

AFA MI

División Sudamericana - 3^{er} trimestre 2013



MARTA Y MARIA
¿A QUIÉN TE PARECES?

Índice

3 Editorial

4 Mensaje – “¡Y Dios vio que todo era bueno en gran manera!”

6 Para los niños – Las galletitas robadas

7 Testificando – Gratitud por sus bendiciones

8 Mi jornada – Instruye, entrega y confía

9 Nutrición – Receta económica de torta de leche caliente Masa básica integral para esfirra, pastel, pizza o pan integral

10 El cuidado de su salud – Salud, ¡nuestro maravilloso tesoro!

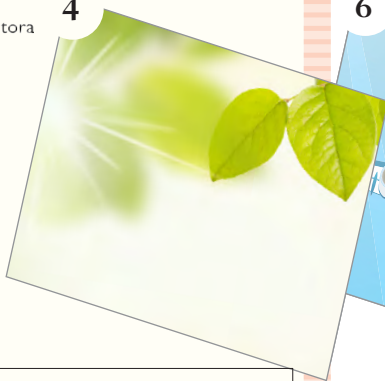
12 Nuestros días – Señor, ¿con que ropa voy?

14 Vida familiar – La jornada de la esposa del pastor

16 Vida espiritual – Nuestra mayor batalla

18 Humor

4



6



8



9



14



Editorial



Neuber Oliveira

Querida amiga, hace algunos días, encontré un pensamiento de C. S. Lewis que me llamó la atención: “No dejes que tu felicidad dependa de algo que se puede perder”.

Todos desean tener felicidad; sin embargo, la cuestión es saber dónde se esconde, y cómo puedo encontrarla, conquistarla y conservarla. Y a esta búsqueda le dedicamos todos nuestros sueños y energías, ¿verdad?

¿Pensaste alguna vez que, mientras buscamos la felicidad, corremos el riesgo de priorizar aquello que es pasajero?

Los llamados del consumismo son como un canto de sirena para los oídos humanos, o como un oasis para los ojos. Nuestra mente y nuestro corazón se distancian de lo que es simple, y somos engullidas por una agenda repleta de actividades, exigencias en el trabajo, responsabilidades en el hogar y compromisos en la iglesia, entre otras cosas.

Amiga, esta edición te llamará la atención hacia la importancia de encontrar el equilibrio entre la mujer que realiza muchas tareas y la mujer que prioriza el encuentro personal con Dios en la primera hora del día. Mujeres con las características de Marta y de María, condimentadas con el equilibrio del Cielo.

¡Buena lectura! 🍷

16



Con cariño,

Wiliane Steiner Marroni

“¡Y *Dios* vio que todo era bueno en gran manera!”

Esta expresión resume la semana de la Creación. Para nosotros, creacionistas, nada de lo que existió en el Edén podría mejorarse, pues todo era perfecto. Sin embargo, algo que nos llama la atención es el hecho de que Adán y Eva no tenían vestiduras ni ornamentos para mejorar su belleza. La belleza de Dios era simple.

Con la entrada del pecado, el hombre dejó lo simple y buscó lo complejo, y eso originó una poderosa industria: la de la belleza. La sociedad atribuye un valor excesivo a la imagen personal. Solamente la industria mundial de cosméticos representa más de la mitad del mercado global de consumo, considerando la venta al por menor. Además de los cosméticos, muchas personas gastan infinitos recursos modelando su cuerpo, haciéndose cirugías plásticas faciales, trasplantes de cabello, cirugías plásticas en general, dietas especiales, y por ahí vamos... Todo, con el único propósito de mejorar la apariencia.

Si tuvieses la mente inclinada hacia el consumismo, vas a argumentarme que, después del pecado, necesitábamos de adaptaciones y cambios. Muy por el contrario, veamos algunos ejemplos bíblicos sobre este asunto:

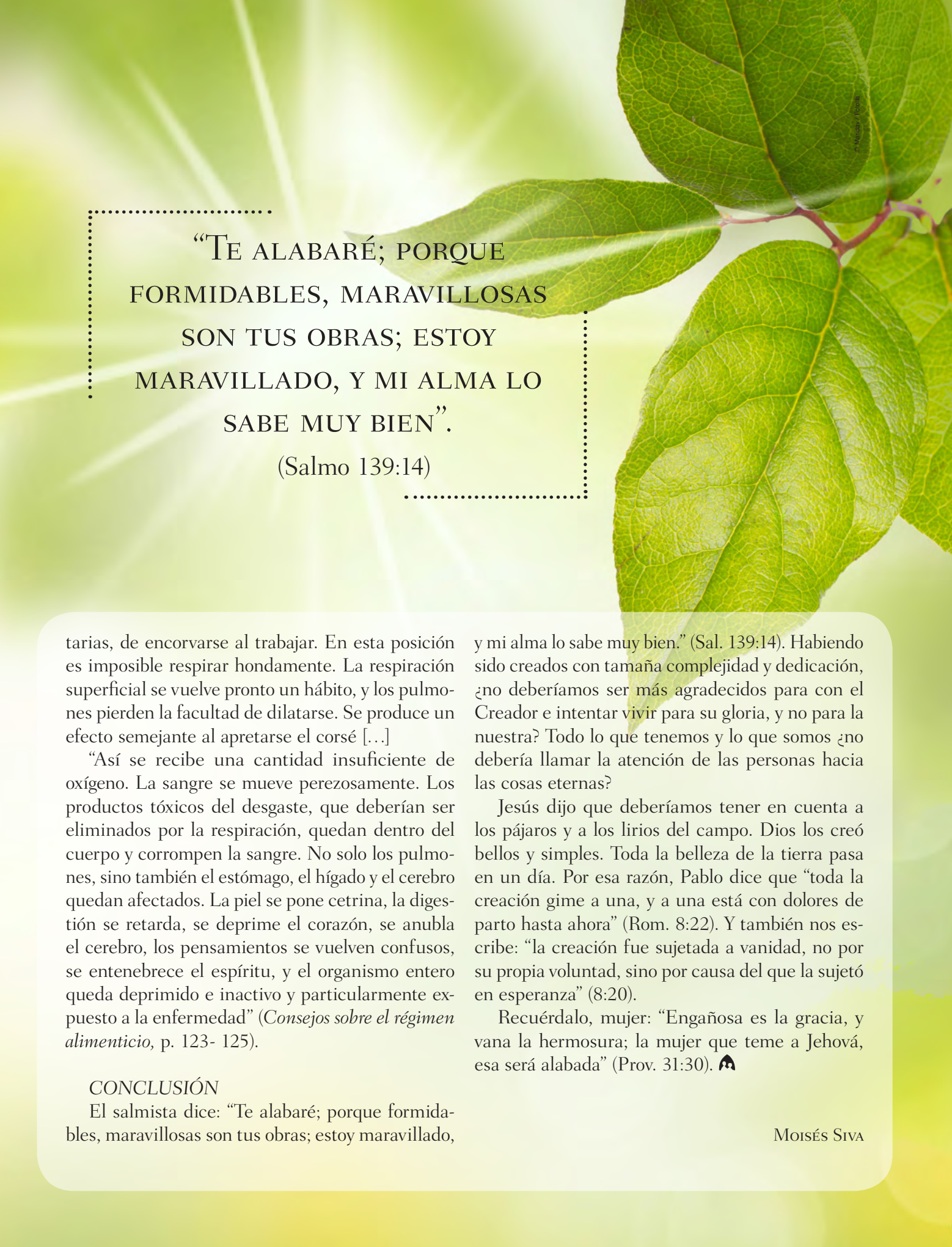
BIOTIPO IDEAL (1 Sam. 16:10-12): Un día, para ungir a un rey para Israel, Samuel fue a Belén y le agradaron siete de los hijos de Isaí. Pero, Dios había elegido a aquel que no estaba presente en ese recinto. A aquel que era el menor, el más joven, y que vestía ropas de campo. El ser humano intenta impresionar por medio de lo estético y lo visual; Dios mira las intenciones y las motivaciones. Dios busca el carácter de la persona. Sus ojos están buscando a los justos de esta Tierra, no a los más bellos.

SALUD (Dan. 1): En la búsqueda de un cuerpo “saludable” y escultural, muchos recurren a dietas y a ejercicios físicos en exceso. El texto de referencia nos habla sobre los bellos e inteligentes jóvenes judíos, quienes poseían salud, sin nada de lo que la industria de la belleza o del consumo de aquella época presentaba. Ellos tenían una alimentación saludable y natural, más allá de la confianza en Dios.

Hace 160 años que la Iglesia Adventista viene presentando los verdaderos remedios naturales, revelados por Dios: agua, aire puro, luz solar, abstinencia, alimentos integrales, ejercicios físicos, reposo, confianza en Dios, modestia y buen discernimiento (1 Tim. 2:9, 10; 1 Ped. 3:3, 4).

El principio establecido es el de la simplicidad. Debemos llamar la atención de las personas por nuestro carácter y equilibrio, no por lo que les presentamos exteriormente, como trajes caros, joyas y adornos. “Nuestra apariencia en todo aspecto debe caracterizarse por el aseo, la modestia y la pureza” (*Joyas de los testimonios*, t. 2, pp. 393, 394).

POSTURA (Lev. 26:13): Este texto nos muestra lo que Dios esperaba de su pueblo, el cual había sido libertado de Egipto: dejar en el pasado su vida de esclavitud y andar “derecho”. El asunto que estamos analizando nos muestra lo que transmite una persona que anda de manera “erguida”: dignidad, confianza y personalidad. Tiene buena autoestima (asociada a la idea de la liberación del yugo egipcio), y vive sin los recuerdos del pasado. Observa lo que nos comenta Elena de White: “Hay que conceder a los pulmones la mayor libertad posible. Su capacidad se desarrolla mediante el libre funcionamiento; pero disminuye si se los tiene apretados y comprimidos. De ahí los malos efectos de la costumbre tan común, principalmente en las ocupaciones seden-



“TE ALABARÉ; PORQUE
FORMIDABLES, MARAVILLOSAS
SON TUS OBRAS; ESTOY
MARAVILLADO, Y MI ALMA LO
SABE MUY BIEN”.

(Salmo 139:14)

tarias, de encorvarse al trabajar. En esta posición es imposible respirar hondamente. La respiración superficial se vuelve pronto un hábito, y los pulmones pierden la facultad de dilatarse. Se produce un efecto semejante al apretarse el corsé [...]

“Así se recibe una cantidad insuficiente de oxígeno. La sangre se mueve perezosamente. Los productos tóxicos del desgaste, que deberían ser eliminados por la respiración, quedan dentro del cuerpo y corrompen la sangre. No solo los pulmones, sino también el estómago, el hígado y el cerebro quedan afectados. La piel se pone cetrina, la digestión se retarda, se deprime el corazón, se nubla el cerebro, los pensamientos se vuelven confusos, se entenebrece el espíritu, y el organismo entero queda deprimido e inactivo y particularmente expuesto a la enfermedad” (*Consejos sobre el régimen alimenticio*, p. 123- 125).

CONCLUSIÓN

El salmista dice: “Te alabaré; porque formidables, maravillosas son tus obras; estoy maravillado,

y mi alma lo sabe muy bien.” (Sal. 139:14). Habiendo sido creados con tanta complejidad y dedicación, ¿no deberíamos ser más agradecidos para con el Creador e intentar vivir para su gloria, y no para la nuestra? Todo lo que tenemos y lo que somos ¿no debería llamar la atención de las personas hacia las cosas eternas?

Jesús dijo que deberíamos tener en cuenta a los pájaros y a los lirios del campo. Dios los creó bellos y simples. Toda la belleza de la tierra pasa en un día. Por esa razón, Pablo dice que “toda la creación gime a una, y a una está con dolores de parto hasta ahora” (Rom. 8:22). Y también nos escribe: “la creación fue sujeta a vanidad, no por su propia voluntad, sino por causa del que la sujetó en esperanza” (8:20).

