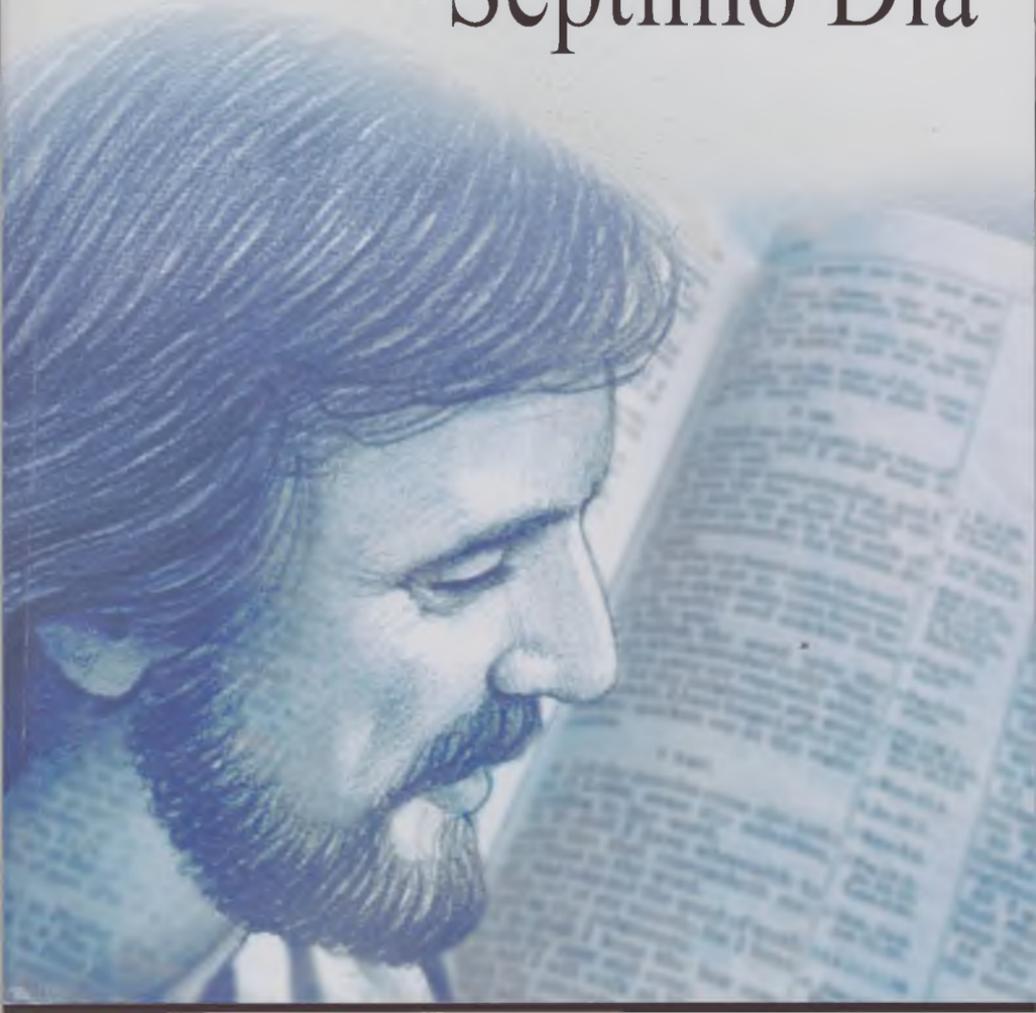


Una exposición  
bíblica de las  
doctrinas  
fundamentales

# Creencias de los Adventistas del Séptimo Día



## *La conducta cristiana*

*Somos llamados a ser un pueblo piadoso que piense, sienta y actúe en armonía con los principios del cielo. Para que el Espíritu recree en nosotros el carácter de nuestro Señor, nos involucramos solo en aquellas cosas que producirán en nuestra vida pureza, salud y gozo cristiano. Esto significa que nuestras recreaciones y nuestros entretenimientos estarán en armonía con las más elevadas normas de gusto y belleza cristianas. Si bien reconocemos las diferencias culturales, nuestra vestimenta debiera ser sencilla, modesta y de buen gusto, como corresponde a aquellos cuya verdadera belleza no consiste en el adorno exterior, sino en el inmarcesible ornamento de un espíritu apacible y tranquilo. Significa también que, puesto que nuestros cuerpos son el templo del Espíritu Santo, debemos cuidarlos inteligentemente. Junto con la práctica adecuada del ejercicio y el descanso, debemos adoptar un régimen alimentario lo más saludable posible, y abstenernos de los alimentos inmundos, identificados como tales en las Escrituras. Como las bebidas alcohólicas, el tabaco y el uso irresponsable de drogas y narcóticos son dañinos para nuestros cuerpos, debemos también abstenernos de ellos. En cambio, debemos empeñarnos en todo lo que ponga nuestros pensamientos y nuestros cuerpos en armonía con la disciplina de Cristo, quien quiere que gocemos de salud, de alegría y de todo lo bueno (Rom. 12:1,2; 1 Juan 2:6; Efe. 5:1-21; Fil. 4:8; 2 Cor. 10:5; 6:14-7:1; 1 Ped. 3:1-4; 1 Cor. 6:19,20; 10:31; Lev. 11:1-47; 3 Juan 2).*

LA CONDUCTA CRISTIANA, QUE SIGNIFICA EL ESTILO DE VIDA de un seguidor de Dios, surge como nuestra respuesta agradecida a la magnífica salvación de Dios por medio de Cristo. Pablo apela a todos los cristianos, diciendo: 'Así que, hermanos, os ruego por las misericordias de Dios, que presentéis vuestros cuerpos en

sacrificio vivo, santo, agradable a Dios, que es vuestro culto racional. No os conforméis a este siglo, sino transformaos por medio de la renovación de vuestro entendimiento, para que comprobéis cuál sea la buena voluntad de Dios, agradable y perfecta” (Rom. 12:1, 2). Por eso, los cristianos protegen y desarrollan voluntariamente sus facultades mentales, físicas y espirituales, con el fin de honrar a su Creador y Redentor.

Cristo oró: “No ruego que los quites del mundo, sino que los guardes del mal. No son del mundo, como tampoco yo soy del mundo” (Juan 17:15, 16). ¿Cómo puede un cristiano estar en el mundo y a la vez separarse de él? ¿Cómo debe el estilo de vida del cristiano diferenciarse del que prevalece en el mundo?

Los cristianos deben adoptar un estilo de vida diferente, no con el fin de ser diferentes, sino porque Dios los ha llamado a vivir según principios. El estilo de vida al cual los ha llamado, les permite alcanzar su máximo potencial como creación suya, haciéndolos eficientes en el servicio del Señor. El ser diferentes también les permite progresar en su misión: servir al mundo, ser la sal y la luz en él. ¿Qué valor tendría la sal si no tuviera gusto, o la luz, si no fuera diferente de la oscuridad?

Cristo es nuestro ejemplo. Él vivió tan enteramente en el mundo, que sus contemporáneos lo acusaban de ser “un hombre comilón y bebedor de vino” (Mat. 11:19), a pesar de que no lo era. Vivió de tal manera en consonancia con los principios de Dios, que nadie pudo hallarlo culpable de pecado (Juan 8:46).

### **La conducta y la salvación**

Al determinar qué conducta es apropiada, debemos evitar los extremos. Un extremo sería aceptar los reglamentos y la aplicación de los principios, transformándolos en un medio de salvación. Pablo resume este extremo en las siguientes palabras: “De Cristo os desligasteis, los que por la ley os justificáis; de la gracia habéis caído” (Gál. 5:4).

El extremo opuesto consiste en creer que, por cuanto las obras no salvan, carecen por lo tanto de importancia, es decir, que lo que un individuo hace carece de significado. Pablo también se refiere a este extremo: “Vosotros, hermanos, a libertad fuisteis llamados; solamente que no uséis la libertad como ocasión para la carne” (Gál. 5:13). Cuando cada miembro sigue sus propios impulsos, “no hay en los cristianos la disciplina mutua que prescribe Mateo 18 y Gálatas 6:1,2. La iglesia deja de ser el cuerpo de Cristo, dentro del cual se manifiestan el amor y el cuidado mutuos, y se convierte en una colección de átomos individuales, cada uno de los cuales sigue su propio camino sin sentir responsabilidad alguna por sus semejantes ni aceptar ninguna preocupación por ellos”.<sup>1</sup>

Si bien es cierto que nuestra conducta y nuestra espiritualidad están estrechamente relacionadas, nunca podremos ganar la salvación por medio de una conducta correcta. Más bien la conducta cristiana es un fruto natural de la salvación, y se basa en lo que Cristo ya realizó en favor nuestro en el Calvario.

### Templos del Espíritu Santo

No solo la iglesia, sino también el individuo es un templo para la morada del Espíritu Santo: “¿O ignoráis que vuestro cuerpo es templo del Espíritu Santo, el cual está en vosotros, el cual tenéis de Dios, y que no sois vuestros? (1 Cor. 6:19).

Los cristianos, por tanto, practican los hábitos de la buena salud con el fin de proteger el centro de comando del templo de su cuerpo, la mente, el lugar donde mora el Espíritu de Cristo. Por esta razón los adventistas del séptimo día, a través de los últimos cien años, han recalcado la importancia que tienen los hábitos correctos de salud.<sup>2</sup> Y este énfasis ha dado resultados positivos: investigaciones recientes revelan que los adventistas corren menos riesgos que la población general de contraer casi cualquiera de las enfermedades más importantes de hoy.<sup>3</sup>

Como cristianos, nos preocupan tanto el aspecto espiritual como físico de la vida de los seres humanos. Jesús, nuestro ejemplo, sanaba “toda enfermedad y toda dolencia en el pueblo” (Mat. 4:23).

La Biblia considera que los seres humanos constituyen una unidad (ver el capítulo 7 de esta obra). “La dicotomía entre lo espiritual y lo material es ajena a la Biblia”.<sup>4</sup> Así, el llamado que Dios hace a la santidad incluye un llamado a disfrutar de salud tanto física como espiritual. Susana Wesley, la madre del fundador del metodismo, resumió apropiadamente este principio: “Cualquier cosa que debilite la razón, perjudique la sensibilidad de la conciencia, oscurezca nuestro sentido de Dios, y disminuya la fortaleza y autoridad que debe tener nuestra mente sobre el cuerpo, es mala, no importa cuán inocente pueda ser en sí misma”.<sup>5</sup>

Las leyes de Dios, que incluyen las leyes de la salud, no son arbitrarias, sino que han sido dispuestas por nuestro Creador para permitirnos gozar al máximo de la vida. Satanás, el enemigo, desea robarnos la salud, el gozo y la paz mental, y por fin, destruirnos (ver Juan 10:10).

### La bendición de Dios para la salud total

La obtención de esta salud depende de la práctica de unos pocos principios sencillos pero efectivos, que Dios ha revelado. Algunos de ellos son evidentes y muy agradables para todos. Otros, tales como el régimen alimentario adecuado, son más difíciles de aceptar, por cuanto implican orientaciones y hábitos que son propios de nuestro estilo de vida. Por esa razón, dedicaremos más espacio a los principios que tienden a ser mal comprendidos, debatidos, o rechazados.<sup>6</sup>

La bendición del ejercicio. El ejercicio regular es una fórmula sencilla que pueden aplicar quienes desean gozar de mayor energía, un cuerpo fuerte, alivio de la tensión, piel sana, más confianza propia, control efectivo del peso, mejoramiento de la digestión y la regularidad, depresiones de menor intensidad y menos riesgo

de sufrir cáncer y enfermedades del corazón. El ejercicio no es simplemente una opción; es esencial para mantener la salud óptima, tanto física como mental.<sup>7</sup>

La actividad útil tiende a producir prosperidad; la inactividad y la pereza tienden a la adversidad (Prov. 6:6-13; 14:23). Dios prescribió actividad para la primera pareja, el cuidado de su hogar, un jardín al aire libre (Gén. 2:5, 15; 3:19). El mismo Salvador nos dio ejemplo de actividad física. Durante la mayor parte de su vida se ocupó en el trabajo manual como carpintero, y durante su ministerio caminó por los senderos de Palestina.<sup>8</sup>

**La bendición de la luz solar.** La luz es esencial para la vida (Gén. 1:3). Impulsa el proceso que produce los elementos nutritivos que alimentan y dan energía a nuestros cuerpos, y libera el oxígeno que necesitamos para vivir. La luz solar promueve la salud y el sanamiento.

**La bendición del agua.** El cuerpo humano está constituido en un 75 por ciento de agua, pero este fluido vital se pierde constantemente en el aire exhalado, el sudor y los productos de desechos. La práctica de beber de 6 a 8 vasos de agua pura por día ayuda a mantener la eficiencia y el bienestar. Otra importante función del agua es su uso en la higiene personal, así como su efecto calmante.

**La bendición del aire fresco.** Un ambiente de aire impuro, en nuestros hogares o fuera de ellos, hace que la sangre contenga menos oxígeno de lo que se requiere para la función óptima de cada célula. Esto nos hace sentir menos atentos y entorpece nuestros reflejos. Por lo tanto, es importante hacer todo lo posible para obtener diariamente una generosa provisión de aire fresco.

**La bendición de una vida temperante, libre de drogas y de estimulantes.** Las drogas han saturado nuestra sociedad porque ofrecen estimulación y alivio momentáneo de la tensión y el dolor. El cristiano se halla rodeado de seductoras invitaciones a usar drogas. Hay muchas bebidas que contienen drogas: el café, el té y las bebidas a base de cola contienen cafeína,<sup>9</sup> y los vinos con sabor de fruta contienen alcohol. Las investigaciones científicas han demostrado que las drogas más populares y de efecto más suave tienden a llevar progresivamente a las drogas más poderosas, que alteran en forma dramática las funciones mentales. El cristiano sabio se abstendrá de todo lo que es perjudicial, y usará con moderación únicamente lo que es bueno.

1. **El tabaco.** En cualquier forma, el tabaco es un veneno lento que causa efectos nocivos sobre los poderes físicos, mentales y morales. Al comienzo, sus efectos casi no se notan. Excita y luego paraliza los nervios, lo cual debilita y confunde el cerebro.

Quienes usan el tabaco se están suicidando lentamente, lo cual es una transgresión del sexto mandamiento, que dice: "No matarás" (Éxo. 20:13).

2. **Bebidas alcohólicas.** El alcohol es una de las drogas de más amplio uso en nuestro mundo. Ha devastado una cantidad incalculable de millones de vidas. No solo daña a quienes lo usan, sino también extrae un terrible costo de la sociedad en general, el cual se mide en hogares quebrantados, muertes accidentales, enfermedades y pobreza.

A causa de que Dios se comunica con nosotros únicamente por medio de nuestras mentes, es útil recordar que el alcohol afecta en forma adversa cada una de nuestras funciones mentales. A medida que aumenta el nivel de alcohol en el sistema, el bebedor progresa de la pérdida de la coordinación a la confusión, la desorientación, el estupor, la anestesia, el coma y por fin la muerte. El uso regular de bebidas alcohólicas produce finalmente la pérdida de la memoria, el juicio y la capacidad de aprendizaje.<sup>11</sup>

Ciertas historias bíblicas referentes al uso de bebidas alcohólicas podrían dar la impresión de que Dios aprobaba su uso. Sin embargo, la Escritura también indica que el pueblo de Dios participaba en prácticas sociales como el divorcio, la poligamia y la esclavitud, las cuales ciertamente Dios no aprobaba. Al interpretar pasajes bíblicos como éstos, vale la pena recordar que Dios no necesariamente aprueba todo lo que permite.

