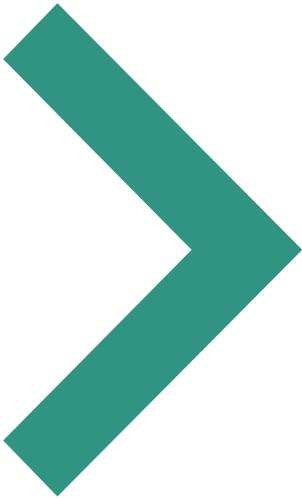
### **La influencia de los escritos de Elena de White**

Fue en ese contexto que conocimos los escritos de Elena de White sobre la salud. La lectura del libro *El ministerio de curación* revolucionó nuestros conceptos sobre la salud y la enfermedad, y en relación con el papel del médico. Inspirada por Dios, ella escribió que la enfermedad no viene sin causas y que el cuerpo humano es regido por leyes naturales, que necesitan obedecerse para que tengamos salud y calidad de vida.

Aprendimos que el cuerpo humano es una máquina viva, mantenida a través del “aire puro, el sol, la abstinencia (de lo que es nocivo), el descanso, el ejercicio, un régimen alimenticio conveniente, el agua y la confianza en el poder divino. [Estos] son [considerados] los verdaderos remedios” (*El ministerio de curación*, p. 84). Es el no respetar las necesidades básicas del organismo lo que está por detrás de la mayoría de las enfermedades que asolan a la humanidad.

En forma diferente de la medicina convencional, los escritos de Elena de White nos recomiendan ir más allá de los síntomas y buscar la *causa* de la enfermedad, sea esta física, emocional o espiritual. En el método divino de curación, el alivio de los síntomas no significa sanación. Ella escribe que en caso de enfermedad hay que indagar la causa. Deben modificarse las condiciones antihigiénicas y corregirse los hábitos erróneos. Después, hay que ayudar a la naturaleza en sus esfuerzos por eliminar las impurezas y restablecer las condiciones normales del organismo” (*ibíd.*, p. 89).

La restauración del organismo depende de la remoción de esa causa, y de un estilo de vida saludable que respeta las leyes naturales. El papel del médico, por lo tanto, debe ser el de un educador, alguien que enseña y estimula a sus pacientes a que se cuiden por sí mismos.



## El mundo está carente del conocimiento de Dios y del evangelio de la salvación

Esa verdad simple, pero sabia e inspiradora, causó un profundo impacto en nuestras vidas. Cambiamos nuestros hábitos alimenticios, iniciamos un programa de ejercicios regulares, dejamos de tomar café y bebidas gaseosas, decidimos dormir más temprano y abandonar el uso de alcohol y cigarrillo. El resultado fue increíble. Nuestra salud mejoró. Problemas como hipertensión y colesterol elevado, sobrepeso, gastritis y acné fueron dejados atrás, sin el uso de remedios. Además de eso, después de la mudanza, sentimos que trabajábamos con más voluntad y mejor humor.

Cuando nos dimos cuenta de los beneficios en la vida personal, decidimos cambiar nuestra actuación profesional. En lugar de –solamente– prescribir remedios, decidimos educar a las personas en relación con la manera correcta de vivir. Elena de White escribió: “Si el enfermo y doliente hiciera solamente lo que sabe con relación a vivir los principios de la reforma pro salud de un modo perseverante, en nueve casos de diez se recuperaría de sus malestares” (*El ministerio médico*, p. 295).

Muchos pacientes vieron sabiduría en esos conceptos y también modificaron los hábitos de vida. Finalmente, comenzamos a ver resultados verdaderos. Las personas experimentaron la cura y la restauración de la salud, tanto física como emocional. El resultado fue tan especial que fuimos invitados por la Secretaría de Salud para entrenar a los profesionales de salud de la red municipal.

El impacto de los escritos de Elena de White en nuestras vidas no se detuvo allí. A medida que profundizábamos el estudio y la comprensión de este tema, descubrimos que el mensaje de salud abarcaba más que la salud y el bienestar. La lectura de la Biblia y de los libros del Espíritu de Profecía nos hizo entender que cuidar de la salud es un acto de adoración, una forma de glorificar a Dios en nuestro cuerpo. Practicar los principios de la

reforma pro salud es una manera de agradecer al Creador por el don de la vida. Esa debería ser la motivación correcta. Como la Biblia dice: “Si, pues, coméis o bebéis, o hacéis otra cosa, hacedlo todo para la gloria de Dios” (1 Cor. 10:31).

### **Mensaje de salud y evangelismo**

Pero, tal vez el mayor impacto que tuvimos al leer los escritos de Elena de White sobre la salud fue descubrir la utilidad del mensaje de salud para la evangelización. En un mundo cada vez más enfermo, “La obra médica misionera trae a la humanidad el evangelio de la liberación del sufrimiento. Es la obra pionera del evangelio. Es el evangelio en la práctica, la revelación de la compasión de Cristo” (*ibíd.*, p. 316).

Además de enfermo, el mundo está carente del conocimiento de Dios y del evangelio de la salvación, y “la obra en pro de la salud es una cuña de entrada, que abre camino para otras verdades a fin de alcanzar el corazón” (*Consejos sobre el régimen alimenticio*, p. 86). Hoy, en la práctica, percibimos que los pacientes que cambian sus hábitos de vida abren el corazón para el evangelio. Varios, incluso, ya entregaron sus vidas a Jesús.

En la solemne misión entregada a la Iglesia Adventista del Séptimo Día, de predicar el triple mensaje angélico a un mundo cuyos días están contados, el mensaje de salud desempeña un papel especial. A través de él podemos no solo aliviar el sufrimiento de las personas, sino también presentar a Jesús como nuestro Salvador, a fin de que vivan con salud y esperanza. ◀



# HACE CASI UN SIGLO

Consejos y orientaciones de salud permanentes

Carlos Hein, secretario ministerial de la División Sudamericana.

**L**a primera vez que la vi fue en el hospital. Yo ya había leído alguna cosa sobre ella. Pero, verla personalmente fue emocionante. Las enfermeras que trabajaban allí habían contemplado aquella casa muchas veces. Poco después pude entrar en aquel lugar. Mis ojos se llenaron de lágrimas. ¡Era increíble! Tantas veces había leído sobre ella, y ahora yo estaba allí.

Los vidrios eran más finos en la parte superior y más gruesos en la parte inferior. Claro, los años había pasado y el vidrio, que es líquido, por efecto de la gravedad había lentamente seguido su curso natural. No eran totalmente transparentes, pero dejaban pasar bien la claridad. Sí, era desde el hospital que las enfermeras veían, a través de los vidrios de esas ventanas, que la luz era más brillante que lo normal, pues Alguien venía a visitar a la señora Elena de White.

Fue desde esta casa, en Elmshaven, que ella escribió muchos consejos y orientaciones prácticas para los tiempos actuales. Ya han pasado casi cien años. Sin embargo, todavía es posible ver en la casa, más específicamente en la despensa, los frascos utilizados por la señora de White para hacer conservas y guardar frutas para el invierno, cuando no había frutas frescas para comer. Ella no solamente escribía y daba consejos: cuidaba de su salud, también.

Casi cien años han pasado desde que la mensajera del Señor descansó. Fue en julio de 1915. Pero las orientaciones de Dios en relación con el cuidado del cuerpo, el templo del Espíritu Santo, son tan necesarias hoy como en los días en que fueron dadas. Por lo tanto, tratándose de la reforma pro salud, es necesario que no meramente leamos, sino además *practiquemos y compartamos*, por palabra y ejemplo, el deseo de nuestro Padre celestial, expresado por el apóstol Juan: “Amado, yo deseo que tú seas prosperado en todas las

cosas, y que tengas salud, así como prospera tu alma” (3 Juan 2).

## **Lectura espiritual**

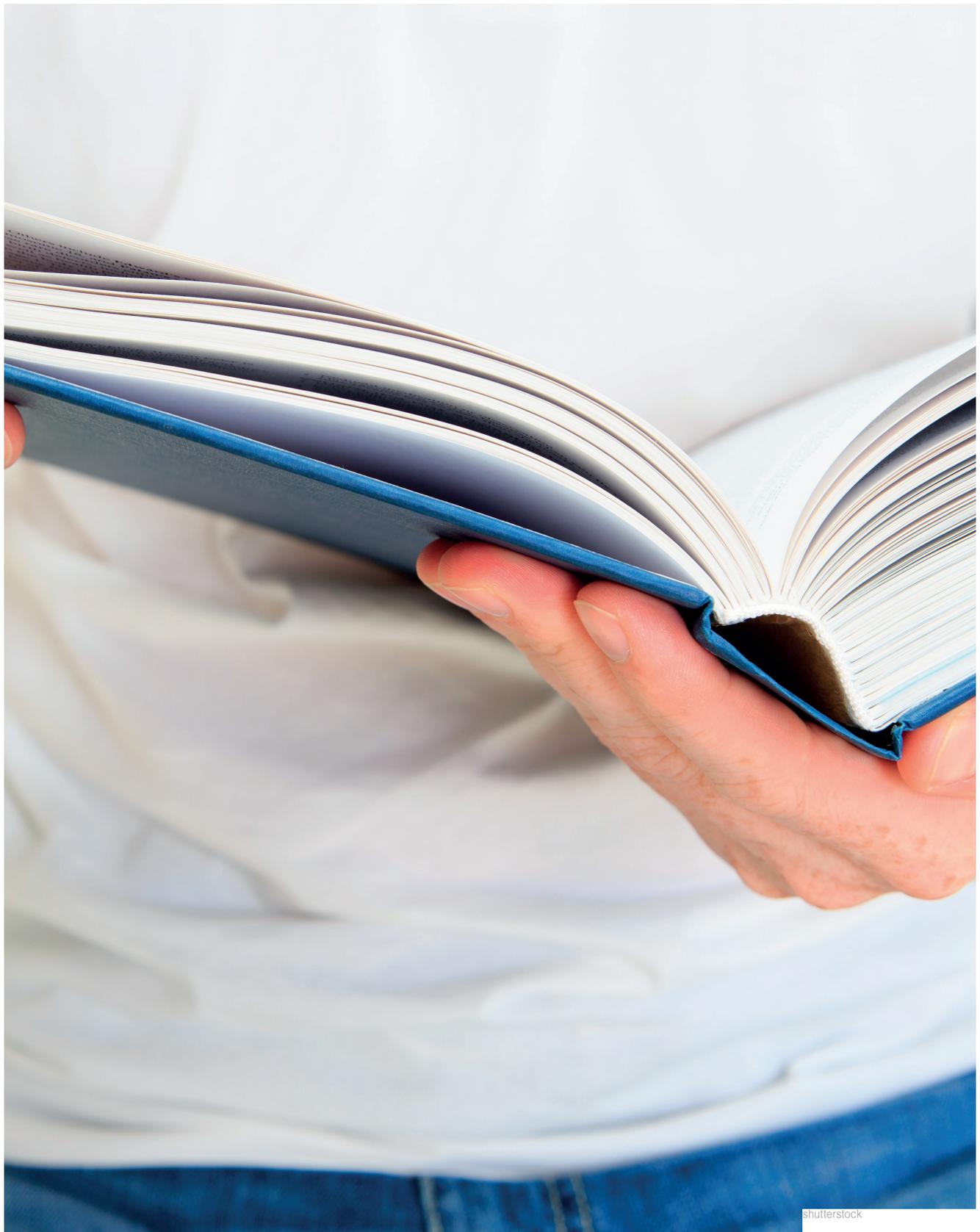
Querido anciano, este año debemos motivar a todas las familias de la iglesia para que adquieran los seis libros de Elena de White que componen la serie “Mensajes de esperanza”. Esos mensajes contribuirán a que nos preparemos mejor, nosotros y nuestros hijos, para el tiempo del fin. Esos libros no fueron publicados simplemente para adornar nuestras bibliotecas.

En primer lugar, como dirigentes espirituales, debemos leerlos. Después, necesitamos orientar a nuestros hermanos con relación a la lectura de este material. Como son seis libros, significa que tendremos que leer solo un libro cada dos meses. ¿Puedes imaginar tu casa resplandeciente, como sucedió hace casi cien años a través de las ventanas de la casa de la señora de White, en Elmshaven?

Este año, tendremos el privilegio de compartir con nuestros familiares, vecinos, amigos, colegas, compañeros de trabajo y personas en general el libro misionero *Viva con esperanza*. En esta ocasión, la iglesia no solo recuerda los casi cien años de la muerte de la señora Elena de White, sino también, con espíritu y visión de servicio, desea ayudar a todas las personas, para que disfruten de mejor salud.

El apóstol Pablo escribió: “vivamos en este siglo [...] aguardando la esperanza bienaventurada y la manifestación gloriosa de nuestro gran Dios y Salvador Jesucristo” (Tit. 2:12, 13). Cada día que pasa nos aproximamos más a este glorioso acontecimiento. Ancianos y pastores, ¿están dispuestos a unir esfuerzos, con pasión, para compartir el Pan de vida con aquellos que están alrededor?

Hace casi cien años... ¿Cuánto tiempo más? <



shutterstock

# MAYORDOMÍA Y SALUD

El cuerpo saludable proporciona las mejores condiciones para servir a Dios

Miguel Pinheiro, director de Mayordomía Cristiana de la División Sudamericana.

**S**omos más que una iglesia evangélica, somos un *movimiento profético*. Debido a esta característica, tenemos un abordaje peculiar en relación con la práctica de la mayordomía cristiana relativa a la salud. Todo líder debería tener la clara comprensión de los principios que rigen esa relación, porque afecta directamente el estilo de vida de cada miembro, en forma individual y de la iglesia en general. Con la finalidad de profundizar nuestra comprensión de este asunto, deseo presentar en este artículo el concepto actual de mayordomía cristiana en relación con la salud, y de qué manera la comunión con Dios puede contribuir a la finalidad de disfrutar de una mejor salud.

## ¿Qué es la mayordomía cristiana?

Hasta la última asamblea general de la Iglesia Adventista del Séptimo Día en Atlanta, en 2010, la mayordomía cristiana era un departamento. En esta categoría, el centro básico de su actuación estaba dirigido a la recaudación de fondos, el desarrollo, las finanzas y los proyectos.

Después de 2010, se modificó el estatus de la mayordomía cristiana, de departamento a Ministerio de Mayordomía Cristiana. ¿Qué implicaciones tuvo ese cambio? La orientación cambió de la búsqueda de fondos, el desarrollo de material y de proyectos, a la restauración de la persona como un ser integral (espiritualidad, salud, familia, liderazgo, lenguaje, etc.), con base sobre el discipulado y la comunión como estilo de vida.

La mayordomía cristiana pasó del concepto limitado de las “Cuatro T” (templo, talento, tesoro y tiempo), a una definición más amplia, que incluye a esta antigua pero que no se limita solamente a esta. El concepto actual es: *Todo de mí en respuesta al todo de Dios*. Dentro de este nuevo cuadro, surge la pregunta: ¿Qué relación hay entre esta nueva visión de mayordomía cristiana y salud?

## Mayordomía cristiana y salud

Cuatro puntos se destacan para una comprensión básica de esa relación.

*Primeramente*, con salud es más fácil vivir dentro de esa visión del ser integral: espiritual, físico, mental, social y ambiental (de respeto para con el medio ambiente). Por esa razón, el mensaje de las Escrituras es: “Amado, yo deseo que tú seas prosperado en todas las cosas, y que tengas salud, así como prospera tu alma” (3 Juan 2).

*En segundo lugar*, cada mayordomo del Señor es responsable por el cuidado del cuerpo como morada del Espíritu Santo. El apóstol Pablo pregunta: “¿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?” (1 Cor. 6:19). También afirma: “Porque vosotros sois el templo del Dios viviente” (2 Cor. 6:19).

*Tercero*. Los pastores y los obreros son exhortados a enseñar a los miembros de modo que despierten a la práctica de estos principios. La señora Elena de White escribió: “Hombres y mujeres debieran ser informados respecto de la habitación humana, preparada por nuestro Creador como su lugar de morada, y de la cual quiere que seamos fieles mayordomos” (*Nuestra elevada vocación*, p. 269).

*Cuarto*, y por último, para mantener y recuperar la salud, el pueblo de Dios tiene una receta profética divina. ¿Cuál es y cómo usarla? Aquí está la orientación: “Hay muchas maneras de practicar el arte de sanar; pero hay una sola que el Cielo aprueba. [...] El aire puro, el sol, la abstinencia, el descanso, el ejercicio, un régimen alimenticio conveniente, el agua y la confianza en el poder divino son los verdaderos remedios. Todos debieran conocer los agentes que la naturaleza provee como remedios, y saber aplicarlos. Es de suma importancia darse cuenta exacta de los principios implicados en el tratamiento de los enfermos, y recibir una instrucción práctica que le habilite a uno para hacer uso

correcto de estos conocimientos” (*Consejos sobre el régimen alimenticio*, pp. 355, 356).

Además de estas enseñanzas, otras prácticas de la mayordomía cristiana pueden ser mencionadas a fin de ayudar en el mantenimiento de la salud.

Elena de White, citando el ejemplo del marido, dice que él podría haber tenido más salud si hubiese controlado la mente, alejando de sí pensamientos y asuntos tristes, y si hubiese disfrutado del sábado cuando no estuviera predicando.

Como se ve, la salud es una bendición que el Creador nos concede a sus mayordomos. Por orientación profética desde el origen mismo de la Iglesia Adventista del Séptimo Día, el cuidado del cuerpo debe ser observado como un mandamiento sagrado, tanto como el sábado, los diezmos y las ofrendas. El respeto y el esfuerzo por mantener el cuerpo en el mejor estado posible es un deber religioso, pues proporciona mejores condiciones para servir a Dios, porque “podemos servir a Dios mejor con el vigor de la salud que con la decrepitud de la enfermedad; por lo tanto, debemos colaborar con Dios en el cuidado de nuestros cuerpos” (*Consejos sobre mayordomía cristiana*, p. 121). Nota que la comunión con Dios sirve como remedio para el cuerpo y para el alma, y por eso debe ser adoptada como un estilo de vida.

### **Mayordomía cristiana y comunión**

En la presentación del Seminario de Enriquecimiento Espiritual II, se planteó la siguiente pregunta: “¿Para qué quieres vivir mejor y con más salud?” Respuesta: “Para escuchar la voz de Dios (clara, sin “ruidos”) en la primera hora de cada mañana. Para tener salud a fin de alabar, meditar, orar, testificar y cumplir la misión de predicar el evangelio con más alegría y mayor entusiasmo”.

Este debe ser el propósito para mantener el cuerpo en las mejores condiciones posibles. Mientras vive, cada mayordomo debe tener conciencia de que es responsable por realizar lo máximo para Dios, con

los recursos disponibles que él nos brinda. El desafío profético para cada uno es: “El pueblo de Dios es llamado a una obra que requiere dinero y consagración. Las obligaciones que descansan sobre nosotros nos hacen responsables de trabajar para Dios hasta el máximo de nuestra habilidad. Él pide un servicio indiviso, la completa devoción del corazón, el alma, la mente y las fuerzas” (*ibíd.*, p. 39). Ese amor por la causa, sin duda alguna resultará en buena salud.

“El amor a Dios es esencial para la vida y la salud. A fin de gozar de salud perfecta, nuestros corazones deben estar llenos de esperanza, amor y gozo” (*Consejos sobre la salud*, p. 589).

La voz profética todavía anuncia: “El amor que Cristo infunde en todo nuestro ser es un poder vivificante. Da salud a cada una de las partes vitales: el cerebro, el corazón y los nervios. Por su medio, las energías más potentes de nuestro ser despiertan y entran en actividad. Libera al alma de culpa y tristeza, de la ansiedad y congoja que agotan las fuerzas de la vida. Con él vienen la serenidad y la calma. Implanta en el alma un gozo que nada en la tierra puede destruir: el gozo que hay en el Espíritu Santo, un gozo que da salud y vida” (*ibíd.*, p. 29).

Ya que la práctica de la mayordomía cristiana—en el contexto del respeto y la consideración al cuerpo como un templo sagrado— produce salud, fidelidad y gratitud (diezmos y ofrendas), concluyo este artículo con las siguientes palabras: “Nada tiende más a fomentar la salud del cuerpo y del alma que un espíritu de agradecimiento y alabanza. Resistir a la melancolía, a los pensamientos y los sentimientos de descontento es un deber tan positivo como el de orar. Si somos destinados para el cielo, ¿cómo podemos portarnos como un séquito de plañideras, gimiendo y lamentándonos a lo largo de todo el camino que conduce a la casa de nuestro Padre?” (*El ministerio de curación*, p. 194).◀

# LIDERAZGO SALUDABLE

EL estilo de vida adecuado es parte integrante de la vida del líder espiritual

**Magdiel Pérez**, secretario de la División Sudamericana.



¿Cómo podemos avanzar en el cumplimiento de la misión si, como líderes, no disfrutamos de una buena salud? Personalmente, creo que trabajar con dirigentes ausentes o con problemas de salud provoca inseguridad en los liderados, tomando en cuenta que cada vez que necesitan de un líder tendrán que pensar si está presente o si tendrá condiciones de salud para atenderlos. Es verdad que todos nosotros estamos sujetos a enfermedades o a debilidades físicas. Sin embargo, cuando esto ocurre repetidamente y la salud del líder queda debilitada, puede colocar en compromiso la misión que le fue confiada.

Permíteme compartir contigo cinco ideas que tienen la intención de ayudarte para que te sientas más saludable para liderar e influir positivamente sobre tu iglesia.

## **1. Mantén un estilo de vida saludable**

La persona saludable ejerce influencia y demuestra que cuida de un don precioso, que le fue concedido por Dios: el cuerpo (ver 1 Cor.

6:19). Como adventistas, somos conocidos como personas que se alimentan bien, que viven más, que tienen mejor calidad de vida, entre otros aspectos; lo que es un sermón vivo no solamente para nuestros amigos, sino también para los miembros de la iglesia.

Tenemos mucho que hacer en la promoción del estilo de vida saludable, no solo mediante nuestras predicaciones y programas, sino también de nuestro ejemplo. No tengo dudas de que cuando nuestros hermanos desarrollen buenos hábitos serán personas más felices, más activas y más comprometidas con la misión de la iglesia. Los líderes que se absorben exclusivamente por el trabajo dejan de ser una inspiración, especialmente para los más jóvenes. Por el contrario, cuando perciben que nuestro liderazgo es integral, esto, cuando cuidamos de todos los aspectos de nuestra vida, la influencia sobre ellos será más positiva.

Cuando hablamos en relación con un estilo de vida saludable, debemos mencionar el ejercicio físico, la alimentación y el descanso, entre otros aspectos que conocemos como los “Ocho remedios naturales”. Pero, también debemos hacer referen-

cia a un estilo de vida diferente del que sigue el mundo: a la vida espiritual, a los buenos hábitos; pues por medio de Elena de White Dios declaró: “Las facultades de raciocinio resultan destruidas en gran medida por los malos hábitos” (*Consejos sobre el régimen alimenticio*, p. 73).

## 2. Haz ejercicios físicos en forma regular

Yo nunca fui bueno en deportes porque tengo que usar anteojos desde pequeño y, por temor a romperlos, nunca participé mucho de actividades deportivas en grupos. Cuando mis compañeros formaban los equipos, yo era el último en ser elegido.

Al concluir la universidad, mi actividad preferida era trabajar. Entusiasmado, pasaba mucho tiempo trabajando en las diferentes áreas que me habían sido designadas por la Iglesia. Y creo que transcurrieron años sin que yo hubiera caminado más de un kilómetro por día. Eso trajo serias consecuencias para mi salud como, por ejemplo, exceso de peso, fatiga y ansiedad.

Cierto día, en un viaje, un colega de trabajo me invitó para dar una caminata, temprano en la mañana. Acepté únicamente por respeto para con él, porque no tenía ninguna voluntad de hacerlo. Para mi sorpresa, aquel día me sentí mucho más dispuesto para realizar mis diferentes actividades laborales. Así, entusiasmado con los beneficios, caminé durante algunos días más. Pero, debido a los innumerables compromisos que tenía, dejé de hacerlo.

El tiempo pasó y fui, nuevamente, invitado a salir a caminar. Ahora, después de tomar conciencia de lo bien que esta práctica hace, aunque para otros pueda significar una “pérdida de tiempo”, quedo maravillado al sentir los resultados en mi cuerpo. Aunque tengo muchas cosas para hacer, sigo caminando y recomendando esta actividad con mucho énfasis. Elena de White escribió: “Sin ejercicio físico, nadie puede tener una constitución sana y salud vigorosa; y la disciplina del

trabajo bien regulado no es menos esencial para obtener un espíritu fuerte y activo que para adquirir un carácter noble” (*Mensajes para los jóvenes*, p. 124).

Para aquellos que no están acostumbrados a practicar alguna actividad física, les puede parecer muy difícil adquirir el hábito, pero yo lo animo a que lo hagan. Una de las mejores formas para mantenerse activo es desafiándote a ti mismo. Motívate usando algunas de las aplicaciones disponibles para *Smartphone*, que te ayudarán a ver tu propio desempeño (*runkeeper, virtualgym, mycoach endomondo*).

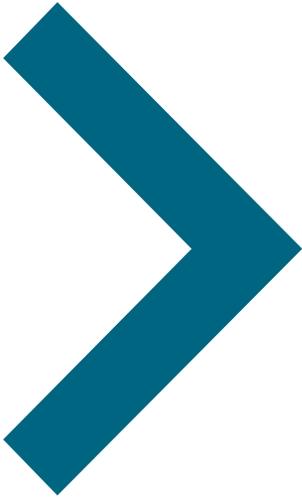
## 3. Aliméntate bien

Sin duda alguna, has escuchado algunas veces la famosa frase que dice: “Debemos desayunar como un rey, almorzar como un príncipe y cenar como un mendigo”. Lamentablemente, la mayoría de las personas hace exactamente lo contrario. No faltan justificaciones ni razones, pero el consejo continúa siendo el mismo: comer en el horario adecuado, ingiriendo alimentos saludables y en la cantidad correcta. Esa fue la opción de Daniel y sus compañeros, a quienes el rey encontró diez veces más sabios que a los demás (ver Dan. 1:8, 20).

El espíritu de profecía es claro al enseñar que debemos ser muy cuidadosos con nuestra alimentación, cuando dice: “La perturbación del estómago afecta el cerebro. El que come en forma imprudente no se da cuenta de que se está descalificando para dar consejos sabios, y para trazar planes para el mejor progreso de la obra de Dios. Pero esto es así. No puede discernir las cosas espirituales, y en las reuniones de consejo, cuando debe decir “Sí” y “Amén”, dice “No”. Hace proposiciones muy desatinadas. El alimento que ha comido ha entorpecido su capacidad cerebral” (*Consejos sobre el régimen alimenticio*, p. 62).

## 4. Duerme las horas necesarias

El descanso es muy importante no mera-



## El descanso apropiado del cuerpo es un hábito al que debemos prestar atención

mente para restaurar las energías, sino sobre todo, para ayudarnos a tener vigor mental para ejercer nuestro liderazgo. Si no nos cuidamos, tendremos más actividades que nos impedirán descansar. Generalmente, antes de dormir miramos televisión, navegamos en Internet (mensajes electrónicos, redes sociales, etc.), creyendo que esto nos dará descanso. Sin embargo, ocurre lo contrario: esto no nos prepara para el sueño y, además, impide el descanso restaurador que nuestro cuerpo necesita.

La fatiga y el cansancio producidos por la falta de sueño adecuado y en la hora correcta pueden llevarnos a tomar decisiones equivocadas y precipitadas. “Las horas irregulares para comer y dormir absorben las fuerzas del cerebro” (*ibíd.*, p. 473). Siendo así, el descanso apropiado del cuerpo es un hábito al que debemos prestar atención, a fin de mantener un positivo liderazgo espiritual.

### **5. Ejercítate espiritualmente**

Parte de la “rutina saludable” que debe ser practicada diariamente para mantener el cuerpo sano se encuentra en el ejercicio espiritual. En el inicio del día, no hay nada mejor para que te sientas animado que tener un encuentro personal con el Creador. Puedes hacerlo por medio de la oración, la lectura de la Biblia, el estudio de la lección de la Escuela Sabática y la lectura devocional. Podrás enfrentar el día de la mejor manera posible. Aún mejor, comparte esta experiencia con tu familia antes del desayuno, o incluso por medios electrónicos, si te toca estar ausente de tu hogar.

De forma especial, cuando te sea posible, comparte con tus amigos y colegas usando, por ejemplo, el #rpsp (Reavivados por su Palabra) o el #LESAdv (Lección de la Escuela Sabática). Al leer esos comentarios respecto de lo que estamos estudiando en todo el mundo, quedamos animados para enfrentar las actividades de nuestro día.

Ese alimento espiritual diario, esos momentos de comunión personal con Dios, no solamente son un bálsamo, sino también una buena dosis de energía para realizar las tareas que sean necesarias.

Tenemos ejemplos claros en las Sagradas Escrituras y que son citados por Elena de White: “La claridad de mente y la firmeza de propósito de Daniel, su poder de adquirir conocimiento y de resistir la tentación, se debieron en gran medida a la sencillez de su dieta, en relación con su vida de oración” (*La temperancia*, p. 138).

Apreciado líder, te invito a ejercer un liderazgo espiritual diferenciado, teniendo en mente las sugerencias que expusimos aquí, que sin duda nos ayudarán a tener el cuerpo y la mente vigorosos para un liderazgo de éxito. <



# ENSEÑANDO AL NIÑO

La salud está directamente relacionada con el estilo de vida que practicamos

**Graciela Hein**, directora del Ministerio de los Niños y los Adolescentes de la División Sudamericana.

**P**uedo imaginar la emoción de un matrimonio que sueña con tener un hijo. Ese matrimonio es Manoa y su esposa. Para ellos, era un momento especial.

Un ángel anunció a la esposa el nacimiento del hijo: “A esta mujer apareció el ángel de Jehová, y le dijo: He aquí que tú eres estéril, y nunca has tenido hijos; pero concebirás y darás a luz un hijo. Ahora, pues, no bebas vino ni sidra, ni comas cosa inmundada” (Jue. 13:3, 4).

## **Ejemplos bíblicos**

La Biblia continúa narrando ese momento de alegría y cómo la mujer relató todo a su marido. Si leemos todo el capítulo, observaremos que la segunda vez que el ángel apareció a la esposa de Manoa, él también pudo verlo y escucharlo. Del versículo 12 al 14 leemos: “Entonces Manoa dijo: Cuando tus palabras se cumplan, ¿cómo debe ser la manera de vivir del niño, y qué debemos hacer con él? Y el ángel de Jehová respondió a Manoa: La mujer se guardará de todas las cosas que yo le dije. No tomará nada que proceda de la vid; no beberá vino ni sidra, y no comerá cosa inmundada; guardará todo lo que le mandé”.

En aquellos días, como ocurre todavía hoy, la advertencia en relación con los cuidados en el período de gestación enfatizaba la necesidad de proteger la salud y el carácter del niño por medio de los hábitos temperantes de la madre, desde el momento mismo de la concepción. Elena de White escribió: “El niño sería influenciado para bien o para mal por los hábitos de la madre. Ella misma debía gobernarse por principios y practicar

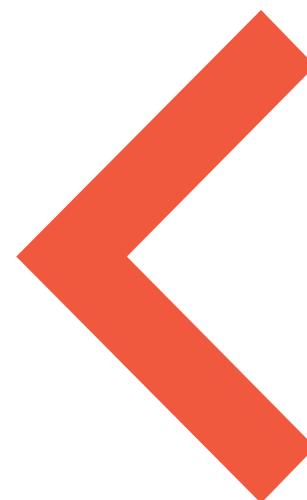
la temperancia y la abnegación, si quería procurar el bienestar de su niño” (*Mente, carácter y personalidad*, t. 1, p. 145). “Por mandato de Dios mismo, la madre está bajo la más solemne obligación de ejercer dominio propio” (*Conflicto y valor*, p. 130).

En ese contexto, Daniel es otro personaje bíblico digno de ser imitado. ¡Qué ejemplo de vida! Él propuso en su corazón no contaminarse con la porción de la comida del rey ni con el vino que él bebía, por eso pidió al jefe de los eunucos que ellos no fueran obligados a contaminarse (ver Dan. 1:8). Sus padres le habían enseñado a tomar decisiones por él mismo. “Los padres de Daniel lo habían educado en su infancia en hábitos de estricta temperancia” (*Conducción del niño*, p. 152). “Daniel y sus compañeros disfrutaron de los beneficios de la debida preparación y educación en los primeros años de la vida, pero estas ventajas de por sí no los habrían hecho lo que fueron. Llegó el tiempo en que debían actuar por sí mismos: cuando su futuro dependía de su propia conducta” (*Consejos sobre el régimen alimenticio*, p. 33). Los resultados de esa decisión son bien conocidos.

## **En los tiempos actuales**

Lamentablemente, en nuestros días, niños y jóvenes están inmersos en un mundo que los lleva a ignorar los principios de la salud. Sin embargo, antes de pensar en los niños, ¿acaso nosotros, adultos, ancianos y pastores, no nos estamos olvidando –también– de lo que el apóstol Juan nos dice, en el versículo 2 de su tercera epístola? Tú lo

## Lo que se ha de hacer por el hombre se debe hacer mientras todavía no es hombre



sabes: “Amado, yo deseo que tú seas prosperado en todas las cosas, y que tengas salud, así como prospera tu alma”.

Muchas veces podemos preguntar: ¿Por qué mi hijo está actuando de esta manera? O decimos: ¡Qué comportamiento tiene este niño! Tal vez, estemos ignorando que nuestros hábitos de salud están influenciando su forma de ser. Podríamos describir una relación de malos hábitos que, en nuestros días, está trastornando a nuestros hijos y a las personas en general. Elena de White escribió: “Cuanto menos alimentos dulces se consuman, tanto mejor. Estos causan perturbaciones en el estómago, y producen impaciencia e irritabilidad en los que se acostumbran a usarlos” (*Consejos sobre el régimen alimenticio*, p. 381).

La salud está directamente relacionada con el estilo de vida que practicamos. En este aspecto, ¿qué ha caracterizado nuestra vida? Por medio del ejemplo, necesitamos ayudar a nuestros hijos y a los hijos de la iglesia. Muchos de nuestros niños y adolescentes están creciendo sin saber que el cuerpo es el templo del Espíritu Santo y que cada uno debe cuidar de él por medio de hábitos saludables, para disfrutar de buena salud y glorificar a Dios.

Nuestro mundo está cambiando cada día, y la vida agitada nos lleva a ser negligentes en relación con los principios establecidos por nuestro Señor. ¡Cuántas enfermedades podrían ser evitadas, si prestáramos mayor atención a los consejos inspirados! “La vida saludable debe convertirse en una preocupación familiar. Los padres deberían despertar a la comprensión de las responsabi-

dades que Dios les ha dado. [...] La masa de los habitantes del mundo, por su descuido de las leyes físicas, está destruyendo su capacidad de dominio propio y se está incapacitando para apreciar las realidades eternas. Ignorando voluntariamente la estructura de su organismo, conducen a sus hijos por los caminos de la complacencia, preparando de esta manera el camino para que sufran la penalidad de la transgresión de las leyes de la naturaleza” (*Conducción del niño*, p. 96).

Dios nos dejó indicados ocho remedios naturales: agua, aire puro, luz solar, ejercicio físico, temperancia, alimentación adecuada, descanso y confianza en Dios. Estos deben ser usados como prevención de las enfermedades, y también para conducir a nuestros niños y adolescentes a desarrollar un adecuado estilo de vida.

Carlos T. Gattinoni decía: “Lo que se ha de hacer por el hombre se debe hacer mientras todavía no es hombre”; es decir, cuando todavía es niño.

Querido anciano, nosotros, que somos líderes, enseñamos por la palabra y, sobre todo, por el ejemplo. ¡Que nuestra esperanza sea vivificada cada día, por medio de un estilo de vida saludable! ¡Que seamos agentes de ayuda para que, desde el vientre de la madre, cada hijo sea enseñado a practicar los principios saludables, de modo de disfrutar de esta vida y vivir la esperanza eterna con alegría! ◀

# EL RÉGIMEN ALIMENTICIO Y LA SALUD

Hay sabiduría en la debida preparación de los alimentos

Elena de White, mensajera del Señor.

**N**uestro cuerpo se forma con el alimento que ingerimos. En los tejidos del cuerpo se realiza de continuo un proceso de reparación, pues el funcionamiento de los órganos acarrea desgaste, y este debe ser reparado por el alimento. Cada órgano del cuerpo exige nutrición.

## ***Elección del alimento***

Deben escogerse los alimentos que mejor proporcionen los elementos necesarios para la reconstitución del cuerpo. En esta elección, el apetito no es una guía segura. Los malos hábitos en el comer lo han pervertido. Muchas veces pide alimento que altera la salud y causa debilidad, en vez de producir fuerza. Tampoco podemos dejarnos guiar por las costumbres de la sociedad. Las enfermedades y dolencias que prevalecen por doquiera provienen, en buena parte, de errores comunes respecto al régimen alimenticio.

Para saber cuáles son los mejores comestibles, tenemos que estudiar el plan original de Dios para la alimentación del hombre. El que creó al hombre y comprende sus necesidades indicó a Adán cuál era su alimento. 'He aquí, dijo, que os he dado toda hierba que da simiente [...] y todo árbol en que hay fruto de árbol que da simiente, seros ha para comer' (Gén. 1:29). Al salir del Edén para ganarse el sustento labrando la tierra bajo el peso de la maldición del pecado, el hombre recibió permiso para comer también 'hierba del campo' (Gén. 3:18).

Los cereales, las frutas carnosas, las oleaginosas y las legumbres constituyen el alimento escogido para nosotros por el Creador. Preparados del modo más sencillo y natural posible, son los comestibles más sanos y nutritivos. Comunican una fuerza, una resistencia y un vigor intelectual que no pueden obtenerse de un régimen alimen-

ticio más complejo y estimulante.

Pero no todos los alimentos sanos de por sí convienen igualmente a nuestras necesidades en cualquier circunstancia. Nuestro alimento debe escogerse con mucho cuidado. Nuestro régimen alimenticio debe adaptarse a la estación del año, al clima en que vivimos y a nuestra ocupación.

## ***La preparación del alimento***

Error grave es comer tan solo para agradar al paladar; pero la calidad de los comestibles o el modo de prepararlos no es indiferente. Si el alimento no se come con gusto, no nutrirá tan bien al organismo. La comida debe escogerse cuidadosamente, y prepararse con inteligencia y habilidad.

Es un deber sagrado para las personas que cocinan aprender a preparar comidas sanas. Muchas almas se pierden como resultado de los alimentos mal preparados. Se necesita pensar mucho y tener mucho cuidado para hacer buen pan; pero en un pan bien hecho hay más religión de lo que muchos se figuran. Son muy pocas las cocineras realmente buenas. Las jóvenes piensan que cocinar y hacer otras tareas de la casa es trabajo servil; y por lo tanto, muchas que se casan y deben atender a una familia tienen muy poca idea de los deberes que incumben a la esposa y madre.

La ciencia culinaria no es una ciencia despreciable, sino una de las más importantes de la vida práctica. Es una ciencia que toda mujer debería aprender, y que debería ser enseñada en forma provechosa a las clases pobres. Preparar manjares apetitosos, al par que sencillos y nutritivos, requiere habilidad; pero puede hacerse. Las cocineras deberían saber preparar manjares sencillos en forma saludable, y de tal manera que resulten sabrosos precisamente por su sencillez. ◀

(Extraído del libro *El ministerio de curación*, pp. 227-233).



## NUESTRO MENSAJE DE SALUD

La práctica de la temperancia es una fuerte barrera en contra de la depravación

Marcos Faiock Bomfim, director del Ministerio de la Salud de la División Sudamericana.

**E**l avance de la pornografía ha sido atemorizante y preocupante. Su influencia, incluso en los medios eclesiásticos, parece ser muy significativa. Si en los Estados Unidos el 47,2% de los internautas consumen pornografía,<sup>1</sup> ¿existe alguna razón para que tú creas que en tu país, o en tu iglesia,<sup>2</sup> las estadísticas serían diferentes?

Sin lugar a dudas, los problemas que la pornografía causa a las familias son indiscutibles. De acuerdo con la Academia Americana de los Abogados Matrimoniales, el 56% de los divorcios de aquel país están relacionados con el interés obsesivo por páginas de Internet pornográficas en por lo menos uno de los cónyuges.<sup>3</sup> Y es muy probable que los porcentajes sean semejantes en la mayoría de los demás países.

Entonces, como iglesia, ¿qué estamos haciendo con el objetivo de combatir no únicamente la pornografía, sino también el abuso y las perversiones sexuales, la corrupción, el uso y el tráfico de drogas, la creciente violencia y otros males sociales que perjudican a las familias? Evidentemente, algo ha sido realizado; el programa *Rompiendo el silencio* es un buen ejemplo. Pero, también es evidente que todo lo que hacemos está lejos de ser suficiente para combatir la violencia en el mundo, que cada día toma proporciones mayores.

¿Existirá algo que fundamente esa depravación y potencie sus consecuencias en la naturaleza humana ya caída? ¿Habrá alguna acción que sea determinante para la victoria en esta batalla en contra de la impiedad y para la preservación de nuestros valores? Si conociésemos el fundamento de la depravación, tal vez, podríamos ser **más eficientes en su combate**; una bendición mayor para las familias, para la iglesia y para el mundo.

### *Intemperancia y depravación*

Por medio del mensaje de la salud Dios nos reveló la razón, o el fundamento, para el aumento de la depravación que caracteriza nuestro tiempo. Elena de White, inspirada por Dios, declaró: “La glotonería y la intemperancia se hallan en el fundamento de la gran depravación moral de nuestro mundo” (*Eventos de los últimos días*, p. 22). No parece obvio al principio, pero hay una clara relación de causa y efecto entre la intemperancia y la depravación.

¿Recuerdas la tentación por medio de la cual el enemigo de Dios venció a Eva y después a Adán? ¿Recuerdas cuál fue la primera tentación usada en contra de Cristo en el desierto? En los dos casos, la apelación fue al apetito. Esas tentaciones no fueron casuales; el enemigo de Dios sabe muy bien lo que está haciendo. Sabe que tiene poco tiempo, y que si lleva a hombres, mujeres y niños a vivir una vida intemperante, el cuerpo será perjudicado y, como consecuencia, la mente quedará obnubilada,<sup>4</sup> haciéndolos incapaces de discernir las cosas espirituales.

“Satanás está consciente de esto y constantemente tienta a hombres y a mujeres para que satisfagan sus gustos a expensas de la salud y hasta de la vida misma. En el mundo, el comer, beber y vestirse se convierten en el objeto de la vida. Precisamente tal estado de cosas existió antes del diluvio. Y este estado de disipación es una de las evidencias sobresalientes de la pronta terminación de la historia de esta tierra” (*Eventos finales*, p. 22). Por lo tanto, no es de admirar que el enemigo de Dios esté constantemente alerta, para someter a la raza humana enteramente a su control. “Él ejerce todo su poder sobre el hombre a través del apetito, y busca estimularlo por todos

los medios posibles” (*Consejos sobre el régimen alimenticio*, p. 177).

### **Victoria por medio del Espíritu Santo**

Así como existe un fundamento para la depravación, Dios también revela que existe un fundamento para todas las victorias en el campo espiritual. ¿Cuál es ese fundamento? “Solo la temperancia es el fundamento de todas las gracias que proceden de Dios, el fundamento de todas las victorias a ganarse” (*La temperancia*, p. 179).

El cuidado del cuerpo es una acción fundamental, que preserva la mente en la mejor condición para que sea influenciada por el Espíritu Santo. A fin de contrarrestar la estrategia satánica de control sobre la mente humana, Dios nos reveló el mensaje de la salud. Este, cuando es predicado y enseñado, está destinado a proteger al pueblo de Dios, justamente en el tiempo del fin. No comprendo todo respecto de esto, pero quiero confiar en la revelación de Dios y ordenar mi vida personal y familiar de acuerdo con ella.

Cuando busco al Señor, es necesario que yo desarrolle, por su poder y gracia, hábitos de temperancia en mi vida personal y familiar. Además de esto, si soy un dirigente espiritual, debo pensar en maneras por las cuales pueda influir no solamente a las familias de mi iglesia, sino también a la comunidad, para que adopte el estilo de vida orientado por Dios. Si un matrimonio está viviendo una crisis en su relación, o alguna situación negativa con los hijos u otra relación cualquiera, deben comenzar la búsqueda de la victoria en el poder de Dios, por medio de los principios de la temperancia. Puede ser que todavía tengamos otras cosas para hacer, y generalmente existen, ¡pero siempre debemos comenzar una construcción por el fundamento! ¡Es necesario pensar y meditar, para creer!

Después de todo, ¿en qué consiste la temperancia? Incluye dos aspectos: 1) Dejar enteramente de lado todas las cosas nocivas. 2) Usar

con prudencia lo que es saludable. ¿No parece un concepto radical? Obviamente, no es un mensaje popular; ni para nosotros ni –mucho menos– para el mundo condescendiente en el que vivimos. Pero el principio enseña que, como hijo de Dios, debo utilizar con juicio apenas lo que es saludable y cerrar completamente las puertas a lo que no es saludable. Esta lección de santidad al Señor, de apego absoluto a lo que es correcto, que debe ser evidenciada incluso en nuestra mesa, tendrá una enorme influencia sobre el futuro de nuestros hijos y de la iglesia.