Recuérdalo, mujer: “Engañosa es la gracia, y vana la hermosura; la mujer que teme a Jehová, esa será alabada” (Prov. 31:30). 🙏

MOISÉS SIVA



Para los niños



LAS GALLETITAS

robadas



Cierta vez, una muchacha estaba esperando su vuelo en la sala de embarque de un aeropuerto. Como tendría que esperar durante muchas horas, resolvió comprar un libro, para leer un poco. También compró un paquete de galletitas.

Rápidamente buscó y encontró un confortable asiento en un sector reservado del aeropuerto, donde se quedó sentada para descansar y leer. Un hombre se sentó a su lado.

Cuando tomó la primera galletita del paquete, el hombre también tomó una. A ella le extrañó aquella actitud, pero no dijo nada. Únicamente pensó: "Pero ¡qué... es esto! ¡Si yo estuviera más dispuesta, le diría unas cuantas cosas a este hombre!"

Y entonces, por cada galletita que ella tomaba, el hombre también tomaba una. Esta situación hizo que se pusiera cada vez más irritada e indignada. Solamente quedaba una galletita, y pensó: "¿Qué irá a hacer ahora este aprovechador?"

Entonces, con mucha calma, el hombre dividió la galletita por la mitad, dejándole la otra mitad para ella. Aquella actitud fue la gota de agua que colmó el vaso. Ella se levantó, tomó su libro y todas sus cosas, y se dirigió al embarque.

Cuando se sentó en su butaca, en el avión, abrió su bolso para corroborar algunos de sus documentos. Para su sorpresa, vio allí su paquete de galletitas que, sin darse cuenta, ella había guardado!

La muchacha se sintió muy avergonzada, pues la que había estado equivocada era ella! Solamente que, en ese momento, ya no había tiempo para pedir disculpas. Aquel hombre había compartido sus galletitas con ella sin sentirse indignado, mientras que ella se había trastornado por causa de la situación.

¿Será, tal vez, que en nuestra vida, a veces, estamos "comiendo las galletitas de los otros", y no nos estamos dando cuenta? ¿O estaremos nosotros, por algún motivo, dejando de compartir algo bueno con nuestros seres queridos, por puro egoísmo?

Que Dios esté contigo, y que tus relaciones interpersonales estén colmadas de amor y de bondad.



Gratitud por sus bendiciones

"Porque vuestro Padre sabe de qué cosas tenéis necesidad, antes que vosotros le pidáis" (Mat. 6:8).

Transcurría el año 1999. Yo estaba cerca de alcanzar uno de mis mayores sueños: convertirme en una profesional. ¡Dentro de mi corazón, deseaba que los últimos meses del año pasaran volando! Sin embargo, el Señor deseaba probar mi fe refinándome como el oro, de la misma manera que había probado, en el pasado, la fe de Abraham.

En aquel momento de mi vida, la persona que más me importaba era mi madre. Ella era mi amiga, compañera, aquella que me había cuidado durante veintidós años, y en todas las circunstancias de mi vida. Fue en aquel momento que la salud de ella se quebrantó. Mi madre tuvo que ingresar de emergencia en un hospital, y su salud fue empeorando cada día más. Mi

preocupación era tan grande que me olvidé por completo de mis estudios en la universidad y me dediqué a cuidar de ella, día y noche. Comencé a sentirme solita, angustiada, pues no contaba con el apoyo de mi padre. Él siempre se mantuvo distante; nunca estuvo con nosotras en las alegrías, y mucho menos en las tristezas.

Para él, el trabajo siempre fue más importante que la familia...

Yo me había olvidado de que se necesitaba dinero para enfrentar una enfermedad. Pero Dios no: él proveyó de todo a través de amigos y familiares. Mi madre necesitó someterse a una histerectomía, pero también

presentaba un cuadro de anemia crónica y necesitaba de transfusiones de sangre. El Señor también estuvo presente en ese momento, y nos envió los dadores en el momento preciso.

Por otro lado, mis compañeros y profesores de la universidad, preocupados con mi situación, realizaron algunas actividades a fin de ayudarme, y pocos días antes de la cirugía, me entregaron una gran suma de dinero. Sentí que el Señor estaba conmigo y que no se había olvidado de mí. Él conocía mis necesidades antes de que yo se lo pidiera.

El dinero que recibí no había sido enviado por Dios solamente para mi madre; el monto también fue suficiente para ayudar a un joven matrimonio que se encontraba en el hospital para tener a su bebé. Ellos vivían en las afueras de la ciudad, y no tenían recursos financieros. El cuerpo médico trató a aquellas pobres personas con aspereza. Intentaron echarlos, ya que no poseían el dinero suficiente para comprar los medicamentos necesarios. Viendo la situación por la cual atravesaban, compartí con ellos el dinero que el Señor había enviado.

Estuve en el hospital con mi madre durante 21 días; tiempo suficiente para perder el año en la universidad. Sin embargo, todos los profesores y los compañeros colaboraron conmigo y me ayudaron a concluir el curso. Nunca, en toda mi vida, sentí tan fuertemente la misericordia de mi Señor. Él siempre cumple sus promesas.

Aquella pesadilla parecía estar llegando a su fin. Yo estaba lista para llevar a mi madre a casa, pero no sabía que el médico que la había cuidado me estaba esperando, para tener conmigo una seria conversación con respecto a su salud. Fue bien directo: "Busque ayuda en alguna institución. Su madre necesita ser operada, para que le sustituyan una válvula del corazón. De lo contrario, ella no vivirá más de tres años".

Alabado sea Dios porque, desde aquella conversación hasta la actualidad, ya pasaron trece años, y mi madre todavía está conmigo. Sus exámenes médicos no registran ningún problema en el corazón.

¡Qué Dios maravilloso! 🙏

MÓNICA CASTRO DE LÓPEZ, MISIÓN ECUATORIANA DEL SUR.



Instruye, entrega y confía



© Kuttan / Fotolia

Tuve el gran privilegio de nacer en un hogar adventista. ¡Realmente era un hogar ejemplar! Recuerdo, cuando era muy pequeña, haber visto a mi madre orando, durante las madrugadas, a los pies de mi cama. Ella oraba por mí, a fin de que yo siempre amara a Dios y que su Espíritu Santo me guiase en todo, a medida que fuera creciendo. Ella, inclusive, oraba para que Dios me diera un buen esposo.

Celia, mi madre, era una mujer de pocas palabras; sin embargo, tenía una extraordinaria vida de comunión con Dios y de servicio al prójimo.

Mi padre era un hombre por completo dedicado a la iglesia y a la predicación del evangelio. Fue el fundador de algunas iglesias en Cuba; fue un evangelista de corazón. Toda esta base cristiana me llevó a estudiar Teología, y fue ahí que conocí a mi esposo. A partir de entonces, nuestra vida continuó, y puedo decir con seguridad que no sé hacer otra cosa que no sea trabajar en la viña del Señor.

Mi gran alegría proviene de involucrarme, en el distrito, con las damas de la iglesia con el fin de realizar cursos de trabajos manuales, culinarios, costura, etc. En ese ambiente, siempre resulta posible hacer una obra de bien para alguna persona de edad avanzada, olvidada y pobre; también lo es para desarrollar actividades con el Ministerio de la Mujer, en el cual siempre ampliamos nuestro círculo de amistades y siempre encontramos personas interesadas en el estudio de la Biblia. En nuestras reuniones, contamos con la presencia de visitantes,

amigos, vecinos y amigos que acuden con el interés de aprender algo nuevo, y cuando se retiran se llevan otro interés: conocer más de la Palabra de Dios.

En cierta ocasión, en una de nuestras reuniones, estuvo presente la esposa de uno de los dirigentes políticos de nuestra región; deseaba conocer nuestra receta económica de la “Torta de leche caliente”. Por medio de ella, conseguimos permiso para predicar libremente en una campaña para más de quinientas personas. En aquel evento, ella y su esposo recibieron el libro misionero. Estoy segura de que la semilla ha sido sembrada por Dios, y a través de su Santo Espíritu hará que esta germine rápidamente.

Querida amiga, si tú eres madre, implora a Dios por tus hijos; hazlo cada día. Eso es lo que yo hago por el mío. Y así lo hago porque sé que todo lo que soy y lo que realizo actualmente se lo debo a mis padres, que un día confiaron en la promesa que figura en Proverbios 22:6: “Instruye al niño en su camino, y aun cuando fuere viejo no se apartará de él”. A veces, contemplando el testimonio de la vida de otras personas, podríamos pensar que esto no siempre se cumple; sin embargo, instruir a las criaturas en los caminos de Dios abarca toda una vida de consagración y de dedicación por parte de los padres. ¡Solo es instruir, entregar y confiar!

¡Que Dios te bendiga y te use en su obra! 

LILIA RUBIALES DE VÉLEZ, ESPOSA DE PASTOR EN LA MISIÓN ECUATORIANA DEL NORTE, DISTRITO QUITO I, REP. DEL ECUADOR.

Nutrición



Receta económica de torta de leche caliente

Ingredientes:

1 taza de harina de trigo
1 pizca de sal
1 cucharada (de té) de levadura
½ taza de leche caliente
4 cucharadas (soperas) de margarina
2 cucharadas (soperas) de jugo de limón
3 huevos
¾ de taza de azúcar
10 gotas de esencia de vainilla

Preparación:

Pasar la harina y la levadura por el cedazo tres veces, luego reservarla en una fuente o en un bol. En otra fuente, mezclar la leche caliente con la margarina. Batir las tres claras a punto nieve e irle agregando el azúcar de a poco. Agregarles las tres yemas, y batir todo con batidora por un espacio de alrededor de cuatro minutos.

Luego, agregar la harina a la leche caliente, el jugo de limón y las gotas de vainilla, mezclándolo todo muy lentamente.

Volcar esta mezcla en un molde untado, y cocinar en horno precalentado a 180°, por un espacio de alrededor de 30 minutos. En caso de preferirlo, se puede decorar con cobertura de coco o chocolate.

Masa básica integral para esfirra¹ pastel, pizza o pan integral

Ingredientes:

5 cucharadas (soperas) al ras de azúcar mascabo²
2 cucharadas (soperas) de levadura biológica granulada para pan
1 cucharada (sopera) al ras de harina de trigo
3 tazas de agua tibia
Mezclar estos ingredientes y dejarlos descansar durante 10 minutos.

Agregarle:

1 cucharada (sopera) al ras de sal
1 taza de aceite de oliva
1 taza de germen de trigo
1 taza de salvado de trigo
½ taza de copos de quínoa
½ taza de avena triturada

Preparación:

Agregarle de a poco: 800 gramos de harina de trigo (el punto de la masa estará cuando se suelte de las manos). Amasar hasta que todo esté bien ligado y la masa se despegue de las manos. Dejarla descansar durante 30 minutos. Estirar con el palo de amasar o un cilindro, hasta lograr un grosor fino, o el que se desee usar. Después, cortarla y rellenarla a gusto. Sugerencias de rellenos: ricota sazónada o soja (proteína texturizada de soja) condimentada.

Nota del Traductor:

¹Esfirra o esfilha: torta asada originaria de Siria y Líbano, que también se encuentra en otros países del Medio Oriente.

²Azúcar mascabo: en bruto, sin refinar; por lo tanto, su color es marrón.

Salud, ¡nuestro maravilloso tesoro!

En este momento, vamos a reflexionar un poco sobre aquello que consideramos un gran tesoro en nuestra vida. No es difícil que pensemos que entre nuestras mayores posesiones se encuentran nuestras convicciones religiosas, nuestra familia (padres, hijos, cónyuges, etc.), el trabajo, los amigos, etc.; las respuestas podrían ser variadas. Sin embargo, una de las mejores maneras de descubrir lo que estimamos como más importante en nuestra vida, es el ver cuán dispuestos estamos a dar de nosotros mismos para aquello que estimamos ser más importante, o cuánto cuidamos de aquello que es imprescindible para nosotros.

Quiero proponerte pensar en una cosa, que juzgo que es uno de nuestros mayores tesoros: ¡la salud! No teniéndola, se vuelve difícil, y a veces hasta imposible,

que aprovechemos las otras buenas cosas, como los bienes espirituales y materiales, y también disfrutar de las personas a quienes amamos. Cuando nos enfermamos, todo lo demás tiene que esperar. Entonces, ¿por qué tantas veces descuidamos aquello de lo cual no podemos prescindir?

Desde la década de 1940, con el descubrimiento de los antibióticos, las vacunas y el saneamiento básico (agua potable, cloacas, limpieza urbana, recolección de residuos, etc.), comenzamos a disfrutar de un avance progresivo en el campo de las ciencias médicas, aumentando, de este modo, la posibilidad de sobrevida y la longevidad de las personas. Al mismo tiempo, no obstante, como consecuencia de los cambios en el estilo de vida de la sociedad actual, este avance fue seguido por una mayor incidencia de las enfermedades crónico-degenerativas.

Cerca de un tercio del total de las muertes en los países desarrollados y en vías de desarrollo, como por ejemplo, la Rep. del Brasil, proviene de las enfermedades cardiovasculares. En el Brasil, la mayor causa de muerte, sin embargo, es el ACV (accidente cerebro-vascular). Estos datos son preocupantes, cuando sabemos que la mayor parte de estas muertes podría haber sido evitada por medio del combate intensivo de los factores de riesgo, como los errores en la alimentación y el sedentarismo, entre otros.

Existen innumerables estudios científicos que nos muestran que la alimentación es uno de los factores de mayor importancia tanto para el aumento del riesgo como para la prevención de las enfermedades crónico-degenerativas. Una alimentación rica en grasas saturadas, el exceso de alimentos de origen animal, el sodio (sal), el azúcar, los cereales refinados, los alimentos industrializados, como los enlatados o los procesados, entre otros, son factores de riesgo para el exceso de peso y varias otras enfermedades. Por otro lado, una alimentación equilibrada, compuesta por una variedad de alimentos saludables, rica en fibras vegetales y grasas benignas provenientes, especialmente, de los vegetales, predispone a una mejor salud y a la longevidad. Todo esto suministra todavía mayores beneficios cuando se encuentra asociado con el ejercicio físico y el control del estrés.

Casi todos nosotros sabemos lo que debemos comer, y lo que tenemos que evitar. Tenemos el privilegio, siendo adventistas del séptimo día, de tener a nuestro alrededor, tanto en los escritos bíblicos como en el espíritu de profecía, y a través de otros medios que están a nuestro alcance, informaciones preciosas sobre la manera en que debemos alimentarnos y vivir.

Actualmente, los medios de comunicación seculares han divulgado con frecuencia los beneficios de los alimentos saludables. ¡Las “piedras” están hablando! El gran tema es si estamos o no dispuestos a llevar a la práctica lo que sabemos. El tamaño de la luz que recibimos es igual al de nuestra responsabilidad delante de Dios y del mundo.

Debemos reconocer que también es cierto que el estilo de vida actual no favorece mucho a quienes deseen vivir de la manera más saludable. Cuando vamos a hacer las compras, nos enfrentamos con tantos productos nocivos que se nos hace difícil escoger. Por todos lados se nos bombardea con llamados de atención para que consumamos productos para nada saludables, tales como los “fast-food” y todo tipo de golosinas. Aquellos que desean seguir el ejemplo de Daniel y de sus compañeros en Babilonia, viven a contramano de la vida. Mientras tanto, Dios nos llama para que establezcamos la diferencia, y llevemos seriamente a cabo el mensaje de salud que nos ha sido confiado, tanto como lo hacemos con las otras verdades que profesamos.

“Vivimos en una época de intemperancia. Muchos son los que sacrifican su salud y su vida a fin de agradar sus apetitos [...] Muchos otros, actualmente, sufren debido a la inactividad y a los malos hábitos. [...] Cuando llevamos una conducta que disminuye nuestro vigor mental y físico en la comida, la bebida o en cualquiera de nuestros hábitos, deshonramos a Dios porque le robamos los servicios que reclama de nosotros” (Elena de White, *Signs of the Times*, 6 de enero de 1876). “Si nuestros hábitos físicos no son correctos, nuestras facultades mentales y morales no pueden ser fuertes; porque existe una relación estrecha entre lo físico y lo moral” (Elena de White, *La temperancia*, p. 12). El Señor espera que seamos fieles y celosos con los maravillosos tesoros que nos confió: la vida y la salud. Como así también, que dependamos de él para que vencamos los malos hábitos y el estilo de vida nocivo, los cuales fueron inspirados por el enemigo de nuestras almas. Y asimismo, que tengamos en mente que, cuando decidimos seguir las orientaciones divinas, tendremos igualmente toda la fuerza necesaria para vencer, tal como está escrito: “Todo lo puedo en Cristo que me fortalece”. (Fil. 4:13). Que Dios te inspire y te bendiga al tomar tu decisión. 

GEORGIANA CARVALHO MODRO, NUTRICIONISTA
CLÍNICA CON ESPECIALIZACIÓN EN NUTRICIÓN
CLÍNICA, FUNCIONAL Y DE FITOTERAPIA.

Señor, ¿con que ropa voy?



© Julien Elchinger / Fotolia

¿Has pasado por la experiencia de necesitar arreglarte para salir, mirar las “mil y una” piezas en tu guardarropa, probarte varias de ellas y encontrarte todavía con una inmensa duda: ¿Qué ropa me pongo para ir?

Solamente una mujer conoce cómo es ese sentimiento de duda acerca de cuál es la mejor vestimenta, aquella que tenga el estilo apropiado para esa determinada ocasión. La mayoría de los hombres no comprenden la relación que existe entre las mujeres y las ropas, los zapatos y los accesorios. El hecho es que todo esto resulta muy significativo para nosotras, las mujeres. Es una extensión de nuestro ser; una raíz de nuestra personalidad.

Sin embargo, algunas de estas cuestiones necesitan ser analizadas, consideradas y, quién sabe, redireccionadas, en esta temática tan atrayente para el sexo femenino. Por ejemplo: ¿Cuál es el mensaje que mi ropa está enviando? ¿Qué tipo de sentimientos despiertan mis trajes en los demás? ¿Qué pensarán los otros con respecto a las personas que utilizan ropas como las que componen mi guardarropa? Y, las preguntas más importantes de todas: ¿Qué es lo que Dios piensa con respecto a mis vestiduras? ¿Cómo desea él que yo me vista?

¿Te has detenido a considerar que a Dios también le

importa el tipo de ropa que tú usas? ¡Sí! Este Dios que cuida de cada una de nosotras de manera individual, que hasta cuenta las hebras de los cabellos que existen en nuestras cabezas, tiene un interés muy particular en nuestra imagen. Esto se da por motivos muy especiales, los cuales, juntas, iremos descubriendo en este artículo. Conocer los propósitos de Dios para la vestimenta de la mujer, lo que él idealizó para nosotras, y el saber cada día cuál es la ropa que a él le gustaría que usáramos en nuestras actividades, debería ser el imperativo para toda mujer de Dios.

REVESTIDAS DE LA PRESENCIA DE DIOS: Satanás siempre intentó cambiar todo aquello que Dios hizo y determinó para sus hijos. De este modo, el enemigo ha intentado engañarnos, cambiar nuestro objetivo de brillar por Jesús, e intenta seducirnos con los brillos de este mundo. Utilizada por Dios, Elena de White realizó una solemne advertencia a las mujeres cristianas: “Se me ha mostrado que la causa principal de vuestra apostasía es vuestro amor por el vestido”. Esta frase está orientada para nosotras, mujeres. ¿Has considerado lo que esto significa? ¡El motivo que nos puede alejar más de Dios es el amor que podemos alimentar por nuestra apariencia exterior!

Y continué leyendo, y encontré una advertencia más, la cual me dejó igualmente asustada. “La obediencia a las modas está invadiendo nuestras iglesias adventistas, y está haciendo más que cualquier otro poder para separar de Dios a nuestro pueblo”. (Elena de White, *Joyas de los testimonios*, t. 1, p. 600).

¿Qué poder existe en este tópico que ha sido un instrumento tan fuerte para separarnos de Dios? Fue entonces que me encontré con un texto que me impactó y me abrió el entendimiento para poder comprender por qué este asunto nos atrae, incomoda e influencia tanto: “Satanás se halla detrás de todo, ideando modas que lleven a la extravagancia en el gasto de dinero. Al confeccionar las modas del día, él tiene un propósito definido. Sabe que el tiempo y el dinero dedicados a satisfacer las demandas de la moda no serán usados para un propósito más elevado y más santo. Se derrocha un tiempo precioso en seguir las modas, que siempre cambian y nunca satisfacen. Tan pronto como se introduce un estilo, se idean otros nuevos; y luego, a fin de que los que desean estar a la moda la sigan, el vestido es remodelado. En esta forma, los que llevan el nombre de cristianos tienen corazones divididos, y malgastan su tiempo dándole al mundo casi todas sus energías”. (Elena de White, *Mensajes selectos*, t. 3, p. 279).

Nunca me había pasado por la mente que Satanás pudiera ser el gran estilista diseñador de las modas que se nos van presentando. Nunca había imaginado que de su propia mente pecaminosa y enemiga de Dios surgieran los modelos que se nos van mostrando y a los cuales, muchas veces, nosotras adherimos.

Encontré, también, otra cita que confirma la actuación de nuestro gran enemigo en la elaboración de las vestimentas de la moda: “Satanás, el instigador y principal promotor en los siempre cambiantes y nunca satisfactorios dictados de la moda, está siempre ocupado inventando algo nuevo que pueda provocar un daño a la salud física y moral; y triunfa cuando sus inventos tienen tanto éxito”. (Elena de White, *Conducción del niño*, p.406).

Estamos en una guerra espiritual, y nuestro enemigo no ha estado durmiendo. Hoy estamos viviendo en lo que he denominado “generación del nada que ver”. Observa cómo este pensamiento tan recurrente invade nuestra mente y nuestro vocabulario:

¿Novelas? Nada que ver, esto no me influenciará.

¿Juegos de video? Nada que ver. ¿Qué mal puede hacerles a mis hijos? Solamente tengo que filtrarles lo que ellos van a jugar.

¿Alimentación, reforma saludable? Nada que ver.

Todo el mundo come de todo esto; además, esto es una cuestión personal.

¿Cultos de miércoles por la noche? Nada que ver. Dios mandó que guardáramos el sábado, y entonces no necesito ir otros días a la iglesia.

¿Renunciar a las cosas por amor a Dios? Nada que ver. Lo que importa es mi corazón.

¿Hacer obras? Nada que ver. La gracia de Cristo basta, y no necesito hacer nada, pues él ya lo hizo todo y entonces yo puedo “vivir la vida”.

Este pensamiento se ha profundizado en nuestra mente, y puede ocurrir que sea el que nos esté guiando. Es por eso que algunas piensan que, igualmente, los asuntos de la vestimenta, las joyas y los adornos no tienen “nada que ver”. Mientras tanto, la revelación nos muestra que Dios no lo ve de esta manera.

Las advertencias divinas nos instruyen sobre la importancia de este tema de la modestia cristiana: “Asimismo, que las mujeres se atavíen de ropa decorosa, con pudor y modestia; no con peinado ostentoso, ni oro, ni perlas ni vestidos costosos, sino con buenas obras, como corresponde a mujeres que profesan piedad” (1 Tim. 2:9, 10). Por lo tanto, necesitamos investigar todo lo que Dios dejó revelado para nosotras, pues este tema es la principal causa de apostasía, de acuerdo con lo que vimos anteriormente.

Otro aspecto relevante es que, además de cristianas, siervas del Altísimo y herederas de las mansiones celestiales, todavía tenemos el privilegio de haber sido llamadas por Dios para liderar a su pueblo, en estos últimos días que anteceden al retorno de Jesús. De esta manera nos cabe, como esposas de pastores, liderar también el estilo de vestimenta y de la apariencia personal de este pueblo que verá a Jesús regresando en las nubes de los cielos. Conseguiremos influenciar a nuestras hermanas en este aspecto, si decidiéramos que nosotras y nuestra casa seremos testimonios vivos en las manos de Dios, a fin de mostrar a la iglesia y al mundo cómo es que se visiten sus seguidoras. Si realmente buscamos la orientación en Dios acerca de qué tipo de ropa desea que usemos, ciertamente seremos poderosos instrumentos para conducir un gran movimiento de reavivamiento y de reforma en este tema tan necesario: la modestia cristiana. 

