

## CAPÍTULO 7: LA RELIGIÓN PREVENTIVA

Hubo una vez un hombre que tenía una extraña enfermedad. Su principal problema era que todo el tiempo sentía latidos en la cabeza, y tenía los ojos dilatados. Visitó al médico. Después de examinarlo, éste le dijo que le quedaban solamente tres meses de vida. Procurando sentirse lo más feliz posible durante esos tres últimos meses, y siendo que no era religioso, decidió ir a una tienda especializada en ropa de hombre, y comprarse algunas camisas, estas camisas estampadas, de colores suaves, con óvalos o rayas, es decir, toda clase de camisas llamativas. Así que compró todas las que pudo, para disfrutar poniéndoselas durante sus últimos tres meses de vida. Cuando se disponía a pagar el precio de las camisas, el dependiente le preguntó qué número de talla usaba. El hombre respondió:

-Bueno, yo uso talla 15 en el cuello.

-Su cuello es más grande que esa medida, le dijo el dependiente, y procedió a medirlo con una cinta métrica. Descubrió que el hombre había estado usando camisas demasiado pequeñas para su tamaño. Si usted usa camisas con cuello 15, cuando su medida es 17, la cabeza le va a latir fuertemente y los ojos se le van a dilatar. El hombre cayó en la cuenta. Desde entonces compró camisas 17 y vivió una vida feliz.

La idea no es cuestionar a la profesión médica en particular, pero hay muchas personas que tienen problemas cuya solución podría no ser tan complicada, ni estar tan distante como ellos piensan. Espero que noten la relación entre este incidente y nuestro tema, “Religión preventiva”, que es una especie de adaptación de la práctica moderna llamada “medicina preventiva”.

Según entiendo, la medicina preventiva no tiene necesariamente el propósito de impedir que la gente ingiera medicamentos, en algún momento. La medicina preventiva promueve un estilo de vida correcto, que no necesita depender de medicinas; es decir, como su nombre lo indica, previene la pérdida de la salud. “Un gramo de prevención vale más que un kilo de curación”, dice el adagio. Cada día, más médicos se interesan en la medicina preventiva. En un congreso campestre hablaba con cierto médico, que si no me equivoco, ya se acercaba a la jubilación, pero estaba tan emocionado con el ejercicio de su profesión, que después de haberme contado algunas de sus experiencias, me pregunté qué estaría haciendo. Quise saber si ya estaba jubilado.

- ¿Jubilado?, repuso, ¡pero si apenas estoy comenzando. Durante cuarenta años, no había entendido lo que realmente significaba la práctica de la medicina. Ahora me siento profundamente emocionado con ella. Se refería, ni más ni menos, que al ejercicio de la medicina preventiva.

Usando este mismo concepto, hablaremos de religión preventiva. No es que estemos en contra de la gente religiosa. Nuestro propósito es ayudar a la gente a mantener su religión, que no pierdan su fe.

Una cosa es llegar a ser cristiano, y otra muy diferente es seguir siéndolo. Muchas personas acuden a Cristo, pero dada la abundancia de la iniquidad, el amor de muchos, incluyendo el suyo, se endurece como la cera. Jesús dijo: “Pero el que persevere hasta el fin, ése será salvo”. (Mateo 24:13). De manera que vamos a considerar asuntos muy prácticos, a fin de descubrir algunos secretos para no dejar de ser cristianos, y cómo vivir la vida cristiana, a partir del momento en que uno llega a serlo.

Los investigadores de la medicina preventiva cada día descubren que hace años los adventistas usamos los ocho remedios naturales, tan conocidos hoy. De hecho, son tan sencillos que muchas veces los pasamos por alto. Hay una diversidad de formas de practicar el arte curativo,

pero existe sólo una que el cielo aprueba. Los remedios de Dios son los sencillos recursos de la naturaleza: aire, sol, temperancia o abstinencia, ejercicio, alimentación adecuada, el descanso, uso del agua, y confianza en el poder divino. Estos son los verdaderos remedios. También son los medios más genuinos de recuperación.

Algunos de nosotros, intrigados por estos sencillos ocho remedios naturales, nos hemos atrevido a colgar un cartelito y dedicarnos a la práctica de la medicina. Muchas veces, los miembros de la iglesia, urbanos y rurales, cuando padecen malestares llaman al pastor para contarle sus problemas y aflicciones. Por eso llevo estos ocho remedios en mi bolsillo, o en mi Biblia, y más de una vez los he compartido.

Sin previo análisis, la gente dice: “¡Bah! ¡Son tan sencillos!”. Sí, lo son, pero ¿los pone usted en práctica?

Invariablemente, alguien que ha luchado con su salud por años, descubre que fracasó en la práctica de uno o más de los ocho, y contrariamente, me he quedado sorprendido del éxito obtenido cuando la gente presta la debida atención a estos ocho remedios. ¡El resultado es fenomenal!

Pero nuestra intención es extender un puente, y pasar del ámbito de la salud física al de la salud espiritual, ya que el mismo Juan lo expresó cuando dijo: “Amado, deseo que prosperes en todo, y tengas salud, así como prosperas espiritualmente”. (3 Juan 2). Él unifica los dos campos: la salud del alma y la salud del cuerpo. Y es verdaderamente impresionante ver la fascinante similitud entre el reino espiritual y el físico. ¿Cuál sería la contraparte espiritual del aire puro? La oración. En el reino espiritual, la alimentación adecuada es el estudio de la Palabra de Dios. El ejercicio. Esto es, el servicio y la testificación. ¿El agua? El Espíritu Santo. ¿La abstinencia? Aquí hay que detenerse un poco. Significa moderación, temperancia, dominio propio, cualidades que son tanto espirituales como físicas. ¿Y qué significa el descanso? “Venid a mí”, dijo Jesús, “y yo os lo daré”, incluyendo el sábado. Jesús, el Sol de Justicia, es comparable con la luz del sol. Confianza en el poder divino. Por supuesto, esto es ya de naturaleza estrictamente espiritual. Veamos los ocho remedios de la religión preventiva.

## AIRE

El primero es aire puro. En Lamentaciones 3:55 y 56, dice: “Invoqué tu nombre, oh Eterno, desde la profunda cárcel, y oíste mi voz. No escondas tu oído a mi clamor por alivio”. Es muy probable, que una autora cristiana haya tenido en mente este versículo cuando escribió que “la oración es el aliento del alma”.

Sabemos que es vital que los bebés respiren poco después de nacer. A decir verdad, es de suprema importancia. Mi esposa y yo tuvimos la dolorosa experiencia de asistir a una joven que esperaba ser madre, y a su esposo ansioso en un caso de nacimiento nefasto. Fuimos al hospital de la universidad, como presuntos padrinos. Más tarde nos llamaron sus padres, lo que nos dio acceso a la sala de cuidados intensivos para infantes. Las sospechas del médico resultaron fundadas. El bebé no respiraba. En realidad, ni siquiera daba muchas señales de vida. Pero enseguida empezaron a aplicarle técnicas apropiadas, y ¡qué alivio experimentamos todos, cuando el niño empezó a respirar! Esto es lo primero que el médico observa. Aplica al bebito la primera nalgada, o lo que sea, y todo el mundo sonríe, cuando éste respira y emite su primer grito. No es posible vivir mucho tiempo sin respirar.

Lo propio ocurre en el reino espiritual: nadie puede vivir espiritualmente mucho tiempo sin orar, ya que es el aliento del alma.

Se recomienda que el aire sea puro, y supongo que podemos llamar a esto la necesidad de

que la oración sea pura. ¿Quiere esto decir que hay oraciones impuras? Por cierto que sí. Vamos a considerar el principal propósito de la oración. De hecho, la mayoría de los cristianos tiene la idea de que el propósito principal de la oración es lograr soluciones, y lo que determina que sigan orando es si reciben respuestas o no.