La respuesta que dio Jesús a la pregunta de por qué Moisés permitió el divorcio, apunta a este principio de interpretación. Dijo el Señor: "Por la dureza de vuestro corazón Moisés os permitió repudiar a vuestras mujeres; mas al principio no fue así" (Mat. 19:8).<sup>12</sup> El Edén es el modelo divino al cual el evangelio nos había de restaurar. Tal como es el caso de estas otras prácticas, el uso de alcohol no era parte del plan original.<sup>13</sup>

3. **Otras drogas y narcóticos.** Hay muchas otras sustancias dañinas, tanto drogas y narcóticos, a través de las cuales Satanás procura destruir las vidas humanas.<sup>14</sup> Los verdaderos cristianos que mantienen su vista fija en Cristo, continuamente glorificarán a Dios con sus cuerpos, conscientes de que son su preciada posesión, comprada con su sangre preciosa.

**La bendición del reposo.** El descanso adecuado es esencial para la salud del cuerpo y la mente. Cristo nos extiende la compasiva orden que les dio a sus discípulos cansados: "Venid vosotros aparte a un lugar desierto, y descansad un poco" (Mar. 6:31). Los períodos de reposo proveen la quietud que tanto se necesita para mantener nuestra comunión con Dios: "Estad quietos, y conoced que yo

soy Dios" (Sal. 46:10). Dios puso énfasis en nuestra necesidad de reposar, al apartar el séptimo día de la semana como el día de reposo (Éxo. 20:10).

Descansar significa más que dormir o cesar de cumplir nuestras tareas regulares. Abarca la forma en que usamos nuestro tiempo libre. La fatiga no siempre proviene de la tensión, o por el trabajo arduo y sin descanso. Nuestras mentes pueden fatigarse por la estimulación excesiva, la enfermedad o diversos problemas personales.

La recreación significa re-creación en el sentido más literal del término. Fortalece, repara y refresca la mente y el cuerpo, de este modo prepara a los creyentes para volver con renovado vigor a sus vocaciones. Si desean vivir la vida en sus mejores dimensiones, los cristianos deberían practicar únicamente las formas de recreación y entretenimiento que fortalecen su comunión con Cristo y mejoran la salud.

La Sagrada Escritura establece el siguiente principio, que ayudará a que los cristianos seleccionen la recreación correcta: "No améis al mundo, ni las cosas que están en el mundo. Si alguno ama al mundo, el amor del Padre no está en él. Porque todo lo que hay en el mundo, los deseos de la carne, los deseos de los ojos y la vanagloria de la vida, no proviene del Padre, sino del mundo" (1 Juan 2:15,16).

1. Las películas, la televisión, la radio y los vídeos. Los medios de comunicación mencionados pueden servir como excelentes agentes educativos. "Cambiaron toda la atmósfera de nuestro mundo moderno y nos pusieron en fácil contacto con la vida, el pensamiento y los acontecimientos de todo el globo".<sup>15</sup> El cristiano debe recordar que la televisión y los vídeos causan un impacto mayor en la vida de un individuo que cualquier otra actividad.

Desgraciadamente, la televisión y las grabaciones de video, con sus presentaciones teatrales casi continuas, introducen en el hogar influencias que no son ni sanas ni elevadoras. Si no somos firmes y aptos para discernir, "convertirán nuestros hogares en teatros y escenarios de espectáculos comunes y sórdidos".<sup>16</sup> El cristiano consagrado se apartará de películas y programas de televisión enfermizos, violentos o sensuales.

Los medios de comunicación audiovisuales no son malos en sí mismos. Los mismos canales que revelan las profundidades de la maldad humana, comunican también la predicación del evangelio de salvación. Además, se transmiten muchos otros programas que vale la pena mirar. Pero es posible usar aun los buenos programas para evitar enfrentar las responsabilidades de la vida. Los cristianos no solo necesitan establecer principios para determinar qué han de ver; también deben limitar el tiempo que dedican a esas actividades, de modo que no sufran sus relaciones sociales ni las responsabilidades de la vida. Si no podemos discriminar, o si carecemos de fuerza de voluntad para controlar los medios de comu-

nicación que poseemos, es mucho mejor deshacerse de ellos de una vez, antes que permitir que se adueñen de nuestras vidas, corrompiendo nuestra mente o consumiendo cantidades excesivas de nuestro tiempo (ver Mat. 5:29, 30).

En lo referente a nuestra contemplación de Cristo, un importante principio bíblico establece que “nosotros todos, mirando a cara descubierta como en un espejo la gloria del Señor, somos transformados de gloria en gloria en la misma imagen” (2 Cor. 3:18). La contemplación produce cambios. Pero los cristianos deben recordar continuamente que este principio también se aplica en su aspecto negativo. Todos los espectáculos que describen gráficamente los pecados y crímenes de la humanidad: el asesinato, el adulterio, el robo y otros actos degradantes, contribuyen al quebrantamiento actual de la moralidad.

El consejo que expresa Pablo en Filipenses 4:8 establece un principio que ayuda a identificar las formas de recreación que tiene valor: “Por lo demás, hermanos, todo lo que es verdadero, todo lo honesto, todo lo justo, todo lo puro, todo lo amable, todo lo que es de buen nombre; si hay virtud alguna, si algo digno de alabanza, en esto pensad”.

2. **La música y la lectura.** Las mismas altas normas se aplican a la lectura y la música del cristiano. La música es un don de Dios, capaz de inspirar en nosotros pensamientos puros, nobles y elevados. En consecuencia, la buena música realza las más excelentes cualidades del carácter.

Por otra parte, la música degradante “destruye el ritmo del alma y quebranta la moralidad”. Por esto, los seguidores de Cristo rehúyen “toda melodía que pertenezca a la categoría de la música vulgar, como el jazz, rock, u otras formas híbridas derivadas, o que induzca al baile, toda expresión del lenguaje que se refiera a sentimientos necios o triviales”.<sup>17</sup> El cristiano no debe escuchar música que tenga palabras o melodías sugestivas (Rom. 13:11-14; 1 Ped. 2:11).<sup>18</sup>

La lectura también ofrece mucho que es de valor. Existe gran cantidad de buenas publicaciones que cultivan y expanden la mente; “pero igualmente hay un diluvio de publicaciones perniciosas, a menudo presentadas de la manera más atractiva, pero perjudiciales para la mente y para la moral. Las historias de aventuras descabelladas y de moral relajada, ora se trate de hechos reales o ficción”, son inapropiadas para los creyentes porque crean aversión a un estilo de vida noble, honesto y puro, y estorban el desarrollo de la unión con Cristo.<sup>19</sup>

3. **Actividades inaceptables.** Los adventistas enseñan además que los juegos de azar, los naipes, la asistencia al teatro y el baile deben evitarse (1 Juan 2:15-17). Se oponen a la práctica de pasar tiempo en la contemplación de actividades deportivas violentas (Fil. 4:8). Cualquier actividad que debilite nuestra relación con

nuestro Señor y nos haga perder de vista los intereses eternos, le ayuda a Satanás a encadenar nuestras almas. Los cristianos prefieren participar en actividades recreativas saludables, que verdaderamente renueven su naturaleza física, mental y espiritual.

**La bendición de una alimentación nutritiva.** A la primera pareja, el Creador le prescribió el régimen alimentario ideal: "Os he dado toda planta que da semilla, que está sobre toda la tierra, y todo árbol en que hay fruto y que da semilla; os serán para comer" (Gén. 1:29). Después de la caída, Dios añadió a su alimentación "plantas del campo" (Gén. 3:18).

Los problemas de salud que existen en nuestros días tienden a centrarse en el tipo de enfermedades degenerativas cuya causa se puede adjudicar directamente al régimen alimentario y al estilo de vida. El régimen que Dios planeó, consistente en cereales, frutas, nueces y verduras, ofrece los ingredientes nutritivos correctos, necesarios para promover la salud óptima.

