

Septiembre-Octubre de 2009

# Las Buenas Noticias

REVISTA DE COMPRENSIÓN BÍBLICA



## Qué hacer después de decir: **¡Sí!**

Temor y depresión: Cinco claves para superarlos  
Europa y la iglesia, Parte III: La iglesia primitiva

# Contenido

## Temor y depresión: Cinco claves para superarlos . . . . . 1

*¿Se siente ansioso y deprimido? ¿Qué debemos hacer para combatir esta forma tan negativa de pensar? ¿Le ofrecemos cinco claves que le pueden ayudar!*

## Fe y fidelidad:

### Base fundamental de las relaciones y las responsabilidades . . . . . 4

*¿Confía usted en Dios por completo? ¿Hasta qué punto vive usted de acuerdo con esto, para que él también pueda confiar en usted?*

## Europa y la iglesia, Parte III:

### La iglesia primitiva . . . . . 6

*Los primeros cristianos creían que el regreso de Jesucristo le pondría fin al Imperio Romano. Pero ese imperio continuaría por muchos siglos. La relación entre el estado y la iglesia causó muchos conflictos en ésta e incidió en el desarrollo de una iglesia muy distinta.*

### Qué hacer después de decir: ¡Sí! . . . . . 8

*El matrimonio puede y debe ser la relación más satisfactoria de nuestras vidas. Ya que en ciertos países hasta la mitad de los matrimonios fracasan, es muy importante saber qué hacer después de decir "¡sí, acepto!"*

### La verdad acerca del amor . . . . . 12

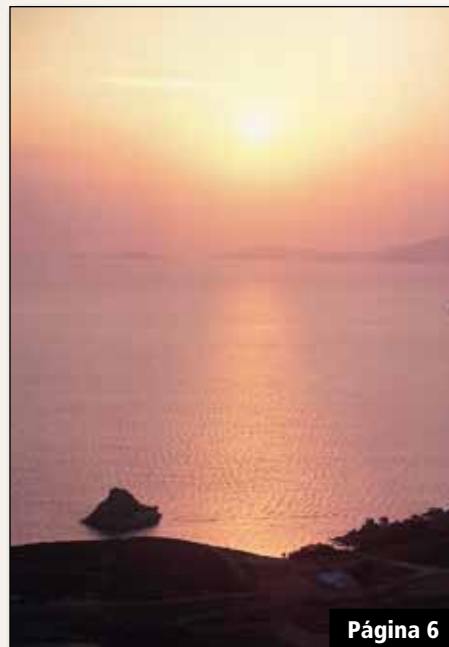
*Una entrevista con la Dra. Pat Love, autora de dos libros sobre el matrimonio.*

### 1848, 1989, 2009—¿Acaso veremos otro año de revoluciones? . . . . 14

*1848 es conocido como el año de las revoluciones, a medida que todas las naciones europeas sufrían las manifestaciones violentas de un descontento social que finalmente condujo al colapso del antiguo orden mundial. ¿Podría ser 2009 otro año de revoluciones?*

### Bájese del carrusel sexual. . . . . 17

*Millones de personas se encuentran atrapadas en las mentiras prometidas por la revolución sexual. Si usted es una de sus víctimas, ¿qué puede hacer para comenzar de nuevo?*



Página 6



Página 8

#### Septiembre-Octubre de 2009 • Volumen 14, Número 5

*Las Buenas Noticias* es una publicación bimestral de la Iglesia de Dios Unida, una Asociación Internacional, P.O. Box 541027, Cincinnati, Ohio 45254-1027, EE.UU.

#### Edición en inglés:

Director: Scott Ashley  
Director de arte: Shaun Venish

#### Edición en español:

Director general: Leon Walker

**Colaboradores especiales:** Pablo Dimakis Santín,  
María Mercedes de Hernández, Ralph D. Levy,  
Blanca Roybal, Catalina Roig de Seiglie

#### Cuerpo editorial:

Jerold Aust, Roger Foster, Bruce Gore, Paul Kieffer,  
Graemme Marshall, Melvin Rhodes, Tom Robinson,  
John R. Schroeder, Richard Thompson, David Treybig, Lyle Welty

#### Consejo de Ancianos de la Iglesia de Dios Unida:

Scott Ashley, Bob Berendt, Aaron Dean, Bill Eddington,  
Jim Franks, Roy Holladay, Doug Horchack, Paul Kieffer,  
Victor Kubik, Darris McNeely, Melvin Rhodes, Robin Webber

Salvo indicación contraria, las citas bíblicas son de la versión Reina-Valera, revisión de 1960.

**Suscripciones:** Esta revista se envía *gratuitamente* a toda persona que la solicite. El precio de las suscripciones ha sido pagado por los miembros de la Iglesia de Dios Unida y otros colaboradores que voluntariamente contribuyen al respaldo de esta labor. Si desea obtener una suscripción gratuita, sólo tiene que solicitarla a la dirección más cercana a su domicilio o por medio de nuestro portal en Internet.

Puede enviar sus comentarios, preguntas o solicitudes a cualquiera de estas direcciones:

**Argentina:** Casilla 118 • Centenario • Neuquén

**Bolivia:** Casilla 8193, Correo Central, La Paz

**Chile:** Casilla 10386, Santiago

**Colombia:** Apartado Aéreo 246001, Bogotá D.C.

**Estados Unidos:** P.O. Box 541027, Cincinnati, OH 45254-1027

Teléfono: (001) (513) 576-9796

Fax (001) (513) 576-9795

**Guatemala:** Apartado Postal No. 42-F, Ciudad de Guatemala **Perú:** Apartado 11-073, Lima  
Apartado 923, Trujillo

Correo electrónico: [info@ucg.org](mailto:info@ucg.org)

Sitios en Internet: [www.iduai.org](http://www.iduai.org)

[www.lasbuenasnoticias.org](http://www.lasbuenasnoticias.org)



# Temor y depresión: Cinco claves para superarlos

Por Noel Hornor

¿Se siente ansioso y deprimido? Con la crisis económica mundial no debe sorprendernos que tengamos esta clase de sentimientos. ¿Qué debemos hacer para combatir esta forma tan negativa de pensar? A continuación le ofrecemos cinco claves que le pueden ayudar.

La crisis financiera actual está afectando a la población de muchas maneras. Algunos han perdido sus empleos. Otros temen que si la economía continúa igual, también van a perder los suyos. A otros les preocupa no poder pagar las hipotecas de sus casas y que entonces se las quiten. Un número importante de personas temen que esta situación económica nos conduzca a otra Gran Depresión.

Todas estas inquietudes contribuyen a un sentimiento generalizado de ansiedad y desespero. Sabemos que el temor y la depresión no son algo nuevo. Son algo que ha estado presente desde que la humanidad existe.

Algunos temores son aceptables. Hay temores que nos impulsan a cuidarnos y a proteger nuestra vida y nuestra salud. (El temor a Dios es un temor saludable que nos impulsa a estar cerca de él y de su poder para juzgar y decidir nuestro destino eterno, haciendo que lo respetemos y obedezcamos sus mandamientos en lugar de burlarnos y despreciarlos.)

Sin embargo, cuando los temores normales llegan al punto de interferir con un estado mental saludable, o son un obstáculo que nos impide funcionar efectivamente en la vida, entonces estos se convierten en problemas.

Demos un vistazo a la magnitud del problema y analicemos algunas formas de enfrentarlo en nuestras vidas.

## Un problema muy común con una larga historia

El número de personas que tiene este problema es realmente sorprendente. El Instituto Nacional de Salud Mental de los Estados Unidos estima que en un año, el número de estadounidenses adultos que sufren de alguna forma de fobia, un temor tan extremo que bloquea la capacidad de funcionar normalmente, es uno de cada 11. Un ejemplo de esto es la acrofobia, el temor a las alturas. Una persona que presente una fobia severa de este tipo puede sentir temor aun de entrar a un edificio alto o incluso tener miedo de subir a los pisos superiores.

Al hacer una investigación acerca de las fobias y los temores encontramos un listado de cientos de ellas, que varían desde la ablutofobia (miedo a lavarse o a bañarse) hasta la zoofobia (temor a los animales). Algunas de estas fobias son relativamente comunes y otras son muy raras.

Las personas que sufren de ansiedad, o sensación constante de intranquilidad, son aún más numerosas. Aunque en general es menos intensa que las fobias, la ansiedad también puede alcanzar un grado tal que incapacita a las personas que la sufren. En general, cualquier temor que no esté orientado hacia Dios o no sea saludable, representa un obstáculo para nuestra felicidad normal y nuestro bienestar.

El temor dañino comenzó en los seres humanos cuando Adán y Eva desobedecieron a Dios (Génesis 3:10). Después de desobedecerlo, temieron a Dios; antes, lo consideraban un amigo. Dios dijo que el terror y el temor serían parte de las maldiciones que vendrían sobre su pueblo Israel si lo desobedecían (Levítico 26:16-17).

## La compañera del temor: la depresión

De la misma forma que los temores malsanos, la depresión también ha estado presente en la humanidad desde que el hombre se apartó de los mandamientos de Dios. Cuando Caín y Abel le trajeron ofrendas a Dios, “miró el Eterno con agrado a Abel y a su ofrenda, pero no miró con agrado a Caín y a la ofrenda suya” (Génesis 4:4-5). Aunque en el relato del Génesis no se nos dice explícitamente por qué Dios no miró con agrado la ofrenda de Caín, 1 Juan 3:12 implica que Dios no la aceptó porque el mal estaba presente en la vida de Caín.

Es interesante notar la reacción de Caín ante el rechazo: “Y se ensañó Caín en gran manera, y decayó su semblante. Entonces el Eterno dijo a Caín: ¿Por qué te has ensañado, y por qué ha decaído tu semblante?” (Génesis 4:5-6). El primer pasaje en la Biblia en el que aparece registrado un caso de depresión está relacionado con el pecado.

El temor y la depresión con frecuencia van juntos. El Dr. Archibald Hart, sicólogo y escritor, explica que “no es frecuente encontrar una depresión que no esté aunada con la ansiedad, o encontrar la ansiedad sin algún grado de depresión. Son dos caras de la misma moneda.” (*The Anxiety Cure* [El Tratamiento de la Ansiedad], 1999, p. 170).

Estos compañeros de viaje con frecuencia nos hacen la vida miserable, por lo tanto, es bueno que sepamos cómo afrontarlos y superarlos. La terapia profesional y los medicamentos son utilizados a menudo con éxito, pero en este artículo vamos a examinar cinco herramientas que podemos utilizar para enfrentar de una forma efectiva el temor y la depresión.



## 1. Registre sus sentimientos en un diario

Un método que funciona para muchas personas es el de anotar sus sentimientos.

El Dr. Hart afirma: “¿Cómo puede cambiar sus hábitos de pensamiento sin embarcarse en una terapia de por vida? Una forma de lograrlo es conseguir una libreta en la que pueda anotar sus sentimientos cada vez que los tenga claros” (p. 113).

Los pensamientos erróneos acerca de ciertas situaciones en la vida o sentimientos provocados por la forma en que los demás se relacionan con nosotros pueden llevarnos a la depresión o a la ansiedad. Tal vez usted nunca lo haya visto así, ¡pero la utilidad de un diario está reconocida por los profesionales de la salud y también por la Biblia!

David, el siervo de Dios, aunque generalmente era un hombre de gran coraje y una mente estable, algunas veces sufría de depresión y ansiedad. Por ejemplo, él habla de depresión cuando dice: “Tú eres mi lámpara, oh Eterno; mi Dios alumbrará mis tinieblas” (2 Samuel 22:29). También expresó vívidamente la depresión y la ansiedad en el Salmo 22:1, cuando dijo: “Dios mío, Dios mío; ¿por qué me has desamparado? ¿Por qué estás tan lejos de mi salvación y de las palabras de mi clamor?”.

Los eruditos bíblicos ven en este salmo una profecía acerca de la angustia del Mesías,

pero este salmo también expresa las profundas emociones que David sentía, aunque no sepamos exactamente qué circunstancias de su vida desencadenaron estos pensamientos.

La pluma de David expresó su agonía a medida que se desarrollaba el salmo, aunque al final sus palabras suenan llenas de júbilo (vv. 25-31).

David es el autor principal del libro de los Salmos. Por medio de esta maravillosa colección todos podemos aprender de los sucesos de la historia de su vida; en muchos de ellos podemos ver sus fuertes emociones. Casi sin excepción, los escritos de David terminan con una nota de júbilo; él lograba procesar sus ansiedades y preocupaciones al escribirlas y derramar su corazón delante de Dios. Podemos leer los salmos y sentirnos inspirados, y también podemos escribir nuestros sentimientos para llevarlos delante de Dios y así levantar nuestro ánimo.



## 2. Reduzca su nivel de estrés

Vivimos en un mundo acelerado, lleno de estrés. El estrés es una de las causas de la ansiedad

y la depresión. El autor y consejero Rex Briggs, escribió: “Hay mucha presión externa en esta forma de sociedad, y muy poco respaldo emocional. Tal vez a esto se deba que los desórdenes de ansiedad estén creciendo a un ritmo tan acelerado, y sea el principal motivo de consulta siquiátrica de las personas” (*Transforming Anxiety, Transcending Shame* [Transformando la ansiedad, trascendiendo la vergüenza], 1999, p. 39).

Algunas personas son más vulnerables, especialmente aquellas que están involucradas en ocupaciones que implican cuidar y respaldar, ya sea física o emocionalmente, a otros. Las investigaciones demuestran que estas personas son tres veces más propensas que las demás a sufrir de depresión, ansiedad, insomnio y estrés.

Las madres generalmente tienen una gran carga en este sentido, especialmente si el padre no está presente, lo cual podría hacerlas víctimas de la depresión.

Sin importar la profesión, aquellos que quieren evitar el estrés excesivo deben mantener un equilibrio. Esto incluye dormir lo suficiente y hacer ejercicio. Se ha demostrado que el ejercicio es un método efectivo para reducir el estrés.

No hace mucho, las personas trabajaban en actividades que involucraban una labor física,

o en muchos casos tenían que caminar un buen trecho para llegar al sitio de trabajo. Hoy, sin embargo, la mayoría de las personas utiliza el automóvil o alguna forma de transporte público, y su trabajo es relativamente sedentario. Muchos ya no se encargan de las labores de limpieza y de mantenimiento de sus hogares.

Uno de los frutos de todo esto es que muchas personas no participan en actividades que pueden ayudarlas a combatir el estrés. La falta de ejercicio contribuye a la falta de descanso y de sueño, lo cual agrava aun más el ciclo del estrés en la vida diaria.

Un remedio sencillo para quemar un poco de ese estrés que uno siente, es iniciar un programa de ejercicios. Las investigaciones han demostrado que actividades tales como caminar son muy efectivas para descansar y aliviar el estrés.

La Biblia fue escrita en una época en la cual las personas eran activas físicamente y no requerían un programa de ejercicios, tal como nosotros lo necesitamos en la actualidad. La Biblia reconoce, sin embargo, que “...el ejercicio físico trae algún provecho...” (1 Timoteo 4:8, NVI).



## 3. Mantenga una dieta apropiada

La mayoría de los profesionales de la salud entienden que algunos alimentos son benéficos y otros no, especialmente si se consumen en exceso. Algunos alimentos incrementan nuestros tranquilizantes naturales, en tanto que otros son esencialmente estimulantes. Ambos pueden ser útiles, pero necesitamos mantener el equilibrio.

Ya que la Biblia es la Palabra inspirada y revelada de Dios a la humanidad, primero debemos acudir a ella para buscar guía y dirección en cuanto a los temas de nutrición y dieta. Dios le dio a su pueblo instrucciones acerca de lo que debía comer y lo que debía evitar, y le proveyó un medio ambiente propicio para que tuvieran una dieta saludable y balanceada.

“La comida normal de un israelita común y corriente de la Biblia, consistía en pan, aceitunas, aceite, suero de leche y queso de sus ganados; frutas y vegetales de sus tierras y jardines; y en raras ocasiones, carne” (Fred Wight, *Manners and Customs of the Bible Lands* [Usos y costumbres de las tierras bíblicas], 1987, p. 43).

La *Biblia Almanac* también afirma de una forma similar: “Los productos vegetales eran

la parte fundamental de la dieta... Con frecuencia, utilizaban la carne para agasajar a un extranjero o a un huésped ilustre. Los cereales y granos eran una parte importante de la dieta... las frutas y el pescado eran los favoritos de todos” (James Packer, Merrill Tenney y William White, editores, 1980, p. 465).

Muchos profesionales de la salud mental enfatizan la importancia de una alimentación sana para tener buena salud mental, y recomiendan un equilibrio entre los grupos principales de alimentos. Estos incluyen frutas y vegetales, cereales enteros, productos derivados de la leche, proteínas, tal como lo descrito anteriormente.

Una persona que esté sufriendo de ansiedad debería limitar el consumo de sustancias estimulantes, incluyendo la cafeína. Cuando alguien está sufriendo de depresión, si decide consumir bebidas alcohólicas, deberá hacerlo con bastante moderación.

“Por el placer se hace el banquete, y el vino alegra a los vivos” (Eclesiastés 10:19), pero el alcohol también es un depresor del sistema nervioso central. El consumo excesivo de alcohol hará que una persona deprimida se hunda más en la depresión. “El vino es escarnecedor, la sidra alborotadora, y cualquiera que por ellos yerra no es sabio” (Proverbios 20:1).



## 4. Reúname con otras personas

Como lo expresara el poeta inglés, John Donne, varios siglos atrás: “Nadie es una isla”.

Esta breve frase expresa una verdad vital y sencilla: No es bueno estar solo. Al principio, cuando Dios creó a Adán, afirmó: “No es bueno que el hombre esté solo; le haré ayuda idónea para él” (Génesis 2:18).

La verdad es que necesitamos a otras personas, especialmente cuando afrontamos desafíos y crisis en la vida. Eclesiastés 4:9-10, nos dice: “Mejores son dos que uno... Porque si cayeren, el uno levantará a su compañero; pero ¡ay del solo! que cuando cayere, no habrá segundo que lo levante”.

El propósito de Dios es que compartamos las experiencias de la vida. Es especialmente crucial que tengamos a alguien para compartir nuestras cargas cuando estamos afrontando el difícil peso del temor o la depresión.

Sin tener a alguien con quien compartir nuestras cargas, podremos llegar a pensar que estas son insoportables. Pero la verdad es que ninguna prueba es demasiado grande si tenemos la ayuda de Dios y un sano compañeris-

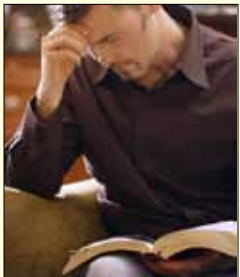
mo con otros cristianos y con Dios (Filipenses 4:13; 1 Juan 1:3).

Otras personas pueden ayudarnos a ver el lado amable de la vida, aun cuando todo parezca desolador. El humor es una herramienta valiosa que nos provee equilibrio frente a los pensamientos y sentimientos extremos y por naturaleza nos ayuda a contrarrestar el temor y la depresión. Se afirma que “la risa es el mejor remedio”, y es uno de los antidotos principales contra los trastornos mentales. La depresión no es sólo una aflicción mental. También se debe a un desequilibrio en las endorfinas, los químicos “buenos” del cerebro, y el humor ayuda a liberarlas.

Hace mucho tiempo la Biblia expresó la eficacia del humor para dar alivio a un espíritu deprimido: “El corazón alegre constituye buen remedio; más el espíritu triste seca los huesos” (Proverbios 17:22).

Cuando los cristianos se reúnen se pueden edificar mutuamente, en un efecto de sinergia comparado con el hierro que se afila con otro hierro (Proverbios 27:17).

“Cuando todo se ha dicho y hecho, la mejor garantía para tener una vida larga y saludable puede ser las conexiones que usted tiene con otras personas” (Nancy Shute, Prescription: Don't Be Lonely [Receta: No sea solitario], *U.S. News and World Report*, 12 de noviembre de 2008).



## 5. Desarrolle una relación con Dios.

Lo más importante que usted puede hacer para combatir y superar el miedo y la de-

presión es desarrollar una relación dinámica con Dios. Las investigaciones seculares y las instrucciones bíblicas también comprueban la efectividad de ello.

En algún momento los psicólogos creyeron que la fe en Dios era algo que nos alejaba del bienestar psicológico, pero las investigaciones han concluido algo distinto. “Los psicólogos modernos predijeron que la religión sería definida como una neurosis que eventualmente sería superada; en lugar de esto, el compromiso religioso ha demostrado empíricamente ser un componente fundamental de la salud mental básica” (Patrick Glynn, *God: The Evidence* [Dios: la evidencia], 1999, p. 19-20).

Más adelante afirma: “Las personas comprometidas con una fe religiosa afirman tener un nivel más alto de felicidad y bienestar psicológico en su vida que los agnósticos y los ateos” (p. 61-62).

# Cuando los temores normales llegan al punto de interferir con un estado mental saludable, estos se convierten en problemas.

La Biblia es esencialmente un manual de instrucciones que nos enseña cómo debemos comportarnos y vivir nuestra vida. Si lo aplicamos, nos asegura que tendremos paz y felicidad.

Muchos de sus pasajes nos aseguran que una relación con Dios enriquecerá nuestra vida: “Mucha paz tienen los que aman tu ley, y no hay para ellos tropiezo” (Salmo 119:165). “Porque no nos ha dado Dios espíritu de cobardía, sino de poder, de amor y de dominio propio” (2 Timoteo 1:7). El amor es uno de los atributos del Espíritu Santo de Dios, y “el perfecto amor echa fuera el temor” (1 Juan 4:18).

El Salmo 19 tiene varias frases que describen cómo la Palabra de Dios crea una mente saludable. Convierte el alma (v. 7), alegra el corazón y alumbró los ojos (v. 8).

Otro elemento para tener una relación saludable con Dios es la oración. Los hombres y mujeres de Dios en la Biblia oraban. Jesús les dijo a sus discípulos que oraran, y les enseñó cómo hacerlo (Mateo 6:9-13). Jesús oraba regularmente a su Padre, y por lo menos en una ocasión oró toda la noche (Lucas 6:12). El oró en parte porque experimentaba las mismas emociones humanas y las tentaciones que todos experimentamos (Hebreos 4:15).

La noche antes de su muerte, Jesús estaba muy angustiado y dijo: “Es tal la angustia que me invade, que me siento morir” (Mateo 26:38, NVI). Él afrontó este momento orando intensamente tres veces a Dios (vv. 39-44), y al hacerlo se fortaleció para poder afrontar la dolorosa y terrible experiencia que tendría que vivir en las horas posteriores.

Las oraciones también pueden fortalecernos a nosotros en momentos de temor y depresión. Tanto David como el profeta Daniel enfrentaron momentos difíciles en su vida y ellos los afrontaron por medio de la oración. Ambos oraban habitualmente tres veces diarias (Salmo 55:17; Daniel 6:10). El Nuevo Testamento nos exhorta a “orar sin cesar” (1 Tesalonicenses 5:17).

Otra herramienta que tenemos para nuestra salud mental en nuestra relación con Dios es la meditación. La meditación es el pensamiento enfocado. “Ninguna cantidad de meditación puede borrar mágicamente el estrés de perder un trabajo o un ser querido. Pero puede ayudarnos a sobrellevarlo” (Michelle Andrews, “How to Beat Stress and Anguish Through Meditation” [Cómo combatir el estrés y la angustia por medio de la meditación], *U.S. News and World Report*, 29 de diciembre de 2008).

El apóstol Pablo le dijo a Timoteo que debía meditar en la Palabra de Dios: “Entre tanto que voy, ocúpate en la lectura, la exhortación y la enseñanza... Ocúpate en estas cosas; permanece en ellas...” (1 Timoteo 4:13-15). El autor del Salmo 119 dijo que el meditaba en la ley de Dios (v. 97).

Si usted siente que su vida está agobiada por preocupaciones, estrés y ansiedad, al finalizar el día es un buen momento para examinar su pensamiento y renovar su forma de pensar. El Dr. Hart aconseja: “Cuando usted se da cuenta que sus afanes y ansiedad están paralizando su pensamiento, es un buen momento para hacer una limpieza mental y deshacerse de todo aquello que no es importante” (p. 204).

### Por encima de todo, busque el Reino de Dios y su forma de vida

La preocupación es una forma de miedo, y la preocupación excesiva puede transformarse en depresión. Jesús sabía que somos dados a preocuparnos, y por eso les dijo a sus discípulos: “No os afanéis por vuestra vida, qué habéis de comer o qué habéis de beber; ni por vuestro cuerpo, qué habéis de vestir” (Mateo 6:25). Además, agregó: “...vuestro Padre celestial sabe que tenéis necesidad de todas estas cosas. Mas buscad primeramente el reino de Dios y su justicia, y todas estas cosas os serán añadidas” (Mateo 6:32-33).

La solución definitiva para todas las necesidades y problemas de la humanidad es que Jesucristo regrese, que Dios establezca su reino y que la humanidad reciba el don de la vida eterna. Pero Dios ha prometido proveerles todas las necesidades básicas ahora a todos aquellos que lo busquen, y además les ha hecho una promesa inquebrantable de que aquellos que se arrepientan y se vuelvan a él para obedecerlo, al final vivirán por siempre en su reino eterno.

Ojalá todos podamos creer lo que Dios nos dice en Isaías 41:10: “No temas, porque yo estoy contigo; no desmayes, porque yo soy tu Dios que te esfuerzo; siempre te ayudaré, siempre te sustentaré con la diestra de mi justicia”. **BN**





# Fe y fidelidad: Base fundamental de las relaciones y las responsabilidades

*¿Confía usted en Dios por completo? ¿Hasta qué punto vive usted de acuerdo con esto, para que él también pueda confiar en usted? Cuando Jesucristo regrese, ¿no sería maravilloso que nos diga complacido: “Bien, buen siervo y fiel”?*

Por Donald Hooser

**U**na famosa expresión latina, *Semper Fidelis*, significa “siempre fiel”. Dios es siempre fiel y debemos aprender a confiar en su palabra. ¿Lo hacemos así? ¿Cuánto se puede confiar en usted y en mí?

“Son muchos los que proclaman su lealtad, ¿pero quién puede hallar a alguien digno de confianza?” (Proverbios 20:6, Nueva Versión Internacional). Cada vez es más difícil encontrar a alguien de cuyo amor y lealtad podamos estar seguros. ¡Hay tantas personas falsas e infieles!

Es triste leer la profecía de Pablo acerca de las actitudes y hábitos que las personas tendrían en “los postreros días” (2 Timoteo 3:1): “...habrá hombres amadores de sí mismos... blasfemos... sin afecto natural... calumniadores... traidores...” (vv. 2-4). Las consecuencias para la sociedad son desastrosas.

Los matrimonios y las familias son las principales víctimas. Cada vez hay menos personas dispuestas a comprometerse de por vida. Y una gran mayoría de quienes hacen los votos matrimoniales (aún “delante de Dios”), más tarde los rompen de una forma u otra. Cuando alguien engaña o abandona a su cónyuge, Dios dice que ha “sido desleal” con el compañero de su pacto (Malaquías 2:14-16). Dios aborrece esta forma de infidelidad y deslealtad.

Toda buena relación está construida sobre el fundamento de la fe y la fidelidad, una confianza mutua que nace de la credibilidad. Un buen matrimonio se define comúnmente como una esposa fiel y un esposo fiel. Un buen amigo es un amigo *verdadero* o un amigo *fiel*, no alguien que cambia con el viento, sino que en “todo tiempo ama” (Proverbios 17:17). Un buen empleado es un empleado digno de *confianza*, del que se puede *depender*.

Aunque todos fallamos algunas veces, siempre podemos contar con Dios. Esto es lo que nos permite tener absoluta confianza y fe en él. Es crucial que respondamos a esta fidelidad de Dios el Padre y Jesucristo con una fe profunda y viva, de tal forma que les

podamos dar siempre lo mejor de nosotros mismos, nuestra lealtad, fidelidad, obediencia y devoción.

## Producido por el Espíritu Santo

El estándar de fe y fidelidad que Dios tiene es muchísimo más grande del que podemos alcanzar con nuestras propias fuerzas humanas. Para alcanzar este nivel de fe y llegar a ser verdaderamente fieles como Dios lo es, ¡debemos *buscar su ayuda* con todo nuestro corazón! Debemos pedirle fe y fidelidad. Debemos *leer la Biblia* para aprender y para poder llegar a confiar en la fidelidad de Dios (Romanos 10:17), y sentirnos inspirados a seguir su ejemplo así como otros siervos lo han hecho en el pasado. Buscar la comunión con “la Iglesia de Dios”, dónde otros también están tratando de seguir a Dios fielmente aún en la actualidad (Hechos 2:42; 20:28).

Y para realmente “perseverar” espiritualmente, debemos tener el Espíritu de Dios morando en nosotros (2 Timoteo 1:13-14).

¿Cómo obtenemos el Espíritu de Dios? Después de predicar un sermón inspirado y elocuente, el apóstol Pedro les dijo a quienes le oían: “*Arrepentíos, y bautícese cada uno de vosotros en el nombre de Jesucristo para perdón de los pecados; y recibiréis el don del Espíritu Santo*” (Hechos 2:38).

El Espíritu de Dios nos imparte la naturaleza de Dios, que se desarrolla en nosotros gradualmente, de la misma forma en que un fruto se va madurando en el árbol.

El fruto que produce el Espíritu de Dios está formado por muchas características maravillosas. El apóstol Pablo hizo una lista de las más importantes. La NVI la rinde así: “En cambio, el fruto del Espíritu es amor, alegría, paz, paciencia, amabilidad, bondad, *fidelidad* y dominio propio...” (Gálatas 5:22-23).

En lugar de “fidelidad”, la versión Reina Valera de 1960 utiliza “fe”. Esto es consistente con la forma en que la palabra griega *pistis* se traduce en el Nuevo Testamento—incluyendo las numerosas veces que aparece en la

epístola a los Gálatas. Sin embargo, la mayoría de las traducciones modernas de la Biblia utilizan “fidelidad” o un término semejante.

Tal vez esto se deba en parte a que la fe, nuestra creencia y confianza en Dios, normalmente se ve como algo que viene de nosotros mismos, no como el resultado del Espíritu de Dios en nosotros. Y es cierto que la fe en Dios se manifiesta con el arrepentimiento, antes de recibir el Espíritu Santo. Sin embargo vemos que la fe se menciona como un don del Espíritu (1 Corintios 12:9).

El libro de Gálatas dice que debemos tener y vivir por “la fe de Cristo” (Gálatas 2:16, 20). Apocalipsis 14:12 dice que los verdaderos siervos de Dios “guardan los mandamientos de Dios y la fe de Jesús”.

¿Cómo podemos reconciliar estas escrituras? La respuesta se relaciona con diferentes grados de fe. Nuestra fe inicial en Dios se presenta antes de recibir su Espíritu Santo, aunque esta sea una respuesta a lo que Dios nos muestra en la vida y la ayuda que nos da para que creamos en él. Pero después de recibir el Espíritu Santo, Dios el Padre y Jesucristo vienen a morar en el creyente, cambiando su carácter desde adentro. Esto incluye el aumento notorio de la fe de la persona.

Con una fe más profunda, la persona será guiada a confiar totalmente en Dios con respecto a las bendiciones de obedecer su ley y las consecuencias de desobedecerla. Esto nos motivará a obedecer a Dios con todo el corazón y siempre estaremos dispuestos a volvernos a él en arrepentimiento cuando tengamos fallas y caídas. Esta fe *viva* es una fe que *salva*. Viene por medio del Espíritu Santo. (Si desea conocer más sobre el tema, solicite nuestro folleto gratuito, *Usted puede tener una fe viva*.)

En todo este asunto, lo más importante no es si la palabra correcta es “fe” o “fidelidad”. Si tenemos una fe viva, responderemos con fidelidad. La fe viva en sí es un fruto del Espíritu Santo de Dios, y la fidelidad es el resultado de ella.

De hecho, el espíritu de Dios es el único poder lo suficientemente grande como para ayudarnos a vencer “los frutos de la carne”, nuestra naturaleza humana egoísta (Gálatas 5:19-21). El resultado de este egocentrismo son los ejemplos rampantes de *infidelidad*, tales como el adulterio (infidelidad al propio cónyuge), fornicación (infidelidad al futuro

ser tan cuidadosos, e incluso más cuidadosos con las propiedades de *otros* como lo somos con las nuestras. Esta clase de confiable responsabilidad trae ciertas recompensas en esta vida y nos dará recompensas mayores en la vida eterna.

El siguiente pasaje habla acerca de los siervos o esclavos, pero podemos aplicar perfectamente estos principios al papel del empleado o ayudante:

“Siervos, obedeced en todo a vuestros amos terrenales, no sirviendo al ojo, como los que quieren agradar a los hombres, sino con corazón sincero, temiendo a Dios. Y todo lo que hagáis, hacedlo de corazón, como para el Señor y no para los hombres; sabiendo que del Señor recibiréis la recompensa de la herencia, porque a Cristo el Señor servís. Mas el que hace injusticia, recibirá la injusticia que hiciere, porque no hay acepción de personas” (Colosenses 3:22-25).

Los “amos” (jefes, supervisores, etc.) son igualmente responsables ante Dios por la manera en que tratan a quienes trabajan bajo ellos (Colosenses 4:1; Efesios 6:9).

### La fidelidad incluye la perseverancia

La perseverancia es una clave para el éxito en todo, incluyendo la participación en una carrera. Cuando Pablo escribió la segunda carta a Timoteo, estaba en prisión esperando la ejecución. Pero tenía paz porque sabía que había sido fiel a Dios.

Pablo escribió: “He peleado la buena batalla, he acabado la carrera, he guardado la fe” (2 Timoteo 4:7). ¡Ojalá podamos tener la misma certeza al final de nuestra carrera!

La recompensa final de nuestra perseverancia es la *vida eterna*. Jesús dijo: “Sé fiel hasta la muerte, y yo te daré la corona de la vida” (Apocalipsis 2:10). ¡Nunca debemos darnos por vencidos ni rendirnos!

En Mateo 24, Cristo les estaba dando a sus discípulos unas asombrosas profecías acerca del “fin del siglo” (v. 3). Del versículo 9 al 12, les habla acerca de la tribulación y la per-

secución. Luego, en el versículo 13, él dice: “Mas el que *persevere hasta el fin*, éste será salvo”.

Cristo dedica una buena parte de este capítulo a hablar acerca de su segunda venida, ¡en un momento en que la mayoría de las personas no lo estará esperando! Es el “siervo fiel y prudente” quien será enormemente recompensado, aquel que, motivado por la fe, ha continuado haciendo la voluntad de Dios y su obra, hasta el momento de su muerte o el momento en que Cristo regrese (Mateo 24:44-46; ver también Apocalipsis 22:12)

### Fidelidad a Dios y a Cristo

¿Cuál es la voluntad de Dios y cuál es su obra? Parte de la respuesta la encontramos en el capítulo siguiente. Incluye dar de comer al hambriento, de beber al sediento, brindar hospitalidad y vestido a quien lo necesite y cuidar de aquellos que están enfermos o en prisión (Mateo 25:31-46)

El Cristo que regresa es representado como un rey que va a decir: “De cierto os digo que en cuanto lo hicisteis a uno de estos mis hermanos más pequeños, a mi lo hicisteis” (v. 40). Debemos mostrar nuestro amor por Dios y Cristo por medio del amor que mostramos a los otros hijos de Dios (1 Juan 4:20-21). ¡*Hagámoslo!*

Además, en Mateo 25:14-30, Jesús les enseñó la parábola de los talentos (un talento era una cierta cantidad de dinero). La historia nos ilustra varias lecciones importantes.

Dios nos da a cada uno diferentes capacidades y oportunidades, y espera que las utilizemos para servirlo a él. Él nos va a recompensar generosamente de acuerdo con lo que hayamos crecido espiritualmente y hayamos servido en esta vida. Un “siervo inútil” que ha desperdiciado su tiempo y sus oportunidades en lugar de obedecer a Dios es llamado “malo y negligente”, y será castigado (vv. 26,30). Dios no acepta excusas; ni siquiera el temor a fallar.

Pero el punto principal de esta parábola es la maravillosa descripción del regreso de Cristo que vendrá para recompensar a sus fieles servidores, aquellos que creen en Dios y viven de acuerdo con esto.

A cada siervo fiel, el señor le dice: “*Bien, buen siervo y fiel*; sobre poco has sido fiel, sobre mucho te pondré; entra en el gozo de tu señor” (Mateo 25:21, 23).

Ojalá todos vivamos de acuerdo con la fe que el Espíritu de Dios desarrolla en nosotros, mostrando así la fidelidad que él desea. Y, al final, ¡que cada uno de nosotros pueda oír la maravillosa aprobación en el gran día en que Cristo regrese para recompensar a sus siervos fieles! **BN**



## Cada vez hay menos personas dispuestas a comprometerse de por vida. Y una gran mayoría de quienes hacen los votos matrimoniales más tarde los rompen.

cónyuge), idolatría y hechicería (infidelidad y traición contra Dios), y asesinatos (traición total a otro ser humano). ¡Que Dios nos ayude a ser diferentes!

### Fieles en todo, lo grande y lo pequeño

Veamos algunas lecciones importantes de fidelidad que encontramos en las Escrituras. Estas nos muestran cómo es que Dios juzga nuestro carácter.

“El que es fiel en lo muy poco, también en lo más es fiel; y el que en lo muy poco es injusto, también en lo más es injusto” (Lucas 16:10). Dios nunca pasa por alto ni justifica ninguna irresponsabilidad. Debemos probar siempre que somos dignos de confianza aún en las más pequeñas tareas.

“Pues si en las riquezas injustas no fuisteis fieles, ¿quién os confiará lo verdadero? (v. 11). ¡Dios juzga nuestro carácter de acuerdo con la forma en que manejamos *todos* nuestros asuntos!

“Y si en lo ajeno no fuisteis fieles, ¿quién os dará lo que es vuestro?” (v. 12). Debemos

# La iglesia primitiva

Por Melvin Rhodes

Los primeros cristianos aguardaban el regreso de Jesucristo durante el curso de sus vidas y creían que su venida le pondría fin al Imperio Romano. Pero ese imperio continuaría por muchos siglos. La relación entre el estado y la iglesia primitiva causó muchos conflictos en ésta e incidió notablemente en el desarrollo de una iglesia muy distinta.

Jesucristo vino a “predicar el evangelio del reino de Dios” (Marcos 1:14). En Lucas 9:1-2 vemos que los 12 discípulos también fueron enviados a predicar este crucial mensaje del Reino de Dios. “Habiendo reunido a sus doce discípulos, les dio poder y autoridad sobre todos los demonios, y para sanar enfermedades. Y los envió a predicar el Reino de Dios, y a sanar a los enfermos”.

Después de la muerte y resurrección de Jesucristo los apóstoles siguieron predicando el mismo mensaje. El apóstol Pablo, cuyo llamamiento fue posterior al de los 12 apóstoles originales, “entrando en la sinagoga, habló con denuedo por espacio de tres meses, discutiendo y persuadiendo acerca del Reino de Dios” (Hechos 19:8). Al final del mismo libro vemos que Pablo continuó “predicando el reino de Dios y enseñando acerca del Señor Jesucristo, abiertamente y sin impedimento” (Hechos 28:31).

Los judíos de la época de Cristo y los primeros cristianos (muchos de los cuales eran judíos de nacimiento) conocían muy bien las profecías del Antiguo Testamento sobre el reino. A la vez, estaban muy familiarizados con las profecías del libro de Daniel, que habían sido reveladas a Daniel en el siglo sexto antes de Cristo.

Cuando los discípulos le preguntaron a Jesús: “Dinos, ¿cuándo serán estas cosas, y qué señal habrá de tu venida, y del fin del siglo?” (Mateo 24:3), él respondió con una cita del libro de Daniel: “Por tanto, cuando veáis en el lugar santo la abominación desoladora de que habló el profeta Daniel . . .” (Mateo 24:15).

El mismo libro de Daniel describe una secuencia de imperios gentiles que tendrían profundo impacto en el pueblo judío. Daniel había sido llevado como esclavo a Babilonia, el primero de esos imperios, durante el reinado de Nabucodonosor, en el año 604 a.C. Dios lo usó poderosamente. En el capítulo 2 de Daniel vemos que Dios usa a su profeta para revelar a Nabucodonosor el significado de un sueño. En el sueño, el rey había visto una sucesión

de cuatro grandes imperios, el primero de los cuales era el suyo (Daniel 2:36-38). Después de Babilonia se levantaría otro gran reino, Persia, y “después otro”, Grecia (v. 39).

Después de esos tres habría un “cuarto reino”, el Imperio Romano (v. 40). Éste sería seguido por el Reino de Dios: “Y en los días de estos reyes el Dios del cielo levantará un reino

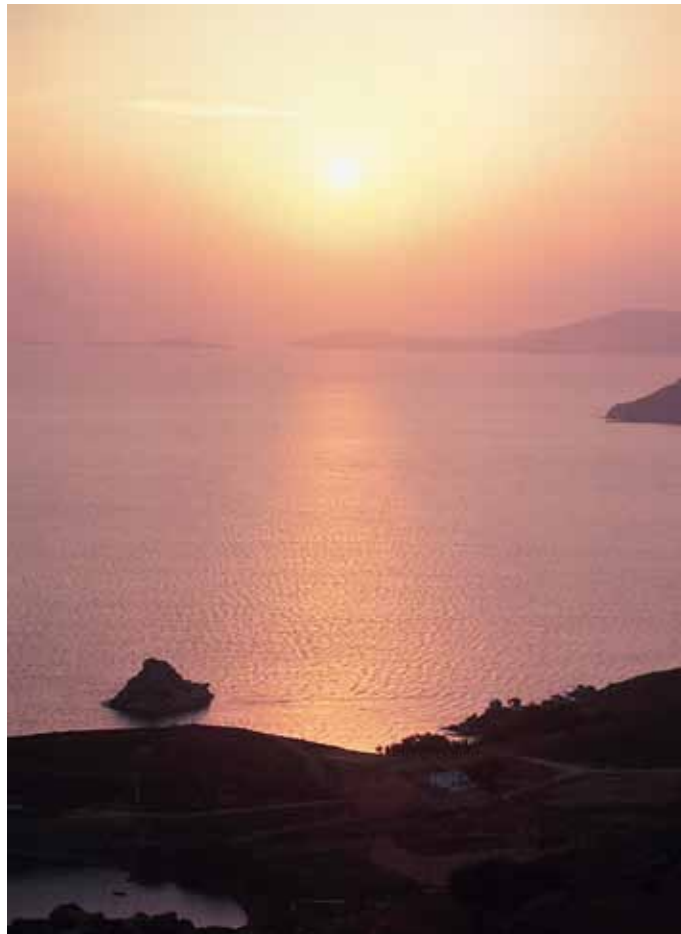
que no será jamás destruido, ni será el reino dejado a otro pueblo; desmenuzará y consumirá a todos estos reinos, pero él permanecerá para siempre” (v. 44). Inevitablemente, las esperanzas de los primeros cristianos se centran en el inminente regreso del Mesías.

Durante gran parte de su ministerio, el mismo apóstol Pablo creía que el retorno de Cristo estaba próximo. Él escribió a los tesalonicenses: “Por lo cual os decimos esto en palabra del Señor: que nosotros que vivimos, que habremos quedado hasta la venida del Señor, no precederemos a los que durmieron” (1 Tesalonicenses 4:15). A la iglesia de Corinto le escribió algo similar: “He aquí, os digo un misterio: No todos dormiremos; pero todos seremos transformados” (1 Corintios 15:51).

Lo que ellos no entendían era que el Imperio Romano duraría muchos siglos. Después de la desaparición final del Imperio Romano de Occidente en el año 476 d.C., la profecía señalaba que habría 10 resurgimientos del imperio a lo largo de la historia, que finalmente culminarían con la segunda venida del Mesías. Dios profetizó esto en Daniel 7:7:

“Después de esto miraba yo en las visiones de la noche, y he aquí la cuarta bestia, espantosa y terrible, y en gran manera fuerte, la cual tenía unos dientes grandes de hierro; devoraba y desmenuzaba, y las sobras hollaba con sus pies, y era muy diferente de todas las bestias que vi antes de ella, y tenía diez cuernos”.

Un cuerno es un símbolo de poder real. Después de la caída del Imperio de Occidente habría 10



**Juan recibió el Apocalipsis cuando estaba prisionero en la isla de Patmos.**



resurgimientos del imperio, que finalmente culminarían con el regreso de Jesucristo.

“Estuve mirando hasta que fueron puestos tronos, y se sentó un Anciano de días . . . y he aquí con las nubes del cielo venía uno como un hijo de hombre que vino hasta el Anciano de días, y le hicieron acercarse delante de él” (vv. 9, 13).

No les tocaría a los primeros cristianos saber cuánto faltaba para la segunda venida de Cristo. Justo antes de que Jesucristo ascendiera a los cielos, sus discípulos le preguntaron: “Señor, ¿restituirás el reino a Israel en este tiempo?” Notemos la respuesta de Cristo: “Y les dijo: No os toca a vosotros saber los tiempos o las sazones, que el Padre puso en su sola potestad” (Hechos 1:6-7).

El Mesías no sólo regresaría después de su era, sino que además la iglesia original sufriría una violenta ola de persecución.

### Persecución

Cuando la mayor parte del centro de Roma fue destruida en el desastroso incendio del año 64 d.C., el emperador Nerón culpó a los cristianos. Se cree que el mismo Nerón fue quien provocó el incendio, pero usó a los cristianos como chivos expiatorios. Ellos constituían una nueva religión que rechazaba los dioses romanos y que se negaba a adorar a los emperadores, supuestamente divinos. Para empeorar las cosas, su predicación acerca de un rey y de un reino que vendrían en el futuro, podía considerarse como traición.

El resultado fue una terrible persecución en la que los cristianos fueron cruelmente martirizados por sus creencias. El apóstol Pablo se hallaba entre los arrestados y, al parecer, fue ejecutado. Él les recordó a los cristianos que Jesucristo había predicho que sus seguidores sufrirían persecución (Juan 15:20), agregando que “también todos los que quieren vivir piadosamente en Cristo Jesús padecerán persecución” (2 Timoteo 3:12).

Parece que el apóstol Pedro fue ejecutado casi al mismo tiempo que Pablo. Pero la persecución empeoraría aún más.

Entre los años 66 y 70 d.C. la provincia de Judea se sublevó contra los romanos, lo cual hizo que los pueblos del imperio se volvieran en contra de los judíos. Como los primeros cristianos eran considerados una secta del judaísmo y compartían muchas creencias con ellos, como por ejemplo la observancia del séptimo día (el sábado) y de las fiestas santas anuales, los cristianos también fueron víctimas de la ira que descendió sobre los judíos.

### Disturbios en la iglesia

A estas alturas, algunos de los seguidores de Cristo habían abandonado la fe. Otros habían

## En el primer siglo de la era cristiana, la iglesia y el estado se hallaban en conflicto. La relación iglesia-estado sería un tema constante a lo largo de los siglos.

comenzado a connaturalizarse con la religión pagana de Roma. Con el tiempo, tal mezcla de ideas y prácticas llevaría a la formación de un cristianismo muy diferente del que habían practicado los primeros cristianos.

Había habido falsos cristianos desde el comienzo, la “cizaña” mezclada con el trigo, contra la cual Jesucristo mismo había advertido en Mateo 13:24-30. Judas Iscariote lo había traicionado. Más tarde los apóstoles habían tenido que lidiar con Simón el mago, quien “también creyó”, pero finalmente mostró lo que en verdad había en él (Hechos 8:9-24).

El apóstol Pablo advirtió a los gálatas, diciéndoles: “Estoy maravillado de que tan pronto os hayáis alejado del que os llamó por la gracia de Cristo, para seguir un evangelio diferente” (Gálatas 1:6). A los corintios se les exhortó de manera similar en 2 Corintios 11:4.

Más tarde Pablo les amonestó: “Después de mi partida entrarán en medio de vosotros lobos rapaces, que no perdonarán al rebaño. Y de vosotros mismos se levantarán hombres que hablen cosas perversas, para arrastrar tras sí a los discípulos” (Hechos 20:29-30). Llegó a decir incluso que los ministros de Satanás se transformarían en “ministros de justicia” (2 Corintios 11:15), así como “el mismo Satanás se disfraza como ángel de luz” (v. 14), haciéndose pasar por un falso Mesías.

Después de la muerte de los apóstoles Pablo y Pedro, y durante la última parte de su ministerio, el apóstol Juan subrayó el hecho de que muchos miembros habían dejado la iglesia incipiente: “Salieron de nosotros, pero no eran de nosotros, porque si hubieran sido de nosotros, habrían permanecido con nosotros; pero salieron para que se manifestase que no todos son de nosotros” (1 Juan 2:19).

En su segunda epístola escribió: “Porque muchos engañadores han salido por el mun-

do, que no confiesan que Jesucristo ha venido en carne. Quien esto hace es el engañador y el anticristo” (2 Juan 7).

Pero las cosas empeorarían todavía más. En su última epístola Juan escribió que un líder de la iglesia, posiblemente el pastor, estaba expulsando a los verdaderos fieles de su congregación (3 Juan 9-10).

Judas siguió alentando a los fieles: “. . . exhortándoos a que contendáis ardentemente por la fe que ha sido una vez dada a los santos. Porque algunos hombres han entrado encubiertamente . . . hombres impíos, que convierten en libertinaje la gracia de nuestro Dios, y niegan a Dios el único soberano, y a nuestro Señor Jesucristo” (Judas 3-4).

Empezaba a practicarse así el sincretismo (mezcla de filosofías religiosas, que en este caso era una mezcla de conceptos humanos con las enseñanzas originales de las Escrituras). Algunos cristianos comenzaban a cambiar sus creencias para encajar mejor en la sociedad romana.

Juan fue el apóstol que más sobrevivió. Bajo el emperador Domiciano (81-96), Juan fue apresado en la isla de Patmos en el mar Ageo. Domiciano persiguió cruelmente tanto a judíos como a cristianos, que para los romanos eran indistinguibles entre sí.

Estando en Patmos, Juan recibió el Apocalipsis de Jesucristo. Este libro finalmente ayudó a que los verdaderos seguidores de Jesucristo comprendieran que su regreso ocurriría en un futuro aún muy distante.

En el primer siglo de la era cristiana, la iglesia y el estado se hallaban en conflicto. La relación iglesia-estado sería un tema constante a lo largo de los siglos. No habría un intento por reconciliarlos hasta el siglo cuarto, más de 200 años más tarde. Pero para entonces la iglesia (una organización física y política) era muy diferente del cuerpo espiritual de Jesucristo y los apóstoles. **BN**

### Lectura suplementaria

Las profecías de la Biblia nos anuncian que antes de que Dios intervenga en los asuntos del hombre, van a ocurrir ciertos acontecimientos cataclísmicos. Todas estas profecías se cumplirán en algún momento. La gran incógnita es ¿cuándo?

En el folleto *¿Estamos viviendo en los últimos días?* analizamos lo que Jesús, los apóstoles y los profetas dijeron acerca del tiempo del fin.

Si usted desea recibir este folleto, sin costo ni obligación de su parte, sólo tiene que solicitarlo a nuestra dirección más cercana a su domicilio. O si lo prefiere, puede descargarlo directamente de nuestro portal en Internet.



[www.LasBuenasNoticias.org](http://www.LasBuenasNoticias.org)

# Qué hacer después de decir:

# ¡SÍ!



Por Jerold Aust

El matrimonio puede y debe ser la relación más satisfactoria de nuestras vidas. Según algunas investigaciones, las personas casadas viven más tiempo que las solteras. Ya que en algunos países aproximadamente la mitad de los matrimonios fracasan, es muy importante saber qué hacer después de decir “¡sí, acepto!”.

Cuando Carlos y Marta se conocieron, todo cambió para ellos. Repicaron las campanas, sus ojos brillaban, por todos lados oían música melodiosa y todo era mágico para este príncipe encantado que acababa de conocer a su Cenicienta.

Al principio, ninguno de ellos hablaba de matrimonio; éste ni siquiera era una posibilidad. Ambos habían disfrutado mucho la vida de solteros, sin ninguna preocupación en el mundo. O al menos eso parecía. Marta era una exitosa ejecutiva y Carlos pensaba estudiar una carrera universitaria.

En realidad, ninguno de los dos quería apresurarse a contraer nupcias. Pero ambos experimentaban un torrente desconocido de emociones, intenso y seductor, y se sentían irremediabilmente atraídos.

Carlos y Marta (nombres ficticios) no querían ocultar sus sentimientos, pero también se daban cuenta que el matrimonio era un paso

gigantesco para ellos. Desde su perspectiva personal, Carlos sopesaba la enorme responsabilidad de encargarse de Marta y de sus posibles herederos. ¿Sería este un paso demasiado grande para él?

Marta parecía aceptar más fácilmente la perspectiva y mostraba mucho entusiasmo cuando discutían el tema. En sus citas, estos enamorados pasaban largos ratos hablando de los problemas que podrían enfrentar una vez casados y se preparaban para formar una familia.

¿Cuál era su experiencia al respecto? Ninguno de ellos recordaba haber conversado con sus respectivos padres acerca de tan enorme responsabilidad. Pero a pesar de ello, estaban convencidos de que el suyo era amor a primera vista, y eso era más importante que cualquier preocupación que amenazara con empañar su futuro. Años más tarde, cuando les preguntaban acerca de su experiencia conyugal de los primeros años,

ambos coincidían en que al casarse, la parte del “sí, acepto” constituía solo el 10 por ciento de su matrimonio, mientras que el otro 90 por ciento lo conformaban el trabajo y la dedicación que invirtieron en su relación. Es decir, la parte del “sí, acepté”.

## Todos los matrimonios comienzan con un cóctel

Hoy en día, muchos hombres y mujeres jóvenes frecuentan bares y clubes nocturnos con la esperanza de encontrar al hombre o la mujer de sus sueños. Este no fue el caso de Carlos y Marta, pero sí compartieron un “cóctel” que no entendían, al igual que muchas parejas jóvenes.

La doctora Pat Love, consejera familiar y matrimonial y asesora de relaciones personales, ampliamente conocida en los Estados Unidos, conoce a fondo este “cóctel de amor”. Ella ha escrito dos libros y ha colaborado en otros dos, todos enfocados en la relación conyugal.

En su libro *The Truth About Love* [La verdad acerca del amor], la Dra. Love se refiere a la pócima o mezcla química que atrae a dos personas, lo que ella ha llamado “el cóctel del amor”.

En los albores de la relación de una pareja, este “cóctel de amor” fortalece el deseo de un

hombre y de una mujer para estar juntos e iniciar una relación íntima. Además, aumenta el libido de la pareja y provoca “la urgencia sexual más intensa en los primeros meses de intimidad” (2001, p. 44).