Lejos de ser una especie de justificación por las obras, la verdadera temperancia no es alcanzada cuando hago lo que no me gusta, sino cuando clamo a Dios por un nuevo corazón, por medio del Espíritu Santo (Eze. 36:26). Él me habilita para que me guste lo que es lícito en las diversas áreas de la vida: ejercicio, sueño, alimentación, relaciones, sexo, trabajo, entretenimientos (Internet, películas, músicas, juegos, etc.).

Ahora también puedo comprender por qué el Espíritu Santo está motivando a la iglesia, en todo el mundo, para que reflexione sobre este tema durante el 2015. Tampoco fue por casualidad que tanto los proyectos misioneros como el libro misionero giren en torno a este asunto. Siempre que predicamos sobre la necesidad de la temperancia y practicamos sus principios, estamos militando en contra de la depravación que hay en este mundo. Y, así, anunciamos la venida de Cristo. Él desea que estemos preparados, junto con nuestra familia, en aquel glorioso día. ◀

#### **Referencias:**

<sup>1</sup> [http://familysafemedia.com/pornography\\_statistics.html#time](http://familysafemedia.com/pornography_statistics.html#time)

<sup>2</sup> En 2011, el 40% de los pastores evangélicos en Estados Unidos estaba luchando con ese problema. (Vea más en <http://www.christianitytoday.com/le/2001/winter/12.89.html>)

<sup>3</sup> Datos en <http://www.covenanteyes.com/2013/02/19/pornography-statistics/>

<sup>4</sup> Especialmente el lóbulo frontal, responsable por las percepciones morales y espirituales.

# FINANZAS Y SALUD

Es un hecho: la mala administración financiera es causa de serios problemas de salud

**Marlon Lopes**, tesorero de la División Sudamericana.

**D**espués de la incompatibilidad de caracteres, el dinero es el factor que más contribuye a la destrucción del matrimonio. No es sin razón que la Biblia brinda atención especial a este tema, al mencionar varios aspectos: deudas, planificación, inversión, egoísmo, codicia y avaricia. En su omnisciencia, Dios sabía que la mala administración del dinero sería causa de cuestiones familiares, profesionales, de salud, y en la secuencia, de grandes problemas espirituales.

Cuando el apóstol Pablo, escribiendo a Timoteo, le dice que “el amor al dinero es la raíz de todos los males” (1 Tim. 6:10), llama nuestra atención al hecho de que cuando el dinero es considerado el principal objetivo de la vida –esto es, el dinero por el dinero mismo–, la vida familiar y personal se hacen amargas.

En este momento te debes estar preguntando: ¿qué tipo de problemas puede ser creado por el amor al dinero? Voy a citar algunos, que creo que son los principales: egoísmo, ansiedad, materialismo, astucia, intemperancia y deshonestidad. Obviamente, esta lista puede ser más extensa. Sin embargo, esos elementos no dejan dudas en relación con las consecuencias de la mala administración del dinero.

## **Aspectos imprescindibles**

**Trabajo:** Para la prosperidad, la Biblia menciona la importancia del trabajo (ver Sal. 128:2; Prov. 31:16, Efe. 4:28). Por otro lado, es importante el pensamiento del apóstol Pablo cuando declara: “Aprendí a vivir contento en cualquier situación” (ver Fil. 4:11). El apóstol nos enseña a tener equilibrio con relación al uso del tiempo dedicado al trabajo, teniendo en vista la prosperidad. Los excesos son perjudiciales.

**Gestión:** Es la manera de administrar las finanzas. Es exactamente aquí que ocurren muchos

infortunios: endeudamiento, errores de inversión, falta de presupuesto, ausencia de diálogo sobre el asunto en la familia e individualismo. Estudios académicos asocian el endeudamiento con la pérdida de la calidad de vida. En este aspecto, la vida personal, profesional y familiar de muchas personas está seriamente enferma.

**Fidelidad:** Debemos trabajar honestamente y en forma diligente, recordando que el Señor está observándonos (ver Col. 3:22-25; Prov. 27:23-27).

La persona honesta evitará contraer deudas sin la debida capacidad económica para saldarlas (Prov. 22:7, 26, 27). Tampoco será codiciosa ni oprimirá al prójimo (ver Prov. 28:8; Sant. 2:6, 7; 5:1-6; Amós 8:4-6).

La fidelidad debe abarcar tres aspectos, en el siguiente orden:

1) Dios: él debe ser el primero en nuestra vida financiera. Lo que hacemos con el dinero refleja nuestra vida espiritual.

2) Familia: atender y cuidar de las necesidades de la familia en los aspectos materiales y espirituales es una obligación (1 Tim. 5:8).

3) Comunidad: la generosidad y la dadivosidad forman parte del carácter del verdadero cristiano. Por medio del trabajo, él auxiliará a los necesitados (ver Efe. 4:28; Mat. 25:40).

El dinero es un recurso que debe ser empleado para cumplir los propósitos de Dios en relación con la iglesia y con las personas. Cada cristiano tiene el privilegio de participar del trabajo en su iglesia, tener condiciones de sustentar a su familia y ayudar a otras personas. De esa manera, desarrollaremos cada día la capacidad de administrar sabiamente las finanzas.

¡Que Dios nos conceda sabiduría, para que administremos con prudencia los recursos que él nos confió! <

# EVANGELISMO DE LA SALUD

Este mensaje es el puente que lleva a las personas a la Biblia

Luís Gonçalves, director de Evangelismo de la División Sudamericana.

**C**uando Cristo envió a los doce discípulos en su primer viaje misionero, les ordenó: “Y yendo, predicad, diciendo: El reino de los cielos se ha acercado. Sanad enfermos, limpiad leprosos, resucitad muertos, echad fuera demonios; de gracia recibisteis, dad de gracia” (Mat. 10:7-8). Más tarde, al enviar a los setenta, el Señor dijo: “En cualquier ciudad donde entréis, y os reciban [...] sanad a los enfermos que en ella haya, y decidles: Se ha acercado a vosotros el reino de Dios” (Luc. 10:8, 9). La presencia y el poder de Cristo estaban con ellos. “Volieron los setenta con gozo, diciendo: Señor, aun los demonios se nos sujetan en tu nombre” (Luc. 10:17).

Después de la ascensión de Cristo, los discípulos y los apóstoles dieron continuidad a la misma obra. Las escenas de su propio ministerio fueron repetidas. De las ciudades venían multitudes a Jerusalén, “trayendo enfermos y atormentados de espíritus inmundos; y todos eran sanados” (Hech. 5:16).

## **Evangelismo 2015**

Tradicionalmente, la Iglesia Adventista ha utilizado el *Curso de cinco días para dejar de fumar* como un punto de contacto inicial para una serie de evangelismo. Esta ha sido –y todavía es– una gran estrategia de evangelización. Este año, la iglesia realizará el evangelismo integrado en toda América del Sur, teniendo como base los principios de salud orientados por Dios. El mensaje de salud nos fue revelado por Dios a fin de que lo demos al mundo.

## **Materiales y sugerencias**

1) El libro misionero será sobre salud física y salud espiritual. El título es: *Viva con esperanza*.

2) El culto de los domingos debe ser un programa de evangelismo público, permanente. Sin embargo, en el inicio de cada reunión podrían ser presentados los Minutos de Salud, y hablar sobre los ocho remedios naturales.

3) Otra idea interesante es ofrecer una comida natural rápida, después del culto. Sería un momento de confraternización y, al mismo tiempo, una oportunidad de compartir, en la práctica, nuestro mensaje de salud.

4) Inicia tu evangelismo con una serie de temas sobre salud. Invita a un profesional, o a una persona debidamente preparada, para disertar algunos minutos sobre los temas de salud y alimentación.

Finalmente, queremos recordarte que la mejor manera de evangelizar es usar el método utilizado por Cristo.

## **¿Cuál era el método de Jesús?**

Elena de White escribió: “El Salvador se mezclaba con los hombres como alguien que deseaba su bien. Les manifestaba simpatía, atendía a sus necesidades y ganaba su confianza. Luego los invitaba así: ‘Sígueme’” (*Obreros evangélicos*, p. 376).

Al evangelizar, debemos seguir el ejemplo de Jesús. Por intermedio del evangelismo de la salud tenemos la oportunidad de asociarnos con las personas, deseándoles el bien a ellas y realizando algo para amenizar sus sufrimientos. De esta manera, también estaremos demostrando simpatía por ellas.

Conquistamos la confianza de las personas al enseñarles las verdades bíblicas, al atender sus necesidades y al ayudarlas a encontrar la salida para sus dilemas.

Esos pasos se constituyen en un proceso. Eso comprende desarrollar una aproximación y una amistad intencional con las personas. El punto culminante de este proceso es decir a las personas: “Vengan y sigan a Jesús”. Si trabajamos de esa manera, tendremos mucho más éxito. Alcanzaremos nuestros objetivos y nuestras metas; muchas más personas serán evangelizadas y salvas; la venida de Jesús será la concreción de nuestra esperanza.

Apreciado anciano, motiva a tu iglesia y participa de este proyecto misionero. <

## El mejor ejercicio

Texto clave: 1 Timoteo 4:7, 8

### Introducción

En 2002, la Organización Mundial de la Salud (OMS) decidió separar un día para recordarle al mundo la necesidad de moverse, es decir, de ejercitar el físico (caminadas, paseos en bicicleta, cultivar el jardín de la casa).

La OMS publicó, en 2008, una guía para incrementar los niveles de actividad física, tomando en consideración que 1,9 millones de muertes son atribuidas a bajos niveles de actividad física. Hoy, sin duda alguna, todos están de acuerdo en la necesidad de la práctica de ejercicio para tener salud y prevenir enfermedades.

¿Por qué, aparentemente, el apóstol menospreció la actividad física? ¿Qué es lo que él realmente está diciendo con esas palabras?

### Ejercicio físico (1 Tim. 4:8)

El apóstol Pablo inicia este capítulo llamando la atención de Timoteo para las situaciones del momento: apostasía, órdenes innecesarias, fábulas profanas y de ancianas caducas. Enseguida, él usa la palabra griega *gymnasia* (ejercicio) para hacer referencia a la práctica del ejercicio físico, aunque para él eso fuese de poco provecho (ver 1 Tim. 4:8).

¿A qué se está refiriendo el apóstol Pablo cuando dice que el ejercicio físico es poco provechoso? En otros pasajes de sus epístolas, el apóstol Pablo utiliza ilustraciones de los deportes griegos en sus mensajes a las iglesias. Por ejemplo, las carreras atléticas en busca del premio de la victoria (ver 1 Cor. 9:24-27, 2 Tim. 2:4-5).

En los días del apóstol Pablo los gimnasios griegos eran semejantes a los que conocemos hoy. Estos tenían pistas de carreras, arenas para luchas, etc. Era un lugar donde los jóvenes promovían la fuerza y la habilidad de su cuerpo por medio de la preparación física.

Los griegos exaltaban la fuerza y la habilidad de un atleta. Por eso, la motivación de ellos no era el cuidado de la salud, sino la ostentación física personal. Entendiendo el texto de esa manera, nos damos cuenta que el apóstol Pablo no estaba menospreciando la actividad física en sí misma, como un recurso para mejorar la salud y la prevención de enfermedades.

