

SETO

Revista para diaconisas - Unión Holandesa del Caribe - Año 2022



CONECTADA!

CONTENIDO:



La Vid Verdadera



El Jardinero y La Poda



Puedes Pedir lo Que Quieras



Eso Toma Tiempo



Continúa En Mi Amor



**El Agricultor y
Los Asalariados**



Beneficios De Las Uvas



Esta revista es un recordatorio para nosotras de que Dios está a nuestro lado y según Job 1:10, Él rodea las familias ministeriales, de los ancianos y las diaconisas y sus respectivas familias. Que cada artículo ayude a establecer un seto alrededor de nuestros hogares. Además de eso, tenemos la responsabilidad de ser agradecidos y servir con amor. De aquellos que han recibido mucho, mucho es requerido.

NOTA: Todo artículo sin nombre es contribución del editor

En la imaginería bíblica, Israel ha sido comparado con una vid (Sal. 80:8-16; Isa. 5:1-7; 27:2, 3; Jer. 2:21; 12:10). Una vid dorada decoraba la entrada al Templo de Herodes y las figuras de las hojas de la vid o de racimos de uvas se mostraban en monedas y arquitectura. El judío dependía de su conexión con la vid de Israel para su salvación. Pero Israel había demostrado ser infiel a sus ventajas espirituales y había rechazado a su verdadero rey, Jesús. Ahora Jesús se presentó como la vid genuina. (5BC 1041, 1042).



¿Qué lecciones hay en estas imágenes para nosotros? Deambulemos por la viña con Jesús, escuchemos sus sencillas enseñanzas y refresquémonos espiritualmente.

Con oración,

Anna María Manuela Croes



¹ Se suponía que LOS HIJOS DE ISRAEL habían sido el pueblo de Dios, pero uno de sus problemas era que los individuos pensaban que estaban seguros únicamente por su conexión con Israel. La aplicación moderna serían aquellos que piensan en la vid como la iglesia y que piensan que todo lo que tenemos que hacer para tener la certeza de la vida eterna es estