

El culto de la puesta del sol es un momento especial que marca el comienzo del sábado, el día sagrado de descanso y renovación espiritual. Realizar este culto, ya sea individualmente o en familia, es una valiosa oportunidad para fortalecer los vínculos familiares y la fe. En esta ocasión, todos podrán compartir sus experiencias de la semana, orar juntos y cantar alabanzas, promoviendo la armonía y el entendimiento mutuo. Este momento prepara la mente y el corazón para el sábado, ayudándonos a dejar de lado las preocupaciones cotidianas y buscar la comunión con Dios, entrando al día santo con un espíritu renovado y una disposición más tranquila.



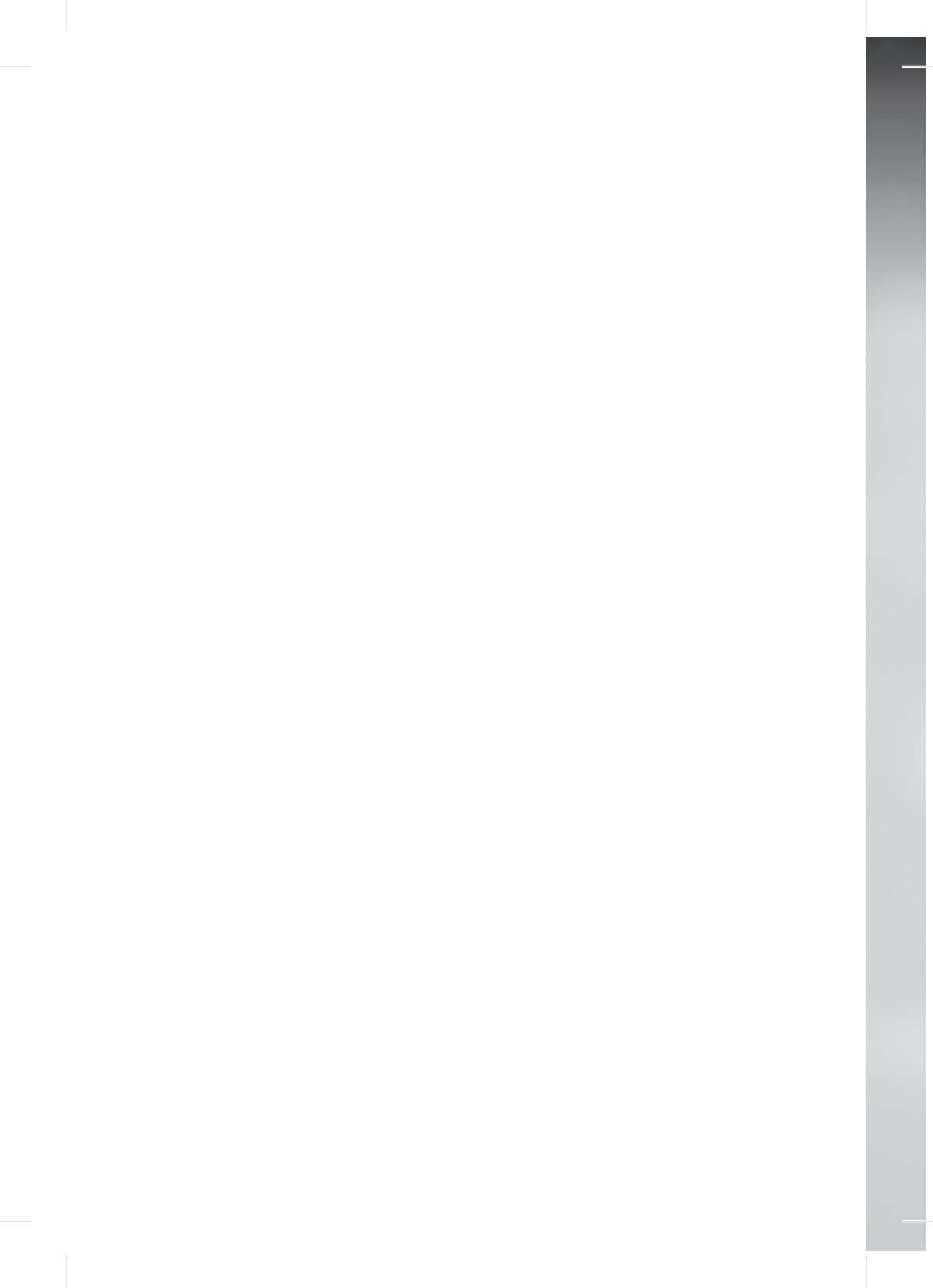
editorialaces.com



Enteramente **FIEL**










Meditaciones para la puesta del sol
2025





EMBAJADORES DEL REINO

mi pacto solemne

- SEPARAR los primeros momentos de cada día para estar en comunión con el Señor mediante la oración, y el estudio de la Biblia, del Espíritu de Profecía y de la lección de Escuela Sabática. 
- ELEGIR dos momentos al día para la oración, el culto personal y/o el culto familiar.
- Mañana: _____ hs - Noche: _____ hs 
- CREAR un hábito saludable para servir de mejor manera al Señor a través de mi cuerpo y mi mente.
- Mi nuevo hábito: _____ 
- USAR mis dones para compartir las buenas nuevas de salvación con otras personas. 
- GUARDAR el sábado, preparándome debidamente el viernes, respetando sus límites y manteniendo pensamientos y actividades apropiados. 
- DEVOLVER fielmente 10 % de todos mis ingresos como diezmo al Señor. 
- DEDICAR un porcentaje regular de mis ingresos (_____ %) como una ofrenda al Señor. 

Nombre: _____

Fecha: _____

División Sudamericana
Ministerio de Mayordomía Cristiana

Enteramente FIEL

A group of approximately ten black silhouettes of birds in flight, scattered across the bottom of the word 'FIEL'.

Cómo vivir de acuerdo con la voluntad divina

Meditaciones para la puesta del sol

Cesar Vasconcellos
Paulo Fernando



Asociación
Casa Editora
Sudamericana

Gral. José de San Martín 4555, B1604CDG
Florida Oeste, Buenos Aires, Rep. Argentina.

Enteramente fiel
Cómo vivir de acuerdo con la voluntad divina
Cesar Vasconcellos, Paulo Fernando

Título original: *Inteiramente Fiel: Como viver de acordo com a vontade divina*

Dirección: Eric E. Richter
Traducción: Rocío Macena
Diseño del interior: Agustina Torreblanca

Libro de edición argentina
IMPRESO EN LA ARGENTINA - Printed in Argentina

Primera edición
MMXXIV -16,456M

Es propiedad. © 2024, Ministerio de Mayordomía cristiana de la División Sudamericana de la Iglesia Adventista del séptimo día. © 2024, Asociación Casa Editora Sudamericana.

Queda hecho el depósito que marca la ley 11.723.

ISBN 978-631-305-114-4

Fernando, Paulo
Enteramente fiel: Cómo vivir de acuerdo con la voluntad divina / Paulo
Fernando; Cesar Vasconcellos / Director Eric E. Richter. - 1ª ed. - Florida:
Asociación Casa Editora Sudamericana, 2024.
56 p. : 19 x 13 cm.

Traducción de: Rocío Macena.
ISBN 978-631-305-114-4

I. Devocionario. I. Vasconcellos, Cesar II. Richter, Eric E., dir. III.
Macena, Rocío, trad. IV. Título.
CDD 300

Se terminó de imprimir el 15 de noviembre de 2024 en talleres propios (Gral. José de San Martín 4555, B1604CDG Florida Oeste, Buenos Aires).

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

-115387-

Todas las citas bíblicas cuya referencia no tenga aclaración han sido extraídas de la versión **Nueva traducción viviente (NTV)**. © Tyndale House Foundation, 2010. Usado con permiso de Tyndale House Publishers, Inc., Carol Stream, IL 60188, Estados Unidos de América. Todos los derechos reservados. Además, en esta obra se citan las siguientes versiones de la Biblia: — **Reina-Valera 1960® (RVR 1960)**. © Sociedades Bíblicas en América Latina, 1960. Derechos renovados, 1988. Sociedades Bíblicas Unidas. — **Nueva versión internacional (NVI)**. © Sociedad Bíblica Internacional, 1999. — **Dios habla hoy® (DHH)**, 3ª ed. © Sociedades Bíblicas Unidas, 1966, 1970, 1979, 1983, 1996. — **Nueva Reina-Valera 2000 Actualizada (NRV-2000)**. © Sociedad Bíblica Emanuel, 2020. biblia.editorialaces.com.

Presentación

“Después de que murieron todos los de esa generación, creció otra que no conocía al Señor ni recordaba las cosas poderosas que él había hecho por Israel” (Jueces 2:10).

Este versículo retrata un período crítico en la historia de Israel. Luego de la muerte de Josué surge una generación que no conocía al Señor ni las obras que él había realizado por Israel. Este pasaje bíblico ilustra la rápida transición de una generación fiel a otra que se desvió de los caminos del Señor. Debemos transmitirles a las nuevas generaciones los principios y las prácticas bíblicos que dirigen nuestra fe.

Uno de esos principios es la observancia del sábado, que debe guardarse desde la puesta de sol del viernes hasta la puesta de sol del sábado. A pesar de la agitada semana de trabajo, estudio y otros quehaceres, el culto de la puesta de sol debe ser un refugio para el hogar. Durante esos momentos de adoración, debemos fijar en la memoria familiar los himnos que exaltan a Dios, la gratitud por la semana y el estudio de la Biblia. Estos momentos no son solo recuerdos, sino uno de los pilares de la fe que debemos transmitir a las nuevas generaciones. Lamentablemente, a veces hemos sido negligentes en la observancia del sábado.

Hay algunas orientaciones que pueden ayudar a que el sábado sea un día más agradable:

1. Organízate durante la semana para recibir el sábado.
2. Siempre ten en mente el horario de comienzo y finalización del día del Señor.
3. Comienza y termina el sábado con adoración y alabanza.
4. Durante las horas sagradas, participa en actividades que te acerquen a Dios.

Las reflexiones para las puestas de sol de este año nos presentarán textos inspiradores sobre nuestro compromiso de fidelidad en todos los aspectos de la vida. Los textos fueron escritos por dos amigos, el pastor Paulo Fernando, quien escribe hace varios años una reflexión diaria ampliamente difundida en redes sociales, y el Dr. Cesar Vasconcellos, médico psiquiatra y psicoterapeuta, que escribió las meditaciones del último sábado de cada mes.

El año 2025 será importante para la difusión del mensaje de salud en todo el territorio de la División Sudamericana. El libro misionero, los *10 días de oración* y el material de los equipos distritales de Mayordomía (en algunas regiones) tratarán sobre los principios de la salud. Por este motivo, las *Meditaciones para la puesta del sol* también presentarán un tema sobre la salud cada mes.

Que Dios te conceda un nuevo año bendecido y que cada semana tengas un feliz sábado.

Accede al código QR y descubre diversos recursos relacionados con las meditaciones para la puesta de sol.



Josanan Alves
Líder de Mayordomía Cristiana – DSA





Verdaderos adoradores

“Pero se acerca la hora, y ha llegado ya, en que los verdaderos adoradores rendirán culto al Padre en espíritu y en verdad, porque así quiere el Padre que sean los que le adoren” (Juan 4:23, NVI).

El diálogo no sonaba prometedor. De un lado, había una mujer de dudosa reputación, que coleccionaba relaciones fallidas y cargaba prejuicios religiosos; una mujer que construía más muros que puentes. Del otro lado, estaba Jesús, la Fuente de la felicidad eterna. En un momento de esa conversación, la adoración se hizo el tema central y, en las palabras que anteceden al versículo mencionado al principio, Jesús dejó claro que su Padre busca “verdaderos adoradores”.

¿Quiénes son los verdaderos adoradores? ¿De qué modo aquella mujer llegó a ser uno de ellos?

1. Así como la mujer samaritana, los verdaderos adoradores son personas comunes en las manos de un Dios extraordinario.
2. Cuando los verdaderos adoradores encuentran a Cristo, ya no transitan el camino de la mediocridad. Pierden de vista el cántaro o los problemas ante la Perla de gran precio.
3. Los verdaderos adoradores son movidos por una gratitud que ningún poder en la Tierra puede detener. Su agenda ya no es un pozo, sino una Fuente.
4. Los verdaderos adoradores no viven en busca de aplausos. En realidad, trabajan para ser olvidados: lo que importa es que su ciudad, sus compañeros de trabajo o de Facultad conozcan lo que ellos conocieron: la persona maravillosa de Jesús.

Elena de White escribió: “Esta mujer representa la obra de una fe práctica en Cristo. Cada verdadero discípulo nace en el reino de Dios como misionero. Apenas llega a conocer al Salvador, desea hacerlo conocer a otros. La verdad salvadora y santificadora no puede quedar encerrada en su corazón. El que bebe del Agua viva llega a ser una fuente de vida. El que recibe se transforma en un dador” (*El ministerio de curación*, p. 70).

Hoy recibimos el primer sábado del año. Este es un buen momento para decidir adorar a nuestro Dios en todas las áreas de la vida. A la vuelta de la tapa de esta meditación, encontrarás un material que presenta varios aspectos de este compromiso de fidelidad. De manera individual, o junto a tu familia, renueva tu compromiso de fidelidad y pídele a Dios que te conceda vivir todos los días como un verdadero adorador.



¡Sé coherente!

“Por lo tanto, practiquen y obedezcan todo lo que les digan, pero no sigan su ejemplo. Pues ellos no hacen lo que enseñan” (Mateo 23:3).

El dicho popular “haz lo que yo digo, pero no lo que yo hago” ilustra la realidad de muchas personas que encantan a los demás con sus palabras, pero los decepcionan con sus actitudes. Esta hipocresía es aún más grave que fallar en ambos aspectos, ya que revela una falsa piedad. Además, hay quienes mantienen una apariencia de perfección delante del Señor, pero pecan con la incoherencia de un corazón corrupto. Estas posturas son extremadamente perjudiciales, tanto para el carácter como para la predicación del evangelio.

Cierta vez, un misionero se encontró con Mahatma Gandhi en la India y le preguntó: “Señor Gandhi, usted siempre cita las palabras de Cristo, pero ¿por qué se resiste con tanta dureza a ser su seguidor?” Gandhi respondió: “¡Oh! Yo no rechazo a tu Cristo. Amo a ese Cristo. Solo creo que muchos de ustedes, los cristianos, son bastante diferentes de Cristo”.

Nuestra vida ¿ha sido un trampolín a la credulidad o a la incredulidad? Vivimos en un océano de palabras y un desierto de vivencias. Esta reflexión no busca el fin de los discursos, sino el fin del vacío que los acompaña. Ten cuidado con la hipocresía; esta siempre recibirá la dura oposición de Cristo. No separes tus palabras de tus obras; eso siempre termina en separación de Cristo.

Recuerda hoy que, cuando las palabras salen de nuestros labios, solo se las tomará en serio cuando haya armonía entre lo que decimos y lo que vivimos. Cuando el discurso y la práctica se contradicen, obstruimos el camino de los interesados en el evangelio y hasta confundimos a los que ya están en el camino de la verdad.

Elena de White escribió: “Únicamente el poder de Dios puede desterrar el egoísmo y la hipocresía. Este cambio es la señal de su obra. Cuando la fe que aceptamos destruye el egoísmo y la simulación, cuando nos induce a buscar la gloria de Dios y no la nuestra, podemos saber que es del debido carácter” (*El Deseado de todas las gentes*, p. 377).

Que en este sábado tus palabras y tus actitudes sean coherentes, en especial con la voluntad de Dios.



¡Expande tu corazón!

“Si alguien te obliga a llevarle la carga una milla, llévasela dos” (Mateo 5:41, NVI).

Ya no vivimos en el mundo de “una milla más”, mucho menos en el de “dos millas más”. Los días actuales son más de “ninguna milla extra”. En nuestra sociedad egocéntrica, es evidente que muchas personas solo piensan en sus propias demandas. Sin embargo, la enseñanza de Cristo aquí no es sobre aprender a ser explotados, sino acerca de expandir el corazón. No tiene que ver con la pasividad frente a cualquier tipo de abuso, sino con servir con generosidad.

Esta dura afirmación de Cristo sin duda habrá causado espanto en la multitud que escuchaba con mucha atención el famoso Sermón del Monte. “A cualquiera que te obligue a llevar carga por una milla, ve con él dos”. ¿Cómo es esto? En esa época, los judíos odiaban ese derecho de los soldados romanos, quienes podían abordar a cualquier ciudadano en la calle y obligarlo a cargar sus pertenencias por una milla. Cuando Jesús dijo “ve con él dos”, eso parecía un llamado al masoquismo. Lo que la audiencia de Cristo deseaba era la liberación del yugo romano, no la opresión.