1. **La alimentación original.** La Biblia no condena la práctica de comer animales limpios. Pero la alimentación original de Dios para el hombre no incluía alimentos cárneos, porque no era el plan divino que se quitara la vida a ningún animal, y porque un régimen vegetariano equilibrado es el mejor para nuestra salud, hecho a favor del cual la ciencia ofrece evidencias cada vez más abundantes.<sup>20</sup> Los individuos que consumen productos animales que contienen bacterias o virus capaces de producir enfermedades, corren riesgo de que su salud sufra daños bien definidos.<sup>21</sup> Se estima que cada año, tan solo en los Estados Unidos, millones de personas sufren por comer carne de aves contaminada con salmonella y otros microorganismos que las inspecciones no lograron descubrir.<sup>22</sup> Diversos expertos consideran que "la contaminación bacteriana significa un riesgo mucho mayor que la que presentan los aditivos químicos y los conservantes que se agregan a los alimentos", y están convencidos de que la incidencia de las enfermedades causadas por estas bacterias no pueden sino aumentar.<sup>23</sup>

Además, diversos estudios que se han realizado en años recientes indican que el consumo excesivo de carne puede causar un aumento en la aterosclerosis, el cáncer, las enfermedades de los pulmones, la osteoporosis y la triquinosis, y en consecuencia, puede disminuir la expectativa de vida.<sup>24</sup>

El régimen que Dios ordenó en el jardín del Edén —el régimen vegetariano— es ideal, pero hay ocasiones en las cuales no podemos alcanzar el ideal. En esas circunstancias, en una situación o región determinada, los que desean mantener su salud en el mejor estado posible, se alimentarán con el mejor alimento que puedan obtener.

2. **Carnes limpias e inmundas.** Recién después del diluvio universal, Dios introdujo la carne como alimento. Por haber sido destruida toda la vegetación, Dios le concedió a Noé y a su familia permiso para comer carne, estipulando que no debían comer la sangre del animal (Gén. 9:3-5).

Otra estipulación que la Escritura implica que Dios le impartió a Noé, era que tanto él como su familia debían comer únicamente los animales que Dios identificara como limpios. A causa de que Noé y su familia necesitaban los animales limpios como alimento así como para sacrificio (Gén. 8:20), Dios instruyó a Noé que tomara consigo en el arca siete parejas de cada clase de animal limpio, en contraste con una sola pareja de cada clase de animal inundo (Gén. 7:2, 3). Levítico 11 y Deuteronomio 14 proveen extensos detalles en cuanto a los alimentos limpios e inmundos.<sup>25</sup>

Por naturaleza, los animales inmundos no constituyen el mejor alimento. Muchos pertenecen a la clase de los que se alimentan de carroña, y otros son rapaces o de presa, desde el león y el cerdo hasta el buitre y los peces que viven en el fondo de ríos y lagos, y se alimentan de los desechos que allí se acumulan. A causa de sus hábitos, es más fácil que sean portadores de enfermedades.

Diversos estudios han revelado que “además de cierta cantidad de colesterol que se halla en el puerco y en los mariscos, ambos contienen una cantidad de toxinas y contaminantes que están asociados con el envenenamiento de los seres humanos”.<sup>26</sup>

Al abstenerse de los alimentos inmundos, el pueblo de Dios demostró su gratitud por su redención del mundo corrompido e inundo que lo rodeaba (Lev. 20:24-26; Deut. 14:2). Introducir cualquier cosa inunda en el templo del cuerpo, en el cual mora el Espíritu de Dios, es vivir en forma inferior al ideal de Dios.

El Nuevo Testamento no abolió la distinción que se hace entre las carnes limpias e inmundas. Algunos creen que porque dichas leyes de la alimentación se mencionan en Levítico, son puramente ceremoniales o ritualistas, y de este modo ya no son válidas para los cristianos. Sin embargo, la distinción entre los animales limpios y los inmundos se remonta a los días de Noé, mucho antes de que existiera el pueblo de Israel. Como principios de salud, estas leyes relativas a la alimentación mantienen su calidad obligatoria.<sup>27</sup>

3. **La regularidad, la sencillez y el equilibrio.** Las reformas alimentarias que tienen éxito son progresivas, y deben realizarse en forma inteligente. Finalmente debiéramos aprender a eliminar —o a usar con mucha moderación— los alimentos que contengan mucha grasa o azúcar.

Además, es necesario preparar en la forma más sencilla y natural posible el alimento que consumimos; y para mayor beneficio, debemos comer a intervalos regulares. Una alimentación compleja y estimulante no es lo más saludable. Mu-

chos condimentos y especias irritan el sistema digestivo, y su uso habitual está asociado con numerosos problemas de salud.<sup>29</sup>

La bendición de una vestimenta cristiana. Dios proveyó los primeros ropajes para Adán y Eva, y sabe que en nuestra época también necesitamos cubrir nuestros cuerpos en forma apropiada (Mat. 6:25-33). Respecto a la vestimenta, debemos basar nuestra elección en los principios de la sencillez y la modestia, vistiéndonos en forma práctica, saludable y atractiva.

1. La sencillez. Tal como sucede en todos los demás aspectos de nuestras vidas, el llamado cristiano a la sencillez afecta la manera en que nos vestimos. “El testimonio cristiano requiere la sencillez. Cómo nos vestimos demuestra ante el mundo qué y quiénes somos, no como un requisito legal heredado de la época victoriana, sino como una expresión de nuestro amor por Jesús”.<sup>30</sup>

2. De elevada virtud moral. Los cristianos no desfiguran la belleza de sus caracteres adoptando estilos de vestir que despiertan la “concupiscencia de la carne” (1 Juan 2:16). Por cuanto desean testificar ante sus semejantes, se visten y actúan de manera modesta, sin acentuar las partes del cuerpo que estimulan los deseos sexuales. La modestia promueve la salud moral. El propósito del cristiano es glorificar a Dios, no a sí mismo.

3. Práctico y económico. Por cuanto son mayordomos del dinero que Dios les ha confiado, los cristianos practicarán la economía, sin usar “oro, ni perlas, ni vestidos costosos” (1 Tim. 2:9). La práctica de la economía, sin embargo, no significa necesariamente la compra de la ropa más barata que se pueda encontrar. A menudo, los artículos de mejor calidad resultan más económicos a largo plazo.

4. Saludable. Lo que afecta la salud no es solo el régimen alimentario. Los cristianos deberían evitar los estilos de vestimenta que no protejan adecuadamente el cuerpo, o que lo constriñan o afecten de modo que deteriore la salud.

5. Caracterizado por gracia y belleza natural. Los cristianos comprenden la amonestación contra “la soberbia de la vida” (1 Juan 2:16). Refiriéndose a los lirios, Cristo declaró que “ni aún Salomón con toda su gloria se vistió así como uno de ellos” (Mat. 6:29). Ilustró así el hecho de que la percepción de belleza que proviene del cielo se caracteriza por la gracia, la sencillez, la pureza y la belleza natural. El despliegue mundanal que se advierte en las modas pasajeras, no tiene ningún valor a los ojos de Dios (1 Tim. 2:9).