### El cóctel del amor

Como la mayoría de las parejas, Carlos y Marta bebieron libremente de este cóctel, desconociendo cómo y por qué funciona.

El cóctel de amor que se produce naturalmente en nuestros cuerpos incluye tres sustancias químicas principales: feniletilamina (neurotransmisor de origen natural que actúa como una anfetamina, a menudo abreviado como FEA), dopamina y norepinefrina.

“FEA, conocido como la ‘molécula del amor’, trabaja en conjunto con la dopamina y la norepinefrina y provoca increíbles efectos secundarios”, afirma la Dra. Love. “Sus síntomas incluyen una agradable actitud positiva, aumento de la energía, disminución de la necesidad de dormir y pérdida del apetito. Las altas concentraciones de dopamina en el cerebro se asocian con la euforia. La norepinefrina, que es un derivado químico de la dopamina, se relaciona generalmente con la alegría, el exceso de energía y otras respuestas asociadas a la excitación” (p. 29).

La Dra. Love tiene una perspectiva especial sobre los efectos de esta poderosa mezcla.

“Es obvio que lo que nosotros llamamos ‘estar enamorados’ también podría llamarse ‘estar bajo la influencia’” (de alguna sustancia que entorpece los sentidos, nota nuestra), advierte ella. Tal vez esa sea la razón por la cual el amor tiene la notoria reputación de ser irracional. La Dra. Love continúa: “Se requiere de una poderosa fuerza química para subyugar a la amígdala (centro inhibitorio del cerebro), que a estas alturas puede estar tratando de advertirnos: ‘¡ten cuidado con esto, podrías salir lastimado!’”

“Pero la amígdala poco o nada puede hacer contra este huracán hormonal. El enamoramiento desatado no conoce el miedo. Los investigadores sugieren que ante la presencia de una atracción suficientemente intensa, prácticamente todas las capas neuronales se empapan de anfetaminas naturales. La frenética acción de los enamorados las somete y las vuelve intrépidas e irrealmente optimistas. No debiera sorprendernos el hecho de que los enamorados tiendan a negar las alarmantes fallas de su pareja” (ídem).

Esto nos ayuda a entender por qué a veces las personas se embarcan en una relación sin tener un entendimiento verdadero de lo que están haciendo. Esta mezcla química crea una poderosa atracción que nos empuja hacia la otra persona. Esto es lo que comúnmente

se llama “caer hechizado”, como si fuera un accidente. Y en cierto sentido, lo es, puesto que alrededor de la mitad de los matrimonios en las naciones desarrolladas fracasan. Gran parte de esto se debe a que muchas parejas no entienden las etapas normales por las que un hombre y una mujer pasan en un matrimonio.

Las parejas que están considerando casarse deberían tener clara la diferencia entre el enamoramiento y el verdadero amor y los altibajos que la mayoría de las parejas experimentan en el curso de su matrimonio.

### El siguiente paso

Muy apropiadamente, la Dra. Love llama “la etapa de enamoramiento” a esta primera fase del amor y del matrimonio.

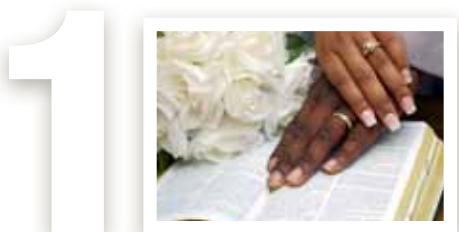
A la segunda fase del matrimonio ella la llama “la etapa post-éxtasis”. Se podría describir como lo que sucede cuando la euforia inicial se acaba y la realidad se hace presente.

Sigue entonces la “etapa del descubrimiento”, durante la cual las parejas llegan a conocerse de verdad y tienen la oportunidad de aprender verdaderamente lo que es el amor.

Finalmente llega la “etapa de conexión”, en la que las parejas desarrollan el verdadero amor, es decir, una preocupación desinteresada y genuina por el cónyuge.

La Dra. Love destaca el trágico error que cometen algunas parejas cuando piensan que el fin de alguna de las fases normales de su relación conyugal es también el fin del amor entre ellos, cuando no tiene por qué ser así. Por eso, ¡es de primordial importancia que los cónyuges sepan qué hacer después de decir “sí, acepto”!

¿Cuáles son, entonces, algunas de las claves para desarrollar una relación matrimonial sólida y duradera? Aquí presentamos 10 que son de gran ayuda:



## Pongaa Dios primero

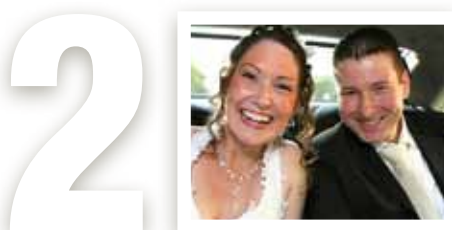
Cuando las parejas casadas ponen a Dios primero en su matrimonio, tienen muchas más posibilidades de experimentar gozo, bienestar y seguridad. Esto no es una exageración. Poner a Dios primero en el matrimonio significa que el esposo y la esposa conocen y practican las instrucciones que Dios nos ha dado con el

# Dios diseñó el enamoramiento como una poderosa atracción para unir a hombres y mujeres como parejas.

fin de que desarrollemos buenas relaciones y oran para que Él los guíe y bendiga en su matrimonio. Es importante que ambos esposos hagan esto, no solo uno.

La humildad y sumisión mutuas son las claves indispensables para tener un matrimonio feliz. (Dios lo ha establecido así). Como leemos en 1 Pedro 5:5, “y todos, sumisos unos a otros, revestíos de humildad; porque Dios resiste a los soberbios, y da gracia a los humildes”.

Las parejas pueden ser felices en ciertos momentos porque experimentan ciertos placeres, pero para poder disfrutar de una felicidad matrimonial a largo plazo es necesario poner a Dios primero.



## La euforia de la luna de miel no es sinónimo del verdadero amor

Hay una gran diferencia entre el “amor” que siente una pareja durante el noviazgo y el primer o segundo año de casados y el amor mucho más profundo que se espera que disfruten en etapas posteriores de su matrimonio.

El primer tipo de amor se origina en gran parte por el poderoso cóctel químico que ya se ha mezclado en nuestro organismo, tal como lo describimos anteriormente. El segundo, después de que el primero ha disminuido, es crucial para mantener el matrimonio en buena forma.

Cuando la etapa del enamoramiento o luna de miel se acaba, el escenario queda listo para



el verdadero amor. Llega el momento de la verdad, cuando el esposo y la esposa tienen la oportunidad de trabajar para que su matrimonio tenga éxito, valorando y haciendo énfasis en las fortalezas de su cónyuge y no en sus debilidades.

El cuerpo humano no puede mantener indefinidamente los elevados niveles de energía de la etapa de enamoramiento. Debe volver a un estado normal, a la realidad de la vida. Aquí es donde comienza el verdadero amor, cuando la pareja puede trabajar para el bien de su relación matrimonial.

Lo que la Dra. Love llama “etapa post-éxtasis” no es una experiencia anormal. Es simplemente otra fase del matrimonio. Algunas parejas piensan que algo debe andar mal en su relación conyugal, cuando en realidad, lo que les sucede es sólo parte de la condición humana.

# 3



## Esfuércese por conocerse así mismo y a su pareja

Cuando termina la luna de miel, como seguramente pasará, una pareja recién casada tiene una mina de oro en potencia para explorar. En las etapas iniciales del enamoramiento o luna de miel de una relación, el esposo y la esposa tienden a esperar y ver lo mejor del otro. Pero cuando la novedad se acaba, los cónyuges naturalmente empiezan a ver los defectos del otro.

Los sabios aprovechan esto y se esmeran por satisfacer las necesidades de su pareja. Gary Chapman, autor de *The Five Love Languages* [Los cinco lenguajes del amor] y otros libros, además de ser consejero de relaciones

## Algunas parejas cometen el error de pensar que el fin de una fase de su relación es también el fin de su amor.

personales en el programa radial *A Growing Marriage* [Un matrimonio que avanza], nos da su perspectiva de esto.

No todas las personas perciben el amor de la misma manera. El Dr. Chapman define cinco formas diferentes mediante las cuales la gente se siente amada: lo que él llama “los cinco lenguajes del amor”. Examinémoslos brevemente:

- Para algunas personas, las *palabras de apoyo* son especialmente importantes y las hacen sentirse amadas.

- El pasar *tiempo de calidad* juntos es vitalmente importante para fortalecer un matrimonio seguro y feliz, y para algunas personas es una expresión fundamental de amor.

- Otras personas se sienten especialmente amadas y apreciadas cuando *reciben un regalo*.

- Los *actos de servicio*, como realizar algunas tareas sencillas en el hogar, son otra expresión de amor que ciertas personas aprecian.

- Y finalmente, el *contacto físico* puede ser determinante en algunas relaciones, e incluye cosas tales como dar un masaje en la espalda, tomarse de las manos, abrazarse y tocarse con frecuencia.

# 4



## Sea un buen oidor

A los seres humanos nos encanta hablar. Preferimos hablar antes que escuchar. Pero el escuchar es crucialmente importante por varias razones, especialmente en el matrimonio. Los hombres tienden a comunicarse simplemente para que las cosas se lleven a cabo. Las mujeres a menudo se comunican con la única intención de compartir los pensamientos de los demás.

En ocasiones, ambos cónyuges solo quieren que el otro lo escuche. Tal vez las personas con las que se han relacionado en el pasado sólo les han dado consejos, pero hay momentos en que les basta con ser escuchados, tener a alguien que los oiga con atención. Con frecuencia, si a las personas se les da suficiente tiempo para expresar lo que tienen en mente, pueden descubrir por sí mismos la mejor manera de resolver sus problemas.

Los hombres deben escuchar a sus esposas y dejar que ellas les comuniquen sus

pensamientos y sentimientos; esto ayudará inmensamente en el matrimonio. Una esposa debe escuchar a su esposo, porque él necesita tener la seguridad de que está cuidando apropiadamente a su esposa y al resto de la familia.

# 5



## Añada humor a su matrimonio

Carlos y Marta podían disfrutar mutuas bromas de buen gusto porque no se tomaban muy en serio. Hasta se reían de algunos de sus defectos.

El humor añade gran alegría al matrimonio; es verdaderamente un regalo de Dios. La risa reduce el estrés, estimula el sistema inmunológico, eleva el espíritu y mantiene la relación como nueva.

Los esposos pueden compartir chistes graciosos, ver películas de comedia juntos y recordar incidentes divertidos del pasado. Quizás hasta pueden hacer un hábito de compartir cosas humorísticas durante las comidas.

Carlos y Marta siempre han tenido la capacidad de reírse de sí mismos de una manera amable. Sin embargo, nunca se han irritado mutuamente ni han disfrazado de humor ciertos comentarios malintencionados. Ellos disfrutaban el humor también en compañía de otras personas y viendo televisión juntos. El humor le agrega interés y sabor a su relación.

# 6



## Aprenda cómo y cuándo decir: lo siento

Recuerde esto: todos cometemos errores. Algunas veces esos errores pueden lastimar a su pareja. Debemos reconocer cuando estamos equivocados y no debemos titubear en disculparnos.

No todo el que se excusa lo hace de la manera que uno quisiera. A veces una persona

pide perdón de manera indirecta, controlando su ira, actuando como si no existieran desacuerdos, cambiando el tema o brindando un pequeño cumplido. Los cónyuges suficientemente maduros no se sienten amenazados por decir “lo siento”; simplemente lo dicen. Hay pocas cosas que contribuyen más a la sanidad de una relación que estas dos palabras.

Ni la vida ni el matrimonio serán perfectos. Ambos son proyectos en constante evolución. Si podemos comprender y aceptar que nuestros cónyuges no son perfectos así como nosotros tampoco lo somos, podremos también reconocer que el matrimonio es un proyecto en permanente transformación.

# 7



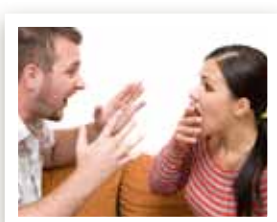
## Siempre reconcílese con prontitud

Nunca guarde rencor. En esta vida, la carga más pesada de llevar es el rencor. Los rencores son muy destructivos porque la otra persona tal vez ni siquiera sepa que usted está resentido. Los rencores nos quitan la paz mental.

El mejor momento para proponerse la meta de entender a su cónyuge y mejorar las cosas es ahora, durante un momento de paz en que uno no esté fatigado por las batallas maritales. Piense en ello, escríbalo y entonces, cuando surja un desacuerdo, usted estará mejor preparado para entender la posición de su pareja y la reconciliación será mucho más fácil.

Siempre reconcílese con su cónyuge, y hágalo lo antes posible. No permita que sus sentimientos le priven de la paz que ambos desean y necesitan.

# 8



## Respete a su pareja y no la ridiculice

En ocasiones, ridiculizar al cónyuge es algo muy fácil. En los comienzos de una relación amorosa uno puede ver las fallas de su

pareja, pero está tan enamorado que simplemente las minimiza.

Pero cuando la luna de miel se acabe, usted descubrirá y notará muchos de los defectos de su pareja—y hasta puede llegar a inventar algunos más en medio de una discusión. Pero sepa esto: la costumbre de ridiculizar a su cónyuge, sin importar cuán frecuentemente sea, menoscabará su matrimonio y con el tiempo envenenará su relación.

Emprender este camino es extremadamente peligroso e innecesario. Una pareja sabia será capaz de admitir este problema cuando surja, hablará sobre ello y se comprometerá a mostrar respeto mutuo en lugar de ridiculizar al otro. Esmérese en encontrar los puntos fuertes de su pareja y no ahorre cumplidos hacia sus rasgos positivos.

# 9



## Elimine el “tú siempre” y el “tú nunca”

En el calor de una discusión, muchos esposos y esposas han exclamado: “¡tú nunca haces esto!”, o “¡tú siempre haces aquello!” Ambos argumentos están equivocados, sencillamente porque no es posible que una persona, sin excepción, siempre cometa el mismo error en todas las circunstancias. Si esto fuera cierto, ¿cómo podría probarse?

Evite las acusaciones de “tú siempre” o “tú nunca”. No son ciertas, y su cónyuge no las aceptará. Él o ella solo se defenderá y ofrecerá mayor resistencia.

# 10



## Concéntrese en las fortalezas, no en las debilidades

Los hombres y mujeres fueron diseñados de una forma distinta y por buenos motivos. Dios dice que el hombre y la mujer deben dejar a sus padres y convertirse en uno solo. Un hombre necesita a su esposa por muchas

razones, al igual que una esposa necesita a su esposo por muchas razones. Una de ellas es la de complementar al otro. Dios diseñó al hombre y a la mujer para que llegaran a ser uno, y para que como una entidad fueran doblemente efectivos en esta vida (Eclesiastés 4:9-12).

El esposo y la esposa deben concentrarse en las fortalezas del otro, no en sus debilidades. Tal vez sean muchos los que simplemente afirmen, “mi pareja tiene tantas debilidades, que esto opaca cualquier fortaleza que pueda tener”.

La belleza reside en el corazón de quien la contempla. Si uno de los cónyuges solo ve los defectos de su pareja, está negando sus propias debilidades. Busque los puntos fuertes de su pareja y maneje constructivamente sus debilidades.

### El plan de Dios para el matrimonio

Los seres humanos están destinados a convertirse en hijos de Dios. Hebreos 2:10 nos dice que el gran plan que Dios tiene para nosotros incluye “llevar muchos hijos a la gloria”. Todos los seres humanos tienen la misma oportunidad de llegar a ser hijos literales de Dios. Dios es y tiene una familia. El Padre y el Hijo constituyen una familia, pero eso no es todo: en 2 Corintios 6:18 leemos: “Y seré para vosotros por Padre, y vosotros me seréis hijos e hijas, dice el Señor Todopoderoso”.

Con el fin de ayudarnos en la preparación para este esplendoroso futuro que él ha planeado para nosotros, Dios nos ha dado este maravilloso regalo del matrimonio y la familia. Un matrimonio sólido, respetuoso y amoroso en esta vida, nos permite disfrutar un poco, por adelantado, de las eternas y afectuosas relaciones que disfrutaremos con el Padre, con Jesucristo y con el resto de la familia espiritual de Dios en el futuro. Y mientras más obedezcamos sus instrucciones ahora, en esta vida, más bendecidos seremos ahora y en el futuro.

### Epílogo

El conocimiento acerca del plan de Dios para el matrimonio ha ayudado inmensamente a Carlos y Marta a lo largo de sus numerosos años de casados. Ellos han transmitido sus pensamientos y experiencias a sus hijos, que a su vez las han puesto en práctica en sus matrimonios. Todos ellos entienden cuán grande bendición puede ser la relación conyugal.

Estas son algunas de las cosas que usted debe conocer y aplicar en su matrimonio, en la medida que le sea posible. Esperamos que estos consejos le ayuden a saber qué hacer después de decir: “¡sí, acepto!”.

¡Que Dios bendiga su matrimonio! **BN**



# La verdad acerca del Amor

Una entrevista con la Dra. Pat Love por Jerold Aust

La catedrática Pat Love, doctora en educación, es conocida principalmente como la autora de dos libros muy populares sobre el matrimonio, *The Truth About Love* [La verdad acerca del amor], 2001, y *Hot Monogamy* [Monogamia apasionada], 1994, y coautora de *How to Improve Your Marriage Without Talking About It* [Cómo mejorar su matrimonio sin hablar del tema], 2007. Con licencia en consejería matrimonial y familiar, ella ha servido también como presidenta de la Asociación Internacional de Consejería Matrimonial y Familiar.

**Las Buenas Noticias:** Me impresionó mucho su libro *The Truth About Love* [La verdad acerca del amor]. Me gustó la estructura de su libro y su descripción de las cuatro etapas por las que pasan las parejas: la etapa de enamoramiento, la etapa post-éxtasis, la etapa de descubrimiento y la etapa de conexión. ¿Cómo llegó a descubrir esto?

**Pat Love:** En pocas palabras, fue a través de la investigación y la experiencia clínica. Si hay un talento que reconozco tener, es el de poder leer material complejo y luego reducirlo a modelos sencillos. A esto hay que agregar el hecho de que en los últimos diez años hemos tenido una explosión de información respecto a cómo funciona el sistema nervioso y lo que esto implica en las relaciones humanas.

Justo cuando pensábamos que sabíamos muchísimo, apareció todo este increíble material de conocimiento, y ahora, con tecnologías como la IRM (Imagen de Resonancia Magnética) podemos mirar dentro del cerebro y ver cómo funciona. La investigación y la nueva información fluyen a borbotones, como en una fuente de agua.

**BN:** Todo este nuevo conocimiento debe ser exponencial.

**PL:** Lo es, pero yo siempre quedo preguntándome, “¿y qué más?”, ¿cuál es el fin de todo esto? Por eso es que me arriesgué y escribí un libro comercial en vez de un libro de texto. En el ambiente académico se desprecia el hecho de escribir un libro comercial en vez de un texto didáctico. Pero yo contemplé mi proyecto y me pregunté: “¿cuál es mi meta?” Mi meta es diseminar este conocimiento. Y, curiosamente, mi libro *La verdad acerca del amor* ahora se usa

en muchas universidades y ha llegado a ser un texto básico.

**BN:** Aunque parezca simplista, tengo que preguntarle: ¿cómo definiría usted el verdadero amor?

**PL:** Bueno, ciertamente está llegando al meollo de este asunto. A medida que lo estudiaba, fui adoptando un enfoque oriental para definirlo como “el deseo de hacer feliz a alguien”. Por el contrario, si usted compara la perspectiva occidental del amor, ésta se reduce básicamente a, “¿qué has hecho por mí últimamente?”

En otras palabras, si tú me tratas de la manera que yo deseo ser tratado, te recomendaré amándote. En este enfoque, el amor es la respuesta a obtener la satisfacción de mis necesidades. El problema es que no hay absolutamente ninguna investigación que pueda respaldar esto, ninguna investigación que diga “esto te va a hacer feliz” o “aquello constituye amor”. Lo único que la investigación ha comprobado que puede hacernos feliz es que utilicemos nuestros talentos particulares a favor de una causa noble. En otras palabras, amar a alguien.

**BN:** ¿Diría usted que el amor es una pre-ocupación por los demás?

**PL:** Sí, y lo que es muy interesante es que tendemos a confundir el amor con el placer. Sentimos placer cuando nuestras necesidades y deseos han sido satisfechos. Cuando tú satisfaces mis necesidades, siento placer. Pero el placer es algo pasajero. Lo buscamos continuamente. Por eso es que es muy adictivo, como el helado. Usted siente placer, pero solo cuando está comiéndolo. El placer no trasciende al siguiente momento ni a la próxima

experiencia.

**BN:** En su libro leí que usted admite que el matrimonio no viene con una descripción de lo que cada cónyuge debe hacer. Su afirmación es graciosa y cierta a la vez. ¿Cree usted que la mayoría de la gente simplemente no piensa en ello, o que arreglamos las cosas en el camino?

**PL:** Creo que la gente simplemente desconoce este hecho. El cerebro es muy subjetivo. Estamos totalmente absortos en nuestra propia realidad y así es por naturaleza. Es tan tentador considerar su perspectiva como la única verdadera y universal y pensar que su pareja debe ver el mundo igual que usted lo ve.

Una de las secciones menos destacadas de mi libro, pero no por ello menos importante, es la que habla de la definición de roles. Esto es lo que destruye muchas relaciones.

Por ejemplo, una mujer puede llegar al matrimonio pensando “espero que en el futuro te encargues de mí económicamente, que cubras mis necesidades y me protejas”, y al mismo tiempo razonando, “bueno, está bien que yo trabaje, pero mi dinero es dinero *extra*”. Y concluye asumiendo: “bueno, por lo menos estoy haciendo mi parte”.

Ella puede tener muy buenas intenciones, pero la pareja se mete en problemas porque ella y el hombre leen un guión diferente. El hombre puede estar pensando: “Bueno, aquí hay una mujer que gana bastante dinero; ella puede mantenerme”. Ambos pueden pensar lo mismo.

**BN:** En su libro, usted comparó un matrimonio moderno con el ensamblaje de un avión en pleno vuelo. ¿Podría explicarnos más detalladamente esa metáfora?

**PL:** Permítame darle unas pocas estadísticas de investigaciones que me han parecido muy profundas. Tres de cada cuatro estadounidenses creen que el matrimonio no fue diseñado para la procreación y la crianza de los hijos, sino para la satisfacción personal. En otras palabras, cada integrante de la pareja está diciendo “tu tarea es hacerme feliz”, ese es el propósito del matrimonio, y si no estás haciéndome feliz, entonces el matrimonio no es aceptable.

Esta idea de que “tú estás obligado a satis-



facere mis continuas necesidades y hacerme feliz” es un cambio radical desde la generación pasada. Y no hay ninguna investigación que respalde la noción de que otra persona *siempre* puede hacer feliz a alguien.

Creo que es igual a tratar de ensamblar un avión en pleno vuelo. Y no creo que sea una simple coincidencia que las tasas de matrimonio y divorcio hoy en día sean de 50-50. Es una cuestión de suerte. ¡Tengo un colega cuya madre se casó y se divorció el mismo año que cumplió noventa y un años! Ella dijo que lo único que hacía con su esposo era discutir acerca del dinero y de los hijos.

**BN:** ¡Que triste ejemplo! Pero encaja muy bien dentro de las ideas preconcebidas acerca del amor, como por ejemplo que nunca debemos enojarnos y otras expectativas tan irracionales como esas ideas preconcebidas acerca del amor. Esto me hace pensar: ¿qué es lo que condiciona a la gente para pensar de esta manera? ¿Son éstas vanas ilusiones, o es que nunca nos han educado para entender mejor lo que se espera del matrimonio?

**PL:** Las expectativas se originan en la experiencia, porque durante la etapa de infatuación de una relación, todo eso es cierto. La gente piensa: “Ya que he tenido estas agradables emociones contigo por tanto tiempo y sin ningún esfuerzo, es justo y lógico que yo piense que tal como es ahora, lo será también un año más tarde”.

Sus sentimientos son tan maravillosos, que la reacción lógica es pensar: “Bueno, estoy experimentando esto de verdad, no lo estoy inventando, está sucediendo, me siento de esta manera, quiero pasar tiempo contigo”. Es natural que la gente piense que lo que tiene en ese momento es lo que *siempre* tendrá.

Pero no nos damos cuenta de que estamos biológicamente programados para hacer precisamente eso. Y por eso es que nos creamos

estas expectativas, porque lo hemos experimentado o hemos visto a otras personas que han pasado por ello, pero no entendemos la naturaleza transitoria del enamoramiento. Cuando éste se acaba viene una desilusión, lo que yo llamo la etapa post-éxtasis. Ignorándolo, algunas parejas se separan cuando en realidad esta es una oportunidad para alcanzar un nivel más profundo de amor y compromiso.

**BN:** ¿Podría darnos la esencia de lo que usted quiere decir cuando habla de las etapas de descubrimiento y de conexión en el matrimonio?

**PL:** La etapa de descubrimiento consiste en hallar lo que para su pareja significa “te amo” y dárselo como regalo. ¿Y cómo se hace eso? Mediante “sintonización”. Usted se sintoniza con su pareja. Hay tres cosas que todos esperamos de una relación:

*Número 1*, alguien que esté sintonizado con uno, que lo acompañe en la experiencia.

*Número 2*, él o ella realmente “lo entiende a uno”. Esta persona se sintoniza con uno lo suficiente como para decir: “¡Ah, eso es lo que él (o ella) quiere decir, eso es lo que él (o ella) quiere, eso es lo que él (o ella) es!”

*Número 3*, una vez que esa persona lo entiende a uno, va a responder de una forma adecuada y comprometida.

Para aprender a cuidar a los bebés es necesario observar cuidadosamente y poner atención. Con los adultos funciona así también. De eso se trata el descubrimiento. Es como tener un as bajo la manga, para avivar la pasión en el matrimonio.

**BN:** Para concluir esta entrevista, hablemos sobre la etapa de conexión en el matrimonio y su relación con el compromiso. ¿Qué puede decirnos de ello?

**PL:** El compromiso es la oportunidad de ser verdaderamente conocido por otro ser humano. El matrimonio y el compromiso son el blanco de ataques de la publicidad hoy en día. Tanto los expertos como los políticos hablan de lo que debe hacerse, pero no se escucha mucho acerca de los beneficios de un amor comprometido. Escuchamos mucho en los medios de comunicación acerca de divorcios, especialmente cuando esto involucra a alguna celebridad.

**BN:** ¿Hay diferentes clases de compromiso?

**PL:** Así es. Por ejemplo, hay compromiso sin matrimonio, y la sociedad moderna ahora acepta mucho más este tipo de convenio. Pero esta clase de relación es simplemente vivir juntos por conveniencia. La actitud de ambos es más individualista y menos orientada a la relación. Ellos pueden coquetear con otras personas y andar siempre buscando los defectos de su pareja. El verdadero amor re-

húye este tipo de relación. Cuando se pone en duda el grado de compromiso de una persona en la relación, ésta se desarrolla en un estado de inseguridad y confusión y los miembros de la pareja están más propensos a estallar frente al más mínimo problema.

**BN:** ¿Diría usted que una conexión profunda con la pareja no debiera ser algo estático, sino continuo? ¿Podría esto mejorar el matrimonio?

**PL:** El camino del verdadero amor no acaba con la etapa de conexión del matrimonio. El verdadero amor mejora con el transcurso del tiempo. Una conexión íntima nos revitaliza y nos permite alcanzar nuevas alturas, incluso mejores que las que se experimentan en la etapa del enamoramiento. En realidad, con una conexión profunda, el matrimonio mejora continuamente.

Un matrimonio continuará experimentando desilusiones y desacuerdos, pero una relación con una conexión profunda se nutre con la confianza de que su amor puede superarlo todo. La verdad del amor es que mejora más y más con el paso del tiempo.

**BN:** Por último, ¿cuáles pueden ser las demostraciones de que existe una profunda conexión entre los miembros de una pareja?

**PL:** La conexión más significativa en la edad adulta se da entre los integrantes de un matrimonio. Ni los amigos, ni los hijos, ni los padres, pueden satisfacer nuestras necesidades como lo hace un esposo o una esposa.

Algunos podrían decir que sus amigos están más comprometidos con ellos que sus mismos cónyuges. Si quiere comprobarlo, pídale a sus amigos que estén en su casa todos los días a las seis de la tarde, o que se encarguen de hacer la mitad de los quehaceres domésticos y contribuyan con la mitad de sus ingresos. Muy pronto verá la diferencia entre un amigo y su cónyuge. Su pareja es su principal fuente de seguridad, y lo más probable es que cuando las cosas se pongan difíciles su pareja es la persona que va a estar a su lado.

Las actividades que ayudan a la pareja a estar conectados, tales como acariciarse, abrazarse, escucharse y apoyarse, producen la liberación de endorfinas. Estos maravillosos sedantes naturales le dan a uno la sensación de calma y tranquilidad. Su relación se convierte en un refugio que lo protege del mundo exterior. La cuarta etapa del matrimonio, la de conexión, es una etapa continua de nuevo gozo y satisfacciones. Mientras más profunda sea la conexión en un matrimonio, más feliz y seguro será éste.

**BN:** Gracias por compartir con nosotros la valiosa información sobre las relaciones matrimoniales. Se lo agradecemos mucho. **BN**

**Cuando el enamoramiento inicial se acaba, algunas parejas se separan y pierden la oportunidad de avanzar a un nivel más profundo de amor y compromiso.**



## 1848, 1989, 2009—¿Acaso veremos otro año de revoluciones?

Por más de un siglo, 1848 fue conocido como el año de las revoluciones, a medida que todas las naciones europeas sufrían las manifestaciones violentas de un descontento social que finalmente condujo al colapso del antiguo orden mundial. Pasaron más de 100 años antes de que ocurriera lo mismo con la caída del imperio comunista de Rusia. A medida que la gente continúa perdiendo todo en medio de la crisis económica actual y aumenta el descontento, precipitando manifestaciones masivas, ¿podría ser éste otro año de revoluciones?

La cumbre del G20, realizada en Londres el pasado mes de abril, reunió a las naciones más ricas del planeta y estuvo acompañada de grandes manifestaciones de protesta en contra del actual sistema económico, muy desprestigiado por la reciente crisis de los mercados inmobiliarios y financieros.

Esta crisis actual ha causado ya la caída de varios gobiernos en las naciones pequeñas, las últimas de las cuales fueron Islandia y Letonia. También han surgido disturbios en Inglaterra y los Balcanes. Los movimientos extremistas también han aumentado a medida que aumentan las personas desempleadas y culpan de la crisis financiera a “los banqueros judíos” y al desempleo de los inmigrantes.

Cada vez se intensifican más las voces que temen que este año sea un año de revoluciones, capaz de competir con 1848 y 1989. Cuando las personas pierden todo—hogares, trabajos, fondos de retiro y todos los medios de respaldo financiero—ya no tienen nada que perder. La historia nos muestra que estas condiciones son un caldo de cultivo para la revolución.

1848 marcó un hito en la historia europea; las revoluciones en contra de los monarcas absolutos surgieron en todo el continente. Las únicas dos grandes naciones que escaparon a esto fueron Inglaterra y Rusia, la primera en parte porque su sistema político ya había cambiado significativamente en algunos puntos importantes y la última debido a que las pobres comunicaciones hacían muy difícil que los grupos pudieran trabajar juntos en una causa revolucionaria. (Sin embargo, unos

años más tarde, Rusia también experimentaría su propia revolución).

El historiador y analista político francés del siglo XIX, Alexis de Tocqueville, escribió en sus *Recollections* [Memorias] de la turbulencia social de 1848: “La sociedad se partió en dos: aquellos que no tenían nada compartían la envidia, y aquellos que todo lo tenían compartían el terror común”.

### El conflicto entre ricos y pobres

El conflicto entre ricos y pobres es algo universal, tanto *dentro* de las naciones como *entre* las naciones. Los países que conforman el G20 representan el 85% de la producción global. Ya que el mundo tiene cerca de 200 naciones, esto significa que los pobres y los desheredados superan por mucho a los ricos.

La mayoría de los países del tercer mundo han retrocedido desde su independencia de los antiguos poderes coloniales de Europa, aquellos que ahora componen el G20. Un factor que ha influido bastante en este retroceso es la corrupción en todos los niveles del gobierno. La brecha entre la élite rica y los otros ciudadanos, es especialmente notable en los llamados países en vía de desarrollo.

Por supuesto, la brecha entre las naciones pobres y las ricas no es la única en la riqueza en el mundo. De hecho, a medida que salen a la luz nuevas revelaciones acerca de la crisis financiera, es claro que en las naciones occidentales la distancia que separa a la gente rica del resto de la sociedad también está aumentando, lo cual es una amenaza para la futura estabilidad social.

Esta no es solo una crisis bancaria o inmobiliaria—es una crisis de *deuda*. Y no nos estamos refiriendo a la deuda pública únicamente.

Tan solo los estadounidenses deben 2.5 billones de dólares en deudas *personales*. Millones de personas están en bancarrota. Si una persona de la familia pierde su empleo, ya no habrá dinero suficiente para pagar todas sus deudas y con ello lo que se logrará es aumentar la crisis financiera que cada vez es peor.

En tanto que hasta el momento todo se había concentrado en la ejecución de las hipotecas, ahora lo que se teme que ocurra es que haya mora en el pago de las tarjetas de crédito. Las personas son sencillamente incapaces de pagar sus deudas. Algunas veces esto es debido a una mala administración de sus finanzas personales; ahora con más frecuencia, esto se debe a la falta de empleo.

En décadas recientes, muchas naciones occidentales han estado perdiendo empleos en las industrias manufactureras debido a que otras naciones en Asia están ofreciendo una mano de obra más barata, y por ello han tenido que depender de la industria de servicios para sustituir esos empleos. Esta pérdida de millones de empleos, aunada a la disminución de la capacidad de producción, está creando ahora un gran conflicto financiero.

### La inflación rampante, otra amenaza

En un intento desesperado por darle un giro a la economía, los gobiernos de Estados Unidos, Inglaterra y Australia han anunciado un plan de grandes estímulos, lo cual implica imprimir más dinero. Una de sus metas es evitar la deflación, pero el resultado inmediato de este estímulo será el de la inflación—si hay más dinero circulando cada moneda vale menos, y esto a su vez hace que los bienes y los servicios se encarezcan y cuesten más. Esto significa que dentro de un año o dos, las personas probablemente van a estar aún más pobres.

Considere que una tasa del 25% de inflación hace que haya un aumento del 25% de ingresos por impuestos. La inflación es, en cierto sentido, otro tipo de impuesto. En lugar de aumentar directamente los impuestos, el gobierno se las ingenia para quitarle el valor

adquisitivo a la moneda. Los gobiernos se benefician de la caída del valor de la moneda ya que el valor de su deuda nacional también disminuye.

Muchas personas suponen falsamente que si el gobierno provee los fondos, ellos pueden gastar y encontrar nuevamente el camino a la prosperidad. Sin embargo, el problema no es la falta de *dinero*, sino la falta de *producción*.



## La revolución de 1848 estaba dirigida en contra de las monarquías absolutas que habían regido en Europa por siglos y no habían querido admitir la industrialización y la realidad del ascenso de una clase mercantil.

Si el gobierno simplemente imprime más dinero, esto no nos permitirá comprar más cosas; simplemente tendremos que pagar precios más altos por las mismas cosas. La única forma de comprar más e incrementar nuestro nivel de vida es *produciendo* más. Lo que genera el verdadero poder adquisitivo es la producción, nunca la impresión de más dinero.

La falta de producción es un factor que contribuye al aumento del desequilibrio en las democracias occidentales. Por ejemplo, en las últimas décadas, en el área de Detroit, los empleos bien remunerados en la industria manufacturera de automóviles han permitido un aumento de la clase media, compuesta por

personas que no habían recibido una educación superior.

Actualmente, los empleos bien remunerados generalmente exigen una educación más especializada. Sin embargo, ya que muchos de estos empleos no están creando una verdadera riqueza, es difícil entender cómo los gobiernos y las universidades puedan respaldarlos a largo plazo, sin la necesaria renovación de

revolución; está basada en la brecha creciente entre los que tienen y los que no tienen. Tocqueville escribió acerca de este problema en el siglo XIX, en relación con Estados Unidos.

“Para Tocqueville, ‘la condición general de igualdad’ que tanto lo asombró durante su visita a los Estados Unidos, era sencillamente la base estructural de la democracia política; cualquier cambio hacia la desigualdad social y económica, podría, en su opinión, poner en riesgo inevitablemente las políticas democráticas” (Terry Lynn Karl, “Economic Inequality and Democratic Instability [La desigualdad económica y la inestabilidad democrática], *Journal of Democracy* [periódico de la democracia], enero 2000).

La revolución de 1848 estaba dirigida en contra de las monarquías absolutas que habían regido en Europa por siglos y no habían querido admitir la industrialización y la realidad de una clase mercantil emergente. La revolución de 1989 fue algo totalmente diferente.

Esta fue una revolución en contra del comunismo. Las naciones comunistas se llamaban a sí mismas socialistas. Los socialistas creían que el gobierno debía asumir el control de todos los medios de producción. Ya que supuestamente todos eran iguales, se llamaban entre sí “camarada”.

¡Pero la igualdad no existía realmente! La gran mayoría de la población era testigo de los privilegios de aquellos que tenían las posiciones más altas en el gobierno. Esto condujo al resentimiento, a la parálisis económica y eventualmente, a la revolución.

Las naciones occidentales deberían tener todo esto en cuenta. La brecha entre el pago y los beneficios en el sector del gobierno y el pago y los beneficios en el sector privado está aumentando. El *Wall Street Journal*, hace un tiempo, señaló el punto en el cual el promedio de pago federal y su paquete de beneficios—eran el doble del promedio en el sector privado. Como el gobierno no produce riqueza, esto implica que es el sector privado el que está pagando esos elevados salarios y beneficios del sector gubernamental, por medio de los impuestos.

Aunque a cada generación le gusta pensar que está mejorando con respecto al pasado, la historia muestra que no hay forma de gobierno diseñada por el hombre que haya sido capaz de resolver el problema de la desigualdad creciente entre los miembros de la sociedad. La monarquía absoluta, la democracia, el comunismo y el socialismo, todos han fallado en este aspecto.

los impuestos de un sector productivo que está contrayéndose rápidamente.

Esto también se aplica a las carreras relacionadas con la rama médica. Requieren años de una costosa educación superior, y sin embargo, finalmente, no crean riqueza. Sin la riqueza creada por un fuerte sector productivo, ¿quién va a ser capaz de pagar las cuentas cada vez más costosas de los servicios médicos?

### La desigualdad puede conducir a la revolución

Una ley económica, conocida como “la regla de la desigualdad”, es un indicador bastante confiable del descontento civil y aún de la



Al parecer, lo hemos intentado todo—excepto el sistema económico de Dios, ¡el único que va a ponerle fin a la brecha de desigualdad y le va a dar esperanza a los pobres!

### El mundo necesita el sistema financiero de Dios

El sistema financiero de Dios está basado en un ciclo de 50 años. Al comienzo de este ciclo, cada familia tenía su parcela, en la cual podía vivir y cosechar, de tal forma que podían proveer para las necesidades de todos los miembros de la familia.

A algunas familias les iba bien, a otras no. Aquellos que experimentaban serias dificultades económicas podían vender sus tierras a aquellos que tenían más éxito, convirtiéndose en siervos o trabajadores de aquellos que las compraban, y que además tenían que cuidarlos. Al comienzo del año 50, la tierra regresaba a la familia que había sido dueña en primera instancia y con esto se aseguraba que las generaciones futuras no sufrirían las consecuencias de los errores de sus ancestros.

Esto impedía que hubiera dinastías familiares que amasaran grandes fortunas y concentraran el poder generación tras generación. También permitía que las familias que tuvieran que vender su tierra la recuperaran en el año 50. Esto reducía la tragedia del pobre, ya que su pobreza no podría persistir por generaciones y podría siempre tener la esperanza de un nuevo comienzo.

Este año 50 era conocido como el año del jubileo. Era un tiempo en el cual todas las deudas quedaban canceladas. ¡Cuánto necesita el mundo este sistema ahora! Una cancelación generalizada de deudas permitiría que la economía mundial comenzara nuevamente a recuperarse.

Leemos acerca del jubileo en Levítico 25: “Entonces harás tocar fuertemente la trompeta en el mes séptimo a los diez días del mes; el día de la expiación haréis tocar la trompeta por toda vuestra tierra. Y santificaréis el año cincuenta, y pregonaréis libertad en la tierra a todos sus moradores; ese año os será de jubileo, y volveréis cada uno a vuestra posesión, y cada cual volverá a su familia” (vv. 9-10).

En este mismo capítulo encontramos la condenación de la usura, el cobro de intereses entre los israelitas. “Y cuando tu hermano empobreciere y se acogiere a ti, tú lo ampararás... No tomarás de él usura ni ganancia... No le darás tu dinero a usura, ni tus víveres a ganancia” (vv. 35-37).

Esto da a entender que el préstamo era un fenómeno escaso, pero cuando alguien estuviera en una necesidad real, el que prestaba no podría cobrarle interés. (Por supuesto, esto

## La única forma de incrementar nuestro nivel de vida es produciendo más.

también estaba basado en una moneda estable, sin inflación.) En nuestro mundo moderno, muchos se han endeudado demasiado, y las entidades financieras no han vacilado en cobrarles altos intereses, especialmente a las tarjetas de crédito y los préstamos sobre el salario que tanto influyen negativamente en las personas pobres.

El resultado es que estas personas pierden miles de dólares, libras o euros en los intereses anuales que tienen que pagar a los bancos y otras instituciones de crédito; este dinero se podría gastar en otras cosas, reactivando así la economía. No debe sorprendernos que haya surgido una gran hostilidad contra los banqueros, a quienes muchos culpan de la crisis actual. El público quedó anonadado al enterarse de las increíbles bonificaciones que las compañías pagaban a sus ejecutivos en el sector financiero que había recibido la ayuda gubernamental.

El año del jubileo marca un contraste claro con el mundo secular en el cual vivimos. A través de la historia moderna del mundo occidental, hemos visto repetirse los ciclos de la prosperidad y la quiebra. Ahora estamos en medio de una profunda recesión económica que algunos están llamando otra depresión, una prolongada y gran recesión.

Este es el sistema financiero del hombre. El sistema financiero de Dios nos asegura que no habrá recesiones. Al mismo tiempo, tampoco habrá ningún florecimiento explo-

sivo como los que hemos experimentado recientemente en nuestra historia, florecimientos basados en la codicia, que con frecuencia sólo aumentan la creciente diferencia salarial. Esto también tiende a crear las “burbujas” económicas que más tarde se desinflan de una manera dramática.

Hablando ante una reunión de líderes religiosos en la Catedral de San Pablo, un día antes de la cumbre del G20, su anfitrión, el primer ministro británico, Gordon Brown, señaló la dimensión moral de la crisis actual: “Creo que la falta de supervisión en la globalización de nuestros mercados financieros, permitió que traspáramos no solamente los límites entre países, sino que *también traspáramos los límites morales*”.

### Está profetizado un giro en el poder global

La Biblia nos muestra que el sistema financiero del hombre continuará por un tiempo más, antes de que veamos el regreso de Cristo y el establecimiento del sistema financiero de Dios en todo el mundo. De hecho, Apocalipsis 17 y 18 nos describen el surgimiento de una nueva superpotencia económica, compuesta por 10 líderes o naciones, cuya sede estará en Europa.

Teniendo en cuenta esto, es interesante notar la gran división que se hizo evidente en la reciente cumbre del G20 entre las naciones de habla inglesa y las naciones que conforman la zona del euro. En tanto los voceros ingleses hablaban de un incremento en el gasto del gobierno, las naciones de la Eurozona, lideradas por Alemania y Francia, se oponían a ello. Su reticencia a gastar más, lo que a fin de cuentas aumenta la deuda, probablemente en el futuro va a incidir para que el euro se convierta en la moneda preferida, a medida que Estados Unidos, el Reino Unido y Australia caen en un período de inflación.

Aún así, no va a ser fácil para los europeos, que también están enfrentando un aumento en el desempleo. Algunos miembros de la euro zona tienen una historia de inestabilidad política, que podría reaparecer y amenazar la cohesión europea—lo que a su vez conduciría a un gobierno central europeo más fuerte, tal como está profetizado en las Escrituras.

La posibilidad de que éste sea un año de revoluciones, nada menos que en Europa todavía existe; esto podría alterar el escenario político, allanando el camino para la integración de una nueva superpotencia política y económica, profetizada en la Biblia. Es importante que continúen leyendo Las Buenas Noticias para que estén atentos a estas tendencias del mundo. **BN**

### Lectura suplementaria

El mundo cambia constantemente. ¿Hacia dónde se dirige y por qué? ¿Nos revela la Biblia lo que el futuro nos depara? ¿Nos anticipa las tendencias y acontecimientos que precederán al regreso de Jesucristo? Usted necesita estar informado. Descubra las respuestas en *El Apocalipsis sin velos*. Este fascinante folleto le ayudará a entender la verdad revelada en la Biblia, que tan pocos comprenden. ¡Usted puede tener una copia gratuita! Sólo tiene que solicitarlo a nuestra dirección más cercana a su domicilio. O si tiene acceso a Internet, puede descargarlo de nuestro portal.



[www.LasBuenasNoticias.org](http://www.LasBuenasNoticias.org)

# Bájese del carrusel sexual

Por Gary Petty

Millones de personas se encuentran atrapadas en las mentiras prometidas por la revolución sexual, y se han dado cuenta de que sólo les ha traído angustia y dolor. Si usted es una de sus víctimas, ¿qué puede hacer para comenzar de nuevo?

**A**ntes de 1960 y de la revolución sexual de aquella década que tiró por la borda nuestra moral tradicional, generalmente se pensaba que la relación sexual ideal era un vínculo romántico y especial entre esposo y esposa. Hoy en día, según los anuncios comerciales televisivos que prometen drogas para mejorar la potencia masculina, pareciera que todos están preocupados del rendimiento sexual, como si se tratara de un deporte de alto rendimiento.

La revolución sexual supuestamente nos libraría de la vergüenza y de muchas ideas obsoletas sobre la sexualidad humana, y todos disfrutarían de algo parecido a un parque de diversiones a nivel sexual en donde pasarían incesantemente de una emoción a otra. Pero ya es hora de enfrentar los hechos: décadas más tarde, el divertido tren de la revolución sexual se ha descarrilado.

## Los lamentables efectos de la revolución sexual

La revolución sexual no liberó a las mujeres para que pudieran experimentar relaciones más significativas, pero sí liberó a hombres y mujeres de tal forma que pudieran separar el sexo del compromiso. Ahora podían saltar de una pareja a otra, sin ninguna responsabilidad personal ni ataduras emocionales.

Cualquier madre soltera sabe lo difícil que es criar a un niño sin un compañero. Pero además existe el riesgo de las enfermedades de transmisión sexual. Se estima que sólo en los Estados Unidos hay 45 millones de personas infectadas con herpes genital, cifra que sigue aumentando a razón de un millón de nuevos casos por año.

Se calcula que este año, el 25 por ciento de los adolescentes sexualmente activos, es decir, uno de cada cuatro, contraerá una enfermedad de transmisión sexual. Estas cifras son demasiado escandalosas como para que la mayoría de las personas las capten, a menos que usted sea una de las víctimas de ETS (enfermedades de transmisión sexual).

¿Cuánto ha sufrido usted como consecuencia de sus relaciones fracasadas? ¿Ha desechado ya completamente ese profundo deseo de tener una relación romántica, comprometida y para toda la vida, porque sus encuentros sexuales carentes de propósito lo han dejado amargado o sintiéndose sin esperanza?

Si usted quiere bajarse del carrusel sexual, debe tomar el timón de su vida y establecer nuevas pautas personales. Todo comienza con el entendimiento del propósito de Dios para su vida y el hermoso misterio de la sexualidad humana.

Dios lo creó a usted porque él quiere tener descendientes, hijos e hijas. Su propósito en esta vida debe ser el de convertirse en hijo de Dios. Al aceptar el camino de su Creador y abandonar su estilo de vida destructivo, descubrirá que la sexualidad humana es algo más que una actividad placentera o un medio para tener hijos.

El matrimonio es una de las primeras instituciones divinas que Dios entregó a la humanidad, y la sexualidad fue diseñada como una maravillosa actividad para ser disfrutada en el matrimonio. Si usted quiere cambiar su vida y descubrir cómo tener un matrimonio para toda la vida, dedicado y feliz, primero debe bajarse del carrusel sexual y comprometerse a tener una virginidad renovada, evitando completamente cualquier tipo de actividad sexual fuera del matrimonio.

## Dónde comenzar la renovación

¿Y después qué?, dirá usted. “¿Voy a entrar a un monasterio y dedicar mi vida a un aburrido estado de abstinencia?” Piense en esto: muchos de nosotros pasamos 12 años asistiendo a la escuela, y en muchos casos, entre cuatro a ocho años más para obtener una carrera. ¿Qué pasaría si uno dedicara tan sólo una fracción de su tiempo preparándose para el matrimonio? ¿La mayoría de la gente se casa sabiendo más acerca de cómo cuidar una mascota que de cómo tener un buen matrimonio!

Los matrimonios exitosos y duraderos no suceden por accidente. Y un matrimonio

exitoso no sólo afecta la felicidad suya y la de su cónyuge, sino también la de sus hijos. La causa principal de pobreza en el mundo occidental estriba en que muchas mujeres solteras deben criar hijos sin la ayuda de un padre.

Usted puede quedarse en el carrusel sexual si lo prefiere. Y quizás hasta pueda evitar contagiarse de SIDA o de gonorrea. Tal vez no quede embarazada. Pero las cicatrices emocionales invisibles son igualmente devastadoras. Demasiada angustia, demasiados encuentros casuales y demasiadas emociones negativas que se experimentan cuando todo ha terminado pueden hacer que una persona se sienta emocionalmente incapaz de volver a experimentar una relación significativa.

El único sexo seguro se da entre un esposo y una esposa comprometidos mutuamente en una relación para toda la vida. En nuestra sociedad moderna esto puede sonar trillado, pero recuerde que usted no puede resolver sus problemas con los métodos acostumbrados porque esto sólo logrará perpetuarlos.

## Usted puede cambiar

Si usted desea disfrutar de una relación amorosa y duradera, entonces deberá hacer las cosas de manera diferente en su vida. Bájese del carrusel sexual. Descubra el propósito que su Creador tiene para usted. Si desea saber lo que en verdad es el matrimonio, acuda a la Biblia. En ella podrá encontrar la respuesta.

Si usted se siente agobiado por la culpa de un aborto, por la angustia de llevar una vida sexual equivocada o la vergüenza de tener una ETS, su vida puede cambiar.

La virginidad renovada no es sólo un lema anticuado y poco realista. Usted debe aceptar que su estilo de vida ha sido autodestructivo y contrario al modo de vida diseñado por su Creador. Pídale perdón, y empiece una nueva vida, una vida renovada como hijo de Dios. Usted puede llegar a ser discípulo de Jesucristo. No sólo un creyente, sino un verdadero *discípulo*, un estudiante dedicado que imita las enseñanzas de su Maestro.

Dios diseñó el matrimonio y la relación sexual dentro de él, como un regalo para usted. Dios no pretendía que el sexo fuera sólo un medio de procreación, sino una parte integral de la relación amorosa y única entre esposo y esposa.

¿Está usted dispuesto a comprometerse a hacer la voluntad de Dios y así poder experimentar la verdadera felicidad? **BN**

# ¿Qué es la verdadera conversión cristiana?

*“Arrepentíos y convertíos, para que sean borrados vuestros pecados; para que vengan de la presencia del Señor tiempos de refrigerio”.*

—Hechos 3:19

**E**n el ámbito religioso frecuentemente se oye la palabra *conversión*. En términos generales, la conversión se refiere al cambio de una religión a otra, particularmente a la cristiana. Pero ¿es eso todo lo que significa?

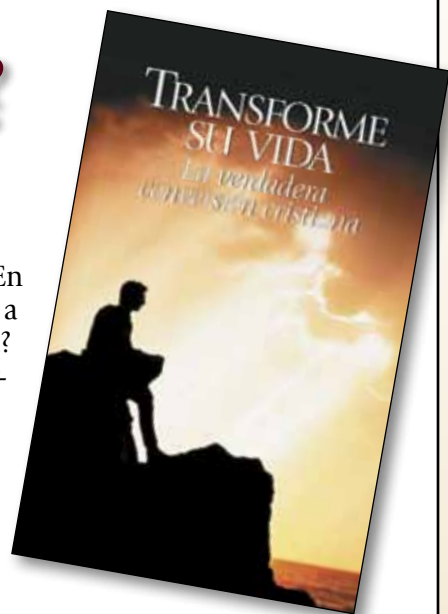
El concepto bíblico de la conversión implica un *cambio*. Pero si una persona está convertida, y por lo tanto cambiada, ¿en qué ha cambiado?

La verdadera conversión cristiana es un proceso milagroso de *transformación*, algo que no es posible sin la intervención y participación directas de Dios. De hecho, es Dios quien lo inicia. Primeramente abre el entendimiento de aquellos a quienes está llamando, o invitando, a la conversión, para que empiecen a comprender el mensaje de las Escrituras con una claridad y profundidad que nunca podrían obtener por sí mismos.

Lo que sucede a continuación depende de las decisiones que la persona toma cuando escucha o lee la verdad de Dios. Puede reaccionar pidiéndole a Dios que le ayude a poner en práctica lo que ha aprendido, o puede simplemente hacer caso omiso del entendimiento que ha recibido.

En este folleto examinamos lo que la Biblia enseña acerca de la conversión. Contrario a lo que muchos piensan, no es algo que se lleva a cabo de manera instantánea; se trata más bien de un cambio que se va realizando paulatinamente. El proceso de conversión llegará a su punto culminante cuando la persona sea cambiada ¡de mortal a inmortal!

Para poder entender lo que representa esta maravillosa transformación que se llama conversión, queremos ofrecerle el folleto *Transforme su vida: La verdadera conversión cristiana*. Como todas nuestras publicaciones, este folleto se envía absolutamente *gratis* a quienes lo soliciten. Puede enviarnos su solicitud a cualquiera de las direcciones que aparecen en el reverso de la portada de esta revista, o si prefiere, puede descargarlo directamente de nuestro portal en [www.LasBuenasNoticias.org](http://www.LasBuenasNoticias.org).



## Las Buenas Noticias

Revista de comprensión bíblica

[www.LasBuenasNoticias.org](http://www.LasBuenasNoticias.org)