Sin embargo, en lugar de rebelarse, esos corazones necesitaban expandirse más allá de lo esperado. “Hacer una segunda milla” se refiere principalmente a nuestra disposición para amar y servir a quienes no lo merecen.

¿Qué segundas millas debemos hacer?

- La del perdón (o los días se harán insoportables).
- La de la misericordia, pues nuestras fallas siempre son muchas.
- La de la generosidad, pues muchos serán bendecidos por ella.
- La del amor al prójimo, pues eso nos identifica como cristianos.
- La del amor a nosotros mismos, porque servir a los demás no significa menospreciar nuestro valor.

No olvides que nunca harás las millas suficientes por tu prójimo al punto de igualar lo que Cristo hizo por ti. Él podría haber dejado de trabajar por nosotros hace ya mucho tiempo, ¡pero no desiste!

Elena de White escribió: “Jesús mira con tristeza los rostros vueltos hacia él. Nota el espíritu de venganza que ha dejado su impresión maligna sobre ellos, y reconoce con cuánta amargura el pueblo ansía el poder para aplastar a sus opresores. Tristemente, les aconseja: ‘No resistáis al que es malo; antes, a cualquiera que te hiera en tu mejilla derecha, vuélvele también la otra’ (Mateo 5:39)” (*El discurso maestro de Jesucristo*, p. 67).

Durante las horas de este sábado, al hacer una milla extra por alguien, recuerda que Cristo dejó el Cielo para llevar tus cargas.



Victorias peligrosas

“¿Y qué beneficio obtienes si ganas el mundo entero pero pierdes tu propia alma? ¿Hay algo que valga más que tu alma?” (Mateo 16:26).

Muchos acumulan más de lo que cabe en sus manos, solo para perderse con las manos llenas. Ganar y ganar es su filosofía de vida. Pero, detrás de sus supuestas victorias, hay una derrota al final del camino. Dios jamás nos prohibió soñar en grande, pero, a veces, nuestros sueños tienen tanto peso que no queda lugar para Cristo en ellos, y la ausencia de Jesús en cualquier sueño lo convierte en una pesadilla.

A veces, la pala que usamos para acumular es la misma con la que clavamos nuestra propia fosa. En nuestra búsqueda de posiciones, no nos importa dejar atrás a Dios. ¡Qué tragedia! Nunca deberíamos medir nuestras conquistas por los triunfos humanos.

Si miras el ministerio de Pablo y las cosas que él acumuló, ¿dirías que fue victorioso? Permitamos que él mismo lo responda: “Así es, todo lo demás no vale nada cuando se le compara con el infinito valor de conocer a Cristo Jesús, mi Señor. Por amor a él, he desechado todo lo demás y lo considero basura a fin de ganar a Cristo” (Filipenses 3:8).

El versículo de hoy no dice que es un problema ganar. Lo que deja claro es que hay victorias que no siempre valen la pena, que hay podios que terminarán en ruinas. No deberíamos engañarnos con las manos llenas y los corazones vacíos, ni con aplausos que no cubren la decepción de Dios. Hay tronos de arena que celebramos, pero que Dios nunca quiso para nosotros.

Elena de White escribió: “Su más alto deseo no es acumular tesoros en este mundo, sino llamar la atención de los indiferentes y desleales a las realidades eternas. Puede pedirle que se ocupe en empresas que prometan grandes ganancias mundanales, pero ante tales tentaciones responde: ‘¿Qué aprovechará al hombre si granjeare todo el mundo y pierde su alma?’ (Marcos 8:36)” (*Los hechos de los apóstoles*, pp. 301, 302).

Ora hoy para que tus victorias no te cuesten la mayor de todas las derrotas: perder la salvación. No busques subir ni un escalón en la vida, a menos que sea la voluntad de Dios.



Cuida bien tu vida

“No lo digo porque tenga escasez, pues he aprendido a contentarme, cualquiera que sea mi situación” (Filipenses 4:11).

Todos enfrentamos situaciones en la vida que nos desagradan y frustran. Puede ser en la familia, el trabajo o la comunidad religiosa. ¿Qué debemos hacer? ¿Atacar? ¿Negar? ¿Manipular? ¿Fingir que todo está bien? No estamos obligados a disfrutar la realidad, sino solo a aceptarla como es. Aceptar es diferente de estar de acuerdo. Cuando la aceptamos con humildad, podemos encontrar serenidad y evitar la ansiedad, el nerviosismo y el intento de controlar lo incontrolable.

Repite este pensamiento: “Este día es demasiado precioso para mí como para desperdiciarlo en resentimiento con personas y cosas que no voy a poder cambiar. ¡Cada minuto de mi vida es muy valioso! Quiero vivir con mejor calidad emocional. Entonces, voy a cuidarme mejor, comenzando por aceptar que hay cosas que no puedo cambiar”. Eso no es derrotismo, sino realismo, humildad y fuerza. Si desperdicias tu tiempo deseando que las cosas sean diferentes, probablemente ya hayas perdido la serenidad, lo que puede estar causando nerviosismo y ansiedad innecesarios.

Hay cosas a nuestro alrededor que nos incomodan. Puede ser la forma en que alguien te habla, la manera en que una persona actúa en casa o que viola los principios que te gustaría que tuviera. Sin embargo, esto te ayuda a ver tu impotencia: no puedes cambiar a las personas; solo Dios puede. Lo mejor es aprender a abrir el corazón a personas confiables y amables, que no ejercen dominio sobre nuestra vida.

Intenta, entonces, al menos solo por hoy, amarte lo suficiente como para abandonar la lucha contra lo que está fuera de tu control. Al rendirte frente a lo que no puedes cambiar y protegerte de los abusos de otros, puedes alcanzar la victoria, liberarte del sufrimiento innecesario y concentrarte en vivir tu vida plenamente. Este es el plan de Jesús para ti. Él dijo: “Mi propósito es darles una vida plena y abundante” (Juan 10:10).

Que este sábado esté lleno de alegría para tu familia y para ti.





Produce buenos frutos

“Puedes identificarlos por su fruto, es decir, por la manera en que se comportan. ¿Acaso puedes recoger uvas de los espinos o higos de los cardos?” (Mateo 7:16).

El texto no dice “por dar frutos los podrás identificar”, sino “por su fruto”. La cuestión no es simplemente ser fructífero, sino el tipo de fruto que producimos. En realidad, un buen discurso y un buen “maquillaje” pueden engañar a los demás y a nosotros mismos. Pero, como asevera el dicho: “El fruto no cae muy lejos del árbol”; es decir, el fruto exhibe lo que nuestras máscaras intentan esconder.

En general, todo lo que podemos controlar en nuestra vida es la apariencia, lo que queremos mostrar. Sin embargo, cuando aparece el fruto, este revela nuestra verdadera esencia. Los frutos espirituales son fácilmente desmentidos por los frutos carnales de nuestra vida. Eso tiene total sentido en el contexto religioso. Las “hojas” que poseemos pueden incluso presentar un discurso agradable, pero sin los frutos somos una farsa. ¿Será que todo lo que tenemos hoy son solo hojas?

De acuerdo con Jesús, no basta solo con dar frutos, pues de nada sirve dar fruto si lo hacemos para nuestra propia perdición. La prueba de una vida que pertenece genuinamente a Dios no es el reconocimiento que se consigue a lo largo del tiempo, mucho menos el estatus, sino los frutos de una vida en armonía con la voluntad de Dios. Son aquellas personas que no han negociado sus principios ni se han conformado a los estándares del mundo. ¿Eres tú una de ellas?

Elena de White expresó: “No por su nombre, sino por sus frutos, se determina el valor de un árbol. Si el fruto no tiene valor, el nombre no puede salvar al árbol de la destrucción. Juan declaró a los judíos que su situación delante de Dios habría de ser decidida por su carácter y su vida. La profesión era inútil. Si su vida y su carácter no estaban en armonía con la Ley de Dios, no eran su pueblo” (*El Deseado de todas las gentes*, p. 82).

Que en este nuevo sábado puedas experimentar una verdadera transformación del corazón. Solo así producirás frutos coherentes con los principios del Cielo y vivirás para la gloria de Dios. Recuerda las palabras de Jesús: “Yo soy la vid; ustedes son las ramas. Los que permanecen en mí y yo en ellos producirán mucho fruto porque, separados de mí, no pueden hacer nada” (Juan 15:5).



Victoria contra la tentación

“Velen y oren para que no cedan ante la tentación, porque el espíritu está dispuesto, pero el cuerpo es débil” (Mateo 26:41).

Todo ser humano que ha sido abatido en el campo de batalla espiritual primero abandonó la oración. Podríamos imaginar una inscripción común en las lápidas de las personas derrotadas por el Enemigo: “Aquí yace una persona que subestimó el poder de la oración”.

La oración es la fuente de nuestra resistencia espiritual. Aunque no siempre hemos sido constantes en nuestra caminata cristiana, los momentos en que nos mantuvimos firmes o logramos levantarnos fueron aquellos en los que dedicamos tiempo a la oración. La Biblia es clara al afirmar que, espiritualmente, no podemos sobrevivir sin ella. Por eso, el apóstol Pablo escribió: “Nunca dejen de orar” (1 Tesalonicenses 5:17).

Enfrentar los desafíos diarios con solo unos minutos de oración es una presunción, similar a intentar escalar el monte Everest sin el equipo de seguridad adecuado. La oración es la respiración del alma, el secreto para una vida espiritual activa y fervorosa. Por lo tanto, ¡ora más! ¡Ora siempre! No caigas en la tentación de enfrentar las fuerzas de las tinieblas y los desafíos cotidianos sin oración.

Si deseas ser victorioso en la vida espiritual, establece una rutina de oración. Separa momentos a lo largo del día para hablar con Dios y enfoca tus pensamientos en él. No busques al Señor solo en momentos de tentación o dificultad; haz de la oración un estilo de vida y un refugio constante contra los ataques de Satanás. Dile siempre al Señor: “No me dejes caer en tentación”.

Elena de White reveló: “La oración es el medio ordenado por el Cielo para tener éxito en el conflicto con el pecado y desarrollar el carácter cristiano. Las influencias divinas que vienen en respuesta a la oración de fe efectuarán en el alma del suplicante todo lo que pide. Podemos pedir perdón del pecado, el Espíritu Santo, un temperamento semejante al de Cristo, sabiduría y poder para realizar su obra, o cualquier otro don que él ha prometido; y la promesa es: ‘Se te dará’ (Mateo 21:22)” (*Los hechos de los apóstoles*, pp. 465, 466).

Recibe en este sábado la presencia de Jesús en tu corazón.



Fiel a toda prueba

“Mientras lo apedreaban, Esteban oró: ‘Señor Jesús, recibe mi espíritu’. Cayó de rodillas gritando: ‘¡Señor, no los culpes por este pecado!’ Dicho eso, murió” (Hechos 7:59, 60).

En ciertas ocasiones, la fidelidad puede tener un costo elevado. Para Esteban, el precio fue su propia vida. Las personas como él prefieren enfrentar el apedreamiento a hacer una entrega parcial a Dios. Es evidente que no todos seremos llamados a enfrentar consecuencias extremas como Esteban; pero, si eso ocurre, que nuestro único objetivo sea glorificar a Dios.

Los mejores sermones no siempre terminan con aplausos. Un discurso cristocéntrico no cuesta poco; de hecho, cuesta todo. No importa si el precio es el sufrimiento o la propia vida; quien es fiel a Dios busca cumplir la voluntad del Salvador en todo momento, independientemente de las circunstancias.

Escuché una vez que la confianza del mártir es concedida por Dios en el momento de la necesidad. Sin embargo, creo que esa confianza se construye mucho antes, en las decisiones del día a día. Si hoy se nos hace difícil hacer lo mínimo por Dios, ¿qué nos hace pensar que entregaremos nuestra vida por él cuando se nos exija?

Reflexiona un poco sobre algunos aspectos de tu vida: la fidelidad en los diezmos y las ofrendas, la observancia del sábado, el testimonio personal, el cuidado del cuerpo, el uso adecuado de las palabras... ¿Estás siendo fiel a Dios en estos puntos? Esta pregunta es importante, porque, si no estamos dispuestos a vivir por Jesús, es difícil que tengamos el valor para morir por él.

Hoy vivimos en un período de tanta debilidad en el cristianismo que cualquier desafío nos molesta. No debemos añorar el período de los martirios, ni provocar que vuelvan, pero debemos pedirle a Dios que, si nuestra historia cristiana llega a esos momentos, nos dé fuerzas para no rendirnos.

Al comentar sobre el martirio de Esteban, Elena de White escribió: “La escena que lo rodeaba desapareció de su vista; los portales del Cielo se abrieron de par en par y Esteban, al contemplar en su interior, vio la gloria de la corte de Dios y a Cristo, como si acabara de levantarse de su trono, que estaba de pie listo para sostener a su siervo que estaba a punto de sufrir el martirio por su nombre” (*La historia de la redención*, pp. 264, 265).

¿Estarías dispuesto a vivir y morir por tu Salvador?



¿Cómo vivir en un mundo agresivo?

“Jesús le respondió: ‘Si he dicho algo malo, dime en qué ha consistido; y si lo que he dicho está bien, ¿por qué me pegas?’” (Juan 18:23, DHH).

Vivimos en un mundo de competencia, muchas veces maliciosa, agresiva y hasta violenta. Las agresiones verbales perturban, en especial a las personas pasivas, que muchas veces no saben cómo actuar. Por otro lado, las personas asertivas poseen una seguridad autoprotectora que las ayuda en la vida social.

Algunas personas han logrado desarrollar su asertividad como una reacción para protegerse de actitudes equivocadas de sus padres durante la infancia. En contraste, otras personas con un temperamento diferente pueden no haber tenido esa capacidad de defenderse frente a las mismas actitudes parentales.

Cuando un niño intenta defenderse y escucha palabras de los padres como: “¡Cállate! ¡Yo mando aquí!”, la autoridad normal de los padres se transforma en dictadura emocional. Eso destruye en el niño la noción de valor personal y el derecho a defenderse, lo que puede dar lugar a un adulto inseguro o rebelde.

Esta situación es desastrosa para la vida adulta, porque la persona tendrá que enfrentar un mundo agresivo, con individuos dominantes, abusivos y autoritarios. Los niños que no aprendieron a ejercer su derecho de ser individuos plenos, con ideas y pensamientos propios, serán adultos que pagarán un alto precio para sentirse amados. Estos adultos tienden a sacrificar el respeto propio y a menudo cambian el “yo quiero” por “lo que tú quieras”.

Por lo general, las personas pasivas agachan la cabeza y no expresan lo que quieren en realidad. No buscan alcanzar sus objetivos. Si te encuentras con una persona agresiva, recuerda no actuar de esta manera. Muchas veces, lo único que buscan estas personas es provocar, porque les encanta discutir, puesto que esto forma parte de su neurosis. Evita entrar en ese juego.

¿Hasta qué punto vale la pena desgastarse con una persona peleadora? A veces, la persona necesitará escuchar lo que tienes para decir, aunque sea algo fuerte. En ese caso, habla con voz firme, mirándola directamente a los ojos. No debe preocuparte la reacción, sino lo que debes decirle, le guste o no. Estos son pasos importantes para rescatar la identidad que se puede haber perdido en el pasado.





La iglesia soñada por Dios

“Nosotros no podemos dejar de hablar acerca de todo lo que hemos visto y oído”
(Hechos 4:20).

Después de curar a un cojo de nacimiento, en la puerta del Templo, Pedro y Juan fueron encarcelados y, luego, interrogados por el Sanedrín. Aun sabiendo que la cárcel podría llevarlos al martirio, no se acobardaron. Para estos verdaderos testigos de Jesús, la elección entre la apostasía o la muerte no parecía difícil.

Mientras que el Imperio Romano y los líderes judíos intentaban silenciar a la incipiente iglesia, hombres y mujeres se levantaban como luces en medio de las tinieblas. Cuando pienso en eso, no añoro la persecución, pero sí deseo el carácter de los perseguidos. No quiero que vuelva la falta de libertad religiosa, pero sí extraño a las personas que prefirieron el silencio de la muerte a dejar de hablar sobre Cristo. El Coliseo y las estacas eran altares donde ofrecían su vida en sacrificio por Jesús. ¿Estamos dispuestos a hacer lo mismo hoy?

Cuando se trata de predicar el evangelio, el silencio nunca debe ser una opción. Siempre habrá oposición, pero nunca será totalmente eficaz. Debemos recordar que Dios siempre estuvo con su pueblo, incluso durante la más cruel persecución. En vez de sentir la ausencia de las dificultades que enfrentó la iglesia en el pasado, debemos valorar la valentía inquebrantable de los primeros cristianos.

Cuanto más de Cristo haya en nosotros, más luchas aparecerán. Cuanto más influya Jesús en nuestra vida, mayor será la influencia que ejerceremos sobre el mundo. Pero ¿por qué la “espada de la persecución” no se levanta hoy? Sin duda, no es por falta de odio, sino porque nuestra similitud con el mundo es motivo de aplausos y no de persecución. Cuando volvamos a la osadía de buscar la semejanza de Cristo, las “fogatas” volverán a encenderse.

Elena de White escribió: “Si esperamos llevar la corona, debemos esperar llevar la cruz. Nuestras mayores pruebas vendrán de aquellos que profesan la piedad. Así sucedió con el Redentor del mundo, y así acontecerá con sus seguidores. [...] Aquellos que anhelan ganar la corona de vida eterna no necesitan sorprenderse o desanimarse debido a que a cada paso hacia la Canaán celestial encuentren obstáculos y pruebas” (*Nuestra elevada vocación*, p. 363).

¿Estás dispuesto a hablar de Jesús incluso frente a las mayores dificultades?



La iglesia triunfante

“No se permitirá la entrada a ninguna cosa mala ni tampoco a nadie que practique la idolatría y el engaño. Solo podrán entrar los que tengan su nombre escrito en el libro de la vida del Cordero” (Apocalipsis 21:27).

Desde sus inicios, la iglesia cristiana ha enfrentado luchas y perplejidades. Ostenta la condición de militante porque hay una guerra declarada en su contra. Aunque no podemos afirmar que las dificultades estén llegando a su fin, sí podemos asegurar, basados en la Biblia, que un día terminarán para siempre.

Aquí vemos algunas lecciones importantes sobre la iglesia militante:

- La iglesia es inmensa, pero nunca será más grande que el Dios que está con nosotros.
- No estamos solos. Nuestro Redentor está a nuestro lado.
- Nuestro General no es un mero espectador, sino que está junto a sus hijos en el campo de batalla.
- Nunca te rindas. Según las Escrituras, la victoria es de la iglesia.
- El cristianismo no vale la pena recién al final de la historia, porque la presencia constante de Cristo es más preciosa que cualquier regalo.
- Aunque pase por persecución o martirio, nadie le quitará el premio a la iglesia de Cristo.
- Debemos permanecer firmes hasta el fin, porque no hay recompensa para quien se rinde.

Según las Escrituras, aquellos cuyos nombres están escritos en el Libro de la Vida alcanzarán la victoria. Un día cambiaremos nuestras armas por una corona, y el dolor que nos golpeó será eliminado para siempre. Cuando llegemos al Cielo, podremos afirmar con Pablo: “Pues nuestras dificultades actuales son pequeñas y no durarán mucho tiempo. Sin embargo, ¡nos producen una gloria que durará para siempre y que es de mucho más peso que las dificultades!” (2 Corintios 4:17). Delante de la recompensa eterna, todo dolor parecerá pequeño. Por eso, sigue firme, ¡pues el Rey y el Reino valen la pena!

Elena de White escribió: “No necesitamos chasquearnos así, pues el Señor no nos autoriza a sacar la conclusión de que la iglesia es perfecta; y todo nuestro celo no nos permitirá tener éxito en lograr que la iglesia militante sea tan pura como la iglesia triunfante. La obra pronto ha de terminar. Los miembros de la iglesia militante que han demostrado ser fieles integrarán la iglesia triunfante” (*Eventos de los últimos días*, p. 63).

Permanece firme en el Señor. Ya estamos casi en el Hogar.



Lecciones del profeta Hageo

“Esto es lo que dice el Señor de los Ejércitos Celestiales: el pueblo alega: ‘Todavía no ha llegado el momento para reconstruir la casa del Señor’ ” (Hageo 1:2).

El libro del profeta Hageo comienza con una reprensión divina a los judíos en la que los exhorta a reconstruir el Templo del Señor. El pueblo, después de su exilio, había regresado a su tierra natal por decreto del rey Ciro, en 538 a. C. Una lectura superficial puede sugerir que a Dios no le importaban las necesidades habitacionales de su pueblo. Sin embargo, a esa altura, ya todos tenían un lugar físico menos Dios.

Cabe destacar que ellos no se habían olvidado del Señor, sino que simplemente lo pusieron en último lugar. Incluso había aceptación, pero sin entrega. Para Dios, la cuestión iba más allá de no tener una casa física. Esa actitud reflejaba la falta de espacio para él en el corazón del pueblo. Esto revela que no siempre la oposición a Dios viene en forma de una rebeldía descarada; a veces, se manifiesta como una concordancia sin obediencia; la vieja historia del “todavía tenemos tiempo”.

Permítanme dar algunos ejemplos. Muchos se sumergen en la sensualidad y hasta afirman que esta es destructiva, pero creen que “todavía no es el momento” de dejarla. Otros viven en un contexto de apatía espiritual y, aunque conocen el camino de regreso, dicen “todavía no es el momento” de cambiar. Sabemos también que la fidelidad a Dios es esencial para una vida espiritual plena, pero, para muchos, “todavía no es el momento” de comprometerse.

Aunque el pueblo ya no estaba cautivo en Babilonia, continuaba siendo prisionero del egoísmo. Eso nos enseña que poner a Dios en primer lugar es más que una afirmación filosófica: debe ser una decisión práctica. La batalla de Dios en el tiempo de Hageo no era por una casa, sino para vencer el egoísmo en el corazón del pueblo. ¿Será que también necesita quitarlo de tu corazón?

Elena de White escribió: “Este creciente apego por la obtención de dinero, el egoísmo engendrado por el deseo de ganancias, es lo que amortece la espiritualidad de la iglesia y aleja de ella el favor de Dios. Cuando la cabeza y las manos están ocupadas constantemente en planear y trabajar para acumular riquezas, los derechos de Dios y la humanidad quedan olvidados” (*Consejos sobre mayordomía cristiana*, p. 23).

Que durante este sábado tu único objetivo sea adorar exclusivamente al Señor.



Las tres “C” emocionales

“No te hagas amigo de la gente irritable, ni te juntes con los que pierden los estribos con facilidad” (Proverbios 22:24).

Todos enfrentamos dificultades y luchas internas, pero algunas personas actúan siempre a la defensiva y viven en negación; se rehúsan a reconocer sus problemas emocionales. Incluso cuando reconocen la existencia de estos problemas, ¿será que realmente reflexionan y desean mejorar?

Originalmente, las declaraciones conocidas como “las tres C” (no lo causé, no lo puedo controlar, no lo puedo curar) son útiles para familiares y amigos de alcohólicos o dependientes de otras sustancias, pues los ayuda a entender que no son responsables de que la persona se haya involucrado en el consumo de sustancias tóxicas, que no tienen control sobre el problema y que no pueden curar la adicción. Muchas veces, quienes tienen un ser querido adicto se preguntan: “¿En qué me equivoqué?” Sin embargo, a pesar de enfrentar sus propios dilemas emocionales, la decisión de consumir le pertenece al adicto y no ha sido causada por el familiar o amigo.

Cuando se trata con alguien que posee impulsos crónicos de discutir, como un individuo que se pelea con el vecino solo porque una rama de un árbol cae sobre su jardín, lo mejor es evitar involucrarse en los reclamos de esa persona. Escucha lo que tiene para decir, haz un comentario breve y aléjate discretamente si no quieres alimentar una conversación estresante.

Esas personas pueden reaccionar con agresividad y decir algo como: “¡No te importa lo que te digo!” En ese caso, tú puedes responder: “Escuché lo que dijiste. Para mí no es tan relevante [cita el hecho], pero respeto tu manera de ver las cosas”. Luego, aléjate, sin recelo, convencido de que no vale la pena entrar en una polémica con alguien que muestra una tendencia a discutir.

Recuerda que ese comportamiento no tiene que ver contigo, sino con las cuestiones internas que enfrenta la otra persona. Tal vez, esa persona aún no lo ha comprendido.





Gánate a tu hermano

“Si tu hermano peca contra ti, ve a solas con él y hazle ver su falta. Si te hace caso, has ganado a tu hermano” (Mateo 18:15, NVI).

Si siguiéramos los pasos que indica el versículo de hoy, podrían evitarse muchas tragedias en las relaciones interpersonales. Si fuéramos más discretos en nuestras palabras y acciones, no existirían las cicatrices y el resentimiento. Me gusta pensar que el chisme moriría de asfixia si las ofensas no salieran de la esfera de los involucrados.

Por desgracia, muchas personas coleccionan en sus celulares los fracasos de otros, ya sea en un video vergonzoso o un audio revelador. Siempre están listas para alimentar a las “aves de rapiña” que saborean con placer las caídas ajenas.

No debemos ser el público que aplaude las desgracias de otros, ni los megáfonos para hacerlas públicas. Recordemos que nuestras caídas jamás marcarán el momento en que Dios renuncia a nosotros. Al contrario, en esos momentos él se acerca para levantarnos. Por lo tanto, debemos ser sus manos y su voz en la obra divina de la restauración.

Eso no significa tolerar el pecado, como algunos podrían pensar, sino adoptar la postura correcta de no compartir historias que no edificarán a nadie. Debemos ser firmes en la corrección del pecado que llegó a nuestro conocimiento, pero esa amonestación debe seguir el ejemplo de Cristo: debe ser tratada, en primer lugar, en privado con la persona en cuestión.

Otra tendencia vergonzosa es espiritualizar el chisme. Jamás la mención del nombre de Dios validará la destrucción de la reputación de alguien. Por eso, obedece el versículo de hoy. Enséñaselo a tus hijos y, sobre todo, haz que todos vean que vives lo que enseñas.

Elena de White escribió: “El hablar a solas, con el espíritu de Cristo, al que falló eliminará la consiguiente dificultad. Vayan al que erró con el corazón lleno del amor y la simpatía de Cristo, y traten de arreglar el asunto. Razonen con él con calma y tranquilidad. No dejen escapar de sus labios palabras airadas. Hablen de una manera que apele a su mejor criterio. Recuerden las palabras: ‘El que haga volver al pecador del error de su camino salvará de muerte un alma, y cubrirá multitud de pecados’ (Santiago 5:20)” (*Consejos para la iglesia*, p. 371).

Durante este sábado, usa tu influencia para el bien.



Aprende de Job

“Una vez terminado el ciclo de los banquetes, Job se aseguraba de que sus hijos se purificaran delante de Dios. Muy de mañana ofrecía un holocausto por cada uno de ellos, pues pensaba: ‘Tal vez mis hijos hayan pecado y maldecido en sus corazones a Dios’. Para Job esta era una costumbre cotidiana” (Job 1:5, NVI).

Forma parte de la vida de cada persona piadosa luchar por la piedad de sus hijos. Si la vida espiritual de tu familia no ocupa una parte significativa de tu tiempo, debes cuestionarte tu propia piedad. Job no podía evitar perder a sus hijos frente a la muerte, pero luchaba para no perderlos frente al mal.

Sin duda, la preocupación por nuestros hijos debe ser integral: sus victorias académicas, sus éxitos profesionales y su bienestar emocional. Sin embargo, la batalla principal de un padre cristiano debe ser la vida espiritual de sus hijos. Si hay cualquier cosa antes que eso, como mínimo, tu paternidad está entumecida.

¿Cómo podemos luchar por nuestros hijos? Aquí presentamos algunas sugerencias prácticas: (1) intercede constantemente por ellos en oración; (2) sé un ejemplo de amor y coherencia; (3) haz que la Biblia sea la protagonista del hogar; (4) realiza el culto familiar todos los días; (5) invierte en los primeros años de vida de tus hijos; (6) establece límites mientras estén bajo tu responsabilidad; y (7) nunca renuncies a ellos, sin importar en qué fase de la vida estén.

En el versículo de hoy, vemos que Job se levantaba de madrugada para interceder por sus hijos, mientras que muchos padres hoy parecen haberse rendido. Queremos que nuestros hijos vayan al Cielo, pero muchas veces nuestros pasos parecen seguir otra dirección; queremos que tengan una vida espiritual rica, pero a menudo no promovemos eso. ¡Que eso no suceda con ninguno de nosotros! Nuestras madrugadas en la presencia de Dios no serán en vano, siempre y cuando vayan acompañadas por un ejemplo coherente a lo largo del día.

Elena de White escribió: “Que los padres aprendan del hombre de Uz una lección de constancia y devoción. Job no descuidaba su deber hacia los que no pertenecían a su familia; era benévolo, amable, considerado con los intereses de los demás; y al mismo tiempo trabajaba fervientemente por la salvación de su propia familia” (*Hijos e hijas de Dios*, p. 259).

¿Estás dispuesto a hacer lo mismo por tu familia hoy?



Aprende de Daniel

“Daniel se propuso no contaminarse con la comida y el vino del rey, y pidió al jefe del servicio de palacio que no le obligara a contaminarse con tales alimentos”

(Daniel 1:8, DHH).

El libro de Daniel es notable por sus profecías sobre el tiempo del fin, descritas en los últimos seis capítulos. Sin embargo, los seis primeros capítulos también son importantes, ya que muestran cómo deben vivir los santos durante ese período. Una de las lecciones de esa sección es: no subestimes los pequeños gestos de fidelidad, pues, cuando lo haces, se pueden abrir puertas a caídas más importantes.

Si pudiera resumir la trayectoria de este hombre de Dios en una sola frase, sería: prefirió enfrentar el riesgo de muerte a arriesgar vivir la vida lejos del Señor. Ese fue el lema del profeta que desafió desde monarcas hasta leones, siempre manteniendo su fidelidad a Dios.

Babilonia, la nación más poderosa de la Tierra, no logró implantar su cultura en el corazón del profeta, que decidió obedecer al Señor. La decisión inicial de Daniel de no contaminarse con los finos manjares del rey marcó toda la diferencia y lo fortaleció para enfrentar los demás desafíos.

El creyente fiel siempre estará cercado por trampas del Enemigo, pero, antes de estar cercado por ellas, está cercado por Dios. El desafío de la mesa parecía solo una batalla contra el apetito, pero, si Daniel hubiera cedido, los siguientes capítulos probablemente habrían sido un registro de caídas en lugar de éxitos. Esto nos muestra que no debemos elegir el camino más fácil, pues muchas veces este trae consecuencias desastrosas.

Esa prueba inicial no sería la última del profeta, pero él sabía que no hay callejón sin salida cuando estamos con Dios. Por eso, decide diariamente buscar al Señor y pídele que te ayude a permanecer firme en lo correcto.

Elena de White escribió: “Resuelva alcanzar una norma alta y santa; póngase un blanco alto; actúe con propósito ferviente, como lo hizo Daniel, constantemente y con perseverancia; y nada que el Enemigo pueda hacer lo estorbará en su progreso diario. A pesar de los inconvenientes, los cambios y las perplejidades, usted puede avanzar constantemente en vigor mental y poder moral” (*Mente carácter y personalidad*, t. 1, p. 106).

Durante este sábado, medita en la historia de Daniel y mantente firme en los caminos del Señor.





Cuerpo y mente

“Lo que yo siempre había temido me ocurrió; se hizo realidad lo que me horrorizaba”
(Job 3:25).

Hay sufrimientos emocionales que causan alteraciones en el funcionamiento de los órganos de nuestro cuerpo, lo que resulta en síntomas psicósomáticos. Cuanto más somatiza una persona, transfiriendo al cuerpo lo emocional, más se aleja de la cura y la percepción de lo que debe enfrentar para restablecerse. En el proceso de cura genuina, es crucial que el individuo identifique la causa del sufrimiento para dar lugar a nuevas decisiones que promoverán un estilo de vida saludable.

Nuestro cuerpo ayuda a nuestra mente a enfrentar lo que, en ciertos momentos, puede no estar capacitada para administrar. En esa dinámica, surgen los síntomas psicósomáticos. Lee el siguiente ejemplo.

En la película *Mejor... imposible* (1997), una camarera sofocaba a su hijo asmático porque era sobreprotectora. En el fondo, ella buscaba protección para ella misma. Cuando tomó consciencia de su vacío interior y de la falta de un compañero que la amara, lloró amargamente y, finalmente, pudo enfrentar su dolor. Esos sentimientos, antes escondidos y en apariencia inofensivos, eran canalizados a través del cuidado excesivo a su hijo. Ella sofocaba al niño como una forma de intentar sofocar sus propios sentimientos de soledad. Al liberar al hijo de su protección excesiva, él comenzó a mejorar del asma.

Los síntomas físicos pueden ser una consecuencia de la necesidad que tiene una persona de expresar a través de su cuerpo lo que está en conflicto en la mente. Puede tratarse de una manera de evitar los sentimientos dolorosos y difíciles. Es como si la mente le dijera al cuerpo: “¿Puedes ayudarme? Porque este conflicto es muy difícil para mí”. Entonces el cuerpo “absorbe” el sufrimiento mental en el proceso que llamamos somatización, y la persona puede experimentar cierto alivio mental, pero sufrir un padecimiento físico. Por lo general, los médicos tratarán el aspecto físico comprometido, pero ¿y la causa? También merece atención.

Que durante las horas de este sábado puedas escuchar la invitación de Jesús: “Vengan a mí todos los que están cansados y llevan cargas pesadas, y yo les daré descanso” (Mateo 11:28).





Vive con un propósito

“Pablo, no temas; es necesario que comparezcas ante César; y he aquí, Dios te ha concedido todos los que navegan contigo” (Hechos 27:24, RVR 1960).

La biografía de Pablo es profundamente inspiradora y desafía a aquellos que están cómodos en su zona de confort. Tal vez él haya sido el “Job” del Nuevo Testamento, porque sus dolores fortalecían su fe en Dios. Cualquier estudio honesto sobre la vida de este apóstol lleva a la siguiente conclusión: constantemente, había fuerzas del mal dirigidas contra él, pero su fuerte sentido de propósito lo protegía del desánimo y la frustración.

En medio de tantas tormentas y desafíos, todavía faltaba que un corazón lo escuchara: el corazón del César. Dios, por medio de un ángel, le aseguró al apóstol que sería enviado para predicarle al líder romano. No obstante, el viaje misionero estuvo plagado de adversidades: naufragio, ataque de serpiente, entre otros peligros. Sin embargo, Dios protegió a Pablo y a los que estaban con él.

¿Hay intencionalidad en tus actos? Tus contactos diarios ¿son accidentales o tienen un objetivo claro? Hay muchas propuestas para la iglesia, pero muchas veces nos falta propósito. No fuimos llamados a pasar todo el tiempo en la iglesia, sino a aprovechar los momentos para llegar a otros. Una vida con propósito debe darles sentido e influir en las personas a tu alrededor.

Pocas personas han pasado tantas pruebas como Pablo; su resistencia silencia nuestra murmuración. La vida de Pablo no era guiada por las circunstancias, sino por el propósito al que había sido llamado. Si no había una oportunidad para predicar, él la creaba, y ese era uno de sus principios.

¿Y tú? ¿Cuál es el itinerario de esperanza de tu vida? ¿Quién está en tus planes de evangelización?

Elena de White escribió: “Su celo parecía no tener límites. Resuelto en su propósito, rápido para la acción, firme en la fe, iba de iglesia en iglesia, por diversos países, y procuraba por todos los medios a su alcance fortalecer las manos de los creyentes para que pudieran trabajar fielmente con el fin de ganar almas para Jesús, y para que en los tiempos de prueba que ya estaban comenzando pudieran permanecer firmes en el evangelio, dando un fiel testimonio en favor de Cristo” (*Los hechos de los apóstoles*, p. 403).

En este sábado, aprovecha el tiempo para compartir el mensaje de Jesús con propósito e intencionalidad.



Sé radical

“Y si tu mano, incluso tu mano más fuerte, te hace pecar, córtala y tírala. Es preferible que pierdas una parte del cuerpo y no que todo tu cuerpo sea arrojado al infierno”

(Mateo 5:30).

Cualquier concesión al pecado se cobrará un precio alto. No hay otra manera de tratar al pecado que no sea de forma radical. El texto bíblico, obviamente, no debe ser interpretado de manera literal, porque, mientras exista la mente, aunque nos arrancáramos todos los miembros, miembro por miembro, el pecado continuaría presente. Lo que enfatiza el versículo es la necesidad de ser radicales en la lucha contra el pecado, pero eso no debe confundirse con formalismo o legalismo.

Cuando se trata del pecado, no hay distancia segura. Cualquier nivel de acercamiento ya nos pone en peligro. Todo viaje en dirección al pecado durará más de lo que planeamos, nos arrojará a abismos más profundos de lo que imaginamos y, sin duda, tendrá un costo mayor que el que esperábamos pagar. Por eso, Jesús lo deja claro: “¡Córtalo!” Corta las fuentes de pecado que destruyen tu relación con Dios. Corta las conversaciones que debilitan tu vida espiritual. Corta los entretenimientos que te alejan de Dios. Corta los lazos de amistad que dañan tu relación con Dios. Corta con la ilusión de que el pecado puede resolverse después.

Sé que, a veces, las cadenas son tan fuertes y difíciles de romper que tenemos ganas de rendirnos. Sentimos que las esposas que nos han puesto son definitivas, y que ahora solo nos queda reconocer la esclavitud y entregarnos al mal.

Sí, ríndete. No hay nada de malo en reconocer la esclavitud; el problema sería limitar el poder de Dios para liberarnos. Su gracia es real y puede transformarnos por completo. ¡Ríndete ahora a Cristo!

Elena de White escribió: “Solo a través de la entrega de nuestra voluntad a Dios es posible que él nos imparta vida. Jesús dijo que solo al recibir su vida, gracias a la entrega del yo, es posible vencer esos pecados ocultos [...]. Es posible que tú puedas enterrarlos en el corazón y ocultarlos a los ojos humanos, pero ¿cómo comparecerás en la presencia de Dios?” (*El discurso maestro de Jesucristo*, p. 60).

Comienza a sentir este sábado la paz que solo Cristo puede dar.



La batalla de José

“Nadie aquí tiene más autoridad que yo. Él no me ha negado nada, con excepción de usted, porque es su esposa. ¿Cómo podría yo cometer semejante maldad? Sería un gran pecado contra Dios” (Génesis 39:9).

Una vida que está en las manos de Dios jamás será esclava de las circunstancias: así podríamos resumir la historia de José. De hijo amado a esclavo y de prisionero a gobernador; ese joven jamás negoció su fe en Dios. Su confianza descansaba en el siguiente principio: “No importa la situación actual del cuadro, puedes descansar si el pincel está en manos de Dios”.

La emocionante historia de José presenta batalla tras batalla, desde la traición de los hermanos hasta la tentación de sacrificar su pureza. ¿Y tú? ¿Cuáles son tus dilemas? Sabemos que el pecado es persistente; entonces, sé más fuerte que el pecado. Dile “no” al mal, pero también huye de su presencia.

A semejanza de ese joven fiel, todo cristiano es desafiado día a día a darle la espalda a Dios. En esos momentos, debemos recurrir al “secreto” de José: la dependencia total de Dios. Hoy es el día de abandonar el pecado, sin importar en qué etapa esté, o de tomar la decisión de nunca dar el primer paso equivocado.

Siempre ten la profunda convicción de que pecar es herir el corazón de Dios. José no necesitaba público para ser fiel, pues vivía en la seguridad de que sus pensamientos y sus acciones eran conocidos por el Señor. Al igual que José, el creyente fiel no necesita que alguien esté todo el tiempo observando su fidelidad, porque aprendió a vivir en la presencia de Dios. Por lo tanto, no vendas tu carácter por un minuto de placer. Vive cerca del Señor y hónralo como fiel representante del Reino celestial.

Elena de White escribió: “Cuando el hombre se mantenga en comunión con Dios, el firme e invariable propósito que guardó a José y a Daniel en medio de la corrupción de las cortes paganas hará que su vida sea de inmarcesible pureza. No habrá mancha en las vestimentas de su carácter. La luz de Cristo no se oscurecerá jamás en su vida. El brillante Lucero matutino resplandecerá fijamente sobre su cabeza en gloria inmutable. Semejante vida será un elemento de fuerza en la comunidad. Será una valla contra el mal, una salvaguardia para los tentados” (*El ministerio de curación*, p. 98).

¡Que tengas un feliz sábado en compañía del Señor!



La batalla de Joás

“Durante toda su vida Joás hizo lo que era agradable a los ojos del Señor porque el sacerdote Joiada lo aconsejaba” (2 Reyes 12:2).

La ascensión de Joás al trono es un ejemplo de la fidelidad de Dios para cumplir sus promesas a la casa de David. Guiado por el sacerdote Joiada, Joás comenzó muy bien. Él restauró el Templo y apoyó a los siervos elegidos por Dios en el servicio sagrado (2 Corintios 24:4-14).

En la narración bíblica, la afirmación “hizo lo que era agradable a los ojos del Señor” acompaña a pocos reyes, y Joás fue uno de ellos. Sin embargo, después de la muerte de Joiada, Joás se exaltó y se desvió del camino que el sacerdote le había enseñado y hasta permitió la adoración de ídolos en su reino.

Podemos aprender algunas lecciones de esa historia:

1. No subestimes el poder de los buenos consejeros, que pueden fortalecer tu caminar cristiano.
2. No te canses de servir al Señor. Es mejor la aprobación invisible de Dios que la adulación visible y corrupta de los hombres.
3. No te arrepientas de la fidelidad: siempre da frutos, aunque no sea de la manera o en el momento que esperamos.
4. Algunos días de fidelidad no garantizan una vida de fidelidad. No vivas ni un solo día sin depender de Dios.
5. Los planes del Señor no pueden frustrarse, aunque tú, por elección propia, no quieras ser parte de ellos.

Una de las acciones más notables de Joás fue la restauración del Templo del Señor, que estaba gravemente deteriorado. Esto nos enseña la importancia de cuidar las cosas que pertenecen a Dios y ser reverentes ante él.

Que la rectitud no sea solo un huésped temporario en nuestra vida, sino que nos acompañe en cada paso y decisión. Eso solamente será posible por la acción diaria del Espíritu Santo en nuestro corazón. Que él nos dé la capacidad de vivir de manera íntegra y recta delante de Dios y los hombres.

Elena de White escribió: “Se nos ofrecen los mayores incentivos a ser fieles, los más altos motivos, las más gloriosas recompensas. Los cristianos han de ser representantes de Cristo, hijos e hijas de Dios” (*Joyas de los testimonios*, t. 2, p. 135).

Que durante este sábado permanezcas fiel a Jesús.





El límite es el síntoma

“El corazón alegre es una buena medicina, pero el espíritu quebrantado consume las fuerzas” (Proverbios 17:22).

Un síntoma es lo que se le cuenta al médico y no puede verse, como un dolor de cabeza, angustia, dolores de espalda. Se trata de una señal de que algo está amenazando el equilibrio del cuerpo o la mente.

Es posible que estés viviendo mucho estrés y, como consecuencia, surgen los síntomas. El síntoma denuncia que el cuerpo y la mente llegaron a su límite de tolerancia frente a los agentes estresores. Todo tiene un límite. Llegará el momento en que Dios también determinará el fin de la maldad y la corrupción, acto que está de acuerdo con el plan que él mismo estableció para mostrar su justicia.

Si has pasado por factores estresantes durante un largo período, lo que puede haber agotado tus energías físicas y emocionales, llegará el momento en que tu mente y tu cuerpo digan “¡No aguanto más!” Allí se manifiesta la enfermedad, y estará allí hasta que comiences a mejorar tu estilo de vida. Aunque los tratamientos médicos o quirúrgicos puedan aliviar los síntomas, si no se trata la causa subyacente, el síntoma puede volver, posiblemente en otro órgano o de manera diferente.

Identifica lo que te está causando estrés excesivo y toma decisiones para cambiar, aunque eso incluya perder dinero o desagradar a alguien, generalmente a alguna persona que depende de ti de manera enfermiza. Haz una lista de las responsabilidades que asumiste, tanto en las relaciones con familiares, colegas y amigos, como contigo mismo. Por ejemplo, la lista puede incluir puntos como: “Llevo a mis parientes al médico” o “Cuando alguien tiene un problema, soy yo quien busca resolverlo”.

Cumple con tus responsabilidades con fidelidad, pero no continúes asumiendo tareas y responsabilidades que les corresponden a otras personas. No tengas miedo de negarte a un pedido cuando te sientas sobrecargado y no puedes hacer una cierta actividad, o cuando hacerla te sobrecargará aun más. Para algunas personas, será difícil aceptar tus cambios, pero recuerda que tu salud es tu primera responsabilidad. Si ya manifiestas síntomas, eso indica que llegó tu límite. Este es el momento de cambiar, con o sin el apoyo de los demás. Avanza con calma, pero avanza.





Tiempo de restaurar el templo familiar

“Yo lo escogí a fin de que él ordene a sus hijos y a sus familias que se mantengan en el camino del Señor haciendo lo que es correcto y justo” (Génesis 18:19).

La palabra “culto” está tan presente en la vida pública de los cristianos que corre el riesgo de ser descuidada en el ámbito familiar. Aunque a muchos les parezca secundario, el culto familiar es innegociable. Debemos cambiar nuestro estilo de vida para que la adoración a Dios sea la prioridad, tanto en la familia como en la devoción personal.

En un mundo tecnológico y con poco tiempo disponible, con frecuencia priorizamos algunas cosas por sobre otras. Muchas veces se olvida el culto familiar y, para muchos adventistas, solo se lo recuerda cuando comienza el sábado.

El culto familiar es esencial para:

- Reunir a la familia en un ambiente de adoración.
- Pedir la dirección de Dios para los desafíos del día.
- Tener la oportunidad de enseñarles a los hijos.
- Crear un hábito que se mantendrá de generación en generación.
- Expresar gratitud por las bendiciones del día.
- Imprimir valores espirituales en toda la familia.

El culto familiar debe ser una práctica fundamental en la vida cristiana. Desempeña un papel crucial en el fortalecimiento de la fe y el desarrollo de la comunión con Dios. Además, fortalece los vínculos afectivos, proporcionando momentos de confraternización, comodidad, cariño, descargo, renovación y búsqueda de soluciones. La participación en el culto familiar permite que los padres sirvan de modelo y transmitan valores bíblicos fundamentales, para moldear el carácter de los hijos desde temprana edad.

Se trata de cuestiones de valor eterno; es decir, nos preparamos, junto a nuestras familias, para vivir en otro hogar: el que Jesús nos está preparando en el Cielo.

Elena de White aconsejó: “Por la noche y por la mañana, únense con vuestros hijos en el culto a Dios, leyendo su Palabra y cantando sus alabanzas. Enséñenles a repetir la Ley de Dios” (*El evangelismo*, pp. 501, 502).

Al comenzar este sábado, reúne a tu familia y repite las palabras de Josué: “Yo y mi casa serviremos a Jehová” (Josué 24:15, RVR 1960).





Tiempo de aprender de Isaías

“No me sigan trayendo vanas ofrendas; el incienso es para mí una abominación. Luna nueva, día de reposo, asambleas convocadas; ¡no soporto sus asambleas que me ofenden!” (Isaías 1:13, NVI).

Con frecuencia se hace una mala interpretación de Isaías 1, pues se lo usa para atacar la Ley de Dios, en especial el sábado. El texto no se refiere al valor del culto o las ceremonias, ni a la legitimidad del sábado. En realidad, trata sobre el peligro de hacer algo correcto con la actitud equivocada, descuidando la esencia y el principio correctos.

El texto bíblico deja claro que la mirada de Dios nunca es superficial y que cualquier intento de engañarlo es, como mínimo, poco inteligente. A Dios le puede ofender nuestro servicio. Él observa no solo lo que traemos en las manos, sino también lo que llevamos en el corazón. Dios considera insoportables las prácticas que él mismo instituyó cuando son realizadas con hipocresía. La solución no es poner etiquetas a las órdenes de Dios, sino encontrar un camino para corregir nuestro corazón.

El profeta transmite el duro mensaje de que la obediencia sin esencia cansa hasta a Dios. No hay adoración verdadera donde hay hipocresía. A veces podemos ser precisos en lo que le ofrecemos externamente al Señor, pero a él le ofende la incoherencia de nuestro corazón engañoso. Por esta razón, antes de ofrecer lo que Dios pidió, debemos ser lo que él pidió. Nuestros actos pueden engrandecer nuestra reputación y hasta atraer aplausos humanos, pero ¿nos aprobará Dios? ¿No estaremos ofreciendo un servicio hueco? Tal vez ni siquiera sea necesario abandonar lo que estamos haciendo, pero sí lo que hemos llegado a ser. Que Dios nos salve de nosotros mismos.

Elena de White escribió: “El Investigador de los corazones inspecciona los motivos y, a menudo, los hechos que son muy aplaudidos por los hombres son registrados por él como precedentes de motivos egoístas y baja hipocresía. Cada acto de nuestra vida, sea excelente y digno de alabanza o sea merecedor de censura, es juzgado por el Investigador de los corazones de acuerdo con los motivos que lo impulsaron” (*Mente, carácter y personalidad*, t. 1, pp. 345, 346).

Pídele a Dios un corazón nuevo y que tu adoración durante las horas de este sábado sea “en espíritu y en verdad” (Juan 4:24).



Cuidar a las nuevas generaciones

“Después de que murieron todos los de esa generación, creció otra que no conocía al Señor ni recordaba las cosas poderosas que él había hecho por Israel” (Jueces 2:10).

Este versículo destaca un cambio generacional significativo en la relación del pueblo de Israel con Dios. La generación “que murió” había sido testigo de los actos milagrosos de Dios al entrar en la Tierra Prometida. Se describe que la nueva generación “no conocía al Señor ni recordaba las cosas poderosas que él había hecho por Israel”. Eso sugiere un olvido colectivo o una falla en la transmisión de las historias y las enseñanzas de una generación a la otra.

Aquí hay algunas sugerencias sobre cómo podemos transmitir los principios bíblicos a las nuevas generaciones:

1. La Biblia debe ser el eslabón entre la “cuna” y los “cabellos blancos”. Si la familia se olvida de eso, la iglesia debe recordarlo.
2. Debemos incentivar la oración mediante la instrucción y el ejemplo. No esperes ver a tus hijos orando si antes ellos no te ven orando a ti.
3. Cría a tu hijo para servir. El protagonismo es de los padres, pero, aunque sea como ayudante, la iglesia tiene un papel importante en esto.
4. La pasión por la misión no nacerá en el corazón de los hijos si no hay intencionalidad. Comienza desde temprano, porque, si lo dejamos para después, puede ser demasiado tarde.
5. La fidelidad en los diezmos y las ofrendas no comienza con el primer sueldo de tu hijo, sino con la mensualidad que, desde pequeño, lleva al altar.
6. No te quejes de la esclavitud virtual de tus hijos, porque tal vez tú seas su “compañero de celda”. Sean su mutuo pasatiempo favorito.
7. Es una gran equivocación “alimentar” a las nuevas generaciones con superficialidades.
8. No debemos tener miedo de “hacer el traspaso de la antorcha” a las nuevas generaciones. Si ya lo hubiéramos hecho, quizás ellos habrían llegado más lejos.

Elena de White aconsejó: “Los padres no deben descuidar ningún deber de su parte para beneficiar a sus hijos. Deben educarlos de tal manera que sean una bendición para la sociedad aquí, y puedan cosechar la recompensa de la vida eterna” (*Conducción del niño*, p. 215).

Al comenzar este sábado, consagra tu vida al Señor.



El ejercicio físico y la depresión

"Querido amigo, espero que te encuentres bien, y que estés tan saludable en cuerpo así como eres fuerte en espíritu" (3 Juan 1:2).

Una de las recomendaciones para el tratamiento de la depresión es la práctica de ejercicio físico. Sin embargo, el principal desafío para las personas que atraviesan la depresión es encontrar motivación para comenzar, pues a menudo se sienten sin ánimo y energía. Muchas veces dicen que van a salir a caminar cuando se sientan mejor, pero es necesario hacer un esfuerzo inicial, puesto que eso puede contribuir a la mejoría del estado emocional.

Algunas investigaciones han demostrado la importancia del ejercicio físico como factor cooperador, a veces tan eficaz como la terapia y la medicación, para la reducción de los síntomas depresivos. Muchos artículos científicos informan que el ejercicio puede reducir de manera significativa los síntomas de la depresión, con efectos comparables a la terapia cognitivo-conductual o incluso al uso de Sertralina, un antidepresivo.

En cuanto a la frecuencia de los ejercicios, se ha verificado que las personas que practican ejercicios aeróbicos de tres a cinco veces por semana presentan una mayor reducción de los síntomas depresivos en comparación con aquellas que lo hacen solo una vez por semana. No se observaron diferencias significativas si estas actividades físicas se hicieron en grupo o de manera individual.

Además, las actividades aeróbicas pueden ser más eficaces cuando se realizan al aire libre o en medio de la naturaleza, en lugar de en un gimnasio. Al aire libre, la persona puede seguir su propio ritmo, evitando así la presión de seguir un programa de ejercicios y el estrés de un ambiente con música alta. Por otro lado, hacer ejercicios al aire libre permite tomar sol, respirar aire puro, observar diferentes paisajes y evitar el aire viciado de los ambientes cerrados.

Si tienes un familiar con síntomas de depresión, anímalo a caminar al menos día por medio. Aunque las primeras veces resulte más difícil, aunque haya poca energía o ganas, aunque sean diez minutos de ida y diez de regreso, el esfuerzo valdrá la pena. Con el tiempo, la producción de neurotransmisores cerebrales podrá mejorar los síntomas depresivos, lo que transformará la experiencia en algo beneficioso y reparador.





¿Qué significa temer a Dios?

“Gran temor se apoderó de toda la iglesia y de todos los que oyeron lo que había sucedido” (Hechos 5:11).

El caso de Ananías y Safira fue inusitado y, al mismo tiempo, impactante para toda la iglesia. La Biblia afirma que, al mentir sobre la venta de una propiedad, le mintieron al Espíritu Santo. Aunque hayan devuelto una parte del valor, para dar apariencia de generosidad, Dios conocía la injusticia detrás de sus acciones. Este episodio nos enseña que, tarde o temprano, todo pecado no perdonado se pagará.

Ananías y Safira se olvidaron de que Dios evalúa nuestra generosidad por la intención del corazón. A veces nos perdemos tanto en la mentira que creemos que podemos intentar engañar incluso a Dios mismo. Sin embargo, la mentira, el engaño y la desobediencia son actos que desagradan al Espíritu Santo y tienen graves consecuencias.

En resumen, esta historia trata de la falta de temor, no en el sentido de fobia, sino de devoción, respeto y reverencia. El texto muestra que hubo temor en la iglesia después de ese hecho. ¿Usó Dios la teología del miedo? Jamás. Pero, ese día quedó claro lo que expresó Pablo: “No se dejen engañar: nadie puede burlarse de la justicia de Dios. Siempre se cosecha lo que se siembra” (Gálatas 6:7). Nuestra indiferencia puede despreciar el Juicio, pero nunca podrá evitarlo.

El problema de Ananías y Safira no fue que hubiera menos dinero en el tesoro, sino el hecho de que Cristo no era el verdadero tesoro. Los comportamientos similares en la iglesia solo tienen una explicación: la ausencia de temor de Dios en el corazón. Cuando Jesús no es el centro, la decadencia es inevitable.

Elena de White escribió: “La sabiduría infinita vio que esta manifestación señalada de la ira de Dios era necesaria para impedir que la joven iglesia se desmoralizara. [...] Este castigo testificó que los hombres no pueden engañar a Dios, que él descubre el pecado oculto del corazón y que no puede ser burlado. Estaba destinado a ser para la iglesia una advertencia que la indujese a evitar la falsedad y la hipocresía, y a precaverse contra el robar a Dios” (*Los hechos de los apóstoles*, pp. 61, 62).

Solo el temor genuino de Dios nos puede librar de la irreverencia desenfrenada que caracteriza este siglo. Durante este sábado, clama por la gracia de Jesús, sé fiel y humíllate en la presencia de Dios.



¡No te rindas!

“El que se mantenga firme hasta el fin será salvo” (Mateo 24:13).

En su discurso profético, Jesús señaló cuán importante es la perseverancia, una cualidad esencial que, por desgracia, cada vez es más escasa. A medida que aumentan los obstáculos, se reduce el número de personas que se mantienen firmes. Cuando crece la presión, comienzan a surgir las concesiones.

¿No te sorprende ver cuántos comenzaron la experiencia cristiana contigo y ya no están a tu lado? No me refiero a las caídas ocasionales, porque la única diferencia muchas veces es que algunos solo tuvieron cuidado de no hacerlo público. Me refiero a aquellos que realmente dejaron el camino, que se rindieron.

Cristo habló de los días cercanos a su regreso y nos recuerda que, si nos rendimos, perderemos todo. Perseverar duele, pero nunca costará más caro que rendirse.

¿Cuáles son algunos de los secretos de la perseverancia? Aquí vemos una lista de algunos de ellos: (1) Si la Biblia es tu compañera diaria, abandonar jamás será un destino; (2) las personas que oran no sufren la interrupción de su historia espiritual; (3) los dones y los talentos al servicio de Dios mantienen el corazón encendido y en alerta; y (4) vive con los pies en la Tierra y los ojos en el Cielo.

La fe y el compromiso con los principios espirituales deben mantenerse hasta el fin. Eso sirve como recordatorio para mantener la integridad, incluso cuando nos enfrentamos a tentaciones o desvíos en el camino. La promesa de salvación brinda un mensaje de esperanza, consuelo y paz, especial en momentos de incertidumbre y miedo.

La perseverancia no se vende en los mercados ni se encuentra de casualidad; es una virtud que debe desarrollarse. Los que mantengan los ojos fijos en el Cielo, sin abandonar la promesa, contemplarán su cumplimiento. Elena de White escribió: “En un momento, por una acción precipitada o por descuido, podemos ponernos bajo el poder del mal; pero se necesita más de un momento para romper los grillos y alcanzar una vida más santa. Bien puede formarse el propósito y empezar a realizarlo; pero su cumplimiento cabal requiere trabajo, tiempo, perseverancia, paciencia y sacrificio” (*El ministerio de curación*, p. 358).

El Cielo trabaja perseverantemente por ti; persevera tú por el Cielo. No hay premio para los que se quedan en el camino. Que la muerte o el regreso de Cristo sean el último testigo de nuestra fidelidad.



¡Cuidado! Puede agotarse el tiempo

“¿Pero qué tal si el sirviente es malo y piensa: ‘Mi amo no regresará por un tiempo?’”
(Mateo 24:48).

El amor insuficiente por Jesús da como resultado una fidelidad frágil, que depende de la fecha de su regreso. Un cristiano que ajusta su obediencia solo a las señales del fin está destinado a la mediocridad. Independientemente de si el regreso de Cristo es en el próximo segundo o dentro de cincuenta años, nuestro corazón debe ser enteramente fiel.

Si el Señor se tarda en venir...

1. ...seguiré leyendo la Biblia todos los días, porque ¿cómo guiaré a mi familia si no me alimento?;
2. ...mantendré una vida de oración constante, porque no quiero asumir el alto costo de una vida que ha abandonado la oración;
3. ...la misión será mi estilo de vida, puesto que cuando esta deja de ser parte de la vida del cristiano, comienza la cuenta regresiva hacia la muerte espiritual;
4. ...mantendré a mi familia en el altar, porque ¿cómo espero poder entregársela a Cristo aquel gran día si no la entrego hoy día a día?;
5. ...buscaré la pureza, porque ¿cómo podré contemplar a Cristo siendo impuro?;
6. ...daré lo mejor que tengo, porque mi todo es insuficiente frente a Cristo, que hizo todo por mí;
7. ...le pediré fuerza a Dios para vivir con fidelidad en todos los aspectos de la vida.

El día y la hora del regreso de Jesús tendrán poca importancia si decidimos estar listos todos los días. No sirve de nada estar seguros de que Jesús volverá si persistimos en una vida espiritualmente estéril. La muerte ha encontrado a muchos en pecado, y la ilusión de que podemos vivir en el error y aun así ser salvos ha arruinado a muchas personas.

Elena de White escribió sobre el siervo indolente: “No niega abiertamente la verdad, como el escarnecedor, sino que revela en su vida el sentir de su corazón: que la venida del Señor se tarda. La presunción lo vuelve negligente respecto de los intereses eternos. Acepta las máximas del mundo y se conforma a sus costumbres y prácticas. En él predominan el egoísmo, el orgullo mundanal y las ambiciones. Temiendo que sus hermanos ocupen un puesto más elevado que él, empieza a hablar despectivamente de sus esfuerzos y a impugnar sus motivos. Así hiere a sus consiervos” (*Consejos para la iglesia*, p. 496).

Prepárate hoy para el regreso de Jesús. ¡Vendrá muy pronto!



La muerte de la muerte

“¡Él devorará a la muerte para siempre! El Señor Soberano secará todas las lágrimas”
(Isaías 25:8).

La muerte es una tragedia que nos llega a todos. Provoca lágrimas tanto en el rostro como en el alma de familiares y amigos. Ante ella, parecemos anestesiados, estamos tristes, nos rebelamos o entramos en crisis, dependiendo de cada persona. Algunas necesitan hablar inmediatamente sobre la pérdida; en ese caso, escúchalas, bríndales tu tiempo o un abrazo. Otras personas prefieren quedarse quietas, en silencio, aisladas y en meditación. Es importante respetar las diferentes maneras de hacer el duelo.

Si alguien está enfrentando la pérdida de un ser querido, puede ser útil seguir algunos de estos pasos:

1. *Sé un buen oyente.* Las personas necesitan hablar bastante sobre la muerte del ser querido. Cuanto más hablan del hecho, más logran procesar la realidad.
2. *Evita juzgar y decir que la persona ya debería haber superado la pérdida.* El proceso de aceptación puede ser más lento de lo que nos gustaría.
3. *Habla sobre la persona que falleció.* No tengas miedo de mencionar directamente la muerte por miedo a que la familia se sienta peor. En vez de decir: “Cuando le sucedió eso a fulano”, di: “Cuando fulano murió”. Los parientes piensan con frecuencia en el fallecido y apreciarán saber que esa persona también era importante para ti. Usar un lenguaje directo ayuda en el proceso de aceptación de la realidad.
4. *Mantén contacto con la familia de luto.* Es probable que los familiares no tomen la iniciativa debido a la falta de energía emocional. Sin embargo, tú puedes llamarlos, visitarlos o invitarlos a comer. Verifica si las personas de luto necesitan algo y ofréceles ayuda.
5. *Si no sabes qué decir, simplemente que sientan tu presencia.* A veces, un abrazo silencioso, una mano en el hombro, puede ser reconfortante. Enviar una tarjeta también es una buena opción. En esos momentos, hablar poco es mejor que hablar de más.

Llena tu corazón con la esperanza de que el regreso de Jesús y la promesa de la resurrección traerán la solución definitiva a la tragedia de la muerte. Recuerda las palabras de Jesús: “Yo soy la resurrección y la vida; el que cree en mí, aunque esté muerto, vivirá” (Juan 11:25, RVR 1960).



Cuida tu tesoro

“El hombre bueno, del buen tesoro de su corazón saca lo bueno; y el hombre malo, del mal tesoro de su corazón saca lo malo; porque de la abundancia del corazón habla la boca” (Lucas 6:45, RVR 1960).

Cuando nuestra atención se concentra en las banalidades, los cambios que buscamos no son más que meras apariencias. Si no curamos la fuente de nuestros pensamientos y acciones, los desvíos serán continuos. Cuando permitimos que todo tipo de impurezas circulen por las avenidas del alma, nuestro corazón se convierte en un depósito de cosas indeseables, lo que nos causa sufrimiento a nosotros y a los que nos rodean.

Un corazón que no tiene la Palabra de Dios como su fuente principal nunca será confiable. Es necesario que llenemos nuestro corazón con la Biblia o veremos cómo se deterioran todas las áreas de nuestra vida. Nuestras decisiones no son influenciadas solo por la comprensión de lo correcto o incorrecto, sino con la esencia que forma nuestro carácter.

Sin el amor de Dios en nuestra vida, nos quedamos ciegos. El único golpe eficaz contra el pecado lo da Cristo, a la raíz, que está en el corazón humano. Por lo tanto, protege tu corazón de todo, menos de la influencia de Dios.

El deterioro del corazón no es algo que sucede de un día para otro, sino que se va dando elección tras elección. Separado de Dios, el ser humano no conocerá límites para la práctica del pecado. Las palabras solo se pueden controlar si la fuente que las gobierna es Dios. Lo mismo sucede con las acciones. No esperes pureza de lo impuro; no esperes fidelidad de una mente esclava del pecado.

Un corazón que renace en Dios no siente placer en las cosas terrenales; al contrario, busca “las cosas de lo alto” desde ahora. Cuando Cristo reina en el corazón, la eliminación de las malas inclinaciones no será un evento aislado sino una práctica diaria. Tu corazón ¿puede considerarse un buen tesoro?

Elena de White escribió: “En el corazón que ha sido renovado por la gracia divina, el amor es el principio dominante de acción. Modifica el carácter, gobierna los impulsos, controla las pasiones y ennoblece los afectos. Ese amor, cuando uno lo alberga en el alma, endulza la vida, y esparce una influencia ennoblecedora en su derredor” (*Los hechos de los apóstoles*, p. 455).

Que este sábado tu corazón sea transformado por la gracia de Jesús.





Cree en la autoridad bíblica

“Entonces Jesús los guio por los escritos de Moisés y de todos los profetas, explicándoles lo que las Escrituras decían acerca de él mismo” (Lucas 24:27).

En el camino a Emaús, ¿no hubiera sido más fácil que Jesús probara su resurrección frente a los ojos de sus discípulos? Sin embargo, él eligió un camino diferente: fue a las Escrituras. En un mundo en el que la búsqueda desenfrenada de experiencias sobrenaturales eclipsa la importancia del “Así dice Jehová”, es esencial exaltar la Palabra de Dios. Jesús les explicó a los discípulos cómo todas las Escrituras apuntaban a él, a su muerte y su resurrección.

Con ese enfoque, Cristo desafió el espíritu supersticioso que incluso afecta a muchos cristianos hoy, quienes confían más en una sensación corporal que en la Revelación. Una vida basada en la Palabra es, sin duda, la mejor arma contra las conjeturas modernas.

Jesús aplicó los principios de “solo la Biblia” y “toda la Biblia”. Él desea que sigamos su ejemplo y que la Escritura sea la base de nuestras decisiones. Aunque no siempre sea cómodo, la Biblia siempre será el mejor camino. Cada vez que tenemos la Biblia cerrada, le abrimos la puerta a la inconsistencia espiritual. Entonces, no caigas en la tentación de considerar que la Biblia es solo una fuente de opinión. Hay filosofías que buscan argumentar que Cristo mismo no le dio valor a lo que está escrito, pero eso no es solo ignorancia; en realidad, es falta de lectura y comprensión.

Para los adventistas del séptimo día, la Biblia posee autoridad suprema sobre la vida del cristiano, pues es la Palabra de Dios inspirada por el Espíritu Santo. Por ese motivo, la Biblia tiene autoridad final en todas las cuestiones de fe y práctica, y ofrece orientación moral, ética y espiritual. Debemos aplicar sus enseñanzas en todas las áreas de la vida para permitir que la Palabra revelada de Dios sea la guía segura para nuestras acciones.

Elena de White escribió: “Necesitaba ayuda, y la encontré en Jesús. Suplió todas mis necesidades, satisfizo el hambre de mi alma [...]. Creo en Jesús porque para mí es un Salvador divino. Creo en la Biblia porque he encontrado que ella es la voz de Dios [que habla] a mi alma” (*¡Maranata: El Señor viene!*, p. 74).

Abre tu Biblia durante este sábado y permite que Dios te hable.



Practica la Palabra

“Todo el que escucha mi enseñanza y la sigue es sabio, como la persona que construye su casa sobre una roca sólida” (Mateo 7:24).

Jesús cerró el Sermón del Monte con una fuerte crítica a aquellos que afirman amar la Palabra pero no se rinden a ella; para los que admiran la precisión bíblica, pero no permiten que la Escritura moldee su vida. Para el cristiano, no basta con que la Biblia sea su libro principal si no hay una verdadera entrega a ella.

Cristo enseñó bastante sobre la ética del Reino, pero dejó claro que el destino será la ruina si esas palabras no se transforman en acciones. Así como una casa con cimientos firmes puede resistir las tormentas, una vida basada en la Palabra y la presencia de Dios puede soportar las pruebas.

La Biblia no necesita aplausos, pero sí corazones que se sometan a ella. Aunque las Escrituras sean perfectamente coherentes, la vida de aquellos que las defienden muchas veces no lo es. Debemos pedirle a Dios el poder para comprender sus preciosas verdades, pero necesitamos una porción doble de ese poder para que nuestro corazón se someta realmente a ellas.

La vida sobre la Roca no es solo para quienes simplemente creen que la Biblia es inspirada, sino para quienes permiten que ese Libro les transforme el corazón. No me refiero a un perfeccionismo árido y desprovisto de obediencia genuina, que se asemeja más al farisaísmo que a la entrega alegre. La habilidad de explicar las Escrituras es valiosa, pero solo cuando está acompañada de una vida en armonía con la Palabra de Dios podrá esa vida resistir cualquier prueba.

Elena de White escribió: “Dios nos ha dado fuerza intelectual y moral, pero, en extenso grado, cada uno es el arquitecto de su propio carácter. Cada día la estructura se acerca más a su terminación. La Palabra de Dios nos amonesta a prestar atención a cómo edificamos, a cuidar de que nuestro edificio esté fundado en la Roca eterna. Se acerca el momento en que nuestra obra quedará revelada tal cual es. Ahora es el momento en que todos han de cultivar las facultades que Dios les ha dado y formar un carácter que los haga útiles aquí y alcanzar la vida superior más allá” (*Mensajes para los jóvenes*, p. 408).

Pídele hoy a Dios sabiduría para entender y practicar su Palabra.





Llora por tus pecados

“Bienaventurados los que lloran, porque ellos recibirán consolación”

(Mateo 5:4, RVR 1960).

Los que no lloran por sus propios pecados un día llorarán por lo que esos pecados le robaron. Dios enjugará para siempre las lágrimas de aquellos que lloraron por sus faltas. El versículo de hoy no es un estímulo para buscar el sufrimiento, pero destaca las lágrimas derramadas por el pecado cometido, no solo por el pecado descubierto. Como dijo el puritano Thomas Watson: “Hasta que el pecado sea amargo, Cristo no será dulce”. La verdadera transformación tiene lugar cuando enfrentamos nuestro propio pecado y vemos el impacto que tiene en nuestra vida.

Para el mundo, lamentar el pecado es algo anticuado y vergonzoso; para el cristiano, es un camino hacia la verdadera alegría. Mientras vivamos en este mundo, las lágrimas serán inevitables, pero no durarán para siempre. Las lágrimas que vienen del dolor también tendrán un fin. Sin embargo, en el contexto del pecado, no sirve solo lamentarse; es necesario actuar. Las lágrimas pueden ser un buen comienzo cuando nacen de un corazón arrepentido, pero no deben ser un fin en sí mismas. Solo deben regar nuestro deseo de cambio.

Es momento de lamentarnos por nuestros pecados y por el dolor que le causaron y le causan a Cristo. Solo una profunda insensibilidad nos llevaría a ignorarlos. Si no sientes nada por tus errores, eso indica una verdadera muerte espiritual. Nuestra oración hoy debería ser: “Señor, dame tristeza por los pecados cometidos”.

Feliz es el llanto que brota de un corazón arrepentido por haber herido a Cristo. El camino que conduce a la alegría del perdón pasa por la tristeza genuina del arrepentimiento.

Elena de White escribió: “Dios nos revela nuestra culpabilidad para que podamos huir hacia Cristo y para que, gracias a él, seamos librados de la esclavitud del pecado y nos regocijemos en la libertad de los hijos de Dios. Podemos ir al pie de la Cruz con verdadera contrición y allí depositar nuestras cargas” (*El discurso maestro de Jesucristo*, p. 15).

Pídele a Dios que te conduzca al verdadero arrepentimiento y la alegría genuina.



Guarda tu corazón

“Por sobre todas las cosas cuida tu corazón, porque de él mana la vida”
(Proverbios 4:23, NVI).

El doctor Dean Ornish, cardiólogo y profesor en la Universidad de California, en San Francisco, es autor de los libros *Saving the heart* [Cómo salvar el corazón] y *Love and surviving* [Amor y supervivencia]. En ellos se destaca la importancia de una dieta vegetariana para la prevención y el tratamiento de diferentes enfermedades, en especial de las coronarias. Ornish también hace énfasis en la relevancia de la oración, los grupos de apoyo y la práctica de ejercicio físico para la gestión de las emociones. Ornish, al considerar nuestra naturaleza humana integral, propone que la salud implica la búsqueda del bienestar físico, mental, social y espiritual.

Por medio de métodos naturales y sencillos, como seguir una dieta vegetariana, practicar ejercicio físico diariamente y tomar agua pura, es posible revertir algunas enfermedades sin el uso de medicamentos convencionales o cirugías. Para alcanzar la verdadera salud, y no solo el alivio de síntomas, es necesario creer y buscar esas prácticas. Las enfermedades cardíacas provocan casi el 38 % de las muertes en el mundo. Junto a la diabetes, los accidentes cerebrovasculares y el cáncer, son las enfermedades modernas más comunes, aunque todas son en gran medida evitables y reversibles con métodos al alcance de la mano.

Los tratamientos convencionales para las enfermedades cardíacas, la hipertensión y el colesterol alto con frecuencia solo evitan o revierten la enfermedad en un porcentaje pequeño de los casos y, en ocasiones, incluso empeoran la situación. Realizarse cirugías como un baipás coronario o una revascularización puede ser una solución temporaria que no resuelve las causas subyacentes de la enfermedad. Es crucial preguntarse qué causó la enfermedad y obstruyó las arterias coronarias.

Estudios alrededor del mundo indican que una dieta rica en grasas de origen animal aumenta el riesgo de enfermedades cardíacas, y el estrés emocional eleva la presión arterial y los niveles de colesterol. ¿Qué sucedería con tu salud si te enfocaras en cambiar las causas básicas de cualquier enfermedad? ¡Ánimo! Nunca es demasiado tarde para comenzar el cambio en el estilo de vida.





Sé misericordioso

"Bienaventurados los misericordiosos, porque ellos alcanzarán misericordia"

(Mateo 5:7, RVR 1960).

En un mundo donde todos necesitan misericordia, es extraño que se la practique tan poco, incluso entre los cristianos. Queremos ser alcanzados por la misericordia, pero muchas veces no nos ponemos contentos cuando esa "flecha" alcanza a otros blancos. Dios es una fuente inagotable de este atributo. La Biblia lo llama "Padre misericordioso" (2 Corintios 1:3), y sus hijos deberían reflejar esa misma actitud.

Después de nuestros fracasos, encontramos en Cristo una mirada de misericordia, y nuestra mirada debería reproducir ese mismo sentimiento. Nadie se perderá por falta de misericordia, sino por rechazarla o no practicarla con nadie.

La oficina del Rey Jesús rebalsa de misericordia. No vaciles en visitarla, y al salir estarás listo para compartir lo que recibiste. La misericordia atrae más misericordia. Esa es una conclusión bíblica. Cuando no ejercemos esa virtud divina, alejamos de nosotros la esencia del carácter de Dios. En él nunca escaseará la misericordia.

La gracia divina es la bondad que se muestra a aquellos que están cargados de culpa y merecen la sentencia bíblica para el pecado, mientras que la misericordia es la bondad que se les muestra a esas personas en su sufrimiento por el pecado. Quienes son alcanzados por esta piedad deben convertirse en fuente de bendición para los que sufren y necesitan alivio y consuelo.

Por eso, sé un receptor y también un portador de misericordia. No solo aliviarás la vida de los demás, sino también la tuya. Cuando abrimos los canales de misericordia en nuestra vida para que se derramen sobre otros, por esos mismos canales regresará a nosotros.

Elena de White escribió: "Al oír la súplica de los errantes, los tentados, de las miserables víctimas del deseo y el pecado, el cristiano no pregunta: '¿Son dignos?', sino: '¿Cómo puedo ayudarlos?' [Aun] en la persona de los más despreciables, de los más degradados, ve a almas por quienes Cristo murió para salvar y por causa de quienes confió a sus hijos el ministerio de la reconciliación" (*El discurso maestro de Jesucristo*, p. 26).

Que este sábado recibas la misericordia divina y puedas compartirla con los que están a tu alrededor.





Corazón puro

“Dios bendice a los que tienen corazón puro, porque ellos verán a Dios” (Mateo 5:8).

Tal vez esta sea una de las frases más desafiantes de Jesús en el Sermón del Monte. La pureza ya era un desafío en el tiempo de Cristo, pero hoy parece aún más difícil de alcanzar. Aunque la pureza incentivada por Cristo va más allá de la pureza sexual, quiero enfocarme especialmente en ese aspecto.

En la actualidad, a menudo se ve la pureza como algo pasado de moda. Vivimos en tiempos en los que los contenidos que corrompen el corazón se producen a gran escala y están solo a un clic de distancia. A aquellos que luchan para mantenerse puros muchas veces se los tilda de anticuados.

El versículo de hoy deja en claro que la recompensa para los que perseveran en esta lucha será contemplar a Dios. Los que evitan la indecencia, preservan su dignidad y mantienen pensamientos puros recibirán la indescriptible recompensa de ver a Dios en la Eternidad. El Salmo 24, que afirma que los de corazón puro verán a Dios, es ampliado por Jesús en el Sermón del Monte.

No albergues la esperanza de contemplar a Jesús si no eres puro, porque eso sería un encuentro trágico. Más allá de que podamos tener labios cultos, Dios desea que tengamos labios puros, que resultan de un corazón transformado. Ningún grado de impureza está fuera del alcance de Dios, pero elegir permanecer en la impureza nos excluye eternamente de su presencia.

Si tenemos el sueño de algún día contemplar a Dios, debemos huir ya de la impureza. El mejor camino para eso, además de rechazar las continuas ofertas impuras, es llenar la mente con los tesoros de Cristo.

Elena de White escribió: “El Cielo está libre de todo pecado, de toda contaminación e impureza; y si deseamos vivir en su atmósfera, si deseamos contemplar la gloria de Cristo, debemos ser puros de corazón, perfectos de carácter por medio de su gracia y su justicia. No debemos embargarnos con placeres o diversiones, sino prepararnos para las gloriosas mansiones que Cristo ha ido a preparar para nosotros” (*En los lugares celestiales*, p. 287).

Clama hoy por la pureza de corazón que solo Cristo puede dar.



Sé la sal de la Tierra

“Ustedes son la sal de la tierra. Pero ¿para qué sirve la sal si ha perdido su sabor? ¿Pueden lograr que vuelva a ser salada? La descartarán y la pisotearán como algo que no tiene ningún valor” (Mateo 5:13).

Después de desafiar a sus seguidores a adoptar una contracultura por medio de las bienaventuranzas, Jesús habló sobre la responsabilidad de “condimentar” la vida de las personas a nuestro alrededor. Para lograr eso, el Maestro utilizó la metáfora de la sal.

En el tiempo de Cristo, la sal era valorada principalmente por su capacidad para preservar, puesto que era la mejor solución conocida para evitar el deterioro rápido de los alimentos. Además, servía para derretir la nieve en las superficies resbaladizas y, por supuesto, para darles sabor a las comidas.

En un mundo donde casi todo se opone a Dios, la vida cristiana no debe ser solo una voz de protesta contra los avances del mal, sino también un ejemplo que preserve los principios bíblicos, aunque eso nos lleve al ridículo. Independientemente de la indiferencia que podamos encontrar, los principios del Reino deben mantener su posición destacada en el corazón de los siervos de Dios. Además de preservar los fundamentos de nuestra fe, debemos ser agentes de bendición para aquellos que están a nuestro alrededor.

Que la expresión “la descartarán y la pisotearán como algo que no tiene ningún valor” jamás se aplique a nosotros. Cuando nuestra familia ya no siente nuestra influencia y no influimos en la vida de nuestro prójimo, el título de cristiano se convierte en una identificación vacía. Jesús nos advirtió que si la sal pierde su sabor también pierde su utilidad. Eso nos enseña que los seguidores de Cristo deben reflejar sus creencias en las acciones diarias. Si la fe no se manifiesta en la vida de alguien, perderá su verdadero propósito.

Elena de White escribió: “La vida del cristiano debe despertar en el corazón de los mundanos una visión alta y elevada de la pureza de la religión cristiana. Esto hará de los creyentes la sal de la Tierra, el poder salvífico en el mundo; porque un carácter cristiano bien desarrollado es armonioso en todas sus partes” (*Confrontation*, p. 67).

Fuimos llamados a marcar la diferencia. Que a lo largo de nuestra vida nadie se vaya de nuestra presencia igual o peor que cómo llegó. ¡Sé la sal de la Tierra!