Si su principal propósito al orar es recibir respuestas, muy pronto dejará de hacerlo, porque ése no es el objetivo principal de la oración, como no es conseguir respuestas el objetivo principal de la comunicación en el matrimonio. Toda relación normal, se basa en la necesidad de comunicación, sólo por la comunicación misma, no tanto para recibir contestación. La gente se relaciona por esa necesidad de compañerismo, de comunicación. Las personas conversan sólo con el fin de estar juntas; el asunto de las respuestas es secundario. El propósito más puro de la oración es establecer una relación. Ello no significa dejar de lado las respuestas. Dios sigue invitándonos a pedir, aunque éste no sea el principal propósito de nuestra conversación con él.

También nos invita a orar sin cesar, lo que implica algo más que sólo obtener respuestas. Piense por un momento,

¿cuántas respuestas estaría usted pidiendo sin cesar? Se nos dice que orar sin cesar es la unión ininterrumpida del alma con Dios. También se nos dice que aunque nuestra experiencia inicial de conversión a Dios haya sido maravillosa, la justificación del ser humano requiere mantener viva la fe en Dios, y esa conexión vital con Él. Los que diariamente dedican parte de su tiempo a meditar, orar, y estudiar las Escrituras, estarán conectados con el Cielo y ejercerán una influencia salvadora y transformadora sobre quienes los rodean. La vida de oración es esencial para preservar la vida cristiana.

Una de las primeras cosas que notamos cuando no tenemos suficiente aire, es que nuestros pensamientos empiezan a nublarse. Si nos falta oxígeno, no podemos pensar correctamente.

Recuerdo cierta vez que salimos de excursión en un pequeño motor home, con el fin de acampar. Nuestra intención era subir a las montañas, estar en la nieve. Pero, torpemente, en ese pequeño remolque con capacidad para cuatro o cinco personas, íbamos ocho. A fin de mantenernos calientes esa noche, encendimos la estufa de gas propano, puesto que el remolque no tenía calentador. Bien, todavía estoy aquí para contarles el incidente, pero entonces no nos dimos cuenta de lo que hacíamos. Mi esposa se despertó a medianoche con una urgente necesidad de aire, y la extraña sensación de que algo andaba mal. Ella se las arregló para abrir la ventana, y nos salvó a todos de una muerte segura. Pero por un rato tuvo problemas para pensar. Cuando falta el aire puro y el oxígeno, los pensamientos se nublan. Quizás aquí encontramos una estrecha analogía entre ésta y la siguiente consideración, en cuanto a la religión preventiva: la alimentación adecuada.

## LA BUENA ALIMENTACIÓN

¿En qué pensamos, cuando hablamos de la alimentación adecuada en el sentido espiritual? Por supuesto, nos referimos a comer la Palabra de Dios. “Cuando recibía tus palabras, yo las devoraba”. (Jeremías 15:16). Jesús dijo: “Yo Soy el pan de vida. El que viene a mí, nunca tendrá hambre, el que cree en mí, no tendrá sed jamás”. (Juan 6:35). En Juan 6:53-56, Jesús aseveró:

“A menos que comáis la carne del Hijo del Hombre, y bebáis su sangre, no tendréis vida en el vosotros. El que come mi carne y bebe mi sangre tiene vida eterna. Y yo lo resucitaré en el último día. Porque mi carne es verdadera comida, y mi sangre es verdadera bebida. El que come mi carne y bebe mi sangre, permanece en mí, y yo en Él”.

Esta declaración fue incomprensible para sus oyentes, pero si hubieran pensado un poquito más profundamente en algunas de las cosas que los profetas del Antiguo Testamento habían escrito, no habrían estado tan confundidos. Hoy tenemos una clara idea de lo que esto significa. Es mediante la sangre derramada por Cristo en la cruz del Calvario, que podemos vivir una vida de santidad. Y cuando recibimos su Palabra, recibimos esta clase de vida.

Meditemos un poquito en la figura. Jesús dijo que necesitamos comer su carne y beber su sangre. Cuando reflexionamos en ello, pensamos en la sangre derramada y en el cuerpo quebrantado. Y al discutir en esto, nos viene a la mente la cruz, la muerte, nuestro Sustituto. Así que comer la carne y beber la sangre del Hijo de Dios, es aceptar en nuestras vidas lo que hizo por nosotros. Aceptamos en nuestra vida, en nuestro corazón, en nuestra mente, en nuestra misma existencia, todo lo que Jesús hizo por nosotros.