WÉLIDA DANCINI SILVA ES CONSULTORA, ESCRITORA, CONFERENCISTA Y MAGÍSTER EN PSICOLOGÍA ORGANIZACIONAL. SE ESPECIALIZÓ EN PSICOPEDAGOGÍA CLÍNICO-INSTITUCIONAL, OBTUVO UN MBA EN GESTIÓN DE PERSONAS Y SE GRADUÓ EN LETRAS.

La jornada de la
esposa del pastor

La palabra “jornada”, de acuerdo con el diccionario, significa: “Período en el cual el empleado está a disposición del empleador; camino que se anda en un día; administración del tiempo”. Observa el siguiente texto:

EL HOMBRE Y LA PIEDRA

Cierta vez, un hombre encontró una enorme piedra en su camino, y se quedó pensando en cómo podría pasarla. Entonces, resolvió comenzar a quebrarla y, después de un largo lapso del día, no alcanzó su objetivo –que era ver el tamaño de la piedra reducido lo suficiente como para poder seguir su camino-. Entonces, decidió desistir y volvió, exhausto, a su casa.

La piedra permaneció allí. Al otro día, otro hombre encontró la piedra en el mismo camino y también, como necesitaba continuar su recorrido, hizo una evaluación y resolvió cortar la piedra. Luego de que transcurrieran algunas horas de trabajo, durante una parada para descansar, pensó: “Me voy a mi casa y mañana continuo, pues hoy ya no tengo más fuerzas, creatividad ni motivación. Y fue así, diariamente, hasta que él consiguió abrir una brecha en la piedra y pasar. Después de ese día, él pensó: “Vale más un poco por día con buenos resultados, que un día completo sin ninguno” (Natanael del Lago).

¿Vamos a analizar esta historia? ¿Qué podemos extraer del texto antecedente?

- Que nuestros caminos se encuentran siempre llenos de desafíos, y que no debemos desanimarnos. ¡Busquemos la fuerza!

- No debemos desistir, y perseveremos siempre.

- En la constante búsqueda por alcanzar un ideal o un objetivo, ¡busquemos una orientación!

- Existe un tiempo que deber ser controlado y administrado debajo del cielo.

- No hay “piedra” en tu camino que tú no puedas aprovechar para tu propio crecimiento.

En una sociedad compleja, consumista e inmediatista, necesitamos establecer algunas prioridades y proyectos bien definidos, a fin de vivir de acuerdo con la voluntad de nuestro Creador. Las propuestas que el mundo nos ha estado ofreciendo desvirtúan nuestro tiempo, nuestra visión, nuestra comunión con Dios, y consecuentemente, reflejan fallas en nuestro comportamiento, acciones y decisiones.

¡Cuántas mujeres han expresado en voz alta que les gustaría que el tiempo se detuviera, a fin de que pudieran hacer todo lo que tienen para realizar! La sensación es de angustia porque, al final de cuentas, los compromisos y las exigencias son demasiados. Como consecuencia de eso, las emociones se licúan a gran velocidad, desbordando la copa de la ansiedad, de la

falta de descanso, de la voluntad de gritar fuerte, de la irritabilidad, la impaciencia, la baja autoestima, la falta de tiempo para Dios, la falta de tiempo para brindarlo al prójimo y para sí misma. ¿Acaso te has identificado con algunas de estas características? Vamos a ver qué dice la Palabra de Dios en el Salmo 25:4 y 5: “Muéstrame, oh Jehová, tus caminos; enséñame tus sendas. Encamíname en tu verdad, y enséñame, porque tú eres el Dios de mi salvación; en ti he esperado todo el día”. Esta debe ser nuestra oración todos los días, a fin de que Dios nos presente su voluntad en nuestras vidas, guiándonos en los mejores caminos y dándonos fuerzas para enfrentar los desafíos.

La esposa de pastor tiene un llamado especial y, de acuerdo con sus dones, debe ejercerlos de manera fiel, dedicada y eficiente. La esposa del pastor no es una “súper mujer”, escogida por sus más variados dones, sino por aquel (o aquellos) con el cual (con los cuales) Dios la ha dotado.

La esposa de pastor tiene derecho a realizarse personalmente. Algunas se sienten realizadas como madres y esposas, haciendo uso de su opción de vida; otras buscan su realización en los estudios y en el trabajo, en diferentes profesiones.

Como mujer y esposa de pastor, tiene el deber de priorizar su hogar. El cuidado para con los hijos y el esposo debe ser, en los aspectos generales, fundamentado en las enseñanzas de Dios, y ser una referencia para la vida de otros, y satisfacción y felicidad para toda la familia.

Como esposa de pastor, ella necesita de equilibrio. Para ser mujer, esposa, madre, profesional y miembro de la iglesia, ella necesita diariamente de la presencia de Dios en su vida. La sabiduría dada por Dios la conducirá a un equilibrio, que va a armonizar el amor y la dedicación en todas las cosas que ella realice.

Todo esto forma parte de una conquista diaria, con disciplina y administración de los deseos, las aspiraciones y las tendencias. Muchas veces, nos sentimos en la condición de Marta, como activista; u otras, en la condición de María, ¡considerada “desconectada” de las necesidades que existen a su alrededor! Es difícil, para las personas, entender lo que es estar a los pies de Jesús, para buscar orientaciones importantes y toda la fuerza necesaria; cosas estas que no podrán serles arrebatadas.

La esposa de pastor debe poseer alguna de las características de Marta, como la hospitalidad, pero no solamente las características del activismo. No podemos dejar de lado las acciones del amor. Cultivemos las características de María, que escogió la buena parte, “la cual no le será quitada”. 

Nuestra mayor *batalla*

“Yo soy la vid, vosotros los pámpanos; el que permanece en mí, y yo en él, éste lleva mucho fruto; porque separados de mí nada podéis hacer” (Juan 15:5).

En la vida, como cristianos, estamos siempre tentados a depender de nosotros mismos; somos egocéntricos, olvidando lo fundamental, lo más importante: depender de Dios.

Es la mayor batalla de todos nosotros buscar una verdadera comunión, vencernos a nosotros mismos a fin de depender completamente, totalmente y vitalmente de Dios, así como la rama depende de la vid. Pablo sabía bien de esto cuando, divinamente inspirado, escribió: “sino que golpeo mi cuerpo, y lo pongo en servidumbre, no sea que habiendo sido heraldo para otros, yo mismo venga a ser eliminado” (1 Cor. 9:27).

Colaborando con este pensamiento, la Sra. de White, también divinamente inspirada, declaró: “La guerra contra nosotros mismos es la batalla más grande que jamás hayamos tenido. El rendirse a sí mismo, entregando todo a la voluntad de Dios, requiere una lucha; mas, para que el alma sea renovada en santidad, debe someterse antes a Dios” (*El camino a Cristo*, p. 42).

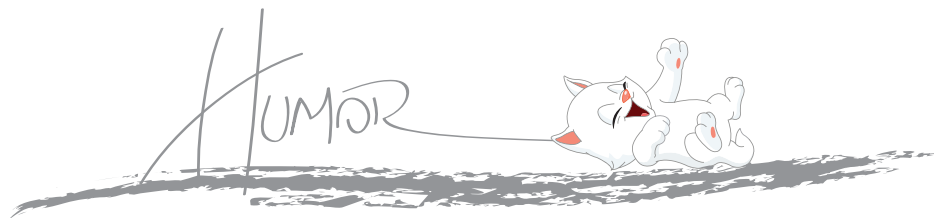
¿Cómo hacer para vencer al propio yo, las luchas más íntimas que solo usted y Dios conocen? Los textos ya citados lo dejan en claro: rendirse totalmente a Dios; no una sumisión ciega, sino voluntaria, amorosa y racional, reconociendo quién

es Dios y lo que él puede hacer en nuestra vida.

“¿Crees que es un sacrificio demasiado grande dar todo a Cristo? Hazte a ti mismo la pregunta: ‘¿Qué ha dado Cristo por mí?’ El Hijo de Dios dio todo por nuestra redención: la vida, el amor y los sufrimientos. ¿Y es posible que nosotros, seres indignos de tan grande amor, rehusemos entregarle nuestro corazón? Cada momento de nuestra vida hemos sido participantes de las bendiciones de su gracia, y por esta misma razón no podemos comprender plenamente las profundidades de la ignorancia y la miseria de las que hemos sido salvados. ¿Es posible que veamos a aquel a quien traspasaron nuestros pecados y continuemos, sin embargo, menospreciando todo su amor y su sacrificio? Viendo la humillación infinita del Señor de gloria, ¿murmuraremos porque no podemos entrar en la vida sino a costa de conflictos y humillación propia?” (*El camino a Cristo*, pp. 44, 45).

Vencer el propio yo y depender totalmente de Dios es el mayor desafío de todos nosotros. Mas, la palabra de Dios declara: “Todo lo puedo en Cristo que me fortalece” (Fil. 4:13). 🏠

FRANCISCA ROSINEIDE RIBEIRO ES ESPOSA DEL PASTOR FRANCISCO JONAS RIBEIRO. SIRVE A LA IGLESIA EN EL DISTRITO VALE DO JAGUARIBE - CE.



¡DIENTES APRESADOS!

Cierto día, durante el desayuno, el sobrino, de tres añitos, preguntó a su tío qué era “aquellos” que tenía en los dientes. El tío, que usaba aparatos, le respondió que la policía había apresado sus dientes, a fin de que él no comiera chocolate.

A la noche, cuando el sobrino paseaba con su tío por la ciudad, apareció un automóvil de la policía. Entonces, el sobrino le preguntó si había sido “aquella policía” la que había atrapado sus dientes. La respuesta del tío fue afirmativa. Indignado, el niño dijo: “Voy a pedirles a ellos que suelten tus dientes, ¡porque la policía fue hecha para apresar ladrones, y no a los dientes de los otros!”

Ilustración: Carlos Sembelli



ABUELITA “AVENTURERA”

El pastor estaba predicando sobre los pecados públicos y los ocultos, y relató lo siguiente:

“Mi abuelita fue una mujer muy mala. Tuvo varios amoríos. ¡Ella era una aventurera!”

A la salida del culto, uno de los niños de la iglesia, que pertenecía al Club de Aventureros, saludó al pastor y le dijo:

“¿Por qué no invita a su abuela aventurera a formar parte de nuestro club?”



EVANGELISMO INTEGRADO 2013

- 1 Capacitación vía satélite para Semana Santa, 23 de febrero**
Participe de esta capacitación para pastores, líderes de iglesia y líderes de Grupos pequeños para el evangelismo de Semana Santa, a través de la TV Nuevo Tiempo- Canal Ejecutivo. [17:00h, horario Brasil].
- 2 Días de Oración, Horas de Ayuno y Oración, 28 de febrero a 9 de marzo**
Búsqueda del Espíritu Santo. Reavivamiento y Reforma. Diez días de oración y 10 horas de ayuno y oración.
- 3 Amigos de Esperanza, 23 de marzo**
Cada miembro lleva un amigo de esperanza a un programa especial en la iglesia, y después lo invita a comer a su casa.
- 4 Semana Santa, 24 a 31 de marzo**
Cada miembro lleva un amigo de esperanza a un programa especial en la iglesia, y después lo invita a comer a su casa.
- 5 Impacto Esperanza, 20 de abril**
Distribución del libro *La Gran Esperanza* o DVD *La Última Esperanza*.
- 6 Evangelismo Web, 20 a 23 de agosto, www.esperanzaweb.com.**
- 7 Evangelismo vía satélite, 23 a 30 de noviembre**
Orador: Pr. Luis Gonçalves. El evangelismo se llevará a cabo en los hogares y Grupos Pequeños. Trasmisión TV Nuevo Tiempo, Canal Ejecutivo, www.esperanzaweb.com.

**LA GRAN
ESPERANZA**
www.esperanzaweb.com