“Pablo no está menospreciando los beneficios del ejercicio físico. El cuerpo humano es “templo del Espíritu Santo” (1 Cor. 6:19-20) y todo cristiano debe mantenerse en el mejor estado posible de salud. Esto requiere una razonable cantidad de ejercicio físico. Lo que le preocupa a Pablo es que la austeridad o el ejercicio físico de cualquier naturaleza se convierta en un fin en sí mismo, para detrimento de la piedad del carácter. El valor moral de cualquier aspecto de un sano vivir no consiste en lo que una persona está haciendo con su cuerpo, sino en el progreso espiritual que su buen estado físico ha hecho posible” (*Comentario bíblico adventista*, t. 7, p. 314). En los días actuales, la práctica del ejercicio físico es ampliamente comprobada y recomendada.

### Ejercicio espiritual

El otro término importante en estos dos versículos es la palabra *piedad*. Del griego *eusebeia*, significa ser

devoto o vivir de acuerdo con la voluntad de Dios. Eso apunta a una vida consagrada a las cosas espirituales. El apóstol Pablo la usó solamente en algunas oportunidades para enfatizar su importancia.

La piedad está relacionada con la verdadera religión. Ella tiene que ver con la vida devocional del cristiano, con la adoración a Dios, con la integridad y también con la debida actitud que debemos tener para con el prójimo.

Hay tres aspectos relacionados con la piedad que debemos considerar:

1. La práctica de la piedad: ¿cómo hacer la gimnasia de la piedad? Aquí, el apóstol Pablo no se está refiriendo a ejercicios físicos (carreras, caminatas o maratones), sino que explica que aquello que acontece en la naturaleza física también acontece en la naturaleza espiritual. Si nuestros músculos espirituales no se están ejercitando nos sentiremos débiles, incapaces de resistir a las dificultades y de vencer a las tentaciones; hasta que finalmente moriremos en el sentido espiritual.

“Dios desea que el hombre ejercite sus facultades de raciocinio; y el estudio de la Biblia fortalecerá y elevará el intelecto como ningún otro estudio puede hacerlo. Es el mejor ejercicio intelectual y espiritual para la mente humana” (*Joyas de los testimonios*, t. 2, p. 308).

“La oración es el aliento del alma. Es el secreto del poder espiritual. No puede ser sustituida por ningún otro medio de gracia, y conservar, sin embargo, la salud del alma. La oración pone al corazón en inmediato contacto con la Fuente de la vida, y fortalece los tendones y músculos de la experiencia religiosa” (*Mensaje para los jóvenes*, p. 247).

2. La piedad para todo es provechosa: el apóstol presenta un contraste entre el ejercicio físico y el ejercicio de la piedad. Una vida de oración, una vida de estudio de la Biblia, una vida de ayuda al prójimo traerá muchos beneficios físicos, mentales, sociales y espirituales en todas las áreas de nuestra vida.

3. La piedad tiene la promesa de la eternidad: tenemos que reconocer que por más que una persona haya seguido los principios de salud y, como consecuencia, haya cuidado de su físico, un día ella morirá. Y si esa persona saludable no tenía un compromiso con Dios, no aceptó a Jesús, entonces ella solamente habrá vivido mejor en la vida presente pero no disfrutará la vida futura.

### Conclusión

El mundo moderno sufre en razón de un estilo de vida inadecuado.

Hoy podemos tomar dos decisiones importantes: practicar el ejercicio físico y el ejercicio espiritual.

La vida física y terrena un día finalizará. Debemos buscar a Cristo diariamente y con él vivir durante la eternidad. Nada puede compararse con esto. Realiza la mejor elección hoy. ◀

**Pr. Daniel Villar**

Director de Mayordomía Cristiana y Salud de la Unión Peruana del Sur

## La reforma pro salud y los últimos días

Texto clave: Lucas 17:24-30

### Introducción

En su sermón profético, Jesús habla del carácter indubitable y repentino de su segunda venida, y usa dos acontecimientos del Antiguo Testamento (la destrucción de Sodoma y el diluvio) para ilustrar el tipo de personas que serían encontradas sin preparación en ese momento. En ambos casos, el pueblo del mundo fue sorprendido mientras realizaba sus acciones cotidianas y de rutina, tales como beber, comer, casarse, comprar y vender.

### I. La raíz de la impiedad sodomita

1. A pesar de creer que los juicios de Dios no suceden sin una justa causa, la Biblia no nos brinda muchos detalles sobre la impiedad de la generación que vivió antes del diluvio. Ya en el caso de los moradores de Sodoma, el libro de Génesis, en el capítulo 19, nos da detalles de la maldad y de la lujuria que caracterizaban la vida en esta ciudad.

a. Raíz y frutos del pecado: toda la maldad de estos pueblos fue el resultado de un continuo apartarse de la voluntad y de la presencia de Dios. Y lo que vemos en el relato bíblico son los frutos de esa impiedad, no su raíz.

b. El profeta Ezequiel, en su libro, nos da más luz respecto de la raíz de la impiedad de Sodoma: “He aquí que esta fue la maldad de Sodoma, tu hermana: soberbia, saciedad de pan y abundancia de ociosidad tuvieron ella y sus hijas; y no fortaleció la mano del afligido y del menesteroso” (Eze. 16:49).

### II. La impiedad de Sodoma (Eze. 16:48 al 50)

1. El profeta no menciona los pecados generalmente relacionados con Sodoma; menciona la causa, en lugar de los actos exteriores. El texto nos presenta tres motivos para la maldad de Sodoma: en el aspecto espiritual, destaca el orgullo o la soberbia; en el aspecto físico, hace mención del hartazgo de pan; y el exceso de ociosidad.

2. En los días actuales, hacemos mención de los pecados de Sodoma como muy graves. Pero, este texto nos muestra que la impiedad de Sodoma fue el resultado del descuido de aspectos que muchas veces no consideramos tan graves. En otras palabras, si guardamos orgullo en nuestro corazón, si tenemos exceso de pan y una vida ociosa, tenemos con nosotros las semillas del pecado de Sodoma.

### III. Orientaciones y advertencias

1. Orgullo: el Sermón del Monte es el antídoto en contra del orgullo. Cristo lo introduce presentando las Bienaventuranzas, y destacando en primer plano la humildad (ver Mat. 5:3). Para que Jesús esté en nosotros es necesario que nos vaciemos de todo el orgullo, una de las características del egoísmo.

2. Hartazgo de pan: dos aspectos están relacionados con este punto. El primero es la búsqueda de las cosas en forma exagerada. El segundo está relacionado con el comer de una manera desordenada. Elena de White escribió: “Satanás se halla constantemente alerta para colocar por completo bajo su dominio a la raza humana.

La forma más poderosa en que él hace presa del hombre es el apetito, que trata de estimular de toda manera posible” (*Consejos para la iglesia*, p. 182).

a. A veces imaginamos que el más fuerte poder del enemigo es usado para interrumpir nuestra lectura de la Biblia o nuestros hábitos de oración. En realidad, él sabe que la adoración a Dios comprende nuestro cuerpo. Nosotros también deberíamos comprender este aspecto. “El cuerpo es el único medio por el cual la mente y el alma se desarrollan para la edificación del carácter” (*La temperancia*, p. 91).

b. La adoración a Dios no es lo que ocurre solamente en el púlpito, sino también en el aspecto racional (ver Rom. 12:1). Si frente al púlpito las personas cantan, pero por no atender al cuidado del cuerpo la mente está cansada y desatenta, la adoración –en su esencia– no se verificó. Elena de White declaró: “Que nadie que profesa piedad considere con indiferencia la salud del cuerpo, haciéndose la ilusión de que la intemperancia no es pecado ni afectará su espiritualidad. Existe una relación estrecha entre la naturaleza física y la moral” (*Maranata: El Señor viene*, pp. 83, 84).

3. Abundancia de ociosidad: según el *Diccionario de la Real Academia Española*, la ociosidad es el vicio de no trabajar, perder el tiempo o gastarlo inútilmente. Indica ausencia de disposición, pereza, falta de empeño. Eso también ocurre en relación con el exceso de pan. El mal uso del cuerpo complica la adoración. “El cuerpo humano puede compararse a una máquina esmeradamente ajustada, la cual requiere cuidado para mantenerla en ordenada marcha. Una parte no debe estar sujeta a constante desgaste y presión, en tanto que otra se oxida por la inacción. Cuando se atarea la mente, los músculos debieran tener también su parte de ejercicio” (*La educación cristiana*, p. 233).

### Conclusión

1. En los últimos días, la adoración será el aspecto definitivo en la elección definitiva entre el bien y el mal.

2. Por eso necesitamos, más que nunca, cuidar de nuestro cuerpo. Es el templo del Espíritu Santo (ver 1 Cor. 6:19).

3. “Si pudiésemos comprender que los hábitos que adquirimos en esta vida afectarán nuestros intereses eternos, y que nuestro destino eterno depende de que nos habituemos a ser temperantes, lucharíamos para ser estrictamente temperantes en el comer y beber” (*Consejos sobre la salud*, p. 124).

4. Oremos al Señor, y pidámosle sabiduría y fuerza para realizar las reformas necesarias a fin de enfrentar los últimos días. ◀

**Josana Alves de Barros**  
Director de Mayordomía Cristiana  
Unión Este Brasileira

## Salud y felicidad

Texto clave: 1 Corintios 6:19, 20

### **Introducción**

1. Dios creó al hombre con buena salud. Nunca fue su intención que alguien tuviera alguna enfermedad. Dudar del amor de Dios y no creer en su Palabra fue lo que llevó a Eva a rechazar la autoridad divina. El resultado fue la muerte.

2. Nadie debe pensar que pecado, enfermedad, tristeza, sufrimiento y muerte son meros resultados de la imaginación humana. Son muy reales y deben ser encarados de una manera absolutamente realista.

3. Solamente el remedio provisto por Dios puede curar permanentemente. Vamos a estudiar la cura de Dios para el pecado, para la enfermedad y para la muerte.

### **I. El remedio para el pecado y la muerte**

1. Cristo nos rescató de la maldición (Gál. 3:13), dándonos gracia para que andemos en novedad de vida (Rom. 6:4). Cuando Jesús tomó el lugar del pecador, su sangre expió el pecado del hombre. Pero el hombre “debe nacer de nuevo”, y crecer “hasta la medida de la estatura de la plenitud de Cristo” (Efe. 4:13). Esa es la función del Espíritu Santo.

2. Dios también proveyó un medio de escape de la muerte. Habiendo Cristo muerto por nosotros, no necesitamos perecer. Aunque el evangelio no nos salve de la primera muerte, Cristo nos salva de la segunda muerte (Apoc. 20:6; Eze. 33:11).

3. Es un privilegio para ti escapar de la segunda muerte. Ahora es el momento oportuno para que te arroddilles y ores: “Crea en mí, oh Dios, un corazón limpio, y renueva un espíritu recto dentro de mí” (Sal. 51:10).

### **II. El remedio para la enfermedad**

1. Dios desea que gocemos de buena salud. Él no causa la enfermedad ni la muerte, y no debe ser culpado por ninguna de ellas (ver 3 Juan 2; Lam. 3:33). Él transforma en bien nuestras aflicciones, si se lo permitimos (Heb. 12:11).

2. Debemos siempre recordar que el enemigo de Dios frecuentemente aflige a las personas. El ser humano se trae sufrimiento a sí mismo y a sus descendientes, pecando en contra de las leyes de la salud. “Todo lo que el hombre sembrare, eso también segará” (Gál. 6:7). Dios tiene el poder de curar nuestras enfermedades (Sal. 103:3).

