

## EL HOGAR Y LA CONDUCTA CRISTIANA

### Vigésimo Segundo Piso

#### LA INSTITUCION DE LA FAMILIA

Vamos a iniciar este piso leyendo I Cor. 13:1-13. Bien, como podemos notar, el amor es la base de todo. Vamos aún leer otro pasaje bíblico que irá, tengo certeza, contribuir con nosotros, para un buen entendimiento de este asunto, Ruth 1:16-17. Estas palabras son de la propia Ruth, mujer moabita y fueron dirigidas a su suegra, Noemi, en un dramático momento. Noemi volvía de Moabe para Judá, despues de perder, por la muerte, su marido y sus dos hijos. Las dos nueras la acompañaban. A cierta altura del camino ella propuso a las nueras que volvieran para su pueblo. Una de ellas concordó. Pero la otra, Ruth, se apegó a la suegra pronunciando las inmortales palabras que leímos arriba. Probablemente no hay, en el Antiguo Testamento, palabras humanas mas nobles que estas, ni mas conmovedoras.

Pero, por que las citamos aqui ? Porque ellas expresan sentimientos y convicciones despertados y desenvueltos en el ambiente de la familia. Ruth no era hija de Noemi, no era judia, y fue criada entre idólatras. Pero la influencia de una familia piedosa hizo nacer en ella y cultivó profundo amor para con una extranjera y su pueblo, también vigorosa fé en el verdadero Dios.

La institución de la familia es tan vieja cuanto la raza humana, y el fundamento de todas las sociedades. La "familia", dice la Enciclopedia Britanica, "puede ser detectada como unidad fundamental en todas las sociedades primitivas y otras, que hasta ahora fueron observadas." Ella es también llamada el baluarte de la civilización. Se ha dicho, y con propiedad, que ninguna nación es mas fuerte que sus hogares. En efecto, "la sociedad se compone de familias, y es lo que hacen los jefes de familias. Del corazón proceden las salidas de la vida, y el corazón de la sociedad, de la iglesia y de la nación, es el hogar. La felicidad de la sociedad, el éxito de la iglesia, la prosperidad de la nación, dependen de las influencias domésticas." (Ellen G. White, en Ciencia del Buen Vivir, pág. 17).

La importancia de la familia para el bien estar social y nacional ha sido demostrada en la historia. Cuando, en la antigüedad, esa institución fue despreciada en Grecia y en Roma, al punto de que las relaciones del matrimonio fueron deshechas "bajo los pretextos mas insignificantes y por las mas frívolas razones", aquellos dos imperios entraron en decadencia y vinieron a desaparecer.

En 1917, los gobernantes de Rusia decidieron destruir la familia y reconstruir la sociedad alrededor del Estado. La obtención del divorcio fue de tal modo facilitada que quien quisiese podia casarse en un dia y divorciarse en el otro. Hombres hubo que tubieron hasta 20 mujeres, cada una de ellas con un hijo. Como resultado, algun tiempo despues vários millones de niños y niñas, en la faja de seis a diezcisiete años, vagaban por el país - sucios, mal vestidos, prostituídos y viciados en drogas. Alarmados, los dirigentes soviéticos abandonaron su plan. En 1935 José Stalin lanzaba un nuevo programa, destinado a fortalecer la familia, "cuya existencia", decia, ha de ser reconocida, y para ella se deben tomar las necesarias providencias." (For Better Not for Worse, págs. 102, 106-107).

La institución de la familia se originó con Dios. Despues de haber formado al hombre, el Creador tomó una de sus costillas, y la transformó en una mujer. Dios es el Autor de lo be-

llo y bien podemos concordar con las palabras de Milton, en su "Paraíso Perdido":

"Bajo sus manos formadoras crece una criatura semejante al hombre, sin embargo, diferente en el sexo; tan encantadoramente bella que lo que parecía bello en todo el mundo, ahora parecía despreciable, o en ella sumado, en ella contenido..."

Dios mismo trajo la primera mujer de la historia, Eva, al primer hombre, Adán; y al verla, Adán dijo: **"Esta, afinal, es hueso de mis huesos y carne de mi carne; se llamará varona, porque del varón fue tomada."** Entonces Dios dijo: **Por eso deja el hombre padre y madre, y se une a su mujer, haciéndose los dos una sola carne.**" (Gen. 2:24). Estaba celebrando el primer casamiento, del que resultó la primera familia. Es una institución divina, sagrada. Por eso la Escritura enseña: **"Digno de honra entre todos sea el matrimonio."** (Heb. 13:4). (Lea lo restante en la Biblia).

En el plano divino, el casamiento es monogámico - el hombre tiene una sola esposa, la esposa un solo marido. Con la entrada del pecado, sin embargo, el hombre **"se metió en muchas astucias."** (Eccl. 7:29). La poligamia, dice la Enciclopedia Británica, **casi no es sancionada, hasta aún entre los selvajes.**" (Artículo familia).

Dios constituyó al hombre como cabeza de la casa. Pero la esposa, creada también a imagen de Dios, no debe ser por él considerada como de posición inferior. Ella es su digna compañera, su amiga, dada por Dios para compartir sus tristezas y aumentar sus alegrías. En las Escrituras la esposa es llamada **"Gloria del hombre"** (I Cor. 11:7). Pedro escribió: **"Maridos, vosotros igualmente, vivid la vida común del hogar,..."** (lea lo restante en I Pedro 3:7).

