

## ***Cómo Hemos de Jugar***

### ***Lo inocente en lugar de lo pecaminoso***

No se puede hacer que los jóvenes sean tan calmosos y graves como los ancianos, el hijo tan sobrio como el padre. Aunque se condenan las diversiones pecaminosas, como en verdad debe hacerse, que los padres, maestros y tutores de los jóvenes provean en su lugar placeres inocentes, que no mancillen ni corrompan la moral. No sujetéis a los jóvenes bajo reglas y restricciones rígidas, que los induzcan a sentirse oprimidos, y a precipitarse en sendas de locura y destrucción. Con mano firme, bondadosa y considerada, sujetad las riendas del gobierno, guiando y vigilando sus mentes y propósitos, aunque de manera tan suave, sabia y amorosa, que ellos puedan darse cuenta de que tenéis presentes sus mejores intereses.

Mientras imponemos restricciones a nuestros hijos con respecto a los placeres mundanales que tienden a corromper y extraviar, debemos proveerles recreación inocente, para conducirlos por sendas agradables en las cuales no haya peligro. Ningún hijo de Dios necesita vivir triste y lamentándose. Esto lo demuestran las órdenes y las promesas divinas. Los caminos de la sabiduría "son caminos deleitosos, y todas sus veredas paz".

### ***Lugar útil del gimnasio***

Los ejercicios gimnásticos son útiles en muchas escuelas, pero si no hay una vigilancia cuidadosa, son llevados a menudo al exceso. Muchos jóvenes, por hacer despliegue de fuerza en el gimnasio, se han dañado para toda la vida.

El ejercicio en el gimnasio, por bien dirigido que sea, no puede sustituir a la recreación al aire libre, para la cual deberían proveer más oportunidades nuestras escuelas.

[182]

### ***Cuando la vida era más sencilla***

En épocas primitivas, la vida del pueblo que estaba bajo la dirección de Dios era sencilla. Vivían en contacto con el corazón de la naturaleza. Los hijos compartían el trabajo de los padres y estudiaban las bellezas y los misterios del tesoro de la naturaleza. En la quietud del campo y del bosque meditaban en las poderosas verdades transmitidas como legado sagrado de generación a generación. Esta educación producía hombres fuertes.

En esta época, la vida ha llegado a ser artificial y los hombres han degenerado. Aunque no debemos volver enteramente a los sencillos hábitos primitivos, podemos aprender de ellos lecciones que harán de nuestros momentos de recreación lo que su nombre implica: momentos de verdadera edificación para el cuerpo, la mente y el alma.

### ***Excursiones familiares***

Únanse varias familias residentes en una ciudad o en un

pueblo, y, dejando las ocupaciones que las han recargado física e intelectualmente, hagan una excursión al campo, a la orilla de un lindo lago, o a un hermoso bosquecillo en medio de escenas naturales de gran belleza. Deben proveerse de alimentos sencillos e higiénicos, de las mejores frutas y cereales, y extender su mesa a la sombra de algún árbol o bajo la bóveda celeste. El viaje, el ejercicio y el panorama estimularán el apetito, y podrán disfrutar de una comida envidiable aun para los reyes.

En tales ocasiones los padres y los hijos deben sentirse libres de cuidados, trabajos y perplejidades. Los padres deben hacerse niños con sus hijos, y procurar que todo sea tan agradable como resulte posible. Dedíquese todo el día a la recreación. El ejercicio al aire libre beneficiará la salud de aquellos que han estado ocupados en forma sedentaria y entre cuatro paredes. Todos los que pueden hacerlo han de considerar como un deber el obrar así. Nada se perderá con ello, sino que mucho se ganará. Podrán volver a sus ocupaciones con nueva vida y dedicarse a su trabajo con nuevo valor y celo, y estarán mejor preparados para resistir a las enfermedades. [183]

### ***Hállese felicidad en la naturaleza***

No pensemos que Dios desea que renunciemos a cosa alguna que debemos conservar para ser felices aquí. Todo lo que él requiere que dejemos es aquello que al ser retenido no contribuiría a nuestro bien ni a nuestra felicidad.

El Dios que plantó los nobles árboles y los vistió de rico follaje, que nos dio los brillantes y hermosos matices de las flores y cuya hermosa obra vemos en toda la naturaleza, no quiere vernos desdichados; ni es su propósito que no

hallemos gusto ni placer en esas cosas. Quiere que disfrutemos de ellas, que seamos felices entre los encantos de la naturaleza, que él mismo creó. **[184]**