

¡366 MEDITACIONES PARA EJERCITAR TU MENTE
Y PONER EN FORMA TU FE!



AUTORES

ENERO: Melanie Bockman

FEBRERO: Judy Shull y Maricel Altamirano (el 29)

MARZO: Laura Chen-Davies

ABRIL: Ron Reese

MAYO: Colleen Reese

JUNIO: Karen Pires (del 1 al 14) y Crystal Earnhardt (del 15 al 30)

JULIO: Laurie Lyon (del 1 al 10 y del 12 al 15), Rachel Whitaker (el 11) y Pati Emanuele (del 16 al 31)

AGOSTO: Cheryl Potter y Rachel Whitaker (el 16 y el 27)

SEPTIEMBRE: Melanie Bockman

OCTUBRE: Pati Emanuele

NOVIEMBRE: Emily Eskildsen Graham

DICIEMBRE: Trudy Morgan-Cole y Randy Fishell (el 2)

**INTENSA MENTE
EJERCITA TU CEREBRO**
Penny Estes Wheeler

Título original en inglés: *Elasti-brain. 365 devotions to stretch your mind and shape your faith. A daily devotional for juniors and earlhteens*,
Review and Herald Publ. Assn., Hagerstown, MD, E.U.A., 2008.



GEMA EDITORES

Agencia de Publicaciones México Central, A. C.

Uxmal 431, Colonia Narvarte 03020 México, D. F.

Tel. (55) 5687 2100 – Fax (55) 5543 9446

ventas@gemaeditores.com.mx – www.gemaeditores.com.mx

Presidente **David Javier Pérez**

Vicepresidente de Finanzas **Fernando Quiroz Ocampo**

Vicepresidente Editorial **Pablo Partida Gómez**

Vicepresidente de Ventas **Hortencio Vázquez Vázquez**

Vicepresidente de Producción **Abel Sánchez Álvarez**

Dirección: **Claudia Brunelli**

Traducción: **Betina Puzatto**

Diseño de la tapa: **Andrea Olmedo Nissen**

Diseño del interior: **Romina Genski**

Ilustraciones: Shutterstock (Banco de imágenes)

Copyright de la edición original en inglés © 2008 Review and Herald Publ. Assn. Todos los derechos reservados.

La edición en castellano se publica con permiso de los dueños del copyright.

© 2015 Asociación Casa Editora Sudamericana.

© 2015 Gema Editores/Agencia de Publicaciones México Central, A. C.

ISBN 978-987-701-333-7

Impreso en México por: Litografía Magno Graf, S. A. de C. V.

[Un agradecimiento especial a **Emily Eskildsen Graham**
por sus aportes de edición en el original en inglés.]

¡HOLA, AMIGOS!

¡BIENVENIDOS al primer libro de devociones matinales de la historia para **ADOLESCENTES**! Esperamos que **DISFRUTES** de todas las historias, las preguntas y los datos **DIVERTIDOS**. Pero, lo más importante es que encuentres ideas que te ayuden a ser **MÁS SABIO** para saber manejar las situaciones **REALES** a las que te enfrentas.

Para sacar el máximo provecho a este libro, **APLICA** cada una de las lecturas diarias a tu **VIDA** respondiendo a las preguntas de la sección **¿Y AHORA?** ¡No hay nada mejor que elegir la **SABIDURÍA DE DIOS** para convertirte en un verdadero **GENIO**!

LOS EDITORES

¡COMIENZA A ESTIRARTE!

Encuentra el *Diario de Oración* en la página 378.
Escribe tus pedidos de oración y tus agradecimientos
a lo largo del año.

1^o DE ENERO

Estoy convencido de esto: el que comenzó tan buena obra en ustedes la irá perfeccionando hasta el día de Cristo Jesús (Filipenses 1:6, NVI).

SER PERFECTO

¡Beep! ¡Beep!

Kara apagó la alarma y miró el calendario sobre la pared. Respiró hondo, mientras recordaba la decisión que había tomado hacía unas horas, al comenzar el Año Nuevo. Comenzando hoy, el primer día del año, no se permitiría pecar nunca más. Los primeros cinco minutos resultaron fantásticos. Pero, a pesar de una gran fuerza de voluntad, lo arruinó antes del mediodía.

Se preguntaba cómo sería posible vivir a la altura de las expectativas de Dios. ¿Alguna vez intentaste ser bueno con todas tus fuerzas, pero fallaste?

He aquí las malas noticias: *Tú no eres lo suficientemente fuerte como para ser bueno.* Comparado con Dios, toda tu bondad autoimpartida es como la capa de suciedad que se encuentra en el fondo del recipiente de agua de tu perro.

He aquí las buenas noticias: *Tú no eres lo suficientemente fuerte para ser bueno.* ¡Guau! El lograr perfeccionarte no es tu trabajo. Es trabajo de Dios; con tu permiso y su bondad. En lugar de intentar ser perfecto:

- Píde a Dios por el Espíritu Santo cada mañana.
- Interrumpe conscientemente tus malos pensamientos con otros buenos (esto se llama hacer que tus pensamientos obedezcan a Cristo).
- Ve tus errores como oportunidades para permitir que Dios te cambie.
- Cuando sientas ganas de rebelarte, tan solo di a Dios que puede tomar cada parte tuya, incluso las partes rebeldes; él se hará cargo a partir de ese momento. Él puede manejarlas.
- Recuerda: ser salvo implica, sencillamente, aceptar a Jesús y permitir que Dios te prepare para el cielo.

No tiene que ver con el destino. Tiene que ver con el viaje.

¿Y AHORA?

Si pudieras CAMBIAR algo acerca de ti mismo, ¿qué sería, y por qué? ¿Has hablado a Dios acerca de los cambios que te gustaría lograr?

SPLASH

La línea de tiempo para convertirse en mariposa es diferente para cada oruga, incluso dentro de la misma especie. Todo depende de cuánto tiempo toma a la oruga conseguir suficiente comida para que ocurra la metamorfosis.

En paz me acuesto y me duermo, porque solo tú, Señor, me haces vivir confiado. (Salmo 4:8, NVI).

NECESITAS DORMIR MÁS

Nicolás leyó el mismo párrafo dos veces, y aun así no sabía qué decía. Bostezó, intentando forzarle para concentrarse mientras miraba la página con sus ojos borrosos.

Finalmente, cerró el libro de un golpe. "¿Qué me está pasando? ¿Soy un tonto?" Nicolás movió su cabeza como diciendo "No" y fue hasta el refrigerador por agua fresca. Si seguía a este ritmo, nunca estaría listo para su examen de Matemáticas del día siguiente. Lo estresaba el solo hecho de pensar en tener que explicar a sus padres la nota baja que sacaría.

Lo que Nicolás no sabe es que en realidad es inteligente; lo que le ocurre es que, simplemente, no está durmiendo lo suficiente. De acuerdo con las investigaciones, los adolescentes necesitan más horas de sueño que los niños más chicos y que los adultos pero, por lo general, duermen menos. He aquí algunos datos interesantes:

- La pérdida de sueño interfiere con la forma en que los adolescentes aprenden. Los jóvenes que duermen lo suficiente obtienen mejores calificaciones.
- Mientras duermes, tu sistema inmunológico se pone a trabajar para ayudar a prevenir resfriados y otras enfermedades; incluso para ayudar a limpiar granos!
- Si no duermes lo suficiente, tienes más probabilidades de sufrir sobrepeso. Esto es debido a que las hormonas que indican a tu cuerpo que estás satisfecho no funcionan adecuadamente cuando estás privado del sueño.

Algunas formas de ayudarte a dormir mejor incluyen no consumir cafeína; no mirar televisión o jugar videojuegos antes de ir a la cama; mantener tu cuarto ordenado y libre de distracciones; y asegurarte de que tu habitación esté completamente a oscuras durante tus horas de descanso.

SPLASH

¿Y AHORA?

¿Estás DURMIENDO lo suficiente? Durante una semana, agrega una hora más a tu descanso nocturno y observa si notas alguna diferencia en cómo que te sientes.

Se lo que es vivir en la pobreza, y lo que es vivir en la abundancia. He aprendido a vivir en todas y cada una de las circunstancias, tanto a quedar saciado como a pasar hambre, a tener de sobra como a sufrir escasez. Todo lo puedo en Cristo que me fortalece. (Filipenses 4:12, 13, NVI).

DIRECTO DESDE EL CORAZÓN

Fanny Crosby fue una reconocida autora estadounidense de canciones del siglo XIX. Durante su vida, escribió más de ocho mil himnos de adoración a Dios, algunos de los cuales puedes encontrar en el *Himnario adventista*. Un impresionante amor a Dios encendía su corazón. Y, ¿sabes?, ella era ciega.

Cuando Fanny tenía solo unas semanas de edad, contrajo una infección en sus ojos. El severo tratamiento los afectó de tal manera que la dejó ciega. A medida que fue creciendo, aprendió que ella era diferente; que los demás podían hacer algo que ella no podía: ver. Nunca podría mirar la cara de sus seres queridos, las flores, el cielo azul o las estrellas centellantes.

"Pronto aprendí lo que otros niños poseían", decía ella. "Pero tomé la firme determinación de guardar una pequeña joya en mi corazón, a la que llamé 'Satisfacción'." Un día, una persona le preguntó: "¿Alguna vez deseaste no haber quedado ciega?"

Fanny respondió: "Buena, lo positivo de ser ciega es que el primer rostro que veré será el de Jesús." Hoy, más de cien años después, continuamos cantando los hermosos himnos que Fanny escribió desde su corazón satisfecho.

¿Y AHORA?

¿Estás satisfecho con tu vida? ¿Qué cosas querías cambiar?

SPLASH

Debido a que varios editores se incomodaban con tener muchos himnos del mismo autor en sus himnarios, Fanny Crosby utilizó alrededor de cien seudónimos diferentes durante su carrera.

Defendan la causa del huérfano y del desvalido
(Salmo 82:3, NVI).

EL VECINO CRUEL

Huesos estaba ladrando nuevamente.

Daniela no se podía concentrar en el libro que estaba leyendo, con el perro de su nuevo vecino haciendo tanto ruido. Con un suspiro, cerró el libro sobre su pulgar para marcar la página y caminó hacia la ventana.

—¿Qué pasa esta vez, Huesos? —Daniela se preguntaba en voz alta mientras se asomaba entre las cortinas. Aunque no hubiera intrusos evidentes, Huesos parecía decidido a anunciar su propiedad del patio trasero a todo el barrio. Mientras observaba, el dueño de Huesos salió al patio.

—¡Huesos! ¡Callate! —gritó el hombre.

Huesos continuó ladrando.

—¡Dije que te callaras!

Esta vez, el hombre se dirigió hacia Huesos y pateó al pequeño perro en las costillas con su bota.

El ladrido de Huesos se transformó en un grito dolorido, mientras caía tirado sobre el pasto, temblando. Impactada, Daniela vio que el hombre pateaba nuevamente al perro mientras le gritaba para que entrara en la casa. Huesos cojeó lentamente a través de la puerta, y el hombre la cerró.

Daniela sintió ganas de vomitar. El ladrido del perro era molesto, pero ningún animal merece ser tratado tan cruelmente. Y ella quería ayudar al pobre animal. Recordó haber leído en la Biblia que, en el comienzo, Dios dio a los humanos la responsabilidad de cuidar de los animales.

¿Qué debería hacer? se preguntaba. ¿Debo ocuparme de mis asuntos? ¿Debo decir algo? ¿Debo llamar a la agencia de protección de animales y denunciarlo?

SPLASH

¿Y AHORA?

¿Has estado en una situación en la que hayas visto que una persona o un animal sufrían de abuso? ¿Qué hiciste?

Ellos serán mi pueblo, y yo seré su Dios
(Jeremías 32:38).

MÍRATE EN EL ESPEJO

Si alguien deseara ser como tú y tuvieses que describirte en solo diez oraciones, para que te conozca bien, ¿cuáles serían esas diez oraciones? Sería difícil, ¿no?

Los Diez Mandamientos son un resumen del carácter de Dios. Lo describen como un ser digno de nuestra total atención, misericordioso con las personas que lo aman y tan poderoso que incluso su NOMBRE debe ser respetado. También, encontramos que valora el descanso, la vida, la lealtad, el respeto por las personas y la propiedad, la honestidad, y el contentamiento. Por supuesto, esta descripción apenas comienza a representar a nuestro, a veces, imprevisible Dios!

Cuando Jesús vino a la Tierra, sorprendió a un montón de gente resumiendo el carácter de Dios aún más. Dijo que la Ley podría reducirse a solo dos mandamientos: *amar a Dios y amar a las otras personas*.

Juan, el discípulo, dio un resumen aún más corto: DIOS ES AMOR.

En el cielo, Dios no necesita decir a los ángeles que cumplan los Diez Mandamientos, porque ellos conocen al Señor y su carácter personalmente. Esto es lo que Dios quiere para nosotros, también. Incluso, dice que escribirá su Ley (su carácter) en nuestros corazones y mentes.

Mientras tanto, los Diez Mandamientos son como un espejo: nos ayudan a ver cuán parecido es nuestro carácter al de Dios. Sé paciente cuando veas tus defectos. Dios todavía no ha terminado contigo.

¿Y AHORA?

¿Piensas que alguien que no ame a Dios podrá disfrutar del cielo? ¿Por qué SÍ o por qué NO?

SPLASH

¡Solo por diversión, haz la cuenta!
111.111.111 x 111.111.111 = 12.345.678.987.654.321

[¡Anda [...] fijate en la hormiga! fijate en lo que hace, y adquiere sabiduría! (Proverbios 6:6, NVI).]

EQUIPO DE LIMPIEZA DE LA NATURALEZA

Como persona que crece en este nuevo milenio, has heredado un planeta bastante contaminado. Por ejemplo, para crear tan solo un chip de computadora, es necesario purificar silicio con altos niveles de energía y químicos tóxicos. Esto, a su vez, crea subproductos no deseados, como desechos químicos. Luego, intentamos descifrar qué hacer con estos subproductos no deseados que siguen acumulándose a nuestro alrededor, envenenando las aguas que bebemos, el aire que respiramos y la tierra en la que crecen los alimentos que consumimos. Sabemos que debemos hacer *algo* antes de que nuestro planeta sea totalmente tóxico.

Aquí está la buena noticia: los científicos están aprendiendo algunas lecciones de la naturaleza. Investigadores de la Universidad de California, Estados Unidos, han descubierto que la esponja marina construye su propio esqueleto con moléculas de sílice. Lo hace con total precisión, a temperatura normal, utilizando químicos orgánicos y la luz del sol. Y ¡sin producir basura peligrosa! Al estudiar nuestro medioambiente, los científicos están dándose cuenta de cómo utilizar los procesos simples de la naturaleza para crear un simple chip de computadora y otras cosas importantes, a la vez que rescatan al planeta Tierra de los desperdicios venenosos.

¿No es sorprendente que las respuestas a algunas de nuestras preguntas más grandes se encuentren en la naturaleza? Si dedicáramos tiempo a considerar las cosas que ha hecho Dios, descubriremos que nuestro Creador ha pensado en todo. Y descubriendo a Dios, descubriremos las soluciones a nuestros problemas.

SPLASH

¿Y AHORA?

¿Te has tomado el tiempo para observar la naturaleza últimamente? ¿Que podría estar tratando de enseñarte Dios?

[Enemiga mía, no te alegres de mi mal. Caí, pero he de levantarme [...] Cuando lo vea mi enemiga, la que me decía: "¿Dónde está tu Dios?", se llenará de vergüenza (Miqueas 7:8, 10, NVI).]