Cuida la salud de tu corazón

"Por sobre todas las cosas cuida tu corazón, porque de él mana la vida"

(Proverbios 4:23, NVI).

En sus primeros estudios con pacientes, el médico Dean Ornish y su equipo observaron mejorías significativas en pacientes cardíacos que adoptaron un programa de hábitos saludables. Aproximadamente, el 91 % de esos pacientes experimentó reducción en la intensidad de los dolores de pecho (angina) y el 55 % mejoró su capacidad física. Además, hubo una reducción del 21 % en los niveles de colesterol, y una disminución de la presión arterial.

En un estudio posterior, Ornish dividió aleatoriamente en dos grupos a pacientes con enfermedades cardíacas graves. Un grupo siguió un programa de vida saludable, que incluía una dieta vegetariana, ejercicios físicos, un grupo de apoyo emocional, meditación y oración. El otro grupo siguió las recomendaciones médicas tradicionales, lo que requería la reducción del consumo de carne roja, la ingestión de más pescado y pollo, el uso de margarina en vez de manteca, ejercicios moderados, tres huevos por semana y abandono del tabaquismo.

Después de un año, el 82 % de los pacientes que adoptaron el programa de vida saludable presentó una reducción considerable en los bloqueos de las arterias coronarias, con una reversión promedio del 61,1 % al 55,8 %. En contraste, el grupo que siguió las recomendaciones convencionales experimentó un empeoramiento medible en sus valores durante el mismo período.

Es crucial entender que, para los pacientes con enfermedades cardíacas, es siempre un buen momento para modificar los hábitos perjudiciales. Abandonar el tabaquismo, practicar ejercicios físicos, adoptar una dieta vegetariana, aprender a lidiar con las emociones, orar y participar en un grupo de apoyo emocional son todas prácticas eficaces. Sin embargo, no se pudo determinar cuál de estos factores fue el más importante para cada paciente en particular.

Una persona impulsiva y explosiva que ha sufrido un infarto puede beneficiarse significativamente, no solo del cambio de hábitos físicos (como la dieta), sino también del control de las emociones. Por otro lado, una persona que consume alimentos ricos en grasas puede encontrar mayor beneficio en el cambio de dieta, en especial si no enfrenta estrés, no fuma y cuenta con un buen apoyo emocional.

Espero que tu corazón esté bien, principalmente con Jesús.





Dios ama el amor

*“Quien se divorcia de su mujer y se casa con otra, comete adulterio contra la primera.
Y si la mujer se divorcia de su marido y se casa con otro, también comete adulterio”*
(Marcos 10:11, 12).

La banalización del divorcio es el reflejo de una generación que se ha alejado de la Biblia. Vivimos en la era de lo descartable y el esfuerzo mínimo. Ya no se piensa en arreglar las cosas; las opciones son rendirse o cambiarlo. La banalización y hasta la glorificación del divorcio en los medios es alarmante, y las estadísticas en el medio cristiano no difieren mucho de los índices de la población en general.

Existen motivos bíblicos válidos para el divorcio, como la infidelidad sexual y el maltrato conyugal. Sin embargo, no todas las diferencias en la pareja deben ni pueden llevar a la separación. En esta meditación, abordaremos algunas formas de prevenir el divorcio:

- Mostrar amor genuino, abnegado y respetuoso a tu cónyuge.
- Tener una visión bíblica del matrimonio y su durabilidad.
- Mantener una vida de oración, por uno mismo, pero sobre todo por tu pareja.
- No permitir que terceros se inmiscuyan negativamente en el círculo matrimonial. Que el único tercero en tu matrimonio sea Cristo.
- Hacer el culto familiar. Es una vacuna poderosa contra los problemas matrimoniales.
- Cuidar ojos y oídos, pues las primeras señales de ruptura pueden venir de ellos.
- Aprender a pedir perdón cuando se comete un error y a perdonar cuando el otro muestra arrepentimiento genuino.
- No permitir que la pareja luce sola por el bienestar del matrimonio.
- Involucrarse juntos en la obra de Dios.
- Pasar tiempo de calidad juntos.
- Ser fiel, sexual y emocionalmente.
- Cuidar los detalles, porque los grandes abismos se construyen a partir de ellos.

La Biblia dice: “¡Pues yo odio el divorcio! –dice el Señor, Dios de Israel–. Divorciarte de tu esposa es abrumarla de crueldad –dice el Señor de los Ejércitos Celestiales–. Por eso guarda tu corazón; y no le seas infiel a tu esposa” (Malaquías 2:16). El divorcio tiene consecuencias dolorosas para el cónyuge, pero también para los hijos y hasta para la comunidad. El versículo expresa el deseo de Dios de que haya relaciones fieles, duraderas y amorosas.

Elena de White escribió: “La gracia de Cristo, y solo ella, puede hacer de esta institución lo que Dios deseaba que fuese: un agente para bendecir y elevar a la humanidad. Y así las familias de la Tierra, en su unidad, paz y amor, pueden representar a la familia de los Cielos” (*El discurso maestro de Jesucristo*, pp. 62, 63).

Que en este día especial Dios bendiga tu hogar y pueda transformarlo en un pedacito del Cielo en la Tierra. Consagra tu vida y tu matrimonio al Señor.



El cuarto de guerra

“Pero tú, cuando ores, apártate a solas, cierra la puerta detrás de ti y ora a tu Padre en privado. Entonces, tu Padre, quien todo lo ve, te recompensará” (Mateo 6:6).

La espiritualidad genuina no admite el exhibicionismo. Si para tu devoción necesitas público, has perdido el rumbo. Lo que debe externalizarse son los resultados de esa comunión, en forma de amor y servicio.

El deseo de ser admirado por una pretendida espiritualidad no es algo nuevo, ni exclusivo del mundo de los fariseos. Es bueno estar con Dios, pero parece que nos ponemos más felices si nos alumbran algunos reflectores. Por desgracia, a veces buscamos aplausos para nuestra vida de oración. Para muchos, es más valioso que los demás sepan que estuvieron con Dios que, de hecho, estar con Dios.

El versículo de hoy nos invita a tener un lugar secreto para nuestra comunión con Dios, y esa invitación tiene varios motivos. Uno de ellos es la intimidad de la oración. El otro, sin duda, es evitar las interferencias. Estamos en una batalla desproporcionada, extremadamente desfavorable para nosotros, y solo tenemos oportunidad cuando incorporamos la oración a nuestra vida cotidiana.

Un “cuarto de guerra”, donde profundizar nuestro estudio de la Biblia y permanecer en oración, será un paso significativo para obtener victorias espirituales. Tu cuarto ¿es el lugar donde blindas tu matrimonio con tus oraciones? ¿Es el lugar donde colocas a tus hijos diariamente en la presencia de Dios?

Toma hoy la decisión de transformar tu cuarto en un “cuarto de guerra”, un lugar donde lucharás por causas nobles. No establezcas un día en el futuro para comenzar; hoy es el día. El Padre ya está allí. En realidad, siempre ha estado allí. No hagas esperar al Cielo. Tú también necesitas eso, y los resultados serán de un valor incalculable.

Elena de White escribió: “En el lugar secreto de oración, donde ningún ojo puede ver ni oído oír, sino únicamente Dios, podemos expresar nuestros deseos y anhelos más íntimos al Padre de compasión infinita; y en la quietud y el silencio del alma, esa voz que jamás deja de responder al clamor de la necesidad humana hablará a nuestro corazón” (*El discurso maestro de Jesucristo*, pp. 79, 80).

Que en este sábado ganes tus batallas con la oración.





Predica hasta el fin

“Y este evangelio del reino se predicará en todo el mundo como testimonio a todas las naciones; entonces vendrá el fin” (Mateo 24:14, NVI).

La última señal escatológica que se cumplirá es la predicación del evangelio. Es lamentable que, muchas veces, nuestro corazón vibre más con las guerras y los terremotos que con la predicación del evangelio. El alarmismo jamás debería ser el principal combustible para la misión. Nuestra dedicación debe basarse, ante todo, en el hecho de que esa misión es una orden divina y, luego, en la seguridad de que solo eso nos separa de nuestra mayor esperanza.

Aunque tengamos motivaciones imperfectas, Dios puede transformar nuestra predicación en bendición. Solo la predicación cristocéntrica puede saciar verdaderamente el hambre espiritual de la actualidad. No permitas que tu negligencia para predicar prive a alguien de la oportunidad de creer; no asumas esa responsabilidad. La predicación del evangelio nunca será una experiencia fácil. Pero ¿qué importa el camino si tenemos a Dios como compañero?

La determinación de cumplir la misión no debe ser impedida por ningún obstáculo. No hay barreras que puedan resistir al poder de Dios en el avance del evangelio. No te niegues a ser un instrumento; predica hasta que tu voz sea silenciada por la muerte o hasta que el último corazón haya tenido la oportunidad de elegir. Muestra tu descontento con la situación actual predicando el evangelio. El poco esfuerzo en el servicio a Dios, por lo general, refleja el poco conocimiento que tenemos de lo que el Cielo invirtió en nosotros.

Mientras no se levante o rechace la bandera del evangelio en el último corazón, debemos izarla con firmeza. No hay excusas para no hacer misión. No cumplirla es una declaración de rebeldía, y amarla es el resultado de una vida transformada y contagiada por la gracia de Dios.

Elena de White escribió: “‘Id por todo el mundo y predicad el evangelio a toda criatura’ (Marcos 16:15) es la orden de Cristo a sus seguidores. No quiere decir esto que todos sean llamados a ser pastores o misioneros en el sentido común de la palabra; pero todos pueden ser colaboradores con él para dar las ‘buenas nuevas’ a sus semejantes. Se da la orden a todos: grandes o chicos, instruidos o ignorantes, ancianos o jóvenes” (*La educación*, p. 264).

¿Aceptas esta invitación de Dios?





¡Velen!

“Velen, pues, porque no saben el día ni la hora en que el Hijo del hombre ha de venir”
(Mateo 25:13, NRV-2000).

Jesús finalizó la emblemática parábola de las diez vírgenes hablando sobre el valor de estar atentos. Como no sabemos el día ni la hora del regreso de Jesús, ni el momento de nuestra muerte, debemos estar llenos del Espíritu Santo, que en la parábola es simbolizado por el aceite, a fin de estar preparados para el encuentro con el Novio.

El problema es que tenemos una tendencia natural a la displicencia y la procrastinación. A veces, lo que esperamos parece tan lejano que no sentimos la necesidad de velar por ello. Sin embargo, mientras no atravesemos los muros de la Eternidad, nuestra salvación aún será vulnerable a los ataques del Enemigo.

¡Velemos! No hay momento seguro que justifique la falta de atención. Velar significa prestar atención, estar despierto, estar alerta todo el tiempo. Mientras esperamos el regreso de Jesús, no podemos estar ociosos, adormecidos o ser negligentes. La vigilia espiritual no debe ser algo puntual, sino parte de nuestro estilo de vida cristiano, y debe incluir comunión diaria y servicio activo en la obra del Señor.

La línea entre el éxito y el fracaso espiritual es muy tenue. Por lo tanto, debes estar atento. Siempre hay un telón de fondo detrás de cada historia. Nunca perdamos de vista al Invisible, y eso nos mantendrá alerta. Aunque no sepamos la fecha, tenemos el compromiso más precioso por delante: ver a Jesús volviendo para buscarnos. La negligencia puede costarnos muy caro; en realidad, puede costarnos todo.

Cierta vez alguien dijo que la mayoría de los accidentes ocurre cerca de casa, cuando las personas se sienten más seguras y relajadas. ¡Ya estamos cerca de Casa! Por lo tanto, debes redoblar tu estado de alerta. Tu comunión con Dios y tu participación en la misión ¿reflejan cuán en serio te tomas esto?

Elena de White escribió: “Sobre esto necesitamos velar, luchar, orar, para que ninguna cosa pueda persuadirnos de elegir otro señor; pues siempre tenemos la libertad para hacerlo. Pero mantengamos los ojos fijos en Cristo, y él nos preservará. Mirando a Jesús, estaremos seguros. Nada puede arrebatarlos de su mano” (*El camino a Cristo*, p. 72).

Nuestra oración hoy debe ser: “¡Señor, manténnos alerta!”





Cuida el templo del Espíritu

“¿No se dan cuenta de que su cuerpo es el templo del Espíritu Santo, quien vive en ustedes y les fue dado por Dios? Ustedes no se pertenecen a sí mismos” (1 Corintios 6:19).

La población en general acostumbra buscar tratamiento solamente para los síntomas, lo que representa una solución superficial para los problemas de salud. Para evitar las recaídas o el surgimiento de nuevos problemas, es crucial que tanto pacientes como médicos se dediquen a investigar las causas de la enfermedad y no solo a tratar los síntomas.

Por ejemplo, el bloqueo de las arterias coronarias, que llevan sangre al corazón, puede causar angina; es decir, dolor en el pecho. De la misma manera, el bloqueo de las arterias en el cerebro puede llevar a un accidente cardiovascular (ACV). En estas condiciones, el colesterol elevado puede ser un factor que contribuya a esos desenlaces. Para tratar físicamente la enfermedad, una opción es la cirugía de bajpás (coronario o radial), que crea un camino alternativo para que la sangre esquive las arterias bloqueadas. Otro procedimiento posible es la angioplastia coronaria, que introduce un pequeño globo inflado dentro de la arteria obstruida para expandir el espacio y permitir el flujo sanguíneo.

De acuerdo con el doctor Ornish: “La cirugía de bajpás, la angioplastia y los remedios reductores de colesterol no tratan los problemas más profundos que causan la obstrucción de las arterias coronarias”. Tú puedes preguntarte: “Bueno, ¿quién necesita filosofía cuando existen los medicamentos y las cirugías que funcionan, verdad?” Sí y no. Estos recursos salvan vidas de manera temporaria, pero no resuelven el problema de manera definitiva.

Después de la estabilización y la recuperación, es importante investigar las causas de la enfermedad y buscar maneras de evitar la necesidad de atención médica. Tratar solo las manifestaciones físicas de la enfermedad coronaria sin abordar las causas subyacentes solo dará un alivio temporario, y la enfermedad puede volver.

Pídele ayuda a Dios para tomarte más en serio el cuidado de tu salud y comienza hoy a vivir de acuerdo con lo que sabes.





Sé fiel en todo

“El amo lo llenó de elogios. ‘Bien hecho, mi buen siervo fiel. Has sido fiel en administrar esta pequeña cantidad, así que ahora te daré muchas más responsabilidades. ¡Ven a celebrar conmigo!’ ” (Mateo 25:21).

En la actualidad, hay un gran deseo de conseguir el premio del siervo fiel, pero muy pocos son los que buscan la verdadera fidelidad. Queremos las recompensas que se le prometen a ese siervo, pero con frecuencia solo entregamos un compromiso mediocre. Nos convertimos en “cazarrecompensas” y deseamos lo que está en las manos de Dios, pero nos rehusamos a ser guiados por esas mismas manos.

Otra tragedia común es nuestra tendencia a esperar grandes oportunidades para ser fieles, en la esperanza de que nos traigan reconocimiento. Mientras, somos negligentes o subestimamos la importancia de ser fieles hasta en las pequeñas cosas.

Muchas veces, sentimos la necesidad de que haya un espectáculo para demostrar nuestra “fidelidad”. Queremos recibir aplausos por haber evitado contenidos inapropiados. Sin embargo, cuando Dios es nuestro único espectador, con frecuencia traicionamos nuestra pureza. Solo realizamos el culto familiar cuando recibimos visitas, para sorpresa de nuestros hijos, mientras que, en la vida cotidiana, el altar de la familia no existe.

La fidelidad es una premisa básica de la vida cristiana, no algo opcional. El fiel siempre enfrentará desafíos, pero, antes de que estos lo cerquen, está abrazado por Dios. Un corazón verdaderamente fiel no se inclina ante ningún precio; sabe que no hay recompensa para quienes se quedan en el camino.

La fidelidad no siempre nos llevará a posiciones de honor a los ojos humanos; pero, si un día llegamos a esos lugares, que sea gracias a la bendición divina y a nuestra fidelidad.

Elena de White escribió: “Santidad a Jehová, fue la gran característica de la vida que el Redentor vivió en la Tierra, y es su voluntad que esto mismo caracterice la vida de sus seguidores. Sus obreros deben trabajar con desprendimiento y fidelidad, y con referencia a la utilidad e influencia de todos los demás obreros. La inteligencia y la pureza deben señalar toda su obra, y todas sus transacciones comerciales. Él es la luz del mundo. En su obra no debe haber rincones oscuros donde se practiquen fraudulencias” (*Consejos sobre mayordomía cristiana*, p. 122).