Al instituir el casamiento y consecuentemente la familia, Dios tubo en mente el bien del hombre. Dios hizo al hombre para ser feliz y todo lo que le proporcionó visaba su bien estar.

1.- La institución de la familia atendería a las necesidades sociales, tanto del hombre como de la mujer. El hombre, como también la mujer, "no fue hecho para habitar en la soledad; el debería ser un ente social"; conociendo la naturaleza que le diera, dijo: **"No es bueno que el hombre esté solo: le haré una auxiliadora que le sea idónea."** (Gen. 2:18). A propósito: este verso nos llama la atención para el hecho de que la soledad fue la primera cosa que Dios declaró no ser buena. Entonces Dios formó Eva, una auxiliadora idónea, que correspondía al hombre en la inteligencia, en la dignidad; que le podía dar amor y ser objeto de su amor.

Así, por la creación de la mujer, Dios proveyó el medio de satisfacer el humano anhelo de compañerismo. Un comentarista rabínico dice: "El hombre está intranquilo mientras le falta la costilla sacada de su lado, y la mujer está intranquila hasta que se coloca bajo los brazos del hombre, de donde fue sacada." (After You have Said I Del, pág. 50).

2.- En segundo lugar, la institución de la familia preservaría la pureza. En torno de cada par unido por los lazos sagrados del casamiento, Dios erigió una cerca protectora, a través del mandamiento: **"No adulterarás."** (Exodo 20:14). En el plano de Dios la intimidad entre los sexos solo debe existir en el círculo del casamiento, y aún ahí como expresión de amor, no de sensualidad.

3.- En tercer lugar, la institución de la familia sirve al propósito de promover el crecimiento moral y espiritual. La familia es una arena en que sus miembros se encuentran en un proceso de acción personal recíproca. El marido ejerce influencia sobre la esposa y es por esta influenciado. Ambos son constantemente mudados por esa mutua influencia. Y si la in-

fluencia es buena como la quiere Dios, la mudanza es para mejor, y representará crecimiento, ennoblecimiento. Dios hizo la mujer con una naturaleza complementar para que hubiese una base de atracción y mútua realización. Cada sexo tiene la capacidad de completar al otro. La ayudadora es mas que alguien para dividir el trabajo: es alguien para compartir la vida del hombre, para arrancarlo de si mismo y mediante acción recíproca introducirlo a un círculo mas amplio.

4.- Dios instituyó la familia para la criación de hijos y para servir de agencia educadora de los niños. Este es el plan divino: nuestros hijos deben ser educados en el hogar. **"Y vosotros, padres,"** escribió Pablo, **"no provoquéis vuestros hijos a la ira, mas criadlos en la disciplina y en la admonestación del Señor."** (Efés. 6:4). La atmosfera de amor y paz, que debe caracterizar el hogar, es el mejor ambiente para el equilibrio emocional del niño. Y ella ejerce, también, la mas poderosa influencia moral y espiritual. Lo que la iglesia y la escuela hacen despues es edificar sobre el fundamento lanzado en la atmosfera del hogar.

La familia es la única relación socialmente reconocida para procreación y la agencia esencial para educación y socialización del niño, bien como para introducirlo a la cultura de la sociedad, de esa manera modelando la estructura básica de nuestra cultura y personalidad del niño. La familia es la agencia primaria para proteger la salud física y mental. Si asi lo hicieren los padres, estarán en harmonia con el plano de Dios. Y acordemonos, estimados Condominos, que la verdadera educación visa llevar el hombre a su Creador.

5.- En quinto y último lugar, la familia fue instituída para proporcionar felicidad a sus miembros. Las Escrituras pintan un idílico cuadro de ventura de la familia: Salmo 128:1-4, (lean). La esposa, vid fructífera; los hijos, renuevos de oliva. Para los hebreos, la vid y la oliva estaban entre las plantas mas valiosas. "Asi, una esposa noble e hijos obedientes son los mayores dones que un hombre puede poseer en la tierra.

La familia es una institución divina, y debe ser tenida en muy alto precio. Ella fue establecida para el bien de la sociedad y de la nación. La familia será el bien que debe ser si edificada sobre Dios. La esposa virtuosa, los hijos obedientes son bendiciones del cielo dada al que se apega a Dios. En el decir del salmista, al pintar el hogar feliz: **"He aqui como será bendecido el hombre que teme al Señor!"**

#### CONDUCTA CRISTIANA

Que es conducta cristiana? - Es el estilo de vida que un seguidor de Dios, manifiesta en grata respuesta a la magnificente salvación de Dios a través de Cristo. Es exactamente lo que Pablo apela a todos en Romanos 12:1-2.(lean)

De esa forma, los cristianos voluntariamente protegen y desenvuelven sus facultades mentales, físicas y espirituales, con las cuales puedan honrar a Su Creador y Redentor.