Ahora bien, la persona hace esto cuando acude por primera vez a Dios, después de haber agotado todo recurso, y acepta a Jesús como su Salvador personal. Pero esto no es suficiente, como tampoco lo es la primera comida con que se alimenta a un bebé. El asunto de comer su carne y beber su sangre, debe ser una experiencia diaria. Jesús fue el que usó la similitud entre lo físico y lo espiritual. Se necesita estar verdaderamente convertido, no sólo una vez, sino todos los días. La conversión lleva al hombre a una nueva relación con Dios, y este proceso debe ser constante. Ningún corazón renovado puede mantenerse apacible, sin la aplicación diaria de la sal de la Palabra de Dios. Para mantenernos convertidos, necesitamos recibir diariamente la gracia divina. Creo que por eso Jesús tuvo algo que decir en cuanto a la abundancia de la iniquidad, y el enfriamiento del amor en muchas personas. “Pero el que persevere hasta el fin, ése será salvo.”

Por lo tanto, aceptemos la analogía del propio Jesús, de que comer es un asunto diario. ¿Qué vamos a comer? Vamos a nutrirnos de su Palabra. Esta es la fuente de nuestro alimento espiritual. Pero no es suficiente leer la Biblia. Quiero dejar sentado que el conocimiento, sólo el simple conocimiento, podría destruirnos.

En el tiempo de Cristo, el mayor engaño de la mente humana consistía en creer que un mero asentimiento a la verdad constituía la justicia. En toda experiencia humana, un conocimiento teórico de la verdad ha demostrado ser insuficiente para salvar el alma. No produce frutos de justicia. Una estimación celosa por lo que se llama verdad teológica, acompañada a menudo al odio de la verdad genuina manifestada en la vida. “Los capítulos más sombríos de la historia, están cargados con el recuerdo de crímenes cometidos por fanáticos religiosos”. (DTG 275)

Nuestra única esperanza consiste no sólo en conocer las palabras de las Escrituras, sino también en comprender que los pasajes bíblicos difíciles y su comprensión, nunca son superados por los mismos métodos que se emplean para abordar los problemas filosóficos. Comprender las verdades de la Biblia no depende tanto del poder del intelecto aplicado a la investigación, como de la sinceridad de propósito, y un profundo anhelo de justicia.

Y por supuesto, esto es lo que nos motivará a procurar una experiencia diaria de conversión. Sólo Jesús puede traernos la verdad que es más que meras palabras, que llega hasta lo profundo del corazón y del alma. Quiero preguntarle, mi amigo, ¿anhela usted sinceramente la justicia? ¿Está usted hambriento y sediento de Dios, mucho más de lo que le atrae leer las palabras de un libro común? Doy gracias a Dios por darnos la promesa de que el Espíritu Santo será nuestro Maestro, porque sin Él, estamos hundidos.

Pero el ingrediente más importante en la alimentación espiritual es la comprensión de que la cruz es nuestra única esperanza. El enemigo lo sabe, y por eso trata constantemente de quitar de nuestra vista, lo que originalmente captó nuestra atención. Por eso, debemos pasar una hora diaria contemplando la cruz. Una buena dieta espiritual, tendrá como fondo la vida de Cristo, especialmente las escenas finales de su ministerio. Privar al cristianismo de la cruz, sería como privar al sol de su esplendor; porque sin la cruz, el hombre no tendría ningún vínculo con el Padre.

De ella depende nuestra única esperanza. De ella brilla la luz del amor del Salvador, y cuando desde los pies de la cruz el pecador contempla al que murió para salvarlo, puede regocijarse legítimamente de que sus pecados están perdonados. Cuando el hombre se arrodilla con fe ante la cruz, ha alcanzado el lugar más prominente al cual puede aspirar. Y en esto debe concentrarse su vida devocional. Si su atención no se enfoca en la cruz, entonces el fundamento del evangelio cristiano se volverá confuso, hasta podrá desaparecer de su mente, y usted paulatinamente se convertirá en un cristiano teórico, o en un pseudo cristiano, que lucha con problemas filosófico-religiosos, pero que apenas conoce a Jesús. Él no es el centro de sus pensamientos.