Seamos fieles en todo, porque, muy pronto, Jesús nos dirá: “¡Ven a celebrar conmigo!”





Elige la oración

“Así que los dejó y se retiró a orar por tercera vez, diciendo lo mismo” (Mateo 26:44, NVI).

Jesús eligió orar en uno de los momentos más cruciales de su vida: la agonía en Getsemaní. Aquella noche, él demostró que quien no se despierta para orar se levanta para negar. Jesús nos enseñó que la oración posee también un aspecto preventivo y llega a su profundidad máxima cuando nos sometemos a la voluntad soberana de Dios. El único vencedor en aquel jardín fue quien usó la oración como arma.

La oración no es un camino fácil. Muchos buscan atajos desastrosos para evitarlo. El Enemigo se empeña en reducir nuestra vida de oración a nada, pues ya conoce el impacto que ella tiene en su reino. Cuando el tiempo de oración se reduce, el tiempo en la presencia del pecado aumenta. No nos falta poder; lo que nos falta es oración, y por eso carecemos de poder.

Elegir la oración es afirmar que no basta solo con vencer, sino que la victoria debe estar de acuerdo con la voluntad de Dios. Aunque no siempre haya permanecido firme en mi caminata cristiana, recuerdo que los momentos en los que estuve de pie fueron aquellos en los que oré. Por eso, te digo: visita el Getsemaní en tus momentos de lucha; allí tienes mucho para aprender. No esperes estar mucho tiempo de pie si pasas poco tiempo de rodillas.

Entre las cosas que más asustan al Enemigo, sin duda, está la importancia de una vida de oración sólida. Decide hoy establecer horarios para estar en la presencia de Dios todos los días y salir con la decisión de permanecer firme frente a los desafíos de la vida cristiana.

Elena de White escribió: “Si el Salvador de los hombres, a pesar de su fortaleza divina, necesitaba orar, ¡cuánto más debieran los débiles y pecaminosos mortales sentir la necesidad de orar con fervor y constancia! Cuando Cristo se veía más fieramente asediado por la tentación, no comía. Se entregaba a Dios y, gracias a su ferviente oración y perfecta sumisión a la voluntad de su Padre, salía vencedor. Sobre todos los demás cristianos profesos, debieran los que profesan la verdad para estos últimos días imitar a su gran Ejemplo en lo que a la oración se refiere” (*Joyas de los testimonios*, t. 1, p. 242).

Ten momentos de oración durante este sábado. Recibirás grandes bendiciones.





La batalla diaria por la lectura de la Biblia

"Tu palabra es una lámpara que guía mis pies y una luz para mi camino" (Salmo 119:105).

En la Biblia se compara a la Palabra de Dios con varias cosas: lámpara, espada, semilla, pan, martillo, entre otras. Pensar en ella como lámpara, como aconseja el versículo de hoy, es revelador, porque vivimos en un mundo de oscuridad casi palpable. No es seguro emprender un viaje tan peligroso sin que la Palabra de Dios ilumine cada paso. Un solo día es suficiente para ser asaltados por la duda o tomados por el desánimo.

Los abismos se multiplican, y muchos cristianos caen en ellos por haber dejado la lámpara. ¿Cómo guiar a una familia o una iglesia cuando, muchas veces, nuestra propia vida está en tinieblas? Por eso, debemos comprometernos diariamente con la Palabra de Dios, no solo para que nos ilumine, sino también a fin de que nos dé fuerzas para recorrer el camino que ella señala. La pobreza de muchas vidas hoy se debe a que se lee poco la Biblia.

Elena de White afirmó: "La Palabra de Dios es luz y verdad: una lámpara para los pies y una antorcha para el sendero. Puede guiar cada paso del camino hasta la Ciudad de Dios. Por esta razón, Satanás ha hecho esfuerzos desesperados por oscurecer la luz, para que los hombres no puedan hallar ni conservar la senda trazada para que anden en ella los redimidos del Señor" (*La educación cristiana*, p. 266).

Una segunda orientación sobre nuestro estudio diario de la Biblia es comprender que no somos llamados a vivir de forma superficial, sino a profundizar en la Revelación. ¡Estudia la Biblia! No la leas solo por arriba. Hay una riqueza insondable en las capas más profundas. No tengas miedo ni pereza de explorarla. Deja que las Escrituras se renueven cada día para ti. Es tiempo de vivir con profundidad; por lo tanto, abandona la superficialidad.

Elena de White escribió: "La Biblia se parece a un manantial: cuanto más miren en su interior, tanto más profundo parece a la vista. Las verdades grandiosas de la Historia Sagrada poseen una fuerza y una belleza que asombran, y son tan vastas como la eternidad. Ninguna ciencia iguala a la que revela el carácter de Dios" (*La educación cristiana*, p. 60).

Durante las horas de este sábado, abre tu Biblia y descubre el gran plan que Dios tiene para ti.





Protege tu salud

“Sirve solamente al Señor tu Dios. Si lo haces, yo te bendeciré con alimento y agua, y te protegeré de enfermedades” (Éxodo 23:25).

Por lo general, en la mayoría de los países los planes de salud privados y la seguridad social se enfocan en el tratamiento con medicamentos y cirugías en lugar de invertir en educación y salud. El doctor Ornish señaló esta locura económica: “Si le realizo una cirugía de baipás a un paciente, la compañía de seguros pagará al menos 30 mil dólares. Si paso el mismo tiempo enseñándole a un paciente con problemas cardíacos sobre nutrición y técnicas para manejar el estrés, la compañía de seguros no pagará más de 150 dólares. Si dedico el tiempo a enseñarle a una persona saludable a mantenerse sana, la compañía de seguros no pagará nada” (Dean Ornish, *Dr. Dean Ornish’s program for reversing heart disease* [Nueva York: Ballantine Books, 1990], p. 28).

La práctica de los médicos se basa en la medicina curativa y muchas veces no se enfocan en enseñar sobre nutrición ni cómo ayudar a los pacientes a cambiar su estilo de vida para prevenir enfermedades. Por otro lado, muchos pacientes buscan soluciones rápidas y prácticas, como una receta de un medicamento convencional que pueden comprar en la farmacia más cercana, porque creen que esa pastilla resolverá sus problemas de salud. Sin embargo, por lo general, hacer esto solo resuelve los síntomas.

El doctor Ornish comenta que, en los congresos médicos, las conversaciones sobre los problemas cardíacos suelen centrarse en el aspecto físico de la enfermedad. Cuando él menciona que sus pacientes mejoraron gracias a cambios en la dieta, al dejar de fumar y con un programa de ejercicios, sus colegas le preguntan: “¿Y qué más?” Ornish continúa: “También creo que es esencial trabajar en un nivel más profundo. Les enseñamos a las personas a calmar la mente y a controlarla mejor; a escuchar sus sentimientos y los de los demás; a sentirse más conectadas con otros y consigo mismas; a dar y recibir amor de manera más intensa”. Sin embargo, a esto sus colegas responden: “Este hombre es romántico y nada científico. ¿Dónde entran en acción los medicamentos?” (*Dr. Dean Ornish’s program for reversing heart disease*, p. 30).

Esta actitud refleja una falta de visión más amplia. Hipócrates, el padre de la medicina, dijo: “Más importante que saber qué enfermedad tiene una persona, es saber qué persona tiene esa enfermedad”.





Una vida dedicada a la misión

“Mi vida no vale nada para mí a menos que la use para terminar la tarea que me asignó el Señor Jesús, la tarea de contarles a otros la Buena Noticia acerca de la maravillosa gracia de Dios” (Hechos 20:24).

La despedida de Pablo de la iglesia de Éfeso fue un momento singular en su vida. Además de la emoción de dejar aquel precioso rebaño, él era consciente de los desafíos que lo esperaban. Sabía que el tiempo que le quedaba tenía un costo elevado, pero su corazón estaba firmemente dedicado a Cristo y el cumplimiento de la misión.

No es necesario que revivamos los altos precios que pagaron los primeros misioneros, sino que recuperemos su espíritu de amor y sacrificio. Debemos añorar la época en que incluso la muerte era preferible a la indolencia. Cuando la misión deja de ser parte de la vida del cristiano, comienza la cuenta regresiva hacia su muerte espiritual.

Un alma verdaderamente rendida a Dios no permitirá que el precioso mensaje del evangelio permanezca oculto. Nuestro aparente anhelo por el regreso de Cristo está en contraste con la evidente omisión en la predicación del evangelio. O estamos dispuestos a entregar nuestra vida por la evangelización o necesitamos ser evangelizados.

La misión no es una moda o un proyecto pasajero, sino una tarea prioritaria que debe ser cumplida. Muchos quieren ser misioneros en tierras lejanas y olvidan que Dios necesita misioneros en sus vecindarios. Debe ser de nación en nación, pero también de casa en casa. De alguna manera, estamos cumpliendo el sermón profético de Jesús en Mateo 24: o predicamos el evangelio (vers. 14) o no lo hacemos porque nuestro amor se ha enfriado (vers. 12). Una de las formas más poderosas de decir “venga tu Reino” es anunciar el evangelio.

Elena de White escribió: “Todo el que se ofrece para el servicio del Señor, sin negarle nada, recibe poder para alcanzar resultados incalculables. Por él hará Dios grandes cosas. Obrará de tal modo en la mente de los hombres que, aun en este mundo, se verá en su vida el cumplimiento de la promesa del estado futuro” (*El ministerio de curación*, p. 117).

En este sábado, aprovecha la oportunidad para compartir el mensaje de Jesús con alguien.





De generación en generación

“Me acuerdo de tu fe sincera, pues tú tienes la misma fe de la que primero estuvieron llenas tu abuela Loida y tu madre, Eunice, y sé que esa fe sigue firme en ti” (2 Timoteo 1:5).

Aunque haya sido prevista en la profecía, la tibieza que permea la fe cristiana es realmente preocupante. Con cada generación, parece que la fe se vuelve más superficial y va perdiendo sus raíces. Las familias, poco a poco, pierden su vigor espiritual, y da la sensación de que esta fe está en declive, hasta el punto de que podría desaparecer.

El versículo de hoy destaca la “antorcha” que fue pasando de mano en mano, de generación en generación, cada vez más encendida. La fe desarrollada por Loida y Eunice no se presenta como un evento aislado, sino como parte de una transmisión continua de la fe. Estas mujeres son elogiadas no solo por su propia fe, sino por haberle transmitido esa fe a Timoteo. Esto nos recuerda que un aspecto crucial de la vida espiritual es la educación de los jóvenes en los caminos del Señor. La vida espiritual no es algo accidental.

No esperes que la próxima generación de tu familia sea espiritualmente fuerte si, en el presente, tu devoción es mediocre. Es cierto que, aun cuando “plantamos” correctamente, los hijos pueden usar su libre albedrío para elegir caminos diferentes; pero, en ese caso, tendrás la paz de haber hecho lo que estaba a tu alcance.

No esperes que tu familia respete la Biblia si, en la actualidad, esta no ocupa un lugar de honor en tu hogar. No esperes una generación de intercesores si tus hijos solo escuchan discursos sobre el tema. Y no esperes una familia apasionada por la misión si tú mismo no estás apasionado por ella.

Elena de White escribió: “Todo hogar cristiano debe tener reglas; y los padres deben, por sus palabras y su conducta el uno hacia el otro, dar a los hijos un ejemplo vivo y precioso de lo que desean verlos llegar a ser. Debe manifestarse pureza en la conversación y debe practicarse constantemente la verdadera cortesía cristiana. Enseñemos a los niños y los jóvenes a respetarse a sí mismos, a ser fieles a Dios y a los buenos principios; enseñémosles a respetar y obedecer la Ley de Dios” (*El hogar cristiano*, p. 11).

Aprovecha este sábado para consagrar tu familia al Señor.





Lecciones de una batalla perdida

“Una tarde, después del descanso de mediodía, David se levantó de la cama y subió a caminar por la azotea del palacio. Mientras miraba hacia la ciudad, vio a una mujer de belleza singular que estaba bañándose” (2 Samuel 11:2).

La introducción de la caída de David en la Biblia es impactante y abrupta. De repente, el héroe de la nación, conocido por enfrentarse a gigantes, se hace pequeño frente a la seducción de la inmoralidad. Es importante recordar que su caída comenzó mucho antes del acto consumado. En el capítulo que precede a su pecado, no vemos a David orando ni leyendo la Biblia. El resultado no podría ser otro. David, aunque era rey, sucumbió a la tentación y falló. Esto nos enseña que el pecado es una elección y que incluso los más poderosos pueden caer en tentación.

David tenía varias opciones: podría haber estado en la guerra, con su esposa, componiendo música o, más importante aún, en comunión con Dios. Elegir la ociosidad lo llevó a la caída, lo que nos revela lecciones cruciales para evitar la derrota espiritual. Presta atención:

- La ociosidad es un camino que lleva al pecado.
- Si la tentación surge de manera repentina, huye de inmediato.
- No subestimes la tentación; solo Cristo fue invencible frente a ella.
- La mirada precede a la acción; por eso, evita mirar.
- Las consecuencias del pecado son siempre mayores de lo que imaginamos.

Afortunadamente, la historia de David no termina ahí. El Salmo 51 marca un antes y un después en su historia. A pesar de sus pecados, Dios perdonó al rey de Israel y le dio una nueva oportunidad. Esto es lo que Dios quiere hacer con todos los que se arrepienten con sinceridad. ¡Alabado sea Dios por su gracia, misericordia y amor eterno!

Elena de White escribió: “Así como no podemos ser perdonados sin Cristo, tampoco podemos arrepentirnos si el Espíritu de Cristo no nos despierta la conciencia. Cristo es la Fuente de todo impulso recto. Él es el único que puede implantar enemistad contra el pecado en el corazón. Todo deseo de verdad y pureza, toda convicción de nuestra propia pecaminosidad, es un indicio de que su Espíritu está obrando en nuestro corazón” (*El camino a Cristo*, p. 25).

Si necesitas perdón, busca a Cristo ahora. Pídele un “corazón limpio” y un “espíritu fiel” (Salmos 51:10).





¿Venganza o perdón? La elección es tuya

“Pues nos ha nacido un niño, un hijo se nos ha dado; el gobierno descansará sobre sus hombros, y será llamado: Consejero maravilloso, Dios poderoso, Padre eterno, Príncipe de paz” (Isaías 9:6).

Cuando alguien te hace algo malo, ¿cómo reaccionas? ¿Respondes con agresión? ¿Sientes que, si no reaccionas de la misma forma, serás considerado débil? En realidad, no devolver el daño no es señal de debilidad, sino la actitud de alguien que simplemente no se identifica con una sociedad agresiva y cínica.

Los medios de comunicación, muchas veces, incitan y promueven la violencia social. En el fútbol, por ejemplo, utilizan términos como “destruyó” o “humilló” para describir los resultados de los partidos. En contraste, algunas tribus indígenas juegan fútbol de manera amigable, sin preocuparse por el resultado. Se divierten y, al final del partido, no hay humillación para el equipo perdedor. Los “medios” de estas comunidades no destacan los resultados con titulares como: “¡Tal tribu aplastó a esta tribu por 3 a 1!” No hay peleas, tiroteos ni provocaciones entre sus hinchas.

¿Cómo lidió Cristo con los agresivos y violentos de su época? ¿Respondía con la misma violencia? ¿Usaba armas? ¿Discutía acaloradamente? En Juan 8:59, vemos que, cuando los fanáticos tomaron piedras para apedrearlo, él se retiró en calma. Este comportamiento no fue una señal de cobardía o debilidad; él sabía que no tiene sentido confrontar con la misma agresividad a personas movidas por la envidia y la prepotencia.

Cuando el apóstol Pedro –aún impulsivo y agresivo antes de su transformación espiritual– desenvainó una espada, atacó al siervo del sumo sacerdote y le cortó la oreja derecha, Jesús no elogió su acción. En lugar de eso, Cristo dijo: “Guarda tu espada. Los que usan la espada morirán a espada” (Mateo 26:52).

¿Estás dispuesto a seguir las palabras de Jesús, para promover la paz y la honestidad en un mundo violento y corrupto o continuarás devolviendo los daños y perpetuando el ciclo de violencia? La verdadera grandeza está en la mansedumbre. La mansedumbre de Cristo es lo que venció y sigue venciendo al mundo. ¿Y si buscas más la presencia de Jesús, el Príncipe de Paz, en este último sábado del año? Elige amar y perdonar. Tú serás el principal beneficiado.