En Juan 17:15-16, Jesus oró en nuestro favor. De que modo puede un cristiano estar simultaneamente en el mundo y separado de este ? Bajo que aspectos deberia el estilo de vida del cristiano ser diferente de aquel del mundo ? Los cristianos deberian adoptar un estilo de vida diferente, no por el capricho de ser diferentes, sino porque Dios los llamó para vivir por principios. El estilo de vida al cual Dios los llamó, los habilitará a alcanzar su pleno potencial como criaturas divinas, haciendolos eficientes para Su servicio. Ser diferentes también representa un aspecto de su misión: servir al mundo,

como la sal, como la luz. De que valor seria la sal sin sabor, o la luz, si ella no difiriese de las tinieblas ? Cristo es nuestro ejemplo. Vivió tan ampliamente en contacto con el mundo que las personas lo acusaron de **"comilón y bebedor"** (Mat. 11:19), aún cuando no lo fuese. El vivió de modo tan coherente con los principios de Dios, que nadie consiguió acusarlo de cualquier pecado, Juan 8:46.

**CONDUCTA Y SALVACION** - Al determinar lo que constituye una conducta adecuada, deberemos evitar dos extremos: el primero es aceptar las reglas y aplicaciones de principios como medio de obtener la salvación. Pablo resume este extremo en las siguientes palabras: "De Cristo os desligastes, los que por la ley os justificais; de la gracia habeis caído" (Gál.5:4).

El extremo opuesto es creer que, una vez que las obras no salvan, no son ellas importantes; aquello que una persona hace, no tiene mucha importancia. Pablo también habla de ese extremo: "Porque vosotros, hermanos, fuistes llamados a la libertad; sin embargo, no useis de la libertad para dar ocasión a la carne" (Gál. 5:13). Cuando cada uno de los cristianos sigue su propia conciencia, no existe discipulado mútuo de los compañeros cristianos, en mantenerse de acuerdo con Mateo 18 y Gálatas 6:1-2. La Iglesia se hace, no el cuerpo de Cristo, dentro del cual existe amor e interés mútuo, mas una colección de individuos aislados, cada uno siguiendo su propio camino, sin cualquier responsabilidad por sus compañeros, y sin aceptar cualquier encargo en relación a ellos.

Aún cuando nuestra conducta y espiritualidad estén íntimamente relacionadas, jamás podremos obtener salvación a través de conducta correcta. En vez de eso, el comportamiento cristiano es un fruto natural de la salvación y se encuentra basado en aquello que Cristo ya realizó por nosotros en el Calvário.

**TEMPLOS DEL ESPÍRITU SANTO** - Conforme ya estudiamos en pisos anteriores, no apenas la Iglesia, sino también el cristiano individual es un templo para la habitación interior del Espíritu Santo. (I Cor. 6:19). Por lo tanto, los cristianos practican buenos hábitos de salud a fin de proteger el comando central de sus cuerpos-templos, la mente, el lugar de habitación del Espíritu de Cristo. Por esa razón aquellos que predicaban el Evangelio Eterno, a lo largo de estos últimos 100 años, han destacado la importancia de hábitos correctos de salud. Y ese énfasis ha compensado: pesquisa reciente reveló que este grupo de personas tiene mucho menos probabilidad de contraer cualquier de las grandes enfermedades de la actualidad.

A ejemplo de Jesús, los verdaderos cristianos, deberían preocuparse tanto con aspectos físicos como espirituales de nuestra vida. Jesús nuestro modelo, curó "toda suerte de dolencias y enfermedades entre el pueblo" (Mat. 4:23).

La Biblia ve los seres humanos como una unidad. Así, el llamado de Dios a la santidad envuelve un llamado tanto a la salud física como a la espiritual. Susana Wesley, madre del fundador del metodismo, resumió adecuadamente ese principio: "Todo lo que debilita su razón, afecta la sensibilidad de su conciencia, oscurece su percepción de Dios, disminuye la fuerza y la autoridad de su mente sobre su cuerpo - eso es malo, no importa cuán inocente pueda ser por sí propio." (Review and Herald, octubre de 1.941, pág.7).

Las leyes de Dios, que incluyen las leyes de salud, no son arbitrarias, sino que fueron designadas por nuestro Creador visando habilitarnos a disfrutar lo mejor de la vida. Satanás, el enemigo, desea robar nuestra salud, nuestra alegría, nuestra paz mental, y finalmente destruirnos. (Juan 10:10).

#### **LAS BENDICIONES DE DIOS PARA LA SALUD TOTAL**

La obtención de la salud depende de la práctica de unos pocos y simples principios de autoría divina. Algunos son óbvios, y la mayoría de las personas no tendría dificultad en concordar con ellos. Otros, tales como dieta adecuada, son de aceptación mas difícil, una vez que envuelven orientaciones y hábitos muy arraigados. Por esa razón, dedicaremos mayor espacio a aquellos principios que son mal comprendidos, o debatidos, o rechazados.

**Ejercicio** - "Ejercicio regular es la fórmula simple para energía aumentada, cuerpo firme, alivio de la tensión, piel mas saludable, mayor autoconfianza, control de peso efectivo, digestión mejorada y regular y reducción de la depresión y riesgo de enfermedades cardíacas y cancer. El ejercicio no es meramente una opción, es esencial a la mantención de la salud, tanto física como mental." (Kenneth H. Cooper)

La actividad útil tiende a la prosperidad; inactividad o flojera tienden a la adversidad, (Proverbios 6:6-13; 14:23). Dios prescribió actividad para el primer hombre y la primera mujer; deberian cuidar del jardín, al aire libre (Gen. 2:5 y 15; 3:19). El propio Cristo estableció un ejemplo de actividad física. Durante la mayor parte de Su vida, se envolvió en labores manuales como carpintero y, durante Su ministerio, caminó por las calles de Palestina.

**Luz Solar** - La luz es esencial a la vida (Gen. 1:3). Ella acciona un proceso que produce los nutrientes que alimentan y dan energía a nuestro cuerpo y que ocasionan la liberación del oxígeno, de que tanto necesitamos para vivir. La luz solar promueve salud y cura.

**Agua** - El cuerpo humano es constituido en aproximadamente 70% de agua, pero ese fluido vital está siendo continuamente perdido a través del aire exhalado, de la transpiración y de los deyecciones del organismo. El uso de seis a ocho vasos de agua por día, ayudará a mantener la eficiencia y feliz bienestar del organismo. Otra importante función del agua es su uso para limpieza y para el efecto relajante que ella produce.

**Aire Puro** - Un ambiente en que el aire sea impuro, dentro o fuera de la casa, hace con que la sangre transporte menos oxígeno que el nivel requerido para el funcionamiento ideal de las células. Eso tiende a dejar la persona menos alerta y con reflejos mas demorados. Es importante, pues, hacer todo lo posible para asegurar un suficiente suplemento diario de aire fresco.

**Vivir Temperante** - Las drogas saturan actualmente la sociedad, ya sea por el efecto estimulante, o por la acción sobre el stress y el dolor. El cristiano se encuentra cercado de seductores convites para usar drogas. Aún varias de las bebidas populares y de apariencia inocente contienen drogas: café, té y las colas contienen cafeína, mientras que las bebidas de la línea "cooler", con sabor de frutas, contiene alcohol. Las pesquisas han demostrado que las drogas mas suaves tienden a conducir progresivamente al uso de drogas mas fuertes, capaces de alterar el funcionamiento mental. El cristiano sábio se abstendrá de todo lo que es dañino, utilizando con moderación solamente aquello que es bueno.

**1.- Cigarro** - Bajo cualquier presentación, es el cigarro un veneno de acción lenta, que ejerce efectos nocivos sobre a capacidad física, mental y moral. Al principio sus efectos difícilmente son perceptibles. Primero excita y despues paralisa los nervios, debilitando y nublando el cerebro.

Aquellos que utilizan cigarros estan cometiendo suicidio a largo plazo, transgriendiendo asi el sexto mandamiento. "No matarás" (Exodo 20:13).

**2.- Bebidas alcohólicas** - El alcohol representa una de las drogas mas utilizadas. Ha devastado incontables millones de personas. No apenas hiere aquellos que lo usan, como también cobra su tributo de toda la sociedad, a través de hogares despedazados, muerte accidental y pobreza.

Una vez que Dios se comunica con nosotros unicamente a través de nuestra mente, es bueno recordar que el alcohol afecta adversamente todas las funciones mentales. A medida que el nivel de alcohol del organismo se eleva, el usuario de la bebida avanza a través de las etapas de perdida de coordinación, confusión mental, desorientación, estupor, anestesia, coma y muerte. El uso regular de bebidas alcohólicas conducirá por fin a la pérdida de memoria, juzgamiento y capacidad de aprender.

Las historias bíblicas envolviendo el uso de bebidas alcohólicas, pueden dejar la impresión de que Dios aprobaba su uso. Sin embargo, la Escritura también indica que el pueblo de Dios participaba de prácticas sociales tales como divorcio, poligamia y esclavitud, y por cierto Dios jamas las aprobó. Al interpretarnos semejantes pasajes de las Escrituras, es útil mantener en mente que Dios no necesariamente endosa todo lo que permite.

La respuesta de Jesus cuanto a la cuestión de por que Moisés permitió el divorcio, ilustra bien ese principio de interpretación. El dijo en Mateo 19:8. (Lean). El Eden constituye el modelo divino en relación al cual el evangelio desea restaurarnos. Así como en lo tocante a otras prácticas, el uso del alcohol no constituía parte del plan original de Dios.

**3.- Narcóticos** - Existen muchas otras drogas nocivas y narcóticos a través de los cuales Satanás destruye vidas humanas. Cristianos genuínos, que pertenecen a Cristo, glorificarán continuamente a Dios por medio de su organismo, comprendiendo que son una posesión divina que mucho costó, su precio fue el precioso sangre de Cristo.

#### LA BENDICIÓN DEL REPOSO

Descanso adecuado es esencial a la salud del cuerpo y de la mente. Cristo nos extiende el compasibo convite: "Ven a reposar un poco, a parte en un lugar desierto" (Mat. 6:31). Períodos de descanso proveen la tan necesaria quietud para la comunión con Dios: "Aquietaos, y sabed que Yo soy Dios" (Sal. 46:10). Dios destacó la necesidad de descanso al separar para reposo uno de los siete dias de la semana (Exodo 20:10).

Reposo es mas que dormir o cesar las actividades regulares. Envuelve la forma como utilizamos nuestro tiempo de descanso. El cansancio no siempre es producido por el stress o por trabajos demasiado pesados o muy prolongados: nuestra mente puede sentirse sobrecargada a través de la superestimación causada por los medios de comunicación, enfermedades o problemas personales.

Recreación es re-creación, en el mas amplio sentido del término. Ella debe fortalecer, erguer y refrigerar la mente y el cuerpo, preparando asi los creyentes para volver de sus períodos de reposo manifestando nuevo vigor. A fin de obtener lo mejor de la vida, los cristianos deberian dedicarse apenas a

aquellos tipos de recreación y entretenimiento que fortalecen su ligación con Cristo y causan beneficio a la salud. Las Escrituras presentan el siguiente principio, que auxiliará a los cristianos a escoger las buenas recreaciones: I Juan 2:15 y 17.

**1.- Cinema, Televisión, Radio y Video** - Estos medios de comunicación pueden desempeñar un gran papel en la educación. Ellos "modifican toda la atmosfera de nuestro mundo moderno y nos colocan en contacto privilegiado con la vida, pensamiento y actividades de todo el mundo". (Manual de la Iglesia, pág.180). El cristiano debe acordarse que televisión y los videos ejercen mayor impacto sobre la vida de un individuo que cualquier otra actividad aislada.

Infelizmente, video y televisión, con sus presentaciones teatrales practicamente continuas, traen para dentro de los hogares influencias que no son saludables y ni ennoblecedoras. Si no ejercemos discriminación y decisión, "ellos transformarán nuestros hogares en teatros donde se presentarán shows de la especie mas barata y sórdida" (ibid). El cristiano genuino se desviará de filmes y programas de televisión inmorales, violentos y sensuales.

Los medios de comunicación de audio y video no son intrinsecamente malos. Los mismos canales que retratan las mayores profundezas de la maldad humana, pueden servir para la predicación del evangelio de la salvación. Fuera de eso, muchos otros programas edificantes son transmitidos. Pero las personas pueden utilizar hasta los buenos programas para se esquivar de las responsabilidades de la vida. Los cristianos no apenas desearán establecer principios para determinar lo que puede ser oido o asistido, como también establecerán limites en lo tocante al tiempo que concederán a los programas, de tal modo que su vida social y sus responsabilidades no sean afectadas. Si no somos capaces de ejercer la capacidad discriminativa o si nos falta la fuerza para controlar nuestros aparatos de radio y televisión, es mucho mejor que los dispensemos definitivamente que permitir que gobiernen nuestra vida, sea a través de la polución de la mente, sea por consumir parcelas excesivas de tiempo. (Mateo 5:29-30).

Con respecto a nuestra contemplación de Cristo, un importante principio bíblico establece que "...contemplando, como por espejo, la gloria del Señor, somos transformados de gloria en gloria, en Su propia imagen..." (II Cor. 3:18). La contemplación produce modificaciones. Pero el cristiano debe acordarse que este principio también funciona por el lado negativo. Los filmes que retratan graficamente los pecados y crímenes de la humanidad, asesinatos, adultérios, robo y otros hechos degradantes, estan contribuyendo para el actual derrumbe moral. El consejo de Pablo en Fil. 4:8-9 establece un principio que nos ayuda a identificar las formas de recreación que poseen valor. (Lean).

**2.- Lecturas y Músicas** - Esos mismos principios elevados se aplican a las lecturas y músicas del cristiano. La música es un don de Dios que inspira pensamientos puros, nobles y elevados. Buena música, por lo tanto, estimula las mas finas cualidades de carácter.

Música de baja calidad, por otro lado, destruye el ritmo del alma y rebaja la moralidad. Romanos 13:11-14; I Pedro 2:11.

La lectura ofrece igualmente mucha cosa valiosa. Existe grande riqueza de literatura de buena calidad, la cual cultiva y expande la mente. Entretanto, existe también un dilúvio de literatura mala, muchas veces presentada de modo atractivo, pero con capacidad de dañar la mente y la moral.



**3.- Actividades Inaceptables** - Los verdaderos cristianos deben evitar el carteadado, teatro y la danza. (I Juan 2:15-17). Aún cuestionan el gasto de tiempo al asistir eventos deportivos violentos. (Filip. 4:8-9). Cualquier actividad que debilite el relacionamiento con el Señor y contribuya para que perdamos de vista los intereses eternos, ayuda Satanás a prender nuestra alma con sus cadenas. En vez de eso, los cristianos participarán de aquellas formas sanas de actividades de descanso, las cuales traerán refrigerio a la naturaleza física, mental y espiritual.

**Alimento Nutritivo** - Al primer par, concedió el Creador la dieta ideal:(Gen.1:29). Después de la caída, Dios acrecentó a esa dieta "**la hierba del campo**" (Gen. 3:18). Los problemas de salud de la actualidad tienden a centralizarse en las moléstias del tipo degenerativo, que están directamente asociadas a la dieta y estilo de vida. La dieta planeada por Dios, consistiendo de granos, frutas, nueces y vegetales, ofrece los ingredientes nutricionales adecuados y favorece la salud perfecta.

**1.- La Dieta Original** - La Biblia no condena el uso de la carne de animales limpios. Pero la dieta original de Dios para el hombre no incluía alimentos cárneos porque no era Su plano que fuese quitada la vida de los animales y porque una dieta vegetariana balanceada es la mejor para la salud, un hecho a respecto del cual la ciencia ofrece hoy las mayores evidencias (le recomiendo mi cuadernillo intitulado "Hábitos Alimenticios"). Las personas que consumen productos animales que contienen bacterias o virus, pueden tener su salud perjudicada. Estudios recientes indican que el consumo de carne puede ocasionar aumentos de dolencias, contribuyendo para reducir la expectativa de vida. Podemos notar en la propia Biblia, que hasta el Dilúvio, el hombre vivía centenas de años. Matusalén es un gran ejemplo, vivió 969 años (Gen. 5:25-27). Después del dilúvio hubo una caída acentuada, solamente por la introducción del alimento cárneo. Noé aún consiguió vivir 950 años, (Gen.9:29). Pero luego en seguida, algunos años más tarde, en los tiempos de Moisés, los años cayeron para 120 años, (Deut. 34:7). Y en los tiempos de David, mil años AC, nuestros años cayeron para setenta, y no se como conseguimos llegar a los setenta casi tres mil años después de David. (Solamente por la misericordia de Dios). Salmo 90:10.

La dieta ordenada por Dios en el Jardín del Edén, la dieta vegetariana, es la mejor, pero no siempre podemos disponer del ideal. En tales circunstancias, en cualquier localidad o situación, aquellos que desean mantener la salud en óptimo estado utilizarán el mejor alimento de que puedan disponer.

**2.- Alimentos Cárneos Limpios e Impuros** - Fue solamente después del Dilúvio, que Dios permitió el uso de alimentos cárneos. Una vez destruída toda la vegetación, Dios autorizó Noé y su familia a utilizar alimentos cárneos, estipulando que no deberían utilizar la sangre al hacer uso de la carne (Gen. 9:3-5).

Otra estipulación de las Escrituras implica que aquello que Dios dió a Noé, como alimento, fueron los animales identificados por Dios como limpios. Fue por el hecho de que Noé y su familia irían a necesitar de esos animales, tanto para alimento como para sacrificios, (Gen. 8:20), que Dios lo instruyó a tomar consigo, en el arca, siete pares de todas las especies de animales limpios, en contraste con apenas un par de los animales inmundos, Gen. 7:2-3; Levítico 11 y Deuteronomio 14 presentan una lista extensa de animales limpios e inmundos.

Por naturaleza, los animales inmundos no constituyen el mejor alimento. Muchos son tanto removedores de deyecciones cuanto predadores, desde el león y el cerdo hasta el buitre y los peces del tipo succionador, que habitan regiones profundas. En vista de sus hábitos, es más probable que sean portadores de dolencias.

Estudios revelan que en adición a la razonable cantidad de colesterol encontrada tanto en el cerdo como en los mariscos, ambos alimentos contienen cierto número de toxinas y contaminantes que se encuentran asociadas al envenenamiento humano. Al abstenerse de alimentos impuros, el pueblo de Dios demuestra gratitud por su libertación de aquello que corrompe, del mundo impuro que se encuentra a su vuelta. (Levítico 20:24-27; Deut. 14:2). Introducir cualquier cosa impura en el templo del cuerpo, donde el Espíritu de Dios desea habitar, es quedar fuera del ideal de Dios.

El Nuevo Testamento no abolió la distinción entre animales limpios e inmundos. Algunos piensan que, por el hecho de las leyes de salud ser mencionadas en Levítico, eran meramente leyes ceremoniales o ritualísticas, que no estarían más en vigor bajo el cristianismo. Sin embargo, la distinción entre animales limpios e inmundos retrocede a la época de Noé, mucho antes de la existencia de Israel. Siendo principio de salud, esas leyes dietéticas cargan consigo una permanente obligación. Mat. 4:23; I Tes. 5:23.

**3.- Regularidad, Simplicidad y Equilibrio** - Reforma de salud que pretenda tener éxito, debe ser hecha de forma progresiva y debe ser abordada inteligentemente. Con el decorrer del tiempo, podremos llegar a eliminar, o apenas utilizar con extrema discreción, los alimentos con elevado contenido de gordura o azúcar.

Adicionalmente, deberíamos preparar los alimentos que utilizamos, de forma tan simple y natural cuanto posible y, teniendo en vista beneficios aún mayores, iremos a comerlos a intervalos regulares. Dietas complejas y estimulantes no son las más saludables. Muchos condimentos y especies irritan el trato digestivo, y su uso habitual está asociado con un número considerable de problemas de salud.

**El Vestuario del Cristiano** - Dios proveyó las primeras ropas para Adán y Eva y sabe que necesitamos de ropas adecuadas en los días de hoy. (Mat. 6:25-33). Deberíamos tomar nuestras decisiones en lo tocante a vestuario con base en los principios de la simplicidad, modestia, practicidad, salud y atractividad. Debemos practicar la simplicidad en nuestro vestuario. No debemos macular la belleza de nuestro carácter con estilos que hagan despertar el "deseo de la carne" (I Juan 2:16). La modestia promueve la salud moral. El blanco del cristiano es glorificar a Dios, y no a sí propio.

Refiriéndose a los lírios, Cristo dijo que "ni aún Salomón, en toda su gloria, se vistió como cualquier de ellos" (Mat. 6:29). El ilustró de esa manera que la percepción de belleza, por parte del Cielo, se caracteriza por la gracia, simplicidad, pureza y encantos naturales. Demostraciones mundanas, como las que se ven en las modas pasajeras, no poseen valor a los ojos de Dios. (I Tim. 2:9).

Los cristianos ganan para Cristo los no creyentes, no por parecerse con el mundo o conducirse como este, sino por revelar una diferencia atractiva y saludable. Pedro, dijo que conyuges no creyentes pueden ser ganados "por medio del procedimiento de sus esposas, al observar vuestro honesto comportamiento lleno de temor". En lugar de adornos exteriores, aconseja el apóstol, concentrense los cristianos en el desenvolvimiento del "interior del corazón, unido a lo incorruptible de un espíritu manso y tranquilo, que es de gran valor delante de

Dios". (I Pedro 3:1-4). El carácter expone la verdadera belleza de la persona. Tanto Pedro cuanto Pablo exponen el principio básico que debe orientar hombres y mujeres en el área de los adornos: (I Pedro 3:3 y I Tim. 2:9-10; lean también Gen. 35:2-4 y I Cor. 10:11.)

#### **MAYORDOMIA ADECUADA REQUIERE SACRIFICIO**

Mientras buena parte de la humanidad se encuentra subnutrida, el materialismo coloca delante del cristiano las tentaciones que van desde ropas caras, carros y joyas, hasta casas lujosas. Simplicidad en el estilo de vida y en la apariencia, coloca al cristiano en notóro contraste con la ganancia, materialismo y ostentación de la paganizada sociedad del siglo veinte, donde los valores focalizan las cosas materiales en lugar de las personas.

En vista de esos enseñamientos de las Escrituras y de los principios que aquí relacionamos, creemos que los cristianos no se deben adornar con joyas. Entendemos así que el uso de aros, anillos, collares y brazaletes, bien como vistosos prendedores de corbatas, abotonaduras y broches, o cualquier otro tipo de joya cuya función principal sea de adorno, es desnecesario y no se armoniza con la simplicidad de adorno recomendada por las Escrituras.

La Biblia asocia los cosméticos pomposos con paganismo y apostasia (II Reis 9:30; Jeremias 4:30). En lo tocante a cosméticos, por lo tanto, creemos que los cristianos deberían mantener la apariencia natural y saludable. Si erguemos bien alto la figura del Salvador a través del modo como hablamos, reaccionamos y nos vestimos, seremos como imanes, atrayendo personas a El.

**Principios de los Padrones Cristianos** - En todas sus manifestaciones, el estilo de vida cristiano constituye una respuesta a la salvación ofrecida en Cristo. El cristiano desea honrar a Dios y vivir como Jesús viviría. Aún cuando algunos vean el estilo de vida cristiano como una lista de cosas que no deben ser hechas, deberíamos verlo como una serie de principios positivos que actúan en el contexto o estructura de la salvación. Jesús enfatizó que vino para que pudiésemos tener vida, y en abundancia. Cuales son los principios que nos conducen a la vida plena? Cuando el Espíritu Santo entra en la vida de un individuo, mudanzas decisivas ocurren allí, y se vuelven evidentes a todos los que le rodean, (Juan 3:8). El Espíritu no apenas emprende una alteración inicial en la vida; sus efectos son progresivos. El primero y más destacado fruto del Espíritu es el amor (Gál. 5:22-23). El más poderoso argumento cuanto a la validez del cristianismo es un cristiano amoroso y amable.

"Tende en vosotros el mismo sentimiento que hubo también en Cristo Jesús" (Fil. 2:5). Bajo todas las circunstancias, favorables o adversas, deberíamos procurar la comprensión y la práctica de la armonía con voluntad y la mente de Cristo (I Cor. 2:16).

Ellen G. White, llama la atención para los bellos resultados de una vida que es ejercida dentro de esa especie de relacionamiento con Cristo: "Toda verdadera obediencia viene del corazón. De este procedía también la de Cristo. Y si consentimos, El por tal forma se identificará con nuestros pensamientos e ideales, dirigirá nuestro corazón y espíritu en tanta conformidad con Su querer, que, obedeciéndole, no estaremos sino siguiendo nuestros propios impulsos. La voluntad refinada, santificada, encontrará su más elevado deleite en hacer Su servicio. Cuando conozcamos a Dios como nos es dado el privilegio de conocerlo, nuestra vida será de continua obediencia. Me-

diante el aprecio del carácter de Cristo, por medio de la comunión con Dios, el pecado se nos hará aborrecible." (El Desejado de Todas las Gentes, pág. 668).