Los cristianos ganan a los no creyentes, no cuando adoptan el aspecto y la conducta del mundo, sino al revelar una diferencia atractiva y refrescante. Pedro asegura que los esposos no creyentes pueden ser “ganados sin palabra por la conducta de sus esposas, considerando vuestra conducta casta y respetuosa”. En vez de adornar lo exterior, el apóstol aconseja que los creyentes se concentren en desarrollar el adorno interior, “el corazón, en el incorruptible ornato de un espíritu afable y apacible, que es de grande estima delante de Dios” (1 Ped. 3:1-4). La Escritura enseña que:

a. El carácter revela la verdadera belleza individual. Tanto Pedro como Pablo establecen el principio básico que debe guiar a los cristianos de ambos sexos, en lo que se refiere al adorno personal: “Vuestro atavío no sea el externo de peinados ostentosos, de adornos de oro o de vestidos lujosos” (1 Ped. 3:3). “Asimismo que las mujeres se atavíen de ropa decorosa, con pudor y modestia; no con peinado ostentoso, ni oro, ni perlas, ni vestidos costosos, sino con buenas obras, como corresponde a mujeres que profesan piedad” (1 Tim. 2:9,10).

b. La sencillez armoniza con la reforma y el reavivamiento. Cuando Jacob hizo un llamado a su familia para que se dedicasen a Dios, entregaron “todos los dioses ajenos que había en poder de ellos, y los zarcillos que estaban en sus orejas”, y Jacob los enterró (Gén. 35:2,4).<sup>31</sup>

Después que Israel apostató con el becerro de oro, Dios les dijo: “Quitate, pues, ahora tus atavíos para que yo sepa lo que te he de hacer”. En señal de arrepentimiento, “los hijos de Israel se despojaron de sus atavíos desde el monte Horeb” (Éxo. 33:5, 6). Pablo afirma claramente que la Escritura registra esta apostasía “para amonestarnos a nosotros, a quienes han alcanzado los fines de los siglos” (1 Cor. 10:11).

c. La mayordomía santificada requiere la disposición al sacrificio. Mientras que gran parte del mundo padece escasez de alimentos, el materialismo coloca ante los cristianos tentaciones que van desde la ropa y los automóviles caros, a las joyas y las casas lujosas. La sencillez en el estilo de vida y la apariencia produce un agudo contraste entre los cristianos y la codicia, el materialismo y la extravagancia que reinan en esta sociedad pagana del siglo XX, cuyos valores enfocan las cosas materiales antes que a los individuos.

En vista de estas enseñanzas de la Escritura y de los principios explicados anteriormente, creemos que los cristianos no debieran adornarse con joyas. Comprendemos que esto significa que el uso de anillos, aretes, co-

llares y brazaletes, así como ostentosos prendedores de corbata, collares, gemelos, mancuernas y broches —y cualquier otro tipo de joyas cuya función principal sea la ostentación— es innecesario y no se halla en armonía con el adorno sencillo que recomienda la Escritura.<sup>32</sup>

La Biblia asocia el uso de cosméticos llamativos con el paganismo y la apostasía (2 Rey. 9:30; Jer. 4:30). Por lo tanto, en lo que se refiere a los cosméticos, creemos que los cristianos deben mantener una apariencia natural y saludable. Si exaltamos al Salvador en la manera como hablamos, actuamos y nos vestimos, nos convertimos en imanes que atraen a la gente hacia él.<sup>33</sup>

### Los principios de las normas cristianas

En todas sus manifestaciones, el estilo de vida del cristiano es una respuesta a la salvación por medio de Cristo. El cristiano desea honrar a Dios, y vivir como Jesús vivió. Aunque algunos consideran que el estilo cristiano de vida se limita a una serie de negativas, es más realista verlo como una serie de principios positivos, los cuales se hallan activos en el marco de la salvación. Jesús hizo énfasis en que había venido para que tuviésemos vida, y que la tuviéramos en mayor abundancia. ¿Cuáles son los principios que nos guían a la vida plena? Cuando el Espíritu Santo se hace presente en la vida de un individuo, sucede un cambio decidido, el cual se hace evidente para con los que rodean a dicho individuo (Juan 3:8). El Espíritu no solo efectúa un cambio inicial en la vida; sus efectos son perdurables. El fruto del Espíritu es el amor (Gál. 5:22,23). El argumento más poderoso en favor de la validez del cristianismo lo constituye un cristiano amante y digno de ser amado.

Viviendo con la mente y los sentimientos de Cristo. "Haya, pues, en vosotros, este sentir que hubo también en Cristo Jesús" (Fil. 2:5). En todas las circunstancias, favorables o adversas, debemos procurar comprender y vivir en armonía con la voluntad y la mente de Cristo (1 Cor. 2:16).

Elena de White ha hecho notar cuán hermosos son los resultados de una vida que se vive en esta clase de relación con Cristo: "Toda verdadera obediencia proviene del corazón. La de Cristo procedía del corazón. Y si nosotros consentimos, se identificará de tal manera con nuestros pensamientos y fines, amoldará de tal manera nuestro corazón y mente en conformidad con su voluntad, que cuando le obedecemos estaremos tan solo ejecutando nuestros propios impulsos. La voluntad, refinada y santificada, hallará su más alto deleite en servirle. Cuando conozcamos a Dios como es nuestro privilegio conocerle, nuestra vida será una vida de continua obediencia. Si apreciamos el carácter de Cristo y tenemos comunión con Dios, el pecado llegará a sernos odioso."<sup>34</sup>

## 324 LOS ADVENTISTAS DEL SÉPTIMO DÍA CREEN EN.

*Viviendo para alabar y glorificar a Dios.* ¡Dios ha hecho tanto por nosotros! Una forma en que podemos demostrarle nuestra gratitud, es a través de nuestra alabanza.

Los salmos exaltan este aspecto de la vida espiritual: “Dios, Dios mío eres tú; de madrugada te buscaré... para ver tu poder y tu gloria, así como te he mirado en el santuario. Porque mejor es tu misericordia que la vida; mis labios te alabarán. Así te bendeciré en mi vida; en tu nombre alzaré mis manos. Como de meollo y de grosura será saciada mi alma, y con labios de júbilo te alabaré mi boca” (Sal. 63:2-5).

Para el cristiano, una actitud de alabanza como la descrita, le permite mantener en su perspectiva apropiada los demás aspectos de su vida. Al mirar a nuestro Salvador crucificado, que nos redimió del castigo del pecado y nos libra además de su poder, nos sentimos impulsados a hacer únicamente “las cosas que son agradables delante de él” (1 Juan 3:22; ver también Efe. 5:10). Los cristianos ya no viven “para sí, sino para aquel que murió y resucitó por ellos” (2 Cor. 5:15). Todo verdadero cristiano le asigna a Dios el primer lugar en todo lo que hace; en sus pensamientos, sus palabras y sus deseos. No tiene otros dioses delante de su Redentor (1 Cor. 10:31).

*Vidas ejemplares.* Pablo dijo: “No seáis tropiezo” para nadie (1 Cor. 10:32). “Por esto procuro tener siempre una conciencia sin ofensa ante Dios y ante los hombres” (Hech. 24:16). Si nuestro ejemplo hace que otros pequen, nos convertimos en piedras de tropiezo para aquellos por quienes Cristo murió. “El que dice que permanece en él, debe andar como él anduvo” (1 Juan 2:6).

*Vidas dedicadas al ministerio.* Una poderosa razón por la cual los cristianos viven como lo hacen, es con el fin de salvar a los perdidos. Dijo Pablo: “Yo en todas las cosas agrado a todos, no procurando mi propio beneficio, sino el de muchos, para que sean salvos” (1 Cor. 10:33; ver también Mat. 20:28).

### **Requerimientos y principios**

A causa del impacto que el estilo de vida de un individuo produce en su experiencia espiritual y en su testimonio, en nuestra calidad de iglesia organizada hemos establecido ciertos principios de vida que sirven como requerimientos mínimos para la feligresía. Dichas normas incluyen la abstención del tabaco, las bebidas alcohólicas, las sustancias químicas que alteran la mente, y las carnes de animales inmundos, además de la evidencia de una experiencia cristiana progresiva en lo que se refiere a la vestimenta y el uso de nuestro tiempo libre. Estas normas mínimas no abarcan el ideal completo de Dios para el creyente. Simple-

mente señalan los primeros pasos esenciales en el desarrollo de una experiencia cristiana progresiva y radiante. Dichas normas proveen también el fundamento esencial de la unidad en la comunidad de los creyentes.

El desarrollo de la conducta cristiana —la semejanza a Dios— es progresivo, pues implica una unión con Cristo que dura toda la vida. La vida santificada no es otra cosa que la entrega cotidiana de la voluntad al control de Cristo, y la conformidad constante a sus enseñanzas, las cuales él nos va revelando en nuestro estudio de la Biblia acompañado de oración. Por cuanto maduramos a ritmos diferentes, es importante que nos abstengamos de juzgar a nuestros hermanos o hermanas más débiles (Rom. 14:1; 15:1).

Los cristianos que están unidos con el Salvador tienen un solo ideal: Hacer lo mejor que puedan en honor de su Padre celestial, quien ha provisto un plan tan maravilloso para su salvación. “Si, pues, coméis o bebéis, o hacéis otra cosa, hacedlo todo para la gloria de Dios” (1 Cor. 10:31).

## Referencias

1. L. A. King, “Legalism or Permissiveness: An Inescapable Dilemma?” [Legalismo o permisividad: un dilema inevitable], *The Christian Century*, 16 de abril de 1980, p. 436.
2. Para el desarrollo de la base bíblica de la vida sana en la Iglesia Adventista, ver Damsteegt, *Foundations of the Seventh-day Adventist Message and Mission* [Fundamentos del mensaje y misión adventista del séptimo día], pp. 221-240; Damsteegt, “Health Reforms and the Bible in Early Sabbatarian Adventism” [La reforma pro salud y la Biblia en el adventismo temprano], *Adventist Heritage*, invierno de 1978, pp. 13-21.
3. Ver Lewis R. Walton, Jo Ellen Walton, John A. Scharffenberg, *How You Can Live Six Extra Years* [Cómo podemos vivir seis años más] (Santa Bárbara, California: Woodbridge Press, 1981), p. 4; D. C. Nieman y H. J. Stanton, “The Adventist Lifestyle—A Better Way to Live” [El estilo de vida adventista: una mejor forma de vida], *VibrantLife*, marzo/ abril de 1988, pp. 14-18.
4. *Zondervan Pictorial Encyclopedia of the Bible* [Enciclopedia ilustrada Zondervan de la Biblia] (Grand Rapids, Michigan: Zondervan Publishers, 1975), 1, 1, p. 884.
5. C. B. Haynes, “Church Standard—N° 5”, *Review and Herald*, 30 de octubre de 1941, p. 7.
6. Para un tratamiento más completo de estas sencillas reglas de salud, ver V. W. Foster, *New Start!* (Santa Bárbara, California: Woodbridge Press, 1988).
7. Ver, por ejemplo Kenneth H Cooper, *Aerobics Program for Total Well Being* [Programa aeróbico para el bienestar total] (New York: M. Evans, 1982); *Physical Fitness Education Syllabus* [Programa de educación física] (Loma Linda, California: Department of Health Science, School of Health, Loma Linda University, 1976-1977); John Dignam, “Walking Into Shape”, *Signs of the Times*, julio de 1987, p. 16; B. E. Baldwin, “Exercise”, *Journal of Health and Healing* 11, N° 4 (1987), pp. 20-23; Jeanne Wisseman, *Physical Fitness, Abundant Living Health Series*, t. 5 (Loma Linda, California: School of Health, Loma Linda University, n. d.), pp. 21, 37, 38, 45. Ver también Dianne-Jo Moore, “Walk Your Tensions Away”, *Your Life and Health*, N° 4 (1984), pp. 12, 13.
8. Entre las diversas formas de ejercicio, la caminata está considerada como una de las mejores. Ver J. A. Scharffenberg, “Adventist Responsibility in Exercise” (manuscrito inédito); Elena G. de White, *Testimonies*, t. 3, p. 78; Elena G. de White, “Temperance”, *Health Reformer*, abril de 1872, p. 122; Dignam, “Walking Into Shape”, pp. 16, 17.

9. Se ha descubierto que la cafeína también contribuye al aumento del colesterol en la sangre, a la alta presión sanguínea, al aumento de las secreciones gástricas y a las úlceras pépticas. Está implicada en las enfermedades del corazón, la diabetes, y los cánceres de colon, de vejiga y de páncreas. Su uso regular o immoderado durante el embarazo aumenta el riesgo de producir defectos congénitos y niños de peso menor que el normal. Ver Robert O'Brien y Sydney Cohen, "Caffeine", *Encyclopedia of Drug Abuse* [Enciclopedia del abuso de las drogas] (New York: Facts on File, 1984), pp. 50, 51; Marjorie V. Baldwin, "Caffeine on Trial" [La cafeína en tela de juicio], *Life and Health*, octubre de 1973, pp. 10-13; E. D. Gorham, L. F. Garland, F. C. Garland, et. al., "Coffee and Pancreatic Cancer in a Rural California County" [El café y el cáncer pancreático en un condado rural de California] *Western Journal of Medicine*, enero de 1988, pp. 48-53; B. K. Jacobsen, y D. S. Thelle, "The Tromso Heart Study: Is Coffee Drinking an Indicator of a Lifestyle With High Risk of Ischemic Heart Disease?" *Acta Medica Scandinavica* 222, N° 3 (1987), 215-221; J. D. Curb, D. M. Reed, J. A. Kautz y K. Yano, "Coffee, Caffeine and Serum Cholesterol in Japanese Living in Hawaii" [El café, la cafeína y el nivel sérico de colesterol en los japoneses viviendo en Hawaii], *American Journal of Epidemiology*, abril de 1986, pp. 648-655. Los individuos que consumen mucho café son también "menos activos en religión" (B. S. Victor, M. Lubetsky, y J. F. Greden, "Somatic Manifestations of Caffeinism" [Manifestaciones somáticas del cafeinismo], *Journal of Clinical Psychiatry*, mayo de 1981, p. 186). Para saber el contenido de cafeína de las diversas bebidas, ver "The Latest Caffeine Scoreboard" [El más reciente puntaje de cafeína], *FDA Consumer*, marzo de 1984, pp. 14-16; Boasley, "Caffeine: Is it So Harmless?" [La cafeína: ¿es tan inofensiva como parece?] *Ministry*, agosto de 1986, p. 28; Winston J. Craig and Thuy T. Nguyen, "Caffeine and Theobromine Levels in Cocoa and Carob Products" [Niveles de cafeína y teobromina en el cacao y los productos de carao], *Journal of Food Science*, enero-febrero de 1984, pp. 302-303, 305.
10. En lo que se refiere al sistema circulatorio, el tabaco aumenta el riesgo de los infartos del corazón, la alta presión sanguínea y las enfermedades vasculares periféricas como la enfermedad de Buerger, que requiere la amputación de los dedos de las manos y los pies. En lo referente al sistema respiratorio, el tabaco produce un aumento en las muertes producidas por el cáncer pulmonar, la bronquitis crónica y el enfisema. Paraliza los cilios bronquiales que limpian los pulmones y bronquios de impurezas, y está asociado con el cáncer de la laringe, la boca, el esófago, la vejiga, los riñones y el páncreas. Está además asociado con el aumento de úlceras duodenales y de muertes por complicaciones que resultan de las úlceras. Ver, por ejemplo, *Smoking and Health: A Report of the Surgeon General* [El hábito de fumar y la salud: Informe del Cirujano General] (Washington, D.C.; US Dept. Of Health, Education, and Welfare, 1979).
11. Ver, por ejemplo, Galen C. Bosley, "The Effects of Small Quantities of Alcohol" [Los efectos que causan las cantidades pequeñas de alcohol], *Ministry*, mayo de 1986, pp. 24-27. Entre los bebedores sociales, el alcohol disminuye el volumen de los lóbulos frontales, el centro del discernimiento moral (L. A. Cala, B. Jones, P. Burns, et al., "Results of Computerized Tomography, Psychometric Testing and Dietary Studies in Social Drinkers, With Emphasis on Reversibility After Abstinence", *Medical Journal of Australia*, 17 de septiembre de 1983, pp. 264-269). Ver también Bosley, "Why a Health Message" [La razón de un mensaje acerca de salud], *Adventist Review*, 30 de julio de 1987, p. 15. Las pruebas psicológicas de los bebedores sociales demostraron que sus capacidades mentales y su funcionamiento intelectual se hallaban significativamente deterioradas (D. A. Parker, E. S. Parker, J. A. Brody, y R. Schoenberg, "Alcohol Use and Cognitive Loss Among Employed Men and Women" [El uso de alcohol y la pérdida de capacidad mental entre varones y mujeres empleados], *American Journal of Public Health*, mayo de 1983, pp. 521-526). A medida que aumenta el consumo de alcohol, disminuye la asistencia a la iglesia (A. M. Edward, R. Wolfe, P. Moll, y E. Harburg, "Psychosocial and Behavioral Factors Differentiating Past Drinkers and Lifelong Abstainers" [Facto-

res psicosociales y de conducta que diferencian a los ex bebedores y a los abstemios de por vida), *American Journal of Public Health*, enero de 1986, p. 69.

12. Ver el capítulo 16, nota 8, para una explicación del vino que se usa en la Cena del Señor.
13. En el Antiguo Testamento, el término general que se usa para designar el vino es *ayayin*. Este término denota el jugo de la uva en todos sus estados, desde fresco hasta fermentado, si bien se lo usa frecuentemente aplicándolo al vino maduro que contiene alcohol. La palabra usual que designa el vino sin fermentar es *tirósh*. Se lo traduce frecuentemente como "nuevo vino", es decir, el jugo fresco de la uva recién estrujada. Ambos términos se traducen con la palabra *óinos* en la versión griega del Antiguo Testamento llamada Septuaginta. *Óinos* es el término generalmente usado para denotar el vino en el Nuevo Testamento, y se refiere tanto al vino fermentado como al sin fermentar, dependiendo del contexto. (Para el uso en el Antiguo Testamento, ver Robert P. Teachout, "The Use of 'Wine' in the Old Testament" [El uso del término "vino" en el Antiguo Testamento] [Disertación doctoral, 1979; disponible a través de University Microfilms International, Ann Arbor, Michigan]; Lael O. Ceasar, "The meaning of *Yayin* [El significado del término *yayin*] (Tesis inédita de maestría, Andrews University, Berrien Springs, Michigan, 1986; William Patton, *Bible Wines* [Vinos bíblicos] Oklahoma City: Sane Press, sin fecha), pp. 54-65.

La expresión hebrea *shékár* (bebida fuerte), denota una bebida dulce, generalmente fermentada, por lo general fabricada a partir de otras frutas y no de uvas. Incluye productos como la cerveza (de cebada, mijo o trigo) y vino de dátiles o de palma. La expresión no se refiere a los licores destilados, porque los israelitas no conocían este método (Patton, pp. 57,58,62).

**Vino fermentado.** La Escritura condena el vino que tiene alcohol porque trae miseria, violencia y destrucción (Prov. 4:17; 23:29, 35). Hace que los dirigentes religiosos se conviertan en opresores (Isa. 56:10-12), y estaba asociado con la perversión del juicio de los dirigentes de Israel (Isa. 28:7) y del rey Belsasar (Dan. 5:1-30).

**Vino sin fermentar.** La Biblia habla favorablemente del vino o jugo de uva sin fermentar, y lo recomienda como una gran bendición. Debía presentarse como una ofrenda a Dios (Núm. 18:12,13; Neh. 10:37-39; 13:12,13). Es una de las bendiciones de Dios (Gén. 27:28; Deut. 7:13; 11:14; Prov. 3:10; Isa. 65:8; Joel 3:18), "alegra a Dios y a los hombres" (Jue. 9:13), y simboliza las bendiciones espirituales (Isa. 55:1, 2; Prov. 9:2, 3). Es también una bebida saludable (1 Tim. 5:23).

14. Ver, por ejemplo, Drug Enforcement Administration, *Drugs of Abuse*, 3<sup>a</sup> ed. (Washington, DC: US Dept. of Justice, sin fecha); Dan Sperling, "Drug Roundup" *Adventist Review*, 9 de abril de 1987, pp. 12,13.
15. Manual de la iglesia, ed. 2001, p. 181.
16. *Ibid.*
17. *Ibid.*, p. 205. Como ejemplos de la degradación presente en mucha música y entretenimiento modernos, ver Tipper Gore, *Raising PG Kids in an X-rated Society* (Nashville, Tennessee: Abingdon Press, 1987).
18. Otra forma de diversión que ejerce una influencia maléfica es el baile. "La diversión del baile, como se practica actualmente, es una escuela de depravación, una terrible maldición para la sociedad" (Mensajes para los jóvenes, pp. 396, 397; ver 2 Cor. 6:15-18; 1 Juan 2:15-17; Sant. 4:4; 2 Tim. 2:19-22; Efe. 5:8-11; Col. 3:5-10). No patrocinemos las diversiones comercializadas, uniéndonos a las multitudes de mundanos, negligentes y amantes del placer, 'amadores de los deleites más que de Dios' [2 Tim. 3:4]" (Manual de la iglesia, p. 182).
19. *Ibid.*, p. 202.
20. Con referencia a lo apropiado de la alimentación vegetariana, ver S. Havala, J. Dwyer, "Position of the American Dietetic Association: Vegetarian Diets - Technical Support Paper"

- [Posición de la Asociación Dietética Americana: Las dietas vegetarianas—Una obra de apoyo técnico], *Journal of the American Dietetic Association*, marzo de 1988, pp. 352-355; Terry D. Shultz, Winston J. Craig, y otros, "Vegetarianism and Health" [El vegetarianismo y la salud] en *Nutrition Update*, t. 2, 1985, pp. 131-141; U. D. Register y L.M. Sonnenberg, "The Vegetarian Diet" [El régimen vegetariano], *Journal of the American Dietetic Assn.*, marzo de 1973, pp. 253-261.
21. Committee on the Scientific Basis of the Nation's Meat and Poultry Inspection Program [Comité acerca de la base científica del programa de inspección de carne de animales y de aves de la nación], *Meat and Poultry Inspection*, (Washington, D.C.: National Academy Press, 1985), pp. 21-42; John A. Scharffenberg, *Problems With Meat* [Problemas relacionados con la carne] (Santa Bárbara, California: Woodbridge Press, 1979), pp. 32-35.
  22. Ver por ejemplo Committee on Meat and Poultry Inspection, *Meat and Poultry Inspection* pp. 68-123; Robert M. Andrews, "Meat Inspector: 'Eat at Own Risk'" [Inspector de carnes: Coma a su propio riesgo], *Washington Post*, 16 de mayo de 1987.
  23. Frank Young, Comisionado de la Administración de Alimentos y Drogas y Sanford Miller, director del Centro para la Seguridad de los Alimentos y de Nutrición Aplicada de la Administración Federal de Drogas, citado por Carole Sugarman, "Rising Fears Over Food Safety" [Temores crecientes acerca de la seguridad de los alimentos], *Washington Post*, 23 de julio de 1986. Ver Elena G. de White, *Consejos sobre el régimen alimenticio* (Mountain View, California: Pacific Press Publishing Assn., 1971), pp. 458-460.
  24. Scharffenberg, *Problems With Meat*, pp. 12-58.
  25. Ver Shea, "Clean and Unclean Meats" [Carnes limpias e inmundas], (manuscrito inédito, Instituto de Investigación Bíblica, Asoc. General de los Adventistas del Séptimo Día).
  26. Winston J. Craig, "Pork and Shellfish -How Safe Are They?" [El cerdo y los mariscos: ¿Cuán seguro es comerlos?] *Health and Healing* 12aed., N° 1 (1988), pp. 10-12.
  27. La preocupación por la santidad que expresa el Nuevo Testamento es consecuente con la del Antiguo. Hay un interés espiritual a la vez que físico en el bienestar de la gente (Mat. 4:23; 1 Tes. 5:23; 1 Ped. 1:15,16).

La declaración que hace Marcos en cuanto a que Jesús hacía "limpios todos los alimentos" (Mar. 7:19), no significa que el Salvador abolió la distinción que existe entre los alimentos limpios y los inmundos. La discusión que se suscitó entre Jesús y los fariseos y los escribas no tenía nada que ver con la clase de alimentos, sino con la manera como los discípulos comían. El punto en cuestión era si era o no necesario el lavamiento ritual de las manos antes de comer (Mar. 7:2-5). En efecto, Jesús declaró que lo que contamina a una persona no es el alimento que se come con las manos sin lavar, sino las cosas malas que hay en el corazón (Mar. 7:20-23), porque el alimento "no entra en su corazón, sino en el vientre, y sale a la letrina". De este modo, Jesús afirmó que todos los alimentos comidos con las manos sin lavar son "limpios" (Mar. 7:19). La palabra griega *bromata*, que aquí se traduce como alimentos, es el término general que se refiere a toda clase de alimentos para el consumo humano; no se limita a las carnes comestibles.

La visión que Pedro tuvo de los animales, registrada en Hechos 10, no tenía por objetivo enseñar que los animales inmundos se habían convertido en alimento apto para comer; en vez de ello, enseñaba que los gentiles no eran inmundos, y que el apóstol podía asociarse con ellos sin considerarse contaminado. Pedro mismo comprendió la visión de este modo, explicando: "Vosotros sabéis cuán abominables es para un varón judío juntarse o acercarse a un extranjero; pero a mí me ha mostrado Dios que a ningún hombre llame común o inmundo" (Hech. 10:28).

En sus cartas a los Romanos y Corintios (Rom. 14; 1 Cor. 8:4-13; 10:25-28), Pablo hace referencia a las implicaciones que tenía para los cristianos la difundida práctica en el mundo

gentil de ofrecer carne a los ídolos. El punto controvertido entre los primeros cristianos consistía en determinar si el acto de comer carne ofrecida a los ídolos era un acto de adoración. Los que eran firmes en su fe, no creían que lo fuese, y por lo tanto se sentían libres de comer cualquier cosa ofrecida a los ídolos. Los que no tenían una fe tan firme usaban solo vegetales, lo cual no se ofrecía a los ídolos. Pablo recomienda que nadie desprecie a los que comen vegetales, o que juzgue a los que creen "que se ha de comer de todo" (Rom. 14:2).

Pablo amonestó contra herejías futuras que prohibirían a los creyentes participar de las dos cosas que Dios le concedió a la humanidad en la creación: El casamiento y los alimentos. Los alimentos incluidos aquí son todos los que Dios creó para el consumo humano. No se debe considerar que las palabras dichas por Pablo en este pasaje significan que los alimentos inmundos fueron creados por Dios "para que con acción de gracias participasen de ellos los creyentes y los que han conocido la verdad" (1 Tim. 4:3).

28. La pimienta, las especias, la mostaza, los encurtidos y otras sustancias similares dañan el estómago. Primero irritan el revestimiento interior del estómago. Luego atacan la capa mucosa, destruyendo la resistencia a las lesiones. La irritación del estómago afecta el cerebro, lo cual a su vez influye sobre el temperamento, produciendo a menudo irritabilidad. Ver M. A. Schneider y otros, "The Effect of Spice Ingestion on the Stomach" [El efecto que tiene sobre el estómago la ingestión de especias], *American Journal of Gastroenterology* N°26 (1956): p. 722, citado en "Physiological Effects of Spices and Condiments" [Efectos fisiológicos de las especias y los condimentos] (Loma Linda, California: Depto. de Nutrición, Escuela de Salud, Universidad de Loma Linda [mimeografiado]). Elena G. de White, *Consejos sobre el régimen alimenticio*, pp. 403-412.
29. Los condimentos y las especias también producen inflamación del esófago y destruyen la capa mucosa del intestino delgado y el colon. Irritan los riñones y pueden contribuir a la hipertensión. Algunas de estas sustancias contienen carcinógenos. Ver Kenneth I Burke, y Ann Burke, "How Nice Is Spice?" [¿Cuan buenas son las especias?] *Adventist Review*, 8 de enero de 1987, pp. 14, 15; Depto. de Nutrición "Spices and Condiments" [Especias y condimentos]; Marjorie V. Baldwin y Bernell E. Baldwin, "Spices-Recipe for Trouble" [Las especias, receta para problemas], *Wildwood Echoes*, invierno de 1978-79, pp. 8-11.
30. William G. Johnsson, "On Behalf of Simplicity" [A favor de la sencillez], *Adventist Review*, 20 de marzo de 1986, p. 4.
31. Comentario bíblico adventista, 1. 1, p. 429.
32. Ver "Acuerdos de la reunión de Fin de Año de la División Norteamericana de los Adventistas del Séptimo Día" (1986), pp. 23-25.
33. El uso de cosméticos no es enteramente inofensivo. Algunas de las sustancias químicas que se usan en su preparación pueden entrar en la circulación sanguínea al ser absorbidas por la piel, y —dependiendo de la sustancia y de la sensibilidad de la persona— pueden causar daños a la salud. Ver N. Shafer, R. W. Shafer, "Potential Carcinogenic Effect of Hair Dyes" [Efectos carcinógenos potenciales de la tinturas para el cabello], *New York State Journal of Medicine*, marzo de 1976, pp. 394-396; Samuel J. Taub, "Cosmetic Allergies: "What goes on Under Your Makeup" [Alergias a los cosméticos: lo que hay debajo de su maquillaje], *Eye, Ear, Nose, and Throat*, abril de 1976, pp. 131,132; S. J. Taub, "Contaminated Cosmetics and Cause of Eye Infections" [Cosméticos contaminados y causas de infecciones en los ojos], *Eye, Ear, Nose, and Throat*, febrero de 1976, pp. 81, 82; ver Elena G. de White, "Words to Christian Mothers" [Palabras a las madres cristianas] *Review and Herald*, 17 de octubre de 1871.
34. Elena G. de White, *El Deseado de todas las gentes*, p. 621.

Encuentra más materiales para las clases J.A en [www.mundoja.org](http://www.mundoja.org)

MUNDO  J.A

Síguenos





# Creencias de los Adventistas del Séptimo Día

Una exposición  
bíblica de las  
doctrinas  
fundamentales

## Jesús, el foco central

de las Escrituras y de la historia, también es el foco central de la doctrina y la experiencia del adventista. En este libro dinámico tiene a la mano sus creencias fundamentales; puede explorarlas, considerarlas, estudiarlas y corroborarlas.

Este tomo muestra en detalle cómo cada creencia está basada en la Biblia y centrada en Jesucristo. Las diferentes creencias o doctrinas destacan diversas facetas del amoroso carácter de Cristo. Cada una revela cómo es él y lo que significa una relación con él.

Los miembros de la Iglesia Adventista pueden leer este libro para profundizar en las raíces de su fe, para redescubrir aquellos detalles de la verdad que los inspiraron cuando sintieron por primera vez el gozo de la salvación.

Estudiantes de cualquier trasfondo descubrirán ricas enseñanzas conducentes a una relación personal satisfactoria con Jesús. Si usted es miembro de otra iglesia, en este libro encontrará algunas perspectivas nuevas. Los cristianos seguimos siendo una minoría en el mundo. Necesitamos sacar provecho de nuestro conocimiento mutuo y crecer. Este libro es una contribución de la Iglesia Adventista en favor del crecimiento “en la gracia y el conocimiento de nuestro Señor y Salvador Jesucristo” (2 Ped. 3:18).

*Creencias de los Adventistas del Séptimo Día* representa una fuente auténtica de información en cuanto a las enseñanzas de la Iglesia Adventista, porque fue escrito por adventistas. Más de 230 hombres y mujeres examinaron el manuscrito y contribuyeron a la publicación de este libro. Muchos compartieron vivencias ganadas a través de años de estudio, oración y una relación personal con Jesús.



ISBN 978-987-567-362-5



9 789875 1673625