3. Enfermedad, sufrimiento y muerte es lo que todos recibimos. Cuando violamos la Ley moral y las leyes físicas, aumentamos nuestras dificultades y apresuramos la muerte. Dios, en su misericordia, trae alivio a nuestro sufrimiento.

a. A veces, Dios cura de manera sobrenatural. Cuando Jesús estuvo en la Tierra, frecuentemente dejaba a toda una aldea sin una única persona enferma, ni ciega, ni sorda ni muda, ni triste. Y él dispone del mismo poder para curar hoy.

b. Los procesos de sanación de la naturaleza también son los de Dios. Cuanto más aprendemos sobre el sorprendente mecanismo de nuestro cuerpo, más comprendemos que fuimos hechos de una manera maravillosa, y que dentro de nosotros están

las fuerzas de Dios combinadas para resistir a las enfermedades (ver Sal. 139:13-18).

c. Debemos, sin embargo, someter nuestra voluntad a la voluntad de Dios (Mat. 26:42). Dejamos con él los resultados, diciendo: “Y sabemos que a los que aman a Dios, todas las cosas les ayudan a bien” (Rom. 8:28). Es muy lógico y correcto también consultar un buen médico, después de orar a Dios.

### **III. ¿Qué es esencial para la buena salud?**

1. Primero, debemos considerar que nuestro cuerpo es templo del Espíritu Santo (1 Cor. 6:19, 20). Por lo tanto, debemos abstenernos de toda intemperancia. Si hemos fallado en el pasado, Dios nos perdonará y nos ayudará a obtener la victoria.

2. Para tener salud, sigue estas simples reglas:

a. Confía en Dios y mantén tu corazón alegre.

b. Permanece al aire libre por lo menos una hora por día, y realiza una buena caminata.

c. Respira profundamente, llenando tus pulmones de aire puro y fresco.

d. Exponte moderadamente al sol.

e. Come regularmente, no entre las comidas. Prefiere verduras, frutas, cereales y nueces. Evita los postres muy elaborados.

f. Báñate diariamente, y toma dos vasos de agua por la mañana y uno o dos vasos entre las comidas.

g. Duerme entre siete y nueve horas todas las noches.

h. Sé moderado. Controla tu apetito.

3. En relación con el comer y el beber, tenemos orientaciones claras en la Biblia:

a. En el principio, Dios dio a Adán frutas, nueces, cereales y verduras para comer (Gén. 1:29; 3:18). Esa dieta (la vegetariana) fue la original del hombre. El organismo humano fue creado para ese tipo de alimentación. Antes del diluvio no fue dado ningún permiso para comer carne. El hombre vivía hasta los 969 años (Gén. 5:27). Después del diluvio, le fue permitido a Noé que comiera carne (Gén. 9:3-5). Pero él conocía la diferencia entre animales limpios e inmundos (Gén. 7:2; 8:20). En el tiempo de Moisés, fue dada la orientación por escrito (Lev. 11). Nunca fue permitido que se comiera la carne de animales impuros.

b. Las bebidas fuertes tampoco deben ser utilizadas (Prov. 20:1; 23:29-32). El vino fermentado y las bebidas fuertes son condenados en la Palabra de Dios. El alcohol engaña; es un veneno. El café también posee un veneno, la cafeína. El tabaco, además de ser venenoso, perjudica el cuerpo y la mente, consume dinero y esclaviza.

Todos esos hábitos nocivos deben ser abandonados por los seguidores de Cristo (2 Cor. 7:1).

### **Conclusión**

Dios nos dará la fuerza necesaria para adquirir hábitos saludables, con el propósito de que en toda la vida podamos honrarlo. “Todo lo puedo en Cristo que me fortalece” (Fil. 4:13). ◀

## Lecciones del sufrimiento

Texto clave: Romanos 5:1-5

### Introducción

¿Por qué sufren las personas buenas? Esta pregunta ha atormentado a la humanidad durante siglos. El problema de un Dios de amor y su relación con la enfermedad humana ya fue debatido, mucho tiempo atrás, en el libro de Job.

*Ilustración:* Cierta hombre luchaba con la cuestión del sufrimiento porque su esposa padecía artritis. Ella sufría mucho. Algunas veces, el marido se resentía por las limitaciones provocadas por la enfermedad y el confinamiento de ella. Había momentos en los que cuestionaba hasta los caminos de Dios. Algunas veces, los amigos y los miembros de su familia también cuestionaban y hacían críticas en contra de Dios.

Este cuadro nos habla de la gravedad y el misterio que atañen al sufrimiento. Sin embargo, podemos sacar algunas lecciones positivas de él.

### I. Los problemas alcanzan a todos

1. Inconscientemente, creemos que si hacemos la voluntad de Dios, devolvemos el diezmo y socorremos a los necesitados, ninguna tragedia nos sucederá a nosotros.

a. En el mundo van a tener aflicción (ver Juan 16:33).

b. Hay cosas que todos tenemos que soportar. Buenas y malas experiencias nos ocurren a todos; normalmente, se equilibran a lo largo del camino. Pero si ese no fuera el caso, un día Dios revelará el motivo, y va a recompensar a aquel que fue fiel.

### II. Tener paciencia

1. La Biblia dice: “Nos gloriamos en las propias tribulaciones, sabiendo que la tribulación produce perseverancia” (Rom. 5:3).

2. Paciencia significa poder para perseverar, rehusándose a desistir y manteniéndose firme. Es la capacidad de avanzar cuando la voluntad es la de desistir.

### III. Ser compasivo

1. Muchas personas ven a la enfermedad como una debilidad. Es difícil sentir empatía por los enfermos. Personas cuya enfermedad los lleva a tener que quedar en cama y a tener dolores constantes, muchas veces se sienten culpadas, pues la enfermedad es parte de la maldición que tomó posesión de la humanidad en ocasión de la caída en el pecado. El apóstol Pablo definió su espina en la carne como un “mensajero de Satanás” (2 Cor. 12:7).

2. La curación y la salud son la voluntad de Dios para su pueblo. Sin embargo, las pruebas pueden operar a nuestro favor para el crecimiento espiritual (Sant. 1:2-4).

3. Cristo curó al enfermo y mostró compasión. Debemos actuar de la misma manera.

### IV. El amor de Dios

1. Hay poder de sanación en el amor. Pero, trabajar con las emociones es un proceso.

a. El temor, la culpa, la frustración y la depresión no suceden de pronto.

b. Tampoco la curación de la amargura ocurre de inmediato. Puede ser una experiencia dolorosa. Nos preguntamos: si Dios me ama, ¿por qué ocurre esto conmigo?

2. Si estás luchando, verdaderamente luchando, en lo más profundo de tu alma con la pregunta “¿Por qué?”, no estás solo.

a. Job tuvo esa misma lucha (Job 3:11).

b. El salmista también la luchó (Sal. 73:3, 4).

c. Cuando Jesús estaba en la cruz, clamó: “Dios mío, Dios mío, ¿por qué me has desamparado?” (Mar. 15:34).

*Ilustración:* Después de que un pastor y su hijo llevaron hasta su último descanso a la esposa y madre, en un lugar distante, emprendieron el largo camino de regreso a casa. Como estaban muy cansados, fueron a dormir temprano, cada uno en su dormitorio. Poco tiempo después, el hijo fue hasta la habitación del padre llorando desconsoladamente; le preguntó si podía dormir allí. Intentó dormir, pero todavía sufría un terrible sentimiento de soledad y desolación. En la oscuridad, preguntó: “Papá, ¿tu rostro está mirando hacia donde yo estoy? Está oscuro, no puedo verte. ¿Me estás mirando?”

Días después, el pastor relata que no había ni siquiera una estrella en el cielo de su vida; y llegó a decir: “Padre, está muy oscuro. No puedo verte. ¿Está mirando tu rostro hacia donde yo estoy?”

### Conclusión

1. El apóstol Pablo no dice meramente que nos alegraremos en medio del sufrimiento; dice que tenemos que alegrarnos en medio del sufrimiento porque este produce algo. ¿Qué produce? Continúa la lectura de Romanos 5, los versículos 3 y 4: “Y no solo esto, sino que también nos gloriamos en las tribulaciones, sabiendo que la tribulación produce paciencia; y la paciencia, prueba; y la prueba, esperanza”.

a. “Carácter” es el término griego *dokiamas*, que literalmente significa “alguien o algo que fue puesto a prueba y estuvo a la altura”.

b. Si alguna vez vas a Oriente Medio, tal vez puedas visitar un alfarero y ver una vasija en la hornalla, en medio de las llamas. Pero verás que no se quiebra, y es retirada entera, completa. Al dar vuelta la vasija, se puede leer “DOKIAMAS”, que significa “Aprobado”. Esa es una vasija “de carácter”. Resistió la prueba de la hornalla, donde fue refinada, y no se quebró. Es íntegra, completa. Eso es CARÁCTER (ver Rom. 5:1-5; Isa. 48:10; 1 Ped. 1:7).

2. En lo relativo al misterio desconcertante de la enfermedad, del dolor y del sufrimiento, podemos estar seguros del inmutable amor de Dios. ◀

Departamento de Comunicación

Unión Central Brasileira

## Un médico en su vida

Texto clave: Mateo 4:23

### Introducción

1. Aunque estuviera cansado, Jesús mostró un gran interés en restaurar la salud de todos aquellos que lo buscaban. Por eso se compadeció de las multitudes y curó a los enfermos (Mat. 14:14).

2. La palabra que se traduce por “compadeció” significa literalmente “se condolió”, lo que es mucho más que meramente solidaridad. Se trata de un término usado seis veces en los evangelios, de las cuales cinco están relacionadas con Jesús.

3. El principio bíblico que era el norte del interés de Jesús por la salud humana era el desarrollo de la fe de aquellos que lo seguían. “El Salvador hacía de cada obra de sanidad una ocasión de implantar principios divinos en la mente y el alma. [...] Impartía bendiciones terrenas, a fin de inclinar los corazones de los hombres a recibir el evangelio de su gracia” (*Obreros evangélicos*, p. 43).

### I. Él siente nuestros dolores

1. “Ciertamente llevó él nuestras enfermedades, y sufrió nuestros dolores” (Isa. 53:4).

2. “El Espíritu del Señor está sobre mí, por cuanto me ha ungido para dar buenas nuevas a los pobres; me ha enviado a sanar a los quebrantados de corazón; a pregonar libertad a los cautivos, y vista a los ciegos; a poner en libertad a los oprimidos; a predicar el año agradable del Señor” (Luc. 4:18, 19).

3. “En el curso de su ministerio, dedicó Jesús más tiempo a la curación de los enfermos que a la predicación” (*El ministerio de curación*, p. 12).

### II. Él nos puede curar

1. Fiebre (Mat. 8:14-17): Mateo ve en la curación de la suegra de Pedro el cumplimiento profético de Isaías 53:4. Según él, Jesús cumplió esa profecía no solamente en la cruz, en referencia a los pecados humanos (1 Ped. 2:24), sino también en la vida, cuando curaba físicamente a las personas. Pecado y enfermedad están vinculados estrechamente en la Biblia (Sal. 103:3).

2. Parálisis (Mat. 9:12): no sabemos si la condición física de este parálítico era resultado directo de sus prácticas pecaminosas, pero sabemos que Jesús trató primero su pecado, pues esa era la necesidad básica del ser humano. La curación física siempre era importante, pero secundaria.