**Esperando Ser Recojidos** - "El Señor tiene Sus representantes en todas las Iglesias. A esas personas las probantes verdades especiales para estos últimos días no fueron presentadas bajo circunstancias que tragiesen convicción al corazón y la mente; por lo tanto, al rechazar la luz, ellas no rompieron su ligación con Dios. Hay muchos que han andado fielmente en la luz que incidió sobre su camino. Desean conocer mas de los caminos y de las obras de Dios. Por todo el mundo, hombres y mujeres miran ansiosamente para el Cielo. Oraciones, lágrimas y indagaciones asciendem de almas anhelantes de luz, de gracia y del Espíritu Santo. Muchos estan en el limite del reino, apenas esperando ser recojidos.

Cuando las lecciones de Cristo, las verdades de la Biblia, en su simplicidad, son presentadas a esas almas, ellas reconocen la luz y se alegran en ella. Sus perplejidades se disipan delante de la luz de la verdad, como el rocío delante del sol matinal. Sus conceptos de la verdad bíblica son ampliados, y la revelación de Dios en Cristo llega hasta ellas, mostrándoles la profundidad, la largura y la altura del divino misterio espiritual que no discernian anteriormente, el cual no puede ser explicado, sino solo ejemplificado en el caracter semejante al de Cristo.

Muchos que no se encuentran unidos a alguna iglesia y que parecen ser completamente indiferentes a las reivindicaciones de Dios, en el corazón no son asi indiferentes como parecen. Hasta los mas irreligiosos tienen sus horas de convicción, en que le adviene el anseo de algo que no poseen. En cada poblado y ciudad hay gran número de personas que no frecuentan ningun lugar de culto. Muchas de ellas son atraídas para reuniones campales. Vienen muchos que son esclavos del pecado, víctimas indefensas de malos hábitos. Muchos son persuadidos y se convierten. Al apegarse por la fé a la promesa de Dios para el perdón de sus pecados, es deshecha la esclavitud del hábito. Abandonando sus condescendencias, se vuelven libres en Cristo Jesus, y se regozijan en la libertad de los hijos de Dios." (Meditaciones Matinales - 21.10.92 Ellen G. White).

#### VIVIENDO PARA LOAR Y GLORIFICAR A DIOS

Una de las formas como podemos manifestar gratitud a Dios, es por medio del loor que Le ofrecemos. Los Salmos enfatizan acentuadamente ese lado de la vida espiritual: (Salmo 63:2-5). Para el cristiano, semejante actitud de loor mantendrá las demas actividades de la vida dentro de la perspectiva correcta. Al contemplarnos nuestro crucificado Salvador, que nos redimió de la penalidad y nos libró del poder del pecado, somos motivados a hacer solamente "lo que Le es agradable" (I Juan 3:22 y Efes. 5:10). Los cristianos no viven mas para si mismos, "sino para Aquel que por ellos murió y resuscitó" (II Cor. 5:51). Todo cristiano verdadero coloca a Dios en primer lugar en aquello que hace, en todos sus pensamientos, y en todos sus deseos. El no tendrá otros dioses al frente de su Redentor (I Cor. 10:31).

Pablo recomendó que no nos volviésemos causa de tropiezo para nadie (I Cor. 10:32). También me esfuerzo por tener siempre conciencia pura delante de Dios y de los hombres" (Hechos 24:16). Si nuestro ejemplo encamina otros para el pecado, estaremos nos volviendo piedra de tropiezo para aquellos por quien Cristo murió. "Aquel que dice que permanece En el, ese debe también andar asi como El andubo" (I Juan 2:6). Una de las mayores razones por que los cristianos viven de la forma como lo hacen, es la salvación de hombres y mujeres perdidos.

Pablo dijo: "Así... también yo procuro en todo ser agradable a todos, no buscando mi propio interés, sino el de muchos, para que sean salvos" (I Cor. 10:33; conforme Mateo 20:28).

El desenvolvimiento de la conducta cristiana, "semejanza con Dios", es progresivo, envolviendo la unión de toda una vida con Cristo. Vivir santo es nada menos que diaria entrega de la voluntad al control de Cristo y diaria conformidad con Sus enseñanzas, en la medida que nos sean reveladas a través del estudio de la Biblia y de la oración. Una vez que **"amadurecemos"** en ritmos (o velocidades) diferentes, debemos abstenernos de juzgar nuestros hermanos o hermanas mas débiles (Rom. 14:1; 15:1).

Los cristianos que se encuentran realmente unidos a Cristo poseen apenas un ideal: harán lo mejor posible para la honra de su Padre celestial, que providenció tan precioso plano para su salvación. "Por lo tanto, quer comais, quer bebais, o hagais otra cosa cualquiera, haced todo para la gloria de Dios" (I Cor. 10:31).

Que Dios lo bendiga.

Erwin Eulner  
Curicó 285, Dpto. 201  
Centro  
Santiago

Fono: (2) 634-2126

#### **BIBLIOGRAFIA**

- La Biblia Sagrada - Trad. Juan Ferreira de Almeida.
- En Esto Creemos - Casa Publicadora Brasileira.
- 52 Sermones de - La Voz de la Profecía.
- El Deseado de Todas las Gentes - Ellen G. White.
- Ciencia del Buen Vivir - Ellen G. White.
- Enciclopedia Britanica.
- Manual de la Iglesia - Casa Publicadora Brasileira.
- Meditaciones Matinales 92 - Ellen G. White.
- Consejos Sobre Regimen Alimentar - Ellen G. White.