## EL EJERCICIO

El tercer elemento necesario para vivir la vida cristiana y no perder la fe, es el ejercicio. Por supuesto, el ejercicio físico está cada vez más en boga en nuestros días. Algunas personas lo practican en forma excesiva. Hace poco un médico me lo dijo. Eso me produjo bienestar. Nuestro mundo considera el ejercicio como máxima prioridad; se piensa únicamente en las funciones del cuerpo. Pero esta práctica ha llegado a convertirse en una manía tal entre muchas personas, que hasta las revistas especializadas se han pronunciado en contra del exceso.

Vamos a pasar del ejercicio corporal, al ejercicio espiritual. El apóstol Pablo hizo una recomendación interesante a Timoteo, que supongo indujo a la gente dedicada a la educación física de aquel tiempo, a que la rechazara inmediatamente. “Desecha las fábulas profanas y de viejas. Ejercítate para la piedad; porque el ejercicio corporal para poco es provechoso, pero la piedad para todo aprovecha, pues tiene promesa de esta vida presente, y de la venidera.” (1 Timoteo 4:7-8) ¿Cuál es la petición de Pablo? Estoy seguro de que él mismo debe de haber hecho mucho ejercicio, con todas esas caminatas y viajes que tuvo que realizar. Pero él dijo, que comparativamente, el ejercicio más importante es el de la piedad. El libro “El Camino a Cristo”, página 119, aplica muy bien este concepto en las siguientes palabras:

“La fuerza se desarrolla con el ejercicio; la actividad es la misma condición de la vida. Los que se esfuerzan por mantener su vida cristiana aceptando pasivamente las bendiciones comunicadas por medio de la gracia, sin hacer nada por Cristo, procuran simplemente vivir comiendo sin trabajar. Pero el resultado de esto, tanto en el mundo espiritual como en el temporal, es siempre degeneración y decadencia. El hombre que rehúse ejercitar sus miembros no tardará en perder la facultad de usarlos. Asimismo, el cristiano que no ejercita las facultades que Dios le dio, no sólo dejará de crecer en Cristo, sino que perderá la fuerza que tenía.”

Con mucho riesgo, haré una declaración. A pesar de que lea asiduamente la Biblia, ore, respire mucho y se alimente espiritualmente, si no se ejercita espiritualmente, usted perderá su salud espiritual. Siempre sucede así, y siempre será así. De vez en cuando suena el teléfono y alguien me dice: “He estado leyendo la Biblia, estudiando la vida de Cristo y orando, pero no tengo deseos de hacer nada. Parece que Dios ni siquiera conoce mi dirección. Mis oraciones no suben más allá del techo. Al principio me sentía estimulado, pero ahora no siento nada”. Cuando sondeo un poquito a estas personas, descubro inevitablemente que no estuvieron participando en el servicio cristiano, ni testificando, ni involucrándose en algún plan misionero. Y la falta de ejercicio puede matar a cualquiera, aunque se alimente y hasta respire.

Admiro a los que hacen ejercicio temprano por la mañana y por la noche. Me recuerdan algo que aprendí cuando era estudiante. Se trataba de la clase a la 1 del mediodía, inmediatamente después de la comida. Nos sentábamos a tomar notas, mientras dormitábamos. Al final de la clase, íbamos tambaleándonos como borrachos hasta el dormitorio, para tomar una siesta de tres horas, sólo para despertar sintiéndonos peor que antes.

Entonces, un día todo se aclaró. No era que estuviéramos físicamente cansados, sino que nuestros nervios estaban cansados. Así que empezamos a ir al gimnasio, en lugar de ir a la cama, y a lanzar algunas pelotas o saltar en el trampolín. Después de treinta minutos, volvíamos a sentirnos completamente bien. Tomen nota los oficinistas y quienes tienen ocupaciones sedentarias: si se sienten cansados y agotados todo el tiempo, no es porque hayan dormido poco, sino porque no han hecho suficiente ejercicio. Así es. ¿Lo ha descubierto usted? Si hace suficiente ejercicio, no necesitará dormir tanto.