3. Hemorragias (Mat. 9:20, 21): la fe de la mujer que padecía de flujo de sangre era casi supersticiosa y, a pesar de esto, Jesús no la criticó. La honró, y la curó por su acción de fe. Otros, en ese mismo ejercicio de fe, tocaron el borde de las vestimentas de Cristo y fueron curados (Mat. 14:34-36).

4. Mano seca (Mat. 12:13).

5. Ceguera (Mat. 20:29-34): Mateo habla sobre la curación de Bartimeo (Mar. 10:46-52) y de su amigo, ambos ciegos. Jesús había acabado de exponer ante los discípulos ideas con relación a lo que significa “servir” (Mat. 20:26-28), y ahora las enseña en la práctica, transformándose en sirvo de estos dos mendigos. La compasión de Jesús lo llevó a servirlos, por intermedio de la curación.

6. Lepra (Luc. 5:12, 13): la lepra en aquel hombre, posiblemente, ya había penetrado muy profundamente en la piel (Lev. 13:3), infectando y degenerando sus tejidos, y deformándolo. Tal contaminación ya lo había excluido de la convivencia social (13:46). Tales enfermos eran vistos como “muertos-vivos” (Núm. 12:12); hasta sus ropas eran quemadas (Lev. 13:52). Frente al clamor sincero, Jesús tocó a aquel sufriente, aunque con ese acto él mismo se hubiese transformado en una persona –ceremonialmente– inmunda, y le curó las heridas.

7. Insomnio (Prov. 3:23, 24): al entregar nuestras vidas completamente en manos de Dios, todo nuestro cuerpo y nuestra mente pasan a pertenecer a él. De esa manera, aunque algo atemorizante pudiera ocurrir de pronto, no temeremos (vers. 25), pues el Señor de los ejércitos pelea por nosotros. Eso nos da suficiente seguridad para que andemos confiados en esta Tierra (vers. 23), y durmamos un sueño tranquilo (vers. 24) durante nuestras noches.

8. Heridas emocionales (Sal. 147:3): las heridas que no están en el cuerpo, sino en el alma también son objeto del consuelo del Médico de los médicos. Él es el Dios que cura el corazón quebrantado de su pueblo (Luc. 4:16-21).

9. Toda enfermedad (Sal. 103:3): Jesús puede curar toda suerte de enfermedades (Mat. 9:35). Pero, no tiene la obligación de hacerlo. Hasta el apóstol Pablo no pudo curar a dos de sus amigos (Fil. 2:25-30; 2 Tim. 4:20); y a pesar de todo el ayuno y las oraciones que practicó, David perdió un hijo recién nacido (2 Sam. 12:15-23). Sabemos que el cuerpo del creyente será finalmente librado de todos los males, pero eso ocurrirá recién cuando Jesús regrese (Rom. 8:18-23).

### III. La parte del enfermo

1. Entender que los dolores y los sufrimientos aliviados por Jesús son causados, en gran parte, por la opresión de la vida y por el enemigo de Dios (Luc. 10:38-42).

2. Saber que antes de que recibas la sanidad Dios desea que te humilles, que clames en oración, que lo busques y te conviertas de tus malos caminos (2 Crón. 7:14).

3. Tener conciencia de que hay una íntima relación entre pecado y enfermedad. “A muchos de los afligidos que eran sanados, Cristo dijo: No peques más, para que no te venga alguna cosa peor (Juan 5:14). Así, enseñó que la enfermedad es resultado de la violación de las leyes de Dios, tanto naturales como espirituales [...] y enseñó que la salud es la recompensa de la obediencia a las leyes de Dios” (*Exaltad a Jesús*, p. 252).

### Conclusión

“El mundo necesita hoy lo que necesitaba mil novecientos años atrás, esto es, una revelación de Cristo. Se requiere una gran obra de reforma y solo mediante la gracia de Cristo podrá realizarse esa obra de restauración física, mental y espiritual” (*El ministerio de curación*, p. 102). ◀

**Wendson M. Loureiro**

Pastor de distrito y magister en Misión Urbana

## Crecimiento espiritual

Texto clave: 2 Pedro 1:5-7

### Introducción

1. El crecimiento es esencial para la existencia. Es la ley natural de la vida. El crecimiento espiritual es vital para la vida espiritual.

2. Los que no crecen están en camino a la muerte; o, cuando mucho, continúan siendo cristianos poco desarrollados. Ese crecimiento comienza con el nuevo nacimiento. Abandonamos el pasado e iniciamos una nueva experiencia, dirigida hacia Cristo.

3. El cristiano en crecimiento está empeñado en un “viaje ascendente desde este mundo hacia el mundo futuro”. Un desarrollo constante produce un carácter cristiano bien equilibrado.

4. El tema de la segunda Epístola del apóstol Pedro, en el capítulo 1, es el plan de Dios para el desarrollo del carácter cristiano, que involucra: 1) obtener la victoria sobre el pecado y 2) cooperar en un fructífero servicio para Dios.

### I. Gracia para los cristianos

1. El apóstol presenta una lista de atributos que todos aquellos que aceptaron a Cristo y se transformaron en candidatos para el Reino de los cielos pueden cultivar con la bendición de Dios.

El amor de Dios penetra y promueve cada nivel del desarrollo del carácter cristiano. La gracia es dada en igual medida a todos aquellos que creen.

El crecimiento en la gracia es un proceso continuo, fundamentado en la relación con Dios. Solamente Dios da el crecimiento.

2. La escalera de Pedro (2 Ped. 1:5-7): la lista del apóstol Pedro (muchas veces descrita como “La escalera de Pedro”) merece toda nuestra atención. Ninguno de los escalones representa la salvación por uno mismo. Cada uno de ellos está basado sobre un atributo comunicado por el Cielo, que representa la cooperación con lo que Dios ya realizó.

Los escalones son: fe, virtud, conocimiento, dominio propio, perseverancia, piedad, fraternidad y amor. No necesitamos desarrollar esas cualidades en un orden cronológico, buscando una nueva virtud solamente después de haber alcanzado la anterior. Si fuera así, el amor sería la última. Estas virtudes deben crecer juntas, nutriéndose continuamente en la Fuente del amor.

### II. Subiendo la escalera de Pedro

1. Fe: la fe va al frente, y el amor comanda la retaguardia. Es el primer escalón y la llave para los demás.

Es la capacidad de recibir y apropiarse de cada bendición. Es la fuente viva de todas las virtudes cristianas en la vida.

Elena de White escribió: “Después de recibir la fe del evangelio, nuestro primer trabajo es esforzarnos por añadir principios puros y virtuosos, y así limpiar la mente y el corazón para la recepción del verdadero conocimiento” (*Testimonios para la iglesia*, t. 1, p. 481).

2. Virtud: es la saludable moralidad que se desarrolla como resultado de la fe en Cristo como nuestro Salvador.

3. Conocimiento: es la comprensión que la persona tiene de las cosas espirituales. Con la conciencia limpia, la percepción espiritual queda más clara. Ese conocimiento no es meramente intelectual; consiste en experiencias espirituales, por la iluminación del Espíritu Santo.

4. Dominio propio: es el poder sobre sí mismo. El creyente debe saber controlarse. El control sobre el propio temperamento, sobre el egoísmo, y sobre toda y cualquier forma de pecado está en la mira en este punto.

5. Perseverancia: es el fruto de una vida equilibrada. Denota firmeza, persistencia, así como la capacidad de esperar. Esas cualidades son necesarias en situaciones personales y públicas.

6. Piedad: denota reverencia o devoción a Dios, y ha sido definida como “una percepción muy práctica de Dios en todos los aspectos de la vida”.

7. Fraternidad: es la consecuencia natural del proceso de madurez del amor a Dios. ¡Feliz la iglesia en la que reina la bondad y el amor fraternal! Su bálsamo suaviza muchas heridas y disuelve muchos problemas.

8. Amor: es la gracia que da perpetuidad a todas las otras virtudes. El apóstol Pablo dice: “El mayor de todos es el amor” (1 Cor. 13:13). ¡Cuán fácil es repetir esa frase melodiosa! ¡Cuán difícil es practicar, en todas las circunstancias, el principio que esta presenta! El amor emana de Dios, pues él es amor (1 Juan 4:8). El amor de Cristo es la motivación de toda la vida cristiana.

### Conclusión

1. Las ocho virtudes son inherentes a Cristo.
2. Se hacen nuestras cuando aceptamos a Cristo como Salvador y Señor de nuestras vidas.
  - a. La fe se hace más fuerte.
  - b. El conocimiento se amplía.
  - c. La paciencia aumenta.
3. Cada día vivido en armonía con Cristo agrega brillo y fuerza a esas virtudes.
4. Como cristiano, necesito crecer.
  - a. Necesito un continuo crecimiento espiritual.
  - b. Mi crecimiento personal también debe beneficiar a otros.
  - c. Puedes crecer en la vida santificada si cooperas con Dios. El apóstol Pedro muestra cómo la relación con Jesús hace posible que haya una vida santificada.
5. Si subimos la escalera que Pedro nos coloca delante de nosotros, nuestro crecimiento cristiano será una realidad diaria, pues en Cristo somos más que vencedores (Rom. 8:37). ◀

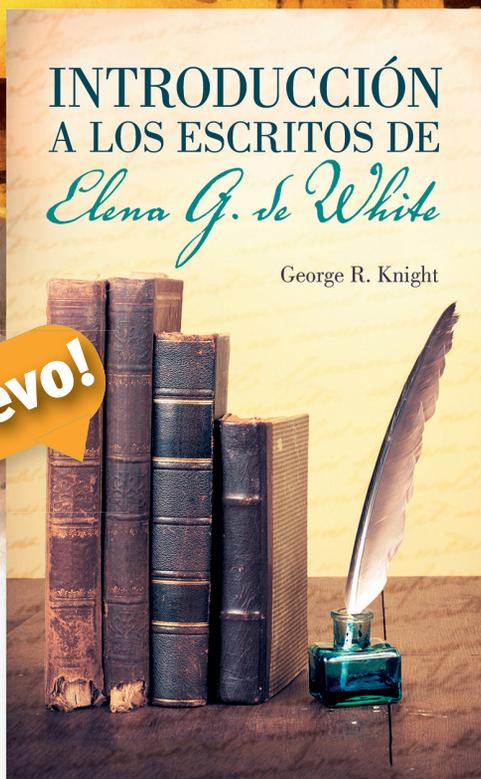
# Ellen G. White.

Para que tus **preguntas**  
fortalezcan tus **convicciones.**

## INTRODUCCIÓN A LOS ESCRITOS DE *Elena G. de White*

George R. Knight

**iNuevo!**



### **Introducción a los escritos de Elena G. de White**

George R. Knight

La prolífica obra literaria de Elena G. de White ha marcado a fuego la teología, el estilo de vida y la organización de la Iglesia Adventista del Séptimo Día. Sus libros continúan siendo trascendentes después de tanto tiempo. Sin embargo, sus escritos requieren ser leídos e interpretados de un modo adecuado. Esta obra viene a aportar las mejores herramientas para este propósito.



**iNuevo!**

## Historias de mi **ABUELA**

Ella M. Robinson

### **Historias de mi abuela**

Recuerdos felices acerca  
de Elena G. de White

Un hermoso relato familiar acerca de una persona excepcional. Fue llamada por la Providencia para cumplir un rol trascendente; sin embargo, no perdió de vista su entorno familiar, al cual amó y respetó profundamente.

**aces.com.ar**

Pide hoy mismo estas obras al coordinador de Publicaciones de tu iglesia.



H000008554