EL PODER SANADOR

Suhasini gritó y se tambaleó cuando sintió un dolor agudo en los dedos de su pie, y un ardor y sensación de hormigueo que subía por su pierna. Arrastrándose en el polvo, cerca de sus pies, estaba el escorpión que acababa de pisar. Momentos antes, Suhasini y su madre se estaban preparando para subir a la parte trasera de un gran camión que las llevaría a una reunión cristiana; ahora ella se balanceaba, gritando en agonía.

Una multitud se reunió, pero no todos se mostraban compasivos.

—¿A qué clase de Dios sirves, que permite esto? —algunas de las mujeres hindúes se burlaban, mientras permanecían junto a la jovencita.

Otra de ellas dijo a la madre de Suhasini:

—Será mejor que la lleves a la clínica, antes de que muera.

Una mujer, que Suhasini sabía que era cristiana, se abrió paso hasta el centro de la multitud y dijo audazmente:

—No, vamos a orar a nuestro Dios. Él se ocupará de esto.

Se arrodilló junto a Suhasini y oró. Instantáneamente, el dolor se fue. Sorprendida, Suhasini dejó de gritar y miró hacia arriba.

—Ya estoy bien. Podemos seguir. El dolor se ha ido —dijo, riendo entre las lágrimas que aún bañaban sus mejillas.

No podía esperar para contar a los misioneros y a todos sus amigos cómo Dios la había curado.

Cuando Suhasini y su madre subieron a la parte trasera del camión, pudo ver que varias de las otras mujeres hindúes habían decidido ir con ellas.

—Tú sirves a un gran Dios —dijo una de ellas en voz baja.

¿Y AHORA?

¿Alguna vez te preguntaste por qué te suceden cosas malas? ¿Es posible que esas situaciones sean oportunidades para que Dios sea glorificado por el resultado final?

SPLASH

¡A brillar de nuevo! Cuando los escorpiones se exponen a la luz ultravioleta o a la luz negra, brillan en la oscuridad. Esto es debido a una compleja mezcla de cera y azúcares que "impermeabilizan" su exoesqueleto.

Den a todos el debido respeto. (1 Pedro 2:17, NVI).

¿QUÉ ACABAS DE DECIR?

—¡A dios, enano! —Ángelo saludó al automóvil rojo que salía del estacionamiento de la iglesia. Luego se dio vuelta y vio a su padre detrás de él.

—¿Perdón? —le preguntó su papá con el ceño fruncido—. ¿Qué acabas de decir? De repente allí, de pie, a la sombra de su padre, Ángelo se sintió avergonzado.

—Dije: "Adiós, enano" —mascullo.

El verdadero nombre de "Enano" era Bill Stafford, y era un hombre enano. A pesar de ser un adulto, era más bajo que la mayoría de los chicos. Ángelo no había sabido cómo reaccionar ante él cuando Bill y su familia empezaron a asistir a la misma iglesia. Pero, Enano era simpático y de buen carácter, y pronto Ángelo se dio cuenta de que no era tan diferente. Enano conducía un auto (utilizando extensiones en los pedales), y tenía un empleo normal y muchos amigos; incluso a su padre, Ángelo se preguntaba si quizás estaría *demasiado* cómodo.

—El hecho de que él sea de tu tamaño no significa que no sea un adulto. Quié- ro que lo trates con el mismo respeto que a los demás adultos.

—Pero a él no le molesta; todos los chicos lo llaman así —insistió Ángelo.

—Todos los chicos... excepto tú —le dijo firmemente el padre—. Tú lo llamarás señor Stafford.

Hizo una pausa y le preguntó:

—¿El te cae bien, verdad?

—Sí, mucho; es genial.

—Entonces, ¿no deberías tener ganas de tratarlo con respeto, sin importar lo que hagan los demás? —le preguntó su padre con sencillez.

Ángelo asintió.

—Creo que no lo había pensado de esa forma.

SPLASH

¿Y AHORA?

Cuando tratas a las personas con respeto, disfrutas de estar contigo. Hoy, observa las formas en que puedes hacer que la gente que te rodea se sienta valorada.

Padre de huérfanos [...] es Dios (Salmo 68:5).
Yo sé muy bien los planes que tengo para ustedes. (Jeremías 29:11, NVI).

PAPÁ PERDIDO

Eric miró el espacio en blanco en su certificado de nacimiento y trató de tragarse el dolor de su garganta: el lugar donde debía estar el nombre de su padre estaba vacío. *Vacío, pensó, al igual que el asiento junto a mamá en mis juegos de basquet.* Vacío como el lugar en su corazón y en el picnic de la iglesia por el Día del Padre. Eric se sentía molesto con su madre por el modo en que sus decisiones lo habían afectado, y estaba triste porque no tenía un padre del cual estar orgulloso o para hablar de "cosas de hombres".

Dios, ¿cómo puedo saber quién soy yo, si ni siquiera sé quién es mi padre? preguntaba Eric, mirando el certificado. *Me siento como si yo fuera un gran error. ¿Lo soy?*

Recientemente, la madre de Eric le había presentado a un hombre que, según le había dicho, podría ser su padre. El hombre estaba entusiasmado por conocer a Eric y le compró una patineta nueva. Eric no podía dejar de mirar al hombre fijamente, tratando de reconocer un pedazo de sí mismo en él. El test de paternidad probó que, después de todo, no era su padre. Eric estaba de pie en el pasillo del laboratorio apretando su patineta y tratando de contener las lágrimas de humillación y decepción.

—Está bien. No me importa —dijo Eric cuando su mamá le expresó lo apenada que estaba.

—Puedes quedarte con la patineta —dijo el hombre, tratando de ser gentil. Pero Eric no quería la patineta: quería un padre.

¿Y AHORA?

¿Qué circunstancia en tu vida te hace sentir mal o parece impedir que hagas algunas cosas especiales? ¿Has hablado con Dios al respecto?

SPLASH

"Pérez" nació en circunstancias embarazosas (Génesis 38), pero Dios tenía planes especiales para él. De los descendientes de "Pérez" vino no solamente la línea real de David, sino también la familia de Jesús, el Mesías (Mateo 1:1-16).

10 DE
ENERO

Antes que cualquier otra cosa, adquiere sabiduría
y buen juicio (Proverbios 4:7, DHH).

ERROR MORTAL

En la primavera de 1945, Japón estaba en problemas. La Segunda Guerra Mundial estaba casi terminada, y las vías de ferrocarril japonesas, las autopistas y los puentes habían sido destruidos por los ataques aéreos de los aliados. Las casas fueron arrasadas, cientos de miles de personas habían muerto y millones habían quedado sin hogar. El primer ministro japonés sabía que la guerra tenía que terminar, ¡y rápidamente!

Los aliados propusieron la rendición, en términos generosos, en la Declaración de Potsdam. Esta prometía a Japón que continuaría siendo una nación con su propio gobierno, a sus fuerzas se les permitiría regresar a casa, y tendría acceso a los recursos necesarios para la reconstrucción de la industria. Incluso antes de que Japón recibiera el documento oficial, los medios comenzaron a decir al pueblo japonés que se preparara para rendirse.

Pero el gabinete japonés sabía que no podía responder a una afirmación no oficial, por lo que enfrentaron a los medios de comunicación y les dijeron que el gobierno japonés planeaba mantenerse en silencio acerca de los nuevos avances, una política a la que llamaron *mokusatsu*. Esto resultó ser un error fatal. Además de significar "abstenerse de todo comentario," *mokusatsu* también puede ser traducido como "ignorar o hacer caso omiso." Y este fue el significado que llegó a los aliados. Antes de que la traducción pudiese ser corregida, los aliados respondieron a lo que pensaron que era un rechazo a los términos de la rendición, y el 6 de agosto de 1945 lanzaron la bomba atómica en Hiroshima.

Este costoso error es un recuerdo de las terribles consecuencias que se pueden producir cuando las personas se malinterpretan unas a otras.

SPLASH



El Diccionario de la Real Academia Española tiene casi cien mil palabras. Pero la Academia estima que, al comunicarnos diariamente, solemos utilizar unas mil (o sea, el 1%), y que los adolescentes usa solo 240 vocablos en su comunicación (es decir, el 0,24%).

¿Y AHORA?

Antes de afirmar que entiendes lo que alguien dijo, prueba repetirlo tus propias palabras lo que crees que significa, o pídele que lo aclare. ¡Quizá te sorprenda!

11 DE
ENERO

Más bien, crezcan en la gracia y en el conocimiento
de nuestro Señor y Salvador Jesucristo
(2 Pedro 3:18, NVI).

¡DALE MÁS EFECTIVO A MI HIJO!

El diario USA Today reportó una extraña tendencia. Después de que las compañías contratan a un adulto para un trabajo, sus padres son los que llaman para negociar los beneficios y el salario! Sorprendidos por este cambio, las compañías dicen (sin que sorprenda) que esto no los hace sentir confiados en la persona que han contratado.

Es natural que nuestros padres nos cuiden. Pero ¿cuán menudo dejas que tus padres, u otros adultos en tu vida, hagan algo por ti que debes hacer por ti mismo? A medida que creces y te haces más capaz, puedes aceptar la responsabilidad de cuidar de ti mismo. Por ejemplo, tienes la edad suficiente para hablar con tu profesor si tienes dificultades en la escuela; no tienes que esperar a que tus padres lo hagan. También tienes edad suficiente para tener tu propia relación con Dios; no solo a través de tus padres.

Es difícil para algunos padres ver que sus hijos están creciendo y, algunas veces, ellos quieren hacer por ti cosas que puedes hacer por ti mismo (quizá puede ser el caso de tus padres). Ellos extrañan ser necesitados y desean ser parte de tu vida, y eso está bien. Pero, también es saludable decir: "Gracias, mamá y papá. Pero esto es algo que debo aprender a hacer por mí mismo. ¿Pueden darme algunos consejos, y luego permítirme intentarlo solo?"

La responsabilidad significa que estás convirtiéndote en la persona que Dios quiere que seas. ¡Eso es algo de lo que puedes alegrarte!

¿Y AHORA?

¡Hay cosas en tu vida de las que tienes que responsabilizarte! ¡Por qué no comienzas hoy?

SPLASH

Cuando un águila mamá decide que sus pichones ya tienen edad suficiente para volar solos, no espera a que ellos lo descubran por sí mismos: literalmente, ¡los empuja fuera del nido! Pero, el papá está volando abajo, listo para atraparlos si tienen dificultades.

12 DE
ENERO

[¿Por qué viene el necio, dinero en mano, a comprar sabiduría, si no tiene entendimiento? (Proverbios 17:16, DHH).]

MESSI TENDRÁ QUE ESPERAR

—**M**amá, ¿me prestas dinero? —preguntó Esteban.

—¿Dónde está el que ganaste cortando el césped? —con las manos en la cintura, la madre miró a Esteban perpleja.

—Lo gasté en meriendas —admitió él. —Pero estuve conectado a Internet y encontré una gran oferta en eBay: ¡un juego completo de cartas de fútbol, que incluye una de Lionel Messi cuando entró en el Barcelona! Realmente la necesito para mi colección.

La madre suspiró.

—Me gustaría que pudieras añadir esa carta a tu colección. Pero siempre gastas de inmediato lo que está en tu bolsillo, y luego pides más dinero prestado. Me preocupa que estés desarrollando malos hábitos con el uso del dinero.

—Mamá, es una tarjeta de Lionel Messi —suplicó Esteban—. Por favor, por favor, solo por esta vez.

La madre negó con la cabeza.

—No, Esteban. Tienes que aprender a vivir con tu presupuesto ahora que eres un jovencito. De otra manera, cuando hayas crecido, te encontrarás con miles de deudas de tarjetas de crédito, por no haber planificado ni haber podido decir que no.

Esteban hizo una mueca, pero la madre continuó.

—Si quieres, puedo ayudarte a planificar un presupuesto y priorizar los gastos, para que no estés siempre “quebrado”, sin dinero.

Esteban se arrojó sobre el sofá. Era frustrante tener siempre los bolsillos vacíos cada vez que aparecía algo realmente importante... Y se preguntó si debía aceptar la oferta de su madre.

SPLASH

¿Y AHORA?

¿Eres disciplinado con tus hábitos de gastos? Si no lo eres, pide a alguien en quien confíes que te ayude a planificarlos.

13 DE
ENERO

[Las canas son una digna corona (Proverbios 16:31, DHH).]

MANO A MANO CON LAS CANAS

¿**T**e han dicho tus padres alguna vez que les estás “sacando canas”? Bueno, estás libre de culpa.

Resulta que los cabellos grises se deben a otra razón. Las raíces de los cabellos de tus padres (y las tuyas) están rodeadas de folículos. En cada uno de ellos hay células de pigmentos de color que producen melanina, que es la encargada de dar el color al cabello; también da el color a nuestra piel. A medida que las personas envejecen, las células de pigmentos dentro del folículo mueren gradualmente. Esto significa que hay menos melanina para colorear el cabello, lo adivinaste, y este crece en tonos grises o blancos, en lugar de negro, castaño, rubio o rojizo.

La Biblia considera que el cabello gris es un gran honor: ¡Esto es cierto! Salomón describe a los cabellos grises como una corona de esplendor. ¿No es una linda forma de pensar en ello? Si nuestra sociedad valorara los cabellos grises tanto como lo hizo Salomón, entonces las peluquerías, probablemente, tendrían mucho menos trabajo.

Tal vez, la próxima vez que tu mamá o tu papá se quejen sobre la aparición de nuevos cabellos grises, puedes recordarles que ellos están un paso más cerca de usar esa digna corona de esplendor. Pero, ahora que sabes la verdad, eso sí, ¡no dejes que te culpen de sus “coronas de esplendor”!

¿Y AHORA?

¿Qué puedes hacer para demostrar a las generaciones mayores de tu familia que son amados y valorados?

SPLASH

Alrededor del año 1900, las mujeres utilizaban una manguera conectada al tubo de escape de sus aspiradoras para secarse el cabello. El primer secador de cabello real fue inventado en 1920, y en 1951 apareció un modelo superior.

Si te das a ti mismo en servicio del hambriento, si ayudas al afligido en su necesidad, tu luz brillará en la oscuridad, tus sombras se convertirán en luz de melodía (Isaías 58:10, DHH).

ADRIÁN AL RESCATE

Dolía ver eso, pero los ojos de Adrián estaban pegados a las imágenes de las noticias de la televisión. Las personas cuyas casas habían sido arrasadas por el huracán estaban sucias, hambrientas y sedientas. No tenían adónde ir y necesitaban de mucha ayuda.

Adrián fue al dormitorio y sacó su caja de dinero del estante. Después de contar los billetes y las monedas, se encontró con que había ahorrado solo nueve pesos. *¿De qué valen nueve pesos cuando hay tanta necesidad?* pensó. Estaba por volver a colocar la caja en el estante cuando recordó una historia acerca de otro niño que no tenía mucho que ofrecer, pero Jesús tomó igual sus cinco panes y sus dos pescados, y alimentó a cinco mil personas.

"Dios", oró Adrián, "yo solo tengo nueve pesos. ¿Puedes tú hacer con ellos lo que hiciste con los panes y los peces?"

Adrián puso el sobre en el buzón del correo, sabiendo que no iba a enterarse cuánto habían hecho esos nueve pesos hasta que llegara al cielo. Pero, el solo hecho de saber que estaba dando a algunas personas sedientas y con hambre un poco de alivio, lo hacía alegrarse de no haber gastado ese poco dinero en goma de mascar o en revistas de autos.

Dios no siempre mira a aquellos que tienen la mayor cantidad de dinero, el mayor talento o los mejores recursos. Él toma lo que sea que ofrecemos y hace milagros con ello. Si deseas saber cómo ayudar con las necesidades del mundo, visita www.adra.org

SPLASH

La Organización Mundial de Meteorología nombra a los huracanes. Cada uno comienza con una letra del alfabeto, pero Q, U, X, Y y Z nunca se usan. ¿Desearías saber si un huracán tiene tu nombre? visita <http://kidssearch.nas.gov/archive/hurricane/names> (sitio en inglés)

¿Y AHORA?

El dinero no es el único modo en que puedes ayudar si ocurre un desastre natural. ¿De qué otras formas puedes ser tú las manos de Dios en una situación de crisis?

El que no ama, no ha conocido a Dios; porque Dios es amor (1 Juan 4:8).

¿CUÁL ES TU LENGUAJE DEL AMOR?

De acuerdo con Gary Chapman, autor de *Los cinco lenguajes del amor*, el amor puede ser expresado de cinco maneras principales. Él las llama "lenguajes del amor", e incluyen: *palabras de afirmación, tiempo de calidad, recibir regalos, actos de servicio y contacto físico.*

Para cada uno de nosotros hay una expresión de amor que nos resulta más significativa. Observa las siguientes oraciones, y elige aquella que pienses que ilustra mejor en tu caso.

- | | |
|--|---|
| ☐ Me siento amado especialmente cuando la gente me dice lo agradecida que está conmigo por las cosas simples y cotidianas que hago. (Palabras de afirmación.) | ☐ Me siento especialmente amado cuando alguien se preocupa por ayudarme, tal vez haciéndome algún favor o acompañándome mientras cumplo con mis tareas diarias. (Actos de servicio.) |
| ☐ Me siento especialmente amado cuando una persona me presta atención individual y pasa tiempo a solas conmigo. (Tiempo de calidad.) | ☐ Me siento especialmente amado cuando alguien de confianza expresa sus sentimientos por mí a través de abrazos, besos o caricias. (Contacto físico.) |
| ☐ Me siento amado especialmente por aquellos que me trae regalos y otras expresiones tangibles del amor. (Recibir regalos.) | |

¿Qué expresión del amor, o lenguaje del amor, "hablas" mejor? Es fascinante cómo Dios nos ha creado a cada uno de nosotros para que experimentemos amor de un modo que sea especial para nosotros.

¿Y AHORA?

¿De qué modo puedes mostrar mejor tu amor por los miembros de tu familia? Hoy, fíjate si notas pistas del "lenguaje del amor" en las personas que te rodean.

SPLASH

¿Es amor o es química? La Universidad de Pavia, en Italia, hizo un estudio que indica que, cuando te enamoras, el amor se asocia con proteínas en la sangre llamadas neurotóxicas. Al estabilizarse el amor romántico, los niveles de células neurotóxicas disminuyen.

16 DE
ENERO

Porque mi casa será llamada casa de oración
para todos los pueblos (Isaías 56:7).

TRISTEZA EN LA ESCUELA SABÁTICA

Gerónimo odiaba la Escuela Sabática. Si no fuese porque sus padres lo arrastraban allí todas las semanas, él nunca iría. No era que no le importara Dios, es que no sentía que pertenecía al grupo.

—¿Puedo esperar en el auto? —suplicó mientras estacionaban en la iglesia—. En-
traré cuando sea el momento del sermón.

—No —contestaron al unísono su madre y su padre.

—Dale una oportunidad. Trata de involucrarte y hacerte amigos —agregó la mamá.

Gerónimo suspiró. Sus padres no entendían lo que era estar “fuera del grupo”. En la escuela pública a la que asistía, Gerónimo era popular y tenía un montón de amigos. Pero, en la iglesia era diferente. Allí, muchos de los chicos estudiaban juntos a la Escuela Adventista o se habían hecho amigos hacía mucho tiempo. Con frecuencia, Gerónimo sentía que no había un lugar para él en la Escuela Sabática.

En el aula, se sentó junto a uno de los chicos, perdido en sus pensamientos. Al principio, no se dio cuenta de que el maestro le había hecho una pregunta. Los otros chicos se rieron y el rostro de Gerónimo enrojeció.

—Pero qué idiota —masculó uno de los chicos, y los otros exploraron en risas. Mientras el maestro hablaba con el chico que se había burlado de él, Gerónimo se cruzó sus brazos y oró para que la Escuela Sabática terminara lo antes posible.

SPLASH

¿Y AHORA?

¿Qué puedes hacer para que otros chicos se sientan bienvenidos en tu iglesia? Tú o tus amigos ¿se están portando de tal modo que otros se sientan incómodos?

17 DE
ENERO

Bástrate mi gracia; porque mi poder se perfecciona
en la debilidad (2 Corintios 12:9).

UN TOQUE GENIAL

Louis tenía solamente cuatro años de edad cuando ocurrió el accidente. Estaba en la tienda de arneses de su padre, experimentado con una pieza de cuero, cuando el punzón que estaba utilizando resbaló y le atravesó un ojo. El tratamiento de las heridas en los ojos era muy limitado en 1813, y Louis quedó ciego permanentemente.

A medida que fue creciendo, Louis se sentía desesperado por leer, pero no había libros para personas ciegas. Tenía que depender de su hermana y de sus amigos para que le leyeran sus lecciones. Entonces, cuando tenía diez años, fue invitado a concurrir a la Institución Real para Jóvenes Ciegos. Allí, descubrió que algunos libros habían sido creados con letras en relieve. Con sus dedos, podía distinguir cada letra y leer por sí mismo. Tristemente, por el enorme tamaño que un libro necesitaba para albergar todas las letras grandes y en relieve, había muy pocos libros disponibles. Louis se sintió nuevamente frustrado, y tomó la decisión de intentar encontrar una forma de hacer que los libros estén a disposición de las personas con su misma dolencia.

A la edad de quince años, Louis oyó sobre un código de puntos y rayas que era utilizado para transmitir órdenes a los soldados. ¡Eso es!, pensó. Entonces, creó un nuevo alfabeto de puntos en relieve, que luego enseñó a sus amigos. A la medida que fue pasando el tiempo, otras personas comenzaron a comprender el valor de su invento.

Casi cien años más tarde, la contribución de Louis Braille continúa abriendo puertas a la educación y a las carreras para personas no videntes.

¿Y AHORA?

¿Te has preguntado alguna vez por qué Dios permitió que hubiera por cosas tan difíciles? ¿Podría ser que Dios quisiera servirte también de ti para ayudar a los demás?

SPLASH

El msculo que permite el parpadeo de tus ojos es el más rápido de todo tu cuerpo. Te permite parpadear cinco veces por segundo. En promedio, ¡tú parpadeas quince mil veces por día!

EL DÍA EN QUE PAPÁ NO VOTÓ PARA PRESIDENTE

El vecino de Samanta, el señor Myers, siempre estaba dispuesto para una buena discusión sobre política. Incluso después de terminada la elección, todavía tenía carteles de candidatos adornando su jardín delantero. Y ahora no estaba muy contento con el nuevo presidente.

El día de la investidura, el señor Myers estaba especialmente franco.

—No puedo creer que Yahoo! le haya hecho ganar la elección —se quejaba con el padre de Samanta—. Directamente, podríamos decirle adiós a este país, si es él quien va a conducirlo durante los próximos cuatro años.

El papá no dijo nada; solamente sonrió.

—¿Por quién has votado? —le preguntó a Samanta a su papá m.

—No voté por ningún candidato presidencial —respondió él, sacudiendo la cabeza.

Samanta estaba confundida.

—Pero... pensé que me habías dicho que los buenos ciudadanos votan.

—Lo hice —le explicó su padre—. Yo voto en temas que promueven la vida, la libertad religiosa y la justicia; ese tipo de cosas.

—¿Por qué no votaste por un candidato? —Insistió Samanta.

—Bueno, tal vez sea solo yo... —dijo el papá—. Hay muchas opiniones diferentes, aun en la iglesia. Pero si voto a alguien a ganar para que gobierne, creo que de algún modo soy responsable por lo que hace durante su mandato. Creo que mi responsabilidad, como cristiano, es votar por lo que es correcto. Pero, en cuanto al liderazgo en el país, creo que solo Dios sabe lo que sucederá en el futuro. Al final, la profecía se desarrollará como él lo decida.

SPLASH

¿Y AHORA?

El modo de votar del padre de Samanta es discutible. ¿Crees que está bien? ¿Por qué? ¿Qué piensan tus padres? Esta pregunta servía para un buen debate.

NO FUE TAN DIVERSO CON MIGUEL

—¿Te divertiste en casa de Miguel? —preguntó la mamá de Aarón, mientras se ajustaba el cinturón de seguridad.

—Más o menos... —respondió él con poco entusiasmo.

—¿Qué quieres decir con "más o menos"? ¿Qué pasó?

Aarón suspiró.

—Después de que llegué, Miguel recibió una llamada y habló muchísimo por teléfono. Luego, revisó su correo electrónico. Después comió algo, y ni siquiera me ofreció. La mayor parte del tiempo no sentí que quisiera que estuviese allí.

—Uh —murmuró la mamá—. ¿Suena como si no supiera lo que es la hospitalidad? —¿Cómo la hospitalidad? —preguntó Aarón.

—Sí. Ser hospitalario significa hacer que nuestros invitados se sientan cómodos. Es practicar cosas como la generosidad, la bondad e, incluso, la tolerancia —la madre miró a Aarón—. Siento mucho que hayas pasado un mal momento. Pero pienso que, al menos, has aprendido lo que *no debes hacer* cuando tienes compañía.

—Seguro —asintió Aarón.

He aquí algunos consejos para hacer que tus invitados se sientan bienvenidos:

- Piensa en qué te haría sentir más cómodo si tú fueses el invitado.
- Ofrece algo de beber o comer, *especialmente* si tú estás comiendo o bebiendo.
- Presta atención a tu invitado ¡no a tu celular, computadora o televisor!
- Dile cuáles son las reglas o hábitos en tu hogar para evitar situaciones incómodas.

• No seas egoísta: realiza lo que le guste hacer a tu invitado.

¿Seguir estos consejos te ayudará a ser "el mejor anfitrión"?

¿Y AHORA?

¿Alguna vez te has imaginado como tratarías a Jesús si fuese tu invitado?

SPLASH

¿Alguna vez te preguntaste por qué McDonald's se orienta hacia los "invitados" más jóvenes? El 40% de sus ganancias proviene de las ventas de Cajitas felices.

20 DE
ENERO

Gran remedio es el corazón alegre
(Proverbios 17:22).

¡A REIR!

—E scucha esto —dijo Renzo, llamando a su hermano Jared a la computadora—. El abuelo me mandó un correo electrónico con sonido, que es muy cómico.

Jared escuchó, mientras Renzo hacía sonar el audio. Era una grabación de alguien riéndose. A medida que lo escuchaba, Jared comenzó a sonreír y, luego, a reírse. Al poco tiempo ambos, Renzo y Jared, estaban riendo tan intensamente como la persona de la grabación. Era como si la risa fuera contagiosa.

Renzo se reía tan fuerte que apenas podía respirar y su cara se iba poniendo colorada.

—¡Ah! —Jared puso su mano sobre su estómago—. Creo que voy a estar dolorido, de tanto reír.

¿Alguna vez te has preguntado por qué Dios te ha creado con la capacidad de reírte?

Los científicos dicen que reírse es bueno para la salud.

Esto hace que tu cuerpo produzca *endorfinas*, que te hacen sentir bien, y hacen que se eleve el nivel de otras hormonas que sirven para relajarse y reducir el nivel de estrés.

Incluso *anticipar* algo gracioso es bueno para ti. Un conjunto de investigadores de la Universidad de California, Estados Unidos, descubrió que un grupo de personas a quienes se les dijo con una semana de anticipación que iban a ver una película divertida, experimentó reducción de los niveles de cortisol, una hormona del estrés. Y eso fue sólo de *pensar* que se iban a reír.

¿Te estás sintiendo triste, aburrido o estresado? ¡Adelante! ¡Ríete!

SPLASH

¿Y AHORA?

¿Tienes a tomarte las cosas demasiado en serio, o puedes reír aun cuando vayan mal? ¿Qué efecto crees que tus reacciones tienen sobre tu salud?

21 DE
ENERO

El hijo del hombre vino a buscar y a salvar lo que se había perdido (Lucas 19:10).

RALPHIE, VUEVE A CASA

J enna se sentó en la acera con los hombros caídos y los ojos entrojados de tantas lágrimas. Cada pequeño movimiento del césped le llamaba la atención, y agudizaba el oído con cada sonido que se oía a la distancia.

Ralphie se había esfumado. Jenna había preguntado en cada una de las casas del vecindario, y lo había llamado hasta que su garganta se secó. Pero no había ninguna señal del pequeño Terrier Yorkshire. Incluso llevó un puñado de sus golosinas favoritas, con la esperanza de que, de alguna manera, lo intentarían a volver. Pero, se había esfumado.

A medida que la luz del cielo se apagaba, Jenna luchaba con la idea de que quizá no volvería a ver a Ralphie nuevamente. Vagó por el barrio buscando en los mismos lugares en los que ya había buscado antes. Su corazón no le permitiría darse por vencida mientras Ralphie necesitase ser rescatado.

Esta debe ser la forma en la que Dios se siente con las personas perdidas, pensó Jenna. Repentinamente, sintió que entendía un poco mejor el corazón de Dios; ¡debe estar tan roto como el de ella!

Justo antes del anochecer, Jenna vio a un hombre caminando hacia ella con un bulo en los brazos.

—¿Estás buscando "esto"? —le preguntó, sonriendo.

—Ralphie! —Jenna corrió hacia el hombre, inundada de alivio cuando vio la carita de su Terrier.

—Gracias —le dijo con enorme gratitud.

Jenna no podía dejar de sentir lástima por Dios. Él todavía está esperando que cada uno de sus amados vuelva a la seguridad del hogar.

¿Y AHORA?

Si supieras que alguien se perdió, ¿ayudarías a buscarlo? ¿Y qué pasaría con aquellos que están perdidos espiritualmente?

SPLASH

En el Parque Nacional Denali, Alaska, el costo promedio por los servicios de búsqueda y rescate de mascotas es de cien mil pesos por año.

NO TIENES PRECIO A LOS OJOS DE DIOS

¿Cuánto crees que vales?

De acuerdo con la Oficina para el Gerenciamiento del Presupuesto de la Casa Blanca de los Estados Unidos, si tienes menos de setenta años de edad, tu vida tiene un valor de 3 700 000 dólares. En algunos casos, el gobierno decide si debe promulgar o no una norma de protección del medioambiente, tal como una reglamentación antipolución, basado sobre el valor monetario de las vidas en las que impactaría esa reglamentación; y determina así si la protección "vale la pena" o no.

Las revistas hablan sobre las personas en términos de su valor neto. En otras palabras, cuánto dinero o bienes quedarían después de pagar todas tus deudas. Las publicidades de televisión intentan vendernos cosas diciéndonos que las merecemos.

Los informes de rendimiento escolar, las estadísticas de deportes, los resultados de los videojuegos, la cantidad de amigos en Facebook, cuántas personas se sientan junto a ti durante el almuerzo en la escuela... todas estas cosas pueden contribuir a formar tu opinión de cuán valioso eres. Pero, estas cosas pueden ser engañosas.

Dios no te mide de la misma manera en que lo hacen tus amigos, tus padres, los maestros o el gobierno. Él te mide por cuánto te ama. Te ha creado y te recrea a fin de que seas como él; ¡por dentro y por fuera!

Piensa en esto. El Creador del universo te ama. Le gustas, está orgulloso de ti y te llenó de potencial. Ahora, ¿cuánto crees que vales?

SPLASH

¿Y AHORA?

¿Alguna vez tienes pensamientos negativos sobre ti mismo? Cuando esto sucede, ¡interrumpe lo que estás pensando y se consciente lo mucho que Dios dice que vales.

¿Y AHORA?

¿Cómo podrías ser una influencia positiva para un cristiano gruñón?

SPLASH

Tu actitud frente a la vida puede afectar tu salud. De hecho, un estudio de la Universidad de California muestra que los actores podrían influir sobre sus sistemas inmune fingiendo sentirse de cierta manera. ¿No eres feliz? Sonríe de todos modos, ¡es bueno para tu salud!

EL SR. PETERSON PATRULLANDO

Era un hombre anciano y gruñón, con cara de pocos amigos y un traje que olía a crema de afeitar. Todas las semanas, en la iglesia, patrullaba los pasillos, listo para derramar su ira sobre quien se pensara que no se comportaba correctamente.

—Dejen de correr! —gritaba a los niños pequeños—. ¿No saben que esta es la casa de Dios?

—Ese vestido es apto para una prostituta, no para un recipiente de Dios —sentenciaba, si no estaba de acuerdo con el atuendo de una mujer.

Un sábado, el señor Peterson se paró junto a la puerta del santuario y se negaba a dejar salir a nadie durante el sermón, aun si necesitaban utilizar el baño.

—Deberías haber ido antes de que empiece el programa. Este el momento de quedarse quieto para el culto —decía firmemente.

El señor Peterson creía que servía a Dios tratando de inculcar la reverencia en la congregación. El problema era que él trataba de hacer el trabajo de Dios utilizando las actitudes del diablo.

¿Conoces a alguien que debe ser un representante de Dios, pero que no actúa como él? Algunas veces, el enemigo pone a las personas de la iglesia en situaciones en que su religión se convierte en un hábito, y sus corazones nunca están movidos por el Espíritu Santo.

No permitas que esas personas dibujen tu imagen de Dios. Mantén tus ojos fijos en Jesús. Y asegúrate de no convertirte en uno de esos cristianos gruñones.

24 DE
ENERO

Cuida bien lo que se te ha confiado. No escuches palabrerías mundanas y vacías, ni los argumentos que oponen el falsamente llamado conocimiento de la verdad (1 Timoteo 6:20, DHH).

ELENA Y EL HIPNOTIZADOR

Elena estaba desalentada. Dios le había dado increíbles visiones, con mensajes que ella debía compartir con quienes la rodeaban. Pero, cuando contaba a otros lo que había visto, muchos creían que no era Dios quien le estaba dando esas visiones; en lugar de ello, se corría el rumor de que sus visiones eran el resultado del hipnotismo.

¿A esto hemos llegado? Se preguntaba Elena. Los que van con sinceridad a Dios para implorar sus promesas y reclamar su salvación ¿son tratados como si hubieran hecho algo malo?

Un día, un famoso médico que se especializaba en hipnotismo vino a verla.

—Tú eres un blanco fácil —se burló arrogantemente—. Podría hipnotizarte y darte “mi” visión.

—Dios me ha mostrado que el hipnotismo es malo —insistió Elena—. Nunca deberíamos ceder el control de nuestras mentes a otro ser humano.

Ese doctor fue persistente. Para probar que lo que ella había estado diciendo era verdad, le dio permiso para hipnotizarla. Él lo intentó durante media hora, y finalmente se dio por vencido. Elena supo que Dios la había ayudado a resistir los intentos del médico de controlar su mente.

Hoy en día, mucha gente cree que el hipnotismo puede ayudarlos a perder peso, dejar de fumar, deshacerse de los recuerdos negativos o hacer otros cambios que serían útiles para sus vidas. Pero, la hipnosis no es la fuente verdadera de la curación o del cambio; Dios lo es. Y nosotros podemos hacer cualquier cosa por medio de su fuerza.

SPLASH

¿Y AHORA?

¿Te resulta a veces difícil romper la atracción hipnótica de la computadora o el televisor? Toma una decisión consciente sobre qué permitirás que influya en tu mente.

25 DE
ENERO

Luego que clamaron a Jehová en su angustia, él los sacó de las tinieblas y de la sombra de muerte (Salmo 107:13, 14).

¿CÓMO ESTÁS TÚ HOY?

Como eres una persona joven, ante tantas cosas que suceden en tu vida, quizá conflictos en la escuela, amistades llenas de baches, problemas familiares, todo esto puede hacerte sentir desanimado. Pero ¿cómo puedes saber si lo que estás experimentando es más que simple desánimo?

Responde las siguientes preguntas. Responde “Sí” solamente si ese hecho ha durado, al menos, *dos semanas*.

¿Estás casi siempre desanimado o de mal humor? ☐ Sí ☐ No

¿Las actividades que te gustaba hacer ¿han dejado de interesarte? ☐ Sí ☐ No

¿Aumentaste o bajaste mucho de peso? ☐ Sí ☐ No

¿Duermes mucho o muy poco? ☐ Sí ☐ No

¿Tu cuerpo ¿se siente inquieto o como si no tuviera energía? ☐ Sí ☐ No

¿Sientes como que no hay esperanza y no puedes hacer nada para cambiarlo? ☐ Sí ☐ No

¿Te sientes despreciable o culpable sin una razón válida? ☐ Sí ☐ No

¿Tienes problemas para concentrarte? ☐ Sí ☐ No

¿Pensas mucho en la muerte o el suicidio? ☐ Sí ☐ No

Si has respondido “Sí” a cinco o más preguntas, podrías estar sufriendo de depresión. Es importante que hables con un adulto en quien confíes, para que te ayude, ya sea que estés deprimido o solamente triste.

El **ejercicio físico** produce elementos químicos en tu cerebro que te hacen sentir feliz. Una **dieta bien balanceada** puede ayudar a dar un impulso a un cerebro triste. **Hablar con un consejero** puede ayudar a averiguar por qué te sientes deprimido. **La oración** te conecta con Dios y te ayuda a relajar los estresores que causan la depresión.

SPLASH

No te preocupes, mídate a Dinamarca. Un estudio de ochenta mil personas en todo el mundo, llevado a cabo por de la Universidad de Leicester, en Inglaterra, mostró que la nación con el más alto nivel de felicidad general es Dinamarca.

Al que venciere, le daré una piedrecita blanca, y en la piedrecita escrito un nombre nuevo, el cual ninguno conoce sino aquel que lo recibe (Apocalipsis 2:17).

EL OSCURO SECRETO DE MELANIE

*E*stoy harta de mi nombre, pensó Melanie mientras miraba su cuaderno. Escribió su nombre, y luego dibujó líneas onduladas sobre él. Pero nada de lo que hiciera lo haría verse bien.

El nombre, en sí mismo, no era tan malo, pero las abreviaturas o los apodos, sí. Mucha gente la llamaba Mel, que para ella sonaba como un hombre viejo con canas que le salen de las orejas. Pero, había cosas peores, como los apodos: Melanoma, Meeeee (como el balido de una oveja), Mela... meeee, entre otros. Además de esto, la peor parte de su nombre era el significado, Melanie significaba *oscura*. No *princesa*, ni *amada*, ni *destinada a la grandeza*, sino... *oscura*.

—¿Sabes? El nombre que me puse es una gran desventaja psicológica, porque *oscura* —bromeaba Melanie con su madre—. Se que me diste el nombre de alguien especial, pero aun así...

A su madre parecía no preocuparle demasiado.

—De todos modos, es algo temporal —le sonrió a Melanie—. Vas a tener un nuevo nombre cuando llegues al cielo.

—¿De verdad? —Melanie miró hacia arriba, sorprendida.

—Sí —le respondió su mamá—, lo dice Dios en Apocalipsis. Y esta vez, lo va a elegir él.

Melanie se quedó callada mientras pensaba en todas las posibilidades geniales. Más tarde, al estudiar la Biblia, encontró un versículo que parecía ser justo para ella. En 2 Corintios 4:6 ella leyó: "Que la luz resplandeciera en las tinieblas". Ella sonrió. *Melanie* puede significar *oscura*; sin embargo, su propósito era *brillar*!

SPLASH

¿Y AHORA?

¿Te gusta tu nombre?
¿Cómo te gustaría ser llamado?
¿Por qué? ¿Estás esperando recibir
un nuevo nombre en el cielo?

Báñate y perfúmame y ponte tu mejor ropa
(Rut 3:3, NVI).

LA APESTOSA VERDAD

Y sí, todo el mundo transpira. Dios realmente nos diseñó de esa manera para que nuestros cuerpos no se sobrecalienten. Piensa en ello como una clase de... acondicionador de aire personal.

Pero, a medida que vas envejeciendo y tu cuerpo cambia, tus glándulas sudoríparas comienzan a trabajar horas extra. Y mientras que la transpiración, en sí misma, no tiene olor, las bacterias en tu piel sí lo tienen, y eso hace la diferencia en la forma en que hueles. Así que es importante que prestes más atención a tu higiene, para mantener tu cuerpo limpio.

Nada es más embarazoso que un amigo o, peor aún, alguien que *no* es tu amigo, te diga que te hace falta ducharte. Mantente preparado siguiendo estas consejos.

- Báñate frecuentemente, y usa un desodorante que huela bien. Hay esencias hechas especialmente para muchachos o para jovencitas.
 - Usa tu ropa una sola vez antes de lavarla. Sugerencia: si está en el suelo, está sucio.
 - Mantén tu habitación limpia. Si tu dormitorio huele como un vestuario de fútbol, ¡también lo hará tu ropa!
 - Cepilla tus dientes y usa hilo dental para que tu aliento esté fresco ¡y no asustel!
 - Mantén tus uñas limpias y recortadas. Probablemente, no vayan a afectar el olor, pero sí tu aspecto.
- Digamos la verdad: la pubertad es rara. Pero ¡también puede ser divertida! Recuerda que es parte del viaje que Dios tiene preparado para ti. Nunca desestimes el poder de una ducha.

¿Y AHORA?

Si uno de tus amigos tiene
un problema de higiene, ¿crees
que sería mejor decirle, o
fingir que no te das cuenta?

SPLASH

El cuerpo humano tiene, aproximadamente, dos millones y medio de glándulas sudoríparas.

ONOMÁSTICA es el estudio de los nombres, su origen y su significación. HIPOCÓRISTICO es la abreviatura o el diminutivo cariñoso de un nombre. El APODO es un sobrenombre malintencionado que se refiere a alguna característica del otro.

ALGUNAS VECES, TÚ ERES EL MILAGRO

La herida de la pierna del hombre estaba en carne viva e hinchada, y la podredumbre llegaba hasta los huesos. Dolores abrió la boca de asombro y miró los ojos suplicantes del hombre. La reunión evangelizadora había terminado, y muchos se habían acercado para pedir oración, pero este era el peor de los casos de enfermedad que Dolores había visto en su vida. Cuando terminó de orar, una extraña sensación se apoderó de ella.

—Vuelva mañana —dijo ella.

Dolores regresó a su casa, pero no pudo dormir. La imagen de la pierna del hombre volvía a su mente una y otra vez. “Dios, ¿qué estás tratando de decirme?”, preguntó.

Al día siguiente, ella encontró a un médico y le consultó qué hacer. Entonces, compró algunos elementos y se fue a la reunión llevando las instrucciones del doctor.

Cuando el hombre llegó, Dolores le limpió la herida. Se dio cuenta de que le dolía, pero él no decía ni una palabra. Ella repetía el proceso cada dos noches y, para cuando las reuniones finalizaron, la herida ya estaba saludable y un círculo de piel sana había empezado a crecer alrededor de los bordes.

Por medio de un intérprete, el hombre le dijo que había gastado todo su dinero en esa pierna. Él estaba a punto de rendirse y morir, pero oró y Dios le indicó que fuera a las reuniones, donde recibiría ayuda.

Dolores tenía lágrimas en sus ojos al comprender lo que Dios había hecho. A veces *pides milagros*, se dijo a sí misma Dolores, *y algunas veces tú eres el milagro*.

SPLASH

La “delgada” piel. Aproximadamente cada 27 días, nuestros cuerpos desprenden y reemplazan nuestra capa exterior de piel. Podemos tener hasta mil nuevos capos de piel exterior en toda una vida.

¿Y AHORA?

Mira a tu alrededor, ¿hay alguien que te necesita como un milagro de Dios, en forma de amigo o ayudante? No esperes; empieza a ser ese milagro ahora.

HERIDAS DEL CORAZÓN

Dan se sorprendió al ver las heridas en el brazo de Miriam.

—¿Qué te pasó? —jadeó.

Miriam bajó su manga por sobre las heridas, obviamente molesta porque Dan se había dado cuenta.

—Nada —murmuró ella.

—¿Miriam? —Dan la miró de cerca.

—Yo misma me lo hice, ¿okay? —ella comenzó a llorar—. No quiero que nadie lo sepa, por favor, Dan. Y deja de mirarme así. Tú no entiendes lo que es ser yo. Dan no sabía qué decir. Sintió náuseas. Miriam se quedó mirando al vacío.

—A veces, me duele por dentro, es tan intenso que no puedo soportarlo; es por eso que me corto. Por favor, no me juzgues —Miriam volvió su rostro hacia Dan—. Mi padraastro es un enfermo del control. Ni siquiera quiero pensar en lo que hará si se entera. Probablemente, me meta en un hospital de salud mental o algo así.

Los pensamientos de Dan le daban vueltas por la cabeza, confundido; se preguntaba qué debía hacer.

Las personas que se lesionan a sí mismas están experimentando angustia emocional severa. Ellos necesitan sentirse amados, escuchados y aceptados, para poder hablar sobre lo que les causa tanto dolor. Ellos no deben ser criticados, abandonados o burlados sobre este asunto. Si conoces a alguien que se esté cortando, golpeando o autolimpiando (flagelando), sé un amigo que escucha y alienta a hablar de su dolor con alguien en quien confíe.

Lo más importante: ora para que Dios intervenga. Él es el sanador de las heridas externas y las internas.

¿Y AHORA?

¿Qué textos bíblicos puedes usar para alentar a alguien que sufre de una profunda angustia emocional?

SPLASH

¡La esperanza es algo poderoso! De acuerdo con los investigadores Zubietta y Stohler, la esperanza sigue el mismo camino químico en el cerebro que un analgésico (como el paracetamol), y puede reducir el dolor y mejorar la salud y el bienestar.

30 DE
ENERO

La palabra de Dios es viva y eficaz, y más
cortante que toda espada de dos filos y penetra
hasta partir el alma y el espíritu (Hebreos 4:12).

LA NOCHE DE LA ESPADA

Cuando Roy se despertó, su corazón latía con fuerza dentro de su caja torácica, y su garganta estaba seca. A pesar de que la pesadilla había terminado, su piel se estremeció con pinchazos de sudor. Podía sentir una presencia oscura en la habitación, mientras yacía en sus sábanas retorcidas, mirando fijamente la oscuridad. Sobreponiéndose a sus instintos, Roy se incorporó lentamente y apoyó los pies en el suelo; entonces se puso de pie y caminó por la sombría alfombra para encender la luz y tomar su Biblia. Abriéndola en Salmos, leyó con referencia a los enemigos: "En su enojo los reprende, en su furor los intimida" (Sal. 25). Imaginarse a Dios reprendiendo al enemigo y dando al espíritu malo un poco de su propia medicina, hizo que Roy sintiera menos miedo. De hecho, cuando apagó la luz y se metió de nuevo en la cama, en lugar de sentir una presencia oscura casi podía sentir a los ángeles guerreros de pie junto a él, para protegerlo.

A la mañana siguiente, le contó a su padre acerca de la experiencia que había tenido.

—Roy —le dijo su padre con los ojos brillantes—, ¡juste la espada del Espíritu: la Palabra de Dios!

Roy se sentó, sonriendo al caer en la cuenta. Recordó haber leído en Efesios 6 acerca de ponerse toda la armadura de Dios, incluyendo la espada del Espíritu. Interiormente, se comprometió a dedicar más tiempo "afiando" esa espada, como un soldado que se prepara para la batalla, leyendo su Biblia todos los días.

SPLASH

¿Y AHORA?

¿Qué versículos de la Espada del Espíritu (la Biblia) puedes utilizar para luchar contra el miedo u otras experiencias negativas?

31 DE
ENERO

El que es generoso, prospera; el que da,
también recibe (Proverbios 11:25, DHH).

¿QUÉ ES LO QUE TÚ PUEDES DAR?

La Universidad de Harvard es la más antigua y (aunque discutible) la más prestigiosa de los Estados Unidos. Es mundialmente famosa, y cuenta con una orgullosa herencia de excelencia educativa. Muchas personas notables han recibido su educación en Harvard, incluyendo seis de los presidentes de ese país y varios ganadores del Premio Nobel. Harvard tiene, aproximadamente, 18 mil estudiantes y dos mil miembros del cuerpo docente. Es, también, una de las instituciones de educación superior más adineradas en el país. Pero ¿sabías que comenzó con solo nueve estudiantes y un instructor?

Eso cambió con un generoso regalo. Un ministro de 31 años, de Charlestown, Massachusetts, murió el 14 de septiembre de 1638, y dejó en herencia a la universidad (de reciente creación) su biblioteca y la mitad de sus bienes. En su honor, le pusieron su nombre a la universidad. Este ministro se llamaba John Harvard.

De no haber sido por su generoso regalo a algo que le importaba, nadie recordaría a John Harvard. Ahora, su nombre es casi un sinónimo de lo que era importante para él: la educación.

¿Qué es lo que realmente te importa? ¿Es algo que puede ser de valor para tu familia, tu iglesia o tu comunidad? Nunca se es demasiado joven como para colaborar con tu tiempo, tu dinero, tus oraciones o tus ideas a algo que sea importante para ti. ¡Adelante! Haz la diferencia.

¿Y AHORA?

¿Realmente crees que es importante dar que recibir? ¿Por qué sí o por qué no?

SPLASH

La biblioteca de la Universidad de Harvard tiene la segunda colección más grande de libros de los Estados Unidos. Con más de catorce millones y medio de volúmenes, solo la Biblioteca del Congreso de ese país tiene más libros.

Los mitos japoneses del siglo XIII acerca de las espadas eran serios. Antes de forjar una hoja de espada, se pasaba por un ritual de purificación para alcanzar un estado mental que creían que envidaba a sus espíritus a los espadas, dándoles cualidades místicas.

1 DE
FEBRERO

Llamó Adán el nombre de su mujer Eva, por cuanto ella era madre de todos los vivientes (Génesis 3:20).

PADRE ADÁN

—¿Con quiénes se casaron los hijos de Adán?—preguntó Ana a su maestra de Biblia después de la clase.

Tomada por sorpresa, la profesora Lucía pidió a Ana que repitiera su pregunta. —Lo que quiero saber es, considerando que no había otras familias con hijas con las que pudieran casarse Caín y Set, ¿quiénes se casaron con ellos?

La profesora Lucía sonrió.

—Tienes razón —le explicó—. No había otras familias en la Tierra. Dios había creado solamente a Adán y a Eva. Pero la primera pareja tuvo muchos hijos, y con el correr del tiempo los hermanos y las hermanas se casaron entre ellos.

Ana, con el ceño fruncido, dijo:

—Pero... ¿cómo sabes eso? Pensé que Adán y Eva solo habían tenido a Caín, Abel y Set. Yo no pensaba que hubiesen tenido alguna hija.

La profesora tomó su Biblia.

—Veamos lo que dice el Génesis —dijo.

Dirigiéndose al capítulo cinco, encontró el versículo que estaba buscando.

—Después del nacimiento de Set —leyó—, Adán vivió ochocientos años y tuvo otros hijos e hijas (Gén. 5:4).

Entonces la maestra Lucía pasó su Biblia a Ana, para que ella pudiera leerlo.

Con una sonrisa, Ana le devolvió la Biblia a su maestra.

—Nunca me había dado cuenta de esto —le dijo—. Pienso que esa es la razón por la que esta clase me gusta tanto: siempre encontramos las respuestas en la Biblia.

SPLASH

¿Y AHORA?

¿Qué otro tipo de preguntas podría hacerte la gente que tú podrías responder con la Biblia? ¿Cómo puedes saber dónde encontrar las respuestas?

2 DE
FEBRERO

Dichoso el que halla sabiduría, el que adquiere inteligencia (Proverbios 3:13, NVI).

NO MÁS PREGUNTAS

Lynn colocó el examen de Ciencias sobre el escritorio del profesor y anunció: —Ya he terminado.

El profesor Rodríguez lo recogió y lo revisó.

—Tu última respuesta es incorrecta —le dijo—. ¿Te gustaría intentarlo nuevamente?

Sacudiendo su cabeza de lado a lado, mecendo su cabello castaño, Lynn se retiró hacia el patio unos minutos antes. Los otros compañeros de octavo grado no terminaron tan rápidamente; a ellos también se les dio una segunda, tercera y aun una cuarta oportunidad, regresando a sus pupitres a repensar su trabajo.

Al día siguiente, cuando el examen les fue devuelto ya corregido, Lynn descubrió que su nota fue la más baja.

—No es justo! —decía a todos los que veía—. Todos los demás corrigieron sus evaluaciones varias veces, yo no lo hice.

—¿Qué fue lo que elegiste hacer? —le preguntó su madre, recordando a Lynn su decisión anterior—. Hemos hablado de esto antes. Todas las elecciones que tomamos tienen sus consecuencias.

Lynn se quedó mirando a su mamá. Ella había oído todo esto antes, pero esta era la primera vez que se sentía tan mal por elegir el camino más fácil.

Al día siguiente, mientras trabajaba en una tarea en la clase de Ciencias, Lynn se encontró bloqueada en un par de preguntas. Ella quería saltarse esa sección, pero en ese momento recordó lo que había pasado la última vez que había tomado esa decisión. Levantando su mano, pidió ayuda.

¿Y AHORA?

¿Qué decisiones tomarás hoy y cuáles son sus posibles consecuencias?

SPLASH

Tu cerebro es asombroso. Es tan único como tu huella digital. Utiliza una cuarta parte de la energía que proviene de la ingesta diaria de alimentos, y pesa cerca de novecientos gramos.

3 DE
FEBRERO

No hay en la tierra nada que se le parezca; fue hecho para no sentir miedo jamás (Job 4:133, DHH).

UN MONTÓN DE HUESOS

—**H**ace millones de años, corría una suave corriente de agua por este lugar que experimentó una tremenda crecida e inundación —explicó el guardaparques—. Las aguas, embavescidas, desbordaron las orillas y corrieron por la tierra. El torrente de agua arrastró animales vivos y muertos río abajo a toda velocidad, hasta llegar al lugar donde estamos parados ahora.

David codeó a su hermano mayor en las costillas.

—¿Le decimos lo que realmente pasó?

Pablo sacudió su cabeza y susurró:

—Podríamos, pero no nos creería.

—Pero la historia del guardaparques no tiene tanto sentido como lo que la Biblia nos dice acerca del diluvio y de que todos murieron —respondió David, susurrando.

Después de la charla, los jóvenes caminaron hacia la pared de huesos de dinosaurios sepultados. Los huesos fosilizados se apiaban más arriba que la altura de sus cabezas, sobresaliendo por todos los rincones. Algunos huesos eran más largos que la altura de los jóvenes.

—Este único hueso fue parte de la pata de un dinosaurio desconocido —leyó David—. Giau —agregó—, ¡lo que sea que haya sido fue enorme!

—Ojalá que haya dinosaurios en el cielo —dijo Pablo, deslizando su dedo a lo largo del hueso gigante—. Realmente me gustaría saber cómo eran.

—A mí también me gustaría verlos —se hizo eco David—. ¡Serían increíbles! Pero si los hay, espero que yo crezca mucho más que ellos —sonrió ante la idea, mientras continuaban explorando la antigua pila de huesos.

SPLASH

¿Y AHORA?

¿Qué sabes sobre los dinosaurios y su origen? ¿Dónde habla la Biblia acerca de un diluvio universal?

4 DE
FEBRERO

Aprendan a empujarse en hacer buenas obras, a fin de que atiendan a lo que es realmente necesario y no lleven una vida inútil (Tito 3:14, NVI).

MISIONEROS ADOLESCENTES

El aire húmedo y caliente hizo que Adam goteara de sudor tan pronto como bajó del avión. Mirando a su alrededor, vio un mundo totalmente diferente de la nieve amontonada y los árboles desnudos que había dejado atrás. Aquí, el sol brillaba intensamente en las palmeras verdes, en la tierra marrón y en los edificios pintados de colores vivos.

—¡Hola, Adam! —lo llamó su amiga Catalina—. ¡Por aquí!

Adam se dirigió hacia donde estaba su grupo de Conquistadores en torno a su director de Asociación, escuchando las instrucciones.

Su misión: pasar dos semanas ayudando a los médicos y las enfermeras misioneros con las clínicas médicas que iban a armar en varias aldeas.

Al final de cada día, a Adam le dolía todo de tanto hacer mandados, buscar suministros, entretejer niños pequeños mientras esperaban en la fila y ocasionalmente, sacando dientes.

—Nunca me di cuenta de que había gente que necesitara tanta ayuda —le dijo Catalina.

Junto con Adam, el grupo se sentó en los escalones de un pequeño edificio, tomando un trago de agua mientras esperaban recibir su próxima tarea.

—Lo sé —concordó Adam—. Pensé que todos sabían cómo lavarse las manos y cepillarse los dientes. Nunca pensé que podría establecer la diferencia con esto.

—Sí, pensé que iba a ir de “aventura”. Ahora sé lo mucho que nos necesitan en realidad.

—Es divertido ayudar en verdad —dijo Adam al ponerse de pie de un salto para ir a buscar suministros para un médico que le hacía señas pidiendo su ayuda.

¿Y AHORA?

¿Qué puedes hacer el día de hoy en tu casa, en la escuela o en tu vecindario, para ser un misionero de Jesús?

SPLASH

La Sociedad de Misioneros Voluntarios comenzó hace más de cien años; se hizo conocida como Jóvenes Misioneros Voluntarios. En 1979, su nombre fue cambiado por Jóvenes Adventistas. El Club de Conquistadores comenzó en 1950 y el trabajo misionero es su base.

Mateo sujetaba cuidadosamente la correa de su perro *golden retriever* —Quiero asegurarme de que Cindy no se aleje de mí hoy —le explicaba a su padre mientras salían de la casa.

Mateo sujetaba cuidadosamente la correa de su perro *golden retriever* —Quiero asegurarme de que Cindy no se aleje de mí hoy —le explicaba a su padre mientras salían de la casa.

En el sendero, Cindy era la misma de siempre, tironeando de la correa para llegar a un aroma interesante más adelante, o deteniéndose y plantando sus patas mientras olía algo igualmente interesante que todos habían obviado.

Cuando llegaron al parque, Cindy echó a correr.

—¡Espérame! —la llamó Mateo, dando pasos gigantes para alcanzarla.

Pero Cindy no lo escuchaba. Mateo trató de detenerla, pero Cindy tensó la correa y su peso lo tiró hacia adelante. La perra, enorme, corrió hacia la maleza a lo largo de un camino, se metió en unos arbustos y, finalmente, llegó al estacionamiento de grava. ¡Aaa! Mateo perdió el equilibrio y cayó.

—¡Cindy! —le gritó.

Pero la perra no detuvo la marcha en lo más mínimo. En lugar de eso, Mateo patinó al otro lado del estacionamiento detrás de ella.

Cuando los dos se detuvieron finalmente, la sangre corría por los codos y las rodillas de Mateo. Sus manos se rasparon, y su rostro estaba manchado de polvo y sudor.

—¿Por qué no soltaste la correa? —le preguntó su padre, alcanzando finalmente a los dos fugitivos.

-Tenía miedo de lo que pasaría con Cindy si escapaba. Podría resultar herida -respondió Mateo, examinando sus heridas-. La amo demasiado como para dejarla hacer lo que quiera.

¿Y AHORA?

¿Quién ha tenido que sufrir a causa de tus errores? ¿Por quién estarías dispuesto a sufrir? con tal de mantenerlo a salvo?

ДЛЯ АНГЛЫЯ?

¿Se ocupan en tu clase?
¿Consideras que es hacer
falta el hecho de que otra per-
sona (padre, hermano, etc.)
fallece en tarea escolar?
¿Por qué?

Bien, buen siervo y fiel; sobre poco has sido fiel, sobre mucho te pondré (Mateo 25:21).

TAREA DE MATEMÁTICAS

Alan se sentó con la cabeza en su pupitre. ¿La clase de matemáticas no terminaría nunca? Tal vez sí lo deseaba lo suficientemente fuerte, podría conseguir que su profesora dejara de hablar de fracciones. Estaba harto de escuchar hablar de multiplicación, división, potencia y raíz cúbica... esas cosas horribles.

—Alan, ¿has terminado de hacer tu trabajo?

levantando su cabeza, Alan observó a la profesora Giménez con los ojos nublados.

—¿Eh? ¿Qué? —gruñó.

¿Está terminada tu tarea de matemáticas? –repetió ella.

—La voy a hacer en casa —afirmó Alan.

Y lo hizo. Al día siguiente, Alan entregó su tarea de matemáticas. ¡Estaba casi todo mal!

—Necesitas resolver los ejercicios en clase, donde puedes obtener ayuda —le aconsejó la profesora Giménez.

Altın se opuso.

Luego, comenzó entregar las tareas con solo unos pocos problemas sin hacer. La profesora Giménez esperaba que finalmente comprendiera los conceptos matemáticos, aun si insistía en resolverlos en su casa. Llegó el día de la evaluación del apéndice cuando la profesora Giménez calificó el examen de Alan; se dio cuenta de que todavía no sabía cómo hacer el trabajo. Había desaprobado el examen.

En la siguiente, después de clases, la profesora habló con la madre de Alan. Ella descubrió que Alan quería hacer los ejercicios en casa para que su madre los hiciera por él. Alan desaprobó su examen porque su madre no estaba allí para hacerlo por él.

SPLASH

Lamentablemente, en una encuesta reciente, con estudiantes de nivel medio o secundario, se descubrió que cuatro de cada cinco estudiantes brillantes pensaban que copiarle estaba bien, veían el copiarse como una conducta aceptable.

7 DE
FEBRERO

¿Que dios podrá librarlo de mis manos?
(Daniel 3:15, RVC).

DURA

La lucha llegó a los pasillos del palacio. Espada contra espada, daga contra daga, los combatientes lucharon por dominar. El rey mismo participó de la batalla.

Escuchando los gritos a su alrededor, se preguntaba quién realmente había luchado por el reino y quién había traicionado su lealtad.

Por fin, derrotados, los invasores dejaron el palacio. Tras ellos, el rey, devastado, se preguntaba por dónde empezar la reconstrucción. ¿En quién podría confiar? Temía que algunos de sus propios asesores hubiesen compartido los secretos de cómo lograr entrar en esa fortaleza.

Rememorando un viejo sueño, el rey ordenó que construyeran una magnífica estatua. La creación de madera se elevaba a una altura de noventa metros, y estaba cubierta de una fina capa de oro. Sus servidores la colocaron en un campo abierto enorme, y el rey exigió a todos sus funcionarios que asistieran a su inauguración.

Aanías, Misael y Azarías fueron algunos de los que fueron obligados a asistir. Cuando el rey dio instrucciones de inclinarse ante su imagen, los tres amigos no tuvieron ninguna duda de a quién servirían. Si bien ellos eran leales a su rey, aquella radiante escultura no era nada comparada con el Dios de los cielos. Aun cuando fueron amenazados con morir en el horno de fuego, los tres hombres se mantuvieron fieles.

En el horno y fuera de él, el Hijo de Dios está con sus siervos, ayer, hoy y mañana. Los historiadores nos dicen que en el décimo año del reinado de Nabucodonosor, él luchó con algunos de su ejército. No está claro si la prueba del ídolo y el castigo del horno de fuego fue una prueba de lealtad después de aquella rebelión.

SPLASH

¿Y AHORA?

La imagen de Nabucodonosor se erigió en la planicie de Dura. En babilonia, DURA significa PARED. Una pared, o muralla, interior y otra exterior rodeaban Babilonia, con un gran espacio entre las dos. Puede ser que haya sido aquí donde la multitud se reunió.

¿Puedes recordar un momento en que te hayas alzado en defensa de lo que crees? Si tuvieras una experiencia similar en la actualidad, ¿qué harías?

8 DE
FEBRERO

Yo he venido para que tengan vida, y para que la tengan en abundancia. (Juan 10:10).

¡PONTE EN FORMA!

¿Alguna vez consideraste las razones que existen detrás de los buenos hábitos que tus padres quieren inculcarte? Veamos por qué tan a menudo ellos te han dicho: "Necesitas salir afuera a jugar".

¿Sabías que las personas de tu edad...

...pueden estar en riesgo de tener problemas de salud, tales como diabetes del tipo II, presión sanguínea alta y colesterol elevado si están excedidos de peso?

...tienen más posibilidades de sufrir de sobrepeso si miran televisión durante más de cuatro horas diarias, comparadas con aquellas que solamente están dos horas o menos?

...tienen más probabilidad de sufrir de sobrepeso si tienen un televisor en su habitación?

...pasan más tiempo jugando con aparatos electrónicos, desde computadoras hasta sistemas portátiles de videojuegos, que jugando activamente al aire libre?

...necesitan entre treinta y sesenta minutos diarios de ejercicio físico, de modo de mantenerlo a intenso?

¡Entonces, vamos a movernos! Tú puedes:

- Nadar, hacer esquí acuático, practicar kayak.
- Patinar sobre ruedas o hielo.
- Hacer ciclismo o andar en patineta.
- Caminar, correr, hacer senderismo.
- Practicar deportes como fútbol, basquet y tenis.
- Jugar al aire libre con tus amigos.

Los beneficios de mantenerte activo ahora te ayudarán a ser un adulto saludable. Te sentirás con más energía, te mantendrás en un peso saludable y tendrás una mejor perspectiva de la vida.

SPLASH

¿Y AHORA?

¿Qué nuevos hábitos puedes adquirir para mejorar tu salud? ¿Qué es lo primero que vas a cambiar?

La experiencia ha demostrado a las personas que, a menudo, es más fácil romper un viejo mal hábito reemplazándolo con un saludable hábito nuevo.

Como escogidos de Dios, santos y amados, revístanse de afecto entrañable y de bondad, humildad, amabilidad y paciencia (Colosenses 3:12, NVI).

EL BICHO RARO

—Hola, mamá—gritó Tomás listo para contarle acerca de su primer día en la escuela secundaria.

—¿Cómo te fue? —le preguntó la madre—. ¿Pudiste encontrar tus aulas sin problemas?

—Sí, pero me perdí en el camino al laboratorio de física —dijo—. Cuando por fin logré encontrarlo, todos mis amigos ya habían escogido a sus compañeros para trabajar —hizo una pausa—. Solo quedaba sin pareja una chica.

—¿Es malo eso? —sonrió la madre.

—En realidad, no; pero ella es una *nerd*.

—Tomás, eso no es agradable.

—Bueno, pero ella es una *nerd*.

Algunos días después, Tomás fue cambiando su opinión.

—El trabajo en el laboratorio de física fue muy bien —dijo a su madre—. Otra vez nosotros fuimos los primeros en terminar con nuestro proyecto. Wilky es muy buena en física, y yo soy bueno con las matemáticas. Incluso, le enseñé una manera más rápida de hacer algunos de los cálculos.

Durante varias semanas la madre no volvió a oír mucho más acerca de la compañera de laboratorio de Tomás. Cuando el semestre llegó a su fin, le preguntó:

—¿Te parece bien tener a una *nerd* como compañera de laboratorio, o vas a cambiar y formar equipo con tus amigos para el próximo semestre?

Unos pocos segundos pasaron antes de que Tomás respondiera:

—Supongo que me divertiría más con alguno de mis amigos —respondió—. Pero creo que estoy aprendiendo mejor ahora. Y además, la *nerd* y yo ahora somos buenos amigos.

SPLASH

¿Y AHORA?

¿Qué puedes hacer tú para tratar a los demás con amabilidad, incluso cuando estás decepcionado porque las cosas no te salen de la manera que lo deseas?

Obedezcan en el Señor a sus padres, porque esto es justo. "Honra a tu padre y a tu madre" es el primer mandamiento con promesa (Efesios 6:1, 2, NVI).

LA GAMADA

Alexander se paró en el sendero, mirando el movimiento en los helechos a su izquierda. Repentinamente, a un par de metros de donde estaba observando, asustado, pero fascinado, algo se dejó ver en el suelo camuflado del bosque y se desparamó en el camino. ¡Zorrillos!

¡Debo correr!, se preguntó Alexander. Pero, para entonces ya era demasiado tarde: el ejercicio blanco y negro lo había descubierto y se dirigía rápidamente a su encuentro. Seis narices desfilaban, y cinco olfatearon sus pies.

Sin mover ni un músculo, para no atraer una catástrofe sobre sí mismo, Alexander continuó su respiración. Cinco cachorros de zorrillo se volvieron hacia su madre, como debatiendo su descubrimiento. La madre zorrillo, reacia a acercarse al joven, olfateó a sus crías y miró en dirección a él.

Abruptamente, ella emitió un fuerte llamado y se lanzó de nuevo hacia la seguridad de la cobertura de los helechos. A la orden de su madre, todos los pequeños zorritos se dieron vuelta de inmediato y siguieron en su precipitada retirada.

Alexander miró cómo la familia desaparecía rápidamente en la vegetación del bosque. Temblando de alivio, se alegró de que la madre zorrillo hubiese decidido huir, en lugar de luchar. Era muy consciente de que su actual bienestar se basaba sobre el hecho de que los jóvenes animales habían decidido obedecer a su madre.

¿Y AHORA?

¿Cuándo tus padres te han hecho alguna reacción? ¿Hay algo que deberías cambiar en el modo en que respondes?

SPLASH

A un grupo de zorritos se lo conoce como "gamada". Cuando estos miembros de la familia de los comadrijos se sienten amenazados, envían su efluvio compuesto de azufre, en un patrón en forma de abanico que mide hasta cuatro metros y medio de ancho.

11 DE
FEBRERO

La religión pura y sin mancha delante de Dios nuestro Padre es estar atendiendo a los huérfanos y a las viudas en sus aflicciones (Santiago 1:27).

LOS TRES HERMANOS

Los tres hermanos africanos casi habían terminado la cena.
—Estoy lleno —dijo el menor, y empujó el alimento que le sobraba en el plato del hermano del medio.

Con una mirada agradecida, el de diez años continuó comiendo hasta que también se sintió lleno. Levantándose, descargó sus sobras en el plato de su hermano mayor, de doce años de edad, quien siguió comiendo. Cuando toda la comida se había terminado, el hermano mayor miró hacia arriba, con una sonrisa satisfecha. Dejando su plato para lavarlo, se reunió a jugar con sus hermanos.

—Todos los días veo estudiantes de nuestra escuela tirando comida —dijo el señor Torres al auditorio repleto de estudiantes—. Cuando veo que pasa esto, pienso en estos tres hermanos y en cómo ellos se aseguraban de compartir lo que tenían.

Los alumnos se mantenían en silencio, mientras miraban en la pantalla una fotografía de los tres hermanos comiendo.

—¿Cuántos de ustedes tienen doce años? —continuó el señor Torres. Un grupo de manos se levantó—. A los doce años de edad, el hermano mayor es la cabeza del hogar. Los padres de los niños fallecieron, y no tienen parientes que los puedan cuidar. El orfanato más cercano no tiene lugar. Después de la escuela, estos niños comían su única comida diaria, que les proveían algunas personas caritativas. Luego se van a su casa, una pequeña choza de barro con unas colchonetitas en el suelo.

—Podemos ayudar a estos chicos —dijo con una sonrisa el señor Torres—. Podemos ayudar a proporcionarles comida e, incluso, algunos útiles escolares. ¿Les gustaría hacer esto?

SPLASH

¿Y AHORA?

¿Cómo puedes encontrar y ayudar a personas como los niños de esta historia?

12 DE
FEBRERO

No juzguen por las apariencias, juzguen con justicia (Juan 7:24, NVI).

APARIENCIAS

El pelo gris asomaba por debajo de la gorra roja oscura de la anciana, quien se apoyaba en el carrito de compras, empujándolo lentamente hacia el interior de la tienda. Muy cerca, detrás, la seguía un hombre barbudo, con sus brazos fornidos cubiertos de tatuajes y una billetera atada a su cinturón con una cadena. Sus ojos estaban fijos en la mujer.

La señora Escobar observaba a ambos a la distancia. Y se preguntaba: “¿Intentará hacerle daño... o robarle?” Entonces, mientras ella los seguía hasta la sección de frutas y verduras, oyó al hombre que decía:

—¿Cuál quieres? ¿Este tipo de zanahorias o las más pequeñas, mamá?

El punto de vista de la señora Escobar sobre el hombre cambió al instante. Observó con admiración cómo pacientemente siguió a su madre alrededor de las frutas y las verduras, ayudándola a elegir bien.

Las apariencias seguramente pueden engañar, pensó la señora Escobar mientras continuaba con sus compras.

Al día siguiente, la señora Escobar compartió la historia con sus estudiantes. Al principio, pensaron que era una buena idea que la maestra vigilara a la anciana, protegiéndola. Pero se sorprendieron al escuchar que el hombre de aspecto peligroso era su amable hijo.

A la tarde, ese mismo día, Chris preguntó tímidamente a la señora Escobar:

—¿Usted sabe quién era ese hombre?

La señora Escobar sacudió la cabeza.

—Creo que podría haber sido mi padre —dijo Chris—. Yo, en realidad, creo que no lo conozco, pero se parece a la forma en que usted lo ha descrito. Realmente me gustaría conocerlo.

¿Y AHORA?

¿Cómo puedes formarte justicia que no estén basados sobre las apariencias? ¿Cómo relacionas con tus compañeros otras familias son diferentes de la tuya?

SPLASH

En los primeros años de 1900, Robert Ripley se convirtió en el hombre que más había viajado en el mundo, visitando 201 países en su búsqueda de lo extraño. Hoy en día, aún se pueden ver algunos de sus hallazgos en los museos Ripley.

13 DE
FEBRERO

[Jesús crecía en sabiduría y en estatura, y en gracia para con Dios y los hombres (Lucas 2:52).]

LA META DE RODRIGO

A los catorce años, Eric ya medía 1,90 metros y era la envidia de sus compañeros de escuela.

—¿Cómo se hizo Eric tan alto? —preguntaba Rodrigo, de doce años, a la mamá de Eric. Rodrigo estaba preocupado porque era más bajo que su hermano menor. La mamá de Eric pensó un momento.

—¿Sabes? Eric me estaba contando sobre una experiencia que leyó en una revista. El artículo decía que si un joven quiere crecer tres o cuatro centímetros más de lo esperado, debe dormir diez horas por noche en una habitación completamente oscura y tomar dos o tres vasos extra de leche por día.

Encogiéndose de hombros, dijo:

—Eric intentó hacerlo. Tal vez, eso lo haya ayudado un poco. Pero recuerda, Rodrigo, tu Creador te ha hecho como debes ser.

Unas pocas semanas después, la madre de Rodrigo y la de Eric estaban conversando.

—Rodrigo ha estado haciendo algo muy raro —remarcó su madre—. Insiste en ir a la cama temprano, y tenemos que asegurarnos de que su habitación esté totalmente a oscuras. Y toma litros de leche por día.

La madre de Eric se rio y le explicó por qué Rodrigo tenía ese comportamiento "extraño".

Seis años después, Rodrigo festejaba con su 1,80 metros de altura. No sabía si su experimento había sido efectivo o no. Imaginaba que los genes que Dios le había dado tuvieron mucho que ver. Pero, se había puesto una meta y había trabajado para alcanzarla. ¡Rodrigo estaba muy satisfecho!

SPLASH

¿Y AHORA?

¿Qué objetivos quieres alcanzar? ¿Cuáles son los pasos que tienes que dar para lograr uno o más de esos objetivos?

14 DE
FEBRERO

[Vayan y hagan discípulos de todas las naciones, bautizándolos en el nombre del Padre y del Hijo y del Espíritu Santo (Mateo 28:19, NVI).]

UNA TRADICIÓN DEL DÍA DE SAN VALENTÍN

En mayo de 1950, cuando los televisores recién comenzaban a ser populares en las casas de los Estados Unidos y Europa, el programa de la Iglesia Adventista *Fe para hoy* se comenzó a transmitir. Ha estado al aire todas las semanas desde ese entonces.

Al poco tiempo, las personas que trabajaban en *Fe para hoy* eligieron el día de San Valentín como una época especial para recaudar fondos. Los niños de todas partes de los Estados Unidos ahorraban monedas de un cuarto de dólar en recipientes hechos especialmente para esta oferta anual. En la escuela primaria, en la Escuela Sabática y en los hogares, los cuartos de dólar se guardaban para el ministerio televisivo *Fe para hoy*.

Todavía hoy se recoge esta oferta especial en iglesias de los Estados Unidos, que se comparte entre tres ministerios de televisión adventista: *Aliento de vida*, *Fe para hoy* y *Escrito está*. Los hombres y las mujeres que comenzaron estos programas creían que podrían llevar el mensaje de Jesús al mundo entero. Ahora, casi 66 años después, muchos más programas de televisión producidos por los adventistas del séptimo día comparten el mensaje de esperanza de Dios y de las verdades que se encuentran en su Palabra. Canales de televisión de todo el mundo emiten programas sobre Jesús, las historias de la Biblia, e información acerca de cómo vivir una vida saludable, desde la dieta hasta el ejercicio. Pero, la misión que tienen todos estos programas es la misma: contar a las personas acerca de nuestro amigo, Jesús.

¿Y AHORA?

¿Qué canal en tu localidad transmite programas adventistas? ¿Qué puedes hacer hoy para contar a la gente acerca de Jesús?

SPLASH

Al final de la Segunda Guerra Mundial había solamente siete mil televisores en los Estados Unidos. Hoy, aproximadamente 98 millones de hogares tienen televisores.

15 DE
FEBRERO

Amarás a tu prójimo como a ti mismo. No hay otro mandamiento mayor que estos (Marcos 12:31).

AGUA BLANCA

—¡R! eñen! ¡Pongan toda su fuerza en esto! —gritó el guía.

La balsa de goma tembló cuando se detuvo a mitad del descenso por la pequeña cascada. La parte delantera había quedado apuntando hacia abajo; estaba inmóvil. El grupo se esforzó contra el torrente de agua, y después de una docena de remadas fuertes lograron vencer los rápidos y la balsa continuó fluyendo río abajo.

—Muy buen trabajo de equipo. Ahora pueden descansar —gritó el guía.

Con los remos sobre sus rodillas, los remeros hicieron un alto para retomar el aliento. De repente, una gran roca se asomaba sobre el río por delante de ellos. Antes de que pudieran pasarla por el costado y tomar la siguiente curva, el guía extendió la mano y la aferró.

—Vamos a esperar que la próxima balsa limpie ese pozo —dijo el guía—. Con el agua tan alta, el agujero es más complicado de lo habitual, y el próximo guía está solo y remando en un bote más grande —agregó.

Mirando hacia atrás, el grupo vio la punta de la siguiente balsa que asomaba por sobre el borde de la cascada, para comenzar su descenso. Sin embargo, como su guía había predicho, quedó atrapado en los poderosos rápidos. Vieron cómo el otro guía luchaba para mover su bote sacándolo de la corriente inversa.

Su guía de repente se puso en pie.

—¿Pueden sostenernos aquí?

Un hombre formado al frente de la balsa se aferró de la roca mientras el guía enderezaba la balsa, subiéndola a la roca. Sin dudar, dio un salto hacia la balsa que se balanceaba. El guía, exhausto, entregó su remo a su rescatista y, juntos, lograron hacer suficiente fuerza como para sacar la balsa de la corriente.

SPLASH

¿Y AHORA?

Las personas no tienen que estar en peligro de muerte para necesitar de nuestra ayuda. ¿En qué tipo de situaciones puedes ser de ayuda hoy?

16 DE
FEBRERO

La ciencia del prudente está en entender su camino; mas la indiscreción de los necios es engaño (Proverbios 14:8).

EL AGUA DEL ESTANQUE Y LOS PARÁSITOS

—No me estoy sintiendo muy bien —dijo Pablo a su madre mientras se preparaba para salir hacia el acto de la escuela.

La mamá lo mandó a la cama y avisó al director del programa y al suplente de la actuación que Pablo debía hacer. Unos minutos después, sonó el teléfono.

—Me contaron que Pablo está enfermo —dijo un médico amigo, cuyo hijo estaba en la misma clase que Pablo.

La madre de Pablo le explicó el problema, y el doctor continuó:

—Marcos me dijo de una apuesta que Pablo aceptó durante la clase de Ciencias esta semana. Aparentemente, uno de sus compañeros lo retó a beber del agua de estanque que la maestra había llevado para examinar en el microscopio.

—¿Queeeeé? —preguntó la madre, comenzando a caminar por el pasillo hacia la habitación de Pablo.

—Pablo aceptó el reto. Creo que podría estar enfermo por los parásitos que había en el agua.

Mientras la madre conducía a Pablo a la sala de atención de emergencias de su ciudad, le preguntó cuánto dinero había ganado por beber esa agua.

—Siete dólares —masculló.

La mamá sacudió su cabeza. Todo este dolor, sufrimiento y gastos... ¡por algo que podía haberse evitado!

—Pablo, la próxima vez que alguien quiera hacer una apuesta contigo o desafiarte a hacer algo, ¡podrías pensarlo bien, antes de actuar!

—Sí —le aseguró Pablo, tomándose la panza—. ¡Esto no vale la pena!

¿Y AHORA?

Alfabetízate cuando tus amigos tratan de conseguir que aprendas algo nuevo! ¿En quién puedes confiar para darte un buen consejo?

SPLASH

Puedes tener parásitos microscópicos por llevarte las manos sucias u otros objetos a la boca. Evitando compartir vasos, comida y otros objetos, también puedes evitar el ingreso de parásitos. Es importante que laves tus manos minuciosamente antes de comer.

17 DE
FEBRERO

El Señor es creador de los confines de la tierra. No se cansa ni se fatiga, y su inteligencia es insondable (Isaías 40:28, NVI).

ARTRÓPODOS ANTIGUOS

— Los fósiles de *tribolites*, una clase de artrópodos extintos ya hace tiempo, se encuentran en los niveles más profundos. También son los primeros fósiles encontrados en todo el mundo—explicó a la clase de Biología el profesor Salguero.

—¿Un trilo... qué?—soltó Maricel—. No entiendo.

Los alumnos del octavo grado estaban estudiando acerca de Dios como diseñador y creador del universo. Tenían un centenar de preguntas, y se sintieron libres para hacerlas.

—Un *tribolite* se clasifica como un animal tal como una langosta o una araña. *Tri* significa tres y *lobites* significa lóbulo. En la actualidad, pensamos en los *tribolites* como integrantes de la familia de las langostas, los cangrejos y las arañas—explicaba el señor Salguero—. Pero, otra cosa inusual respecto de estas criaturas: estas se encuentran en la parte inferior de las formaciones geológicas, sin otros fósiles debajo de ellos.

—Aun así, los *tribolites* eran muy complejos—continuó el señor Salguero—. Tenían intrincados sistemas nerviosos, circulatorios y musculares. También, tenían los ojos más sofisticados que cualquier otro organismo. El ojo que tenían al final de la antena les permitía ver debajo del agua sin distorsiones. Solamente este sistema de visión constituye una evidencia de haber sido creado por un diseñador extremadamente brillante.

El señor Salguero tomó aliento y continuó:

—¡Esta increíble criatura apareció sin un rastro ni pista de un antepasado, en las capas inferiores de roca!

José levantó la mano:

—Parece que el *tribolite* hubiese sido diseñado, no que evolucionó...

SPLASH

¿Y AHORA?

¿Cómo puedes estar seguro de que lo que aprendes acerca de la ciencia en la televisión y las películas es cierto? ¿Dónde puedes encontrar información exacta?

18 DE
FEBRERO

Los vivos saben que han de morir, pero los muertos nada saben, ni esperan nada (Eclesiastés 9:5, NVI).

EL MISIONERO DEL PATIO TRASERO

A mamá podía escuchar a sus hijos y a su vecina hablando en el patio trasero. Catherine estaba contando a sus dos amigos sobre un programa de televisión que había visto la noche anterior.

—Pero ella los ve, y ellos le dicen cómo encontrar las respuestas—repitió Catherine.

—Está hablando sobre fantasmas?, se preguntaba la madre. Entonces oyó a Juan levantarse y entrar en la casa.

—¿Qué está pasando?—preguntó la mamá a su hijo mayor cuando se dirigió a su cuarto.

—Necesito algo—le respondió, regresando rápidamente con su Biblia en mano. Abrió la puerta balcón y se reunió con su hermano, Miguel y Catherine. Habiendo la Biblia, Juan comenzó a explicar por qué había elegido no ver programas como los que ella acababa de describir.

Primero, les señaló Eclesiastés 9:5. Después de haberlo leído, preguntó:

—¿Las personas muertas no saben nada, ¿cómo pueden volver y hablar con nosotros o perseguirnos?—Catherine, simplemente, se encogió de hombros.

Entonces, Juan les mostró la advertencia de Isaías sobre hablar con Dios, y no con médiums espirituales (Isa. 8:19). Cerrando la Biblia, Juan dijo:

—No sé a ciencia cierta en qué crees, pero yo creo que lo que la Biblia dice es la verdad.

—¿Si—acordó Miguel—. Entonces, Catherine, ¿qué piensas?

—Creo que estoy de acuerdo con la Biblia—exclamó, mientras sacudía su cabeza—. Ese programa no sabe de lo que está hablando.

¿Y AHORA?

¿Está se menciona por primera vez en la Biblia la idea de que la gente en realidad no muere? ¿Cuál es tu parte favorita de la verdad bíblica de la vida eterna?

SPLASH

La mentira original de la vida después de la muerte comenzó en el jardín del Edén. Lucifer, el ángel caído, se hizo pasar por una criatura magnífica. Él habló a Eva y le dijo: "Ciertamente, no moriréis."

19 DE
FEBRERO

Fue la tarde y la mañana el día tercero
(Génesis 1:13).

HABLANDO LÓGICAMENTE...

—**M**i padre dice que piensa que el día debió haber sido más largo durante la semana de la Creación, y que es por eso que los científicos creen que la Tierra tiene mucho más que seis mil años —informaba Brian a sus compañeros de clase.

—No es así —contestó Candy rápidamente—. ¿Cómo pueden los días durar millones de años?

—Sí, pero ¿cómo puedo explicarle esto a mi padre? —preguntó Brian.

—Echemos un vistazo a los primeros capítulos de nuestro libro de texto —el profesor Oros sonrió y abrió su Biblia en Génesis.

—Sí. Dice: primero las plantas, luego los animales y después la gente, al igual que la Evolución —dijo Brian, frunciendo el ceño—. Podría haber pasado mucho tiempo entre los días...

—Esto no tiene sentido —la clase esperaba mientras Raquel concluía su análisis—. Si la noche y la mañana fueron el primer día, ¿cómo pudo la Tierra rotar más despacio, para hacer días y noches realmente largos? ¿No estaríamos todos flotando en el espacio sin gravedad?

—¿Y cómo un día puede ser de millones de años? El lado expuesto al sol se quemaría, y todo lo que quedara en el lado alejado del sol se congelaría y moriría —agregó Candy.

—Ustedes mencionaron algunos puntos importantes —el profesor Oros señaló su Biblia y dijo—. Hace mucho tiempo decidí creer que lo que dice la Biblia es la verdad. Pienso en lo que dicen los científicos y lo comparo con lo que dice la Biblia. Si las dos versiones no concuerdan, elijo la Biblia y uso la lógica, tal como hicieron ustedes, para comprender a la ciencia.

SPLASH

¿Y AHORA?

¿Por qué es importante creer lo que dice la Biblia acerca de la creación de nuestro mundo? ¿Cómo puedes ver el amor de Dios revelado en la Creación?

20 DE
FEBRERO

Ya sea que coman o beban o hagan cualquier otra cosa, haganlo todo para la gloria de Dios
(1 Corintios 10:31, NVI).

LOS NUEVOS COCINEROS

La fresca brisa de otoño les hacía bien a los Conquistadores, después de su larga y pegajosa travesía en autobús. Les había llevado varias horas llegar a la zona en que acamparían, y ahora se necesitaba de la ayuda de todos para armar el campamento antes del anochecer.

—David, Nick —dijo su director—, ustedes están a cargo de la cena, ¿verdad? Los demás vamos a armar las carpas. ¡Y gracias, chicos, por su ayuda! —agregó—. Sé que generalmente tenemos personal extra para que nos ayude con las comidas, pero esta vez la mayoría no llegará antes de que anochezca.

Antes de salir hacia el campamento, David y Nick habían decidido hacer una sopa de fideos con salsa de tomate y unos emparedados. Los adolescentes se pusieron a trabajar encendiendo las cocinas de campamento, poniendo ollas con agua a hervir, y determinando cuánto tiempo se necesitaría para hacer la salsa y cocinar los fideos. La parte más difícil fue la de agregar los condimentos. Primero añadieron un poco de esto y luego un poco de aquello. Un miembro del personal fue designado como "probador oficial" y animador.

Después de orar, los Conquistadores más chicos probaron los primeros bocaditos de los fideos de David y Nick.

—Mmmmm, ¡están muy muy buenos! —se escuchó por todo el campamento.

—¡Puedo servirte más! ¡Estos son los mejores fideos que he comido! Los adolescentes sirvieron al resto de los miembros del club y al personal, ofreciéndoles un segundo o tercer plato de fideos. Esa noche, ellos descubrieron una nueva habilidad, y encontraron el gozo de servir a otros.

¿Y AHORA?

¿Has intentado hacer algo nuevo y útil que eres bueno en hacer? ¿Qué más te gusta servir?

SPLASH

Hay más de dos millones de Conquistadores en todo el mundo. Los Conquistadores aprenden acerca de la Biblia y del amor de Dios, naturaleza artesanal, cómo acampar, cómo hacer marchas, y también cómo hacer amigos.

21 DE
FEBRERO

Ninguna palabra corrompida salga de vuestra boca,
sino la que sea buena para la necesaria edificación
(Efesios 4:29).

LA PRIMERA REUNIÓN DE CAMPAMENTO

¿Has participado de algún retiro espiritual o campamento espiritual junto con tu iglesia? ¿Qué es lo que más recuerdas de esa actividad? ¿Sabías que desde su inicio la Iglesia Adventista del Séptimo Día realizaba este tipo de eventos?

Allá, por el año 1868, durante la primera semana de septiembre, la primera reunión oficial de campamento adventista del séptimo día se llevó a cabo en la pequeña ciudad de Wright, Michigan. Un señor llamado Root permitió que las reuniones se celebraran en sus sembradíos, y muy pronto los carros tirados por caballos, las sillas de paseo y los caballos que llevaban jinetes, se acercaban por los caminos hacia su granja.

Trescientas personas se quedaron durante esa semana. La mayoría de ellos dormían en las 22 carpas que la iglesia les había proporcionado. Los visitantes venían no solo desde Michigan, sino también desde Wisconsin y desde mucho más lejos, como Nueva York. Durante algunas de las reuniones, más de dos mil personas se sentaban en el suelo o en los bancos rústicos de leños, para oír la Palabra de Dios. Las reuniones se celebraban a la sombra, debajo de los árboles. Sin embargo, también habían sido preparadas dos grandes tiendas de campaña, por si llovía.

Si bien James y Ellen de White y J. N. Andrews daban la mayor parte de los sermones, casi una docena de ministros estaban allí para ayudar a fortalecer a los creyentes. Algunas ciudades tenían solo algunos adventistas del séptimo día, y las reuniones de campaña eran un momento maravilloso para encontrarse con personas que tenían creencias similares. Era una oportunidad para compartir experiencias y obtener nuevos conocimientos espirituales.

SPLASH

¿Y AHORA?

¿Disfrutas de las reuniones de campamento o los retiros espirituales? A los jóvenes de tu edad, ¿siempre les gustan con los campamentos por las mismas razones?

22 DE
FEBRERO

Yo les doy de la tierra todas las plantas que producen semilla y todos los árboles que dan fruto con semilla; todo esto les servirá de alimento (Génesis 1:29, NVI).

ALIMENTA TU CEREBRO

“¡Ay, ay!” ¡Pírate, vas a llegar tarde a la escuela y no vas a tener tiempo para desayunar! Es el llamado frustrado de tu madre porque no saliste aún de la cama. ¿Por qué es tan importante para tu mamá que tomes el desayuno?

¡Es que no quiere que distraigas a tus compañeros justo en la clase anterior al almuerzo! Ella sabe lo fuerte que tu estómago puede quejarse.

Tus padres también saben que necesitas *desayunar* para reabastecer a tu cuerpo por la mañana. El verbo desayunar está formado por el prefijo latino des, que expresa una acción inversa o “salida de”, y ayuno que es abstenerse de comer; es decir, cortar el ayuno que has estado teniendo mientras estuviste durmiendo.

Sin el desayuno te puedes sentir cansado, inquieto o irritable. Hacia la mitad de la mañana, tu humor y tus energías decaerán; generalmente, cuando necesitas hacer tu mayor esfuerzo mental.

Además, las investigaciones muestran que si no se desayuna generalmente se come más durante el resto del día y esto puede llevar a ganar peso no deseado.

¿Quieres consumir comida que aumente tu capacidad mental? Escoge granos integrales, como el pan, el cereal, el arroz o las pastas integrales. Necesitas entre dos y dos tazas y media de cereales por día. Deberás añadirle, también un poco de fruta, ya que es necesario comer un total de entre una y una taza y media de frutas cada día.

La ciencia que el azúcar provee de una rápida dosis de energía, pero es una buena idea no sobrepassarse con los dulces, porque tu cuerpo almacena el azúcar extra como grasa.

¿Y AHORA?

¿Tienes algunos hábitos alimenticios que quisieras cambiar? ¿Crees que los estudiantes no te permiten comer los alimentos que sabes que son los mejores?

SPLASH

El primer desayuno en el espacio fue puré de manzana en un tubo. Los alimentos aprobados por un nutricionista de transporte espacial pasan por un examen de gravedad cero; si sobreviven, se los incluye en el menú.

23 DE
FEBRERO

[Si confesamos nuestros pecados, él es fiel y justo para perdonar nuestros pecados, y limpiarnos de toda maldad (1 Juan 1:9).]

DE MAL HUMOR

Laura llegó a su nueva escuela enojada, y se molestó rápidamente cuando vio que sus compañeros de clase la contrataban. Andrés era el que más la molestaba. Al principio, no lo hacía intencionalmente, pero al poco tiempo comenzó a entretenerse provocando a Laura.

¡Pfuul! Sentado en la parte trasera de la sala de clase, Andrés lanzó un poco de saliva en el cuello de Laura.

—¡He! —gritó ella—. No hagas eso.

Laura estaba de muy mal humor, y Andrés no la dejaba en paz. La siguiente vez que él la molestó, ella le gritó en clase, diciéndole cosas crueles acerca de su familia.

—No sabes lo que estás diciendo —le gritó él, en respuesta.

El maestro hizo que los dos dejaran de discutir, pero la pelea no había terminado. Durante el recreo tuvieron que quedarse con su maestro, mientras que sus amigos disfrutaban de su descanso.

Durante quince minutos ambos estuvieron sentados, enojados y en silencio. Finalmente, Laura comenzó a llorar.

—Lo siento, realmente fui muy cruel. ¿Me perdonas? Prometo que no voy a actuar así otra vez —dijo.

Andrés, sorprendido, se disculpó sinceramente con Laura.

Andrés y Laura cumplieron su promesa: dejaron de discutir. Cuando Laura se quedaba sin papel, Andrés rápidamente le daba algunas hojas de las suyas. Si el lápiz de Andrés se rompía, Laura estaba pronta a prestarle uno de los suyos. La vida se volvió mucho más feliz.

SPLASH

¿Y AHORA?

¿Qué es lo que tú pudes hacer hoy para mostrar amistad cristiana a alguien de cuya compañía no disfrutas?

24 DE
FEBRERO

[Para los justos la luz brilla en las tinieblas. ¡Dios es clemente, compasivo y justo! (Salmo 112:4, NVI).]

APESTADA

Matías apenas había comenzado a quedarse dormido cuando fue noqueado por un olor terriblemente poderoso.

—¿Qué olor es ese? —gritó a través de la pared de la carpa.

—Creo que Canela fue “perfumada” por un zorrillo —suspiró el padre.

Matías y su hermano, Ariel, se unieron con sus padres, al salir a gatas de la carpa. ¡Pobre Canela! ¡Nunca habían visto a su *golden retriever* tan triste!

—¿Por qué la iba a rociar un zorrino? —preguntó Ariel—. Ella estaba echada allí, durmiendo.

—No lo sé —dijo el padre—, pero necesitamos hacer algo para ayudarla.

El fue en busca de un guardaparques, mientras que la mamá y los chicos juntaban todos sus jabones y champús. Llevaron a Canela hasta el grifo de agua de su parcela de campamento. Pacientemente, le lavaron su pelaje. Una y otra vez se turnaban para fregarla, enjuagarla, y utilizaban más jabón para lavar su cuerpo.

—¡Sigo sin entender por qué el zorrillo roció a Canela —gemía Ariel durante un descanso—. Ella no estaba haciendo más que dormir.

—Yo tampoco lo entiendo —dijo la madre, mientras continuaba lavando a la perra—. Pero algunas veces a aquellos que son inocentes les pasan cosas malas.

Matías acarició la cabeza de la desdichada perra, y Canela meneó la cola. Ella comprendió que sus seres queridos estaban tratando de ayudarla.

¿Y AHORA?

¿Cualquiera has estado alguna vez tan hueco como malo? ¿O tal vez has hecho que te hizo sentir mejor?

SPLASH

Los perros tienen 200 millones de receptores olfativos, alrededor de veinte veces la cantidad de receptores que tenemos nosotros. No es de extrañar que huyan del olor a zorrillo.

25 DE
FEBRERO

El temor de Jehová es el principio de la sabiduría, y el conocimiento del Santísimo es la inteligencia (Proverbios 9:10).

SIN BIBLIAS

Hoy tuve mi primer estudio bueno de la Biblia con mis estudiantes, escribió Brittany desde la biblioteca escolar, al enviar un correo electrónico a su familia en el otro lado del mundo. Me quedé sorprendida por la seriedad de sus preguntas: ¡ellos están tan ansiosos por aprender! Pero, cuando les dije que buscaran en sus Biblias las respuestas a sus preguntas, miraron hacia abajo en sus pupitres y se quedaron en silencio.

Después de su primer año en la universidad, Brittany había aceptado un llamado para ser estudiante misionera. Ella estaba pasando el año en Micronesia, enseñando en séptimo grado.

Cuando pregunté a los estudiantes qué era lo que estaba mal, ellos respondieron: "Lo sentimos señorita; no tenemos Biblias". Los dejé mirar en la mía. Pero no puedo creer que nadie tenga una Biblia.

Brittany quitó su vista de la pantalla y quedó recordando. Mamá, escribió, *¿podrías enviarme cualquier Biblia extra que tengamos en casa?*

La mamá de Brittany no solo hizo eso, sino además compartió esa historia en su iglesia. Las familias reunieron las Biblias extra de sus casas, compraron Biblias nuevas y pagaron para que la preciosa Palabra de Dios llegara por correo aéreo a una clase de séptimo grado que estaba en busca de respuestas. También enviaron sus oraciones a través del océano, para estos jovencitos que querían aprender más acerca de su Salvador.

26 DE
FEBRERO

Vendré para llevármelos conmigo. Así ustedes estarán donde yo esté (Juan 14:3, NVI).

DONDE NACEN LAS ESTRELLAS

La gente ha estado observando las estrellas en el cielo nocturno, desde el momento en que existen las personas sobre la Tierra. Con la invención del telescopio Espacial Hubble, tenemos la oportunidad de ver mucho más del profundo espacio que nunca antes. Más allá de la distorsión de la atmósfera terrestre, los cielos pueden verse claramente.

Orión, "el cazador", es una constelación fácilmente identificable durante el invierno, en el cielo nocturno del hemisferio norte. Las tres estrellas más reconocidas están en una línea recta que representa "el cinturón del cazador", pero a otro grupo de tres estrellas se lo conoce como el "puñal de Orión".

La estrella del centro del puñal es, en realidad, una gran nube de gas llamada nebulosa. En esta nebulosa, nacen las estrellas. ¿Será a través de este increíble espacio lleno de estrellas que Jesús algún día pasará en su camino de regreso a la Tierra? En uno de los primeros libros de Ellen de White, *Primeros escritos*, ella compartió algo de lo que aprendió acerca de la segunda venida de Jesús. Se nos dice que la atmósfera se separará, y que vamos a ser capaces de ver a través del espacio abierto en Orión. ¡Vamos a escuchar la voz de Dios! Y la Ciudad Santa descenderá desde ese mismo lugar.

Aunque no tenemos todas las respuestas sobre la ruta del regreso de Jesús, tenemos la promesa de que nuestro Amigo pronto vendrá por nosotros.

SPLASH

¿Y AHORA?

Hay veces que la palabra TEMOR, en la Biblia, significa estar en admiración de la majestad, el poder y la posición de nuestro Creador divino. Es natural que mostremos reverencia hacia Dios.

¿Qué puedes hacer para ayudar a otras personas a conocer más acerca de Jesús? ¿Le estás leyendo tu Biblia en busca de tus respuestas?

¿Y AHORA?

SPLASH

¡Mira! ¡Justo está iluminando los cielos para nosotros! ¡Qué poderosos hacen los planes a nuestro planeta Tierra para Jesús!

La "Nebulosa de Orión" es el complejo de gas y polvo más grande conocido en la Vía Láctea. Al mirar a través del oscuro polvo de esta nebulosa, se puede ver que el interior está brillantemente iluminado por estrellas jóvenes y calientes.

27 DE
FEBRERO

[Mi boca hablará sabiduría, y el pensamiento de mi
corazón inteligencia (Salmo 49:3).]

HABLANDO DE RETENEDORES...

Carni se reclinó hacia atrás en el asiento del pasajero y bajó el parasol del auto, sonriéndose a sí misma en el espejo. Fue un día muy bueno. Los últimos dos años le habían parecido interminables, pero hoy le habían quitado sus aparatos de ortodoncia. Carni sonrió para sí, y luego le sonrió a su mamá.

—Recuerda, Carni —le había dicho su ortodontista—: para mantener tus dientes derechos debes llevar los retenedores; te los estoy recetando para todo un año. Debes usarlos todo el tiempo, excepto durante las comidas.

—¡Ah!, y una cosa más —le había dicho el dentista—. No te sorprendas si te lleva alrededor de una semana el acostumbrarte a volver a hablar otra vez.

Pasando la lengua por los dientes, Carni asintió, saboreando la sensación suave y recta.

En el camino a casa, se detuvieron en la biblioteca. Apurándose, Carni rápidamente encontró el libro que necesitaba.

—Necesito *este libro* pada la *ezuela* —Carni dijo a la bibliotecaria, sorprendida de lo extraño que sonaba con el retenedor en su boca.

Sus palabras se arrastraban un poco y no eran muy claras.

La bibliotecaria asintió cortésmente, pero al instante Carni se dio cuenta de que la mujer la estaba tratando como si tuviera una discapacidad mental. *No me pasa nada*, quería explicar Carni, pero se mantuvo en silencio.

Ahora, Carni había comprendido una cosa: trataría a las demás personas normalmente, aun cuando creyera que tenían algún problema. Ser tratado como “especial” o diferente no era muy placentero.

SPLASH

¿Y AHORA?

¿Puedes recordar un momento en que alguien malinterpretó? ¿Qué te había gustado que hicieran de otra manera? ¿Cómo tratas tú a los demás?

28 DE
FEBRERO

[Gracia y paz sean a vosotros, de Dios el Padre y de
nuestro Señor Jesucristo (Gálatas 1:3).]

¡DIFUNDE LA PALABRA!

—¡D e ninguna manera! —dijo Melisa riendo—. ¡Ya viste este?

Señaló el sitio web de la Guía, donde el editor de la revista tocaba la guitarra. Melisa y su amigo, Tony, miraban con frecuencia el sitio web por sus gráficas geniales, sus increíbles historias y sus respuestas a las preguntas de la Biblia. Internet era una de las formas en las que aprendían más acerca de Jesús.

Las formas por las que la gente escucha sobre Dios han crecido con el tiempo. Cuando Jesús estuvo en la Tierra, compartió las buenas nuevas acerca de su Padre, del perdón y de la salvación al hablar con las personas. Caminaba de pueblo en pueblo, enseñando a sus amigos mientras avanzaban por el camino. Al regresar a sus casas, las personas que lo habían escuchado compartían todo lo aprendido con sus familias y amigos.

El apóstol Pablo escribió cartas y viajó de ciudad en ciudad, inaugurando nuevas iglesias y alentado a los creyentes en Cristo. Gracias al trabajo de Pablo, la gente entendió mejor el mensaje de esperanza y amor que Jesús había enseñado. Puedes aprender más sobre Pablo leyendo alguna de sus cartas en el Nuevo Testamento.

Cerca de dos mil años después, utilizando la imprenta recién inventada, James y Ellen de White escribieron relatos y artículos para ayudar a los demás a comprender lo que la Biblia enseña. Una de las revistas que ayudaron a crear, la *Adventist Review*, todavía se imprime en la actualidad.

Ahora tenemos sitios web de cada región eclesiológica disponible en cada país, y nos preocupamos de dejar nunca la comodidad de nuestros hogares ni nos preocupamos por los costos de impresión. Internet es un nuevo método para contar al mundo acerca del mensaje de amor de Jesús.

¿Y AHORA?

¿En qué pasas tu tiempo? ¿Cómo puedes usarlo para contar a los demás acerca de nuestro mensaje?

SPLASH

Cuando el apóstol Pablo hacía una carta, no escribía la dirección en un sobre, ponía una estampilla y la dejaba en el buzón de correo. Pablo entregaba el mensaje terminado a un amigo de confianza para que entregara en mano la carta.

29 DE
FEBRERO

[Sucedió, pues, que cuando llegó José a sus hermanos, ellos quitaron a José su túnica, la túnica de colores que tenía sobre sí (Génesis 37:23).]

ANTE EL RECHAZO

El rechazo por parte de nuestra familia o nuestros amigos suele ser una de las experiencias más hirientes que podemos padecer. Y tendimos a bajar los brazos parece aún más fácil frente a estas situaciones.

José experimentó este tipo de rechazo cuando sus hermanos lo quisieron matar. ¿Fue un acto hecho por error? No, en realidad lo vendieron como esclavo e hicieron creer a su padre, Jacob, que José había muerto. Le quitaron la túnica que le había regalado como símbolo del amor especial que le tenía, la rompieron, la mancharon con la sangre de un cabrito y se la entregaron a Jacob. Los celos, la envidia, el enojo y el rechazo llevaron a sus hermanos a tomar esta terrible decisión. ¿Sabes? Alguien más también pasó por la misma situación de rechazo: Cristo, en la cruz, fue rechazado por mucha gente que aclamaba su muerte.

¿Cómo hubieses reaccionado tú frente a esta situación? Seguramente, tu reacción y la mía habrían sido muy diferentes de la que tuvo José. Cuando nos damos por vencidos, echamos a perder los planes que Dios tiene para nuestra vida; y esa no fue la clave en la vida de José. Él sabía que Dios no lo había abandonado y que tenía un plan para él; por eso, no bajó los brazos y a pesar de la tristeza, no se dio por vencido y se dejó guiar por el Maestro.

SPLASH

¿Y AHORA?

Antes de venderlo como esclavo, metieron a José en una cisterna vacía (depósito subterráneo donde se guardaba agua, con una boca muy estrecha). Si alguien era metido allí, le era casi imposible escapar, a menos que otra persona lo ayudara desde afuera.

¿Y AHORA?

SPLASH

¿Cuál es tu talento especial? ¿Has todos los talentos? ¿Hay alguien para reírte frente a tus debilidades? ¿Cuál de tus talentos puedes usar entre tus debilidades?

Los adultos cambian sus trabajos en promedio nueve veces durante su vida.

1 DE
MARZO

[El mismo constituyó a unos, apóstoles; a otros, profetas; a otros, evangelistas; a otros, pastores y maestros (Efesios 4:11).]

ELIZABETH LO TIENE TODO

Elizabeth tenía una hermosa voz, que a todo el mundo le encantaba oír. Cada vez que la iglesia necesitaba cubrir un canto para el momento musical, Elizabeth era la primera persona a quien convocaban. Algunos miembros de la iglesia decían que su voz sonaba como si un ángel estuviese cantando desde el cielo.

La hermana melliza de Elizabeth, Mónica, estaba orgullosa del talento de su hermana. Ella no podía negar que Elizabeth tenía un don especial. Pero, al mismo tiempo, esto la hacía sentirse mal porque a ella nunca le pedían que cantara en el momento de partes especiales musicales. Nunca había sido distinguida por el profesor de música de la escuela. Y no solo eso, en lugar de llamarla Mónica, a menudo se referían a ella como "la hermana de Elizabeth".

—No tengo talentos especiales —le dijo Mónica a su maestro de Escuela Sabática—. ¿Por qué Elizabeth los tiene todos?

—Ella tiene algunas cualidades especiales —le respondió el maestro—, pero probablemente tú tengas algunas que ella no tiene.

—¿Cómo cuál? —preguntó Mónica—. No soy buena en nada.

—Dios tiene diferentes planes para cada uno de nosotros —le explicó su maestro—. Imagínate que todas las personas en la Tierra tuviesen una voz como la de Elizabeth. Eso, entonces, no sería ya considerado como un talento, ¿no te parece?

—Supongo que no —respondió Mónica, sacudiendo la cabeza.

—No tienes que cantar en la iglesia para servir a Dios —continuó el maestro—. Simplemente tienes que hacer algo con los talentos que Dios te dio, en el lugar que él decidió que estés.

Dios semanas después, cuando Mónica contaba la historia para los niños en el culto, se dio cuenta de que ella estaba usando su don para la gloria de Dios.