Pero el ejercicio, el ejercicio cristiano, la TESTIFICACIÓN y el esfuerzo misionero, lo pueden volver sediento. Y esto nos lleva al cuarto de los ocho remedios preventivos de la vida espiritual.

## EL AGUA

El ejercicio genera sed y nos incita a tomar agua. Notemos lo que Jesús dijo cuando hablaba de la vida espiritual:

“En el último día grande de la fiesta, Jesús se puso de pie, y proclamó: ¡Si alguno tiene sed, venga a mí y beba! Como dice la Escritura, el que cree en mí, ríos de agua viva brotarán de su corazón. Esto dijo del Espíritu que habrían de recibir los que creyesen en él. Pues aún no había venido el Espíritu Santo, porque Jesús no había sido glorificado aún”. (Juan 7:37-39).

Cuando Jesús se sentó a la derecha de su Padre, el Espíritu Santo se puso de pie, y se dispuso a obrar de una manera diferente, precisamente como el Consolador que Jesús había prometido. Y el Espíritu Santo se identifica como la lluvia en las Escrituras. Él trae la justicia. El Espíritu Santo hace descender la lluvia tardía, agua refrescante, y el fuerte clamor de Apocalipsis. El Espíritu Santo se manifiesta a lo largo de la vida cristiana, desde la conversión hasta su final. Pero es el ejercicio, la participación en el servicio, y la testificación, lo que nos atrae al agua. Y crecemos en gracia, cuando somos atraídos al agua para recibir las corrientes profundas de los poderosos recursos de Dios, mediante el Espíritu Santo. Si usted quiere experimentar el gran poder del Espíritu Santo en su vida, permítame señalarle algunos pasos que le ayudarán a entender mejor este proceso.

1. Acepte a Jesús de nuevo cada día, como su única esperanza de salvación. (véase Gálatas 3: 2-5).
2. Acepte el don del arrepentimiento que Jesús le da, y recibirá el don del Espíritu Santo. (véase Hechos 2:37-38; 5:31)
3. ¡Obedezca! Pero que esta obediencia se base en un servicio continuo, en lugar de bajar la antorcha; siga adelante, alcanzando a otros. (véase Hechos 5:32)
4. Admita que tiene sed; dígame a Dios que está sediento; acepte la promesa de que a cualquier costo, usted quiere tener al Espíritu Santo en su vida, dejando de lado cualquier otro método para experimentar una vida cristiana vibrante. (véase Juan 7:37-39).
5. Pídaselo a Dios. Pídale a Dios el Espíritu Santo. A veces llamamos al Espíritu Santo como si fuera un pronombre neutro. Pero el Espíritu Santo es también pronombre personal; y más importante aún, es una Persona. Jesús nos lo ha prometido, y dice que si se lo pedimos, nos lo dará. Él está dispuesto a dar el Espíritu Santo a todos los que se lo pidan.

(véase Lucas 11:13). ¿Por qué no buscar al Espíritu Santo, cuando este gran don trae consigo todas las otras bendiciones juntas?

En el siguiente capítulo, hablaremos de los últimos cuatro remedios preventivos de la religión, que son más que nada el resultado de los primeros cuatro. Los últimos cuatro son el dominio propio (o temperancia), el descanso, la luz solar (la presencia de Dios), y la confianza en el poder divino. Pero, mientras tanto, lo invito a que parta el pan de vida cada día, a respirar cada día, porque no podría ir muy lejos sin estas dos, y a hacer ejercicio todos los días en el sentido espiritual. Eso lo hará estar sediento del Espíritu Santo.

“El Pan de Vida soy, dice el Señor; Ven, alma hambrienta, ahora al Salvador. Hambre jamás tendrá quien viene a mí, Sed nunca sentirá quien cree en mí”.

“Hazme vivir, Señor, cerca de ti; La deuda de tu amor hoy siento en mí. Te entrego a ti mi ser, mi corazón. ¡Llor a ti, Señor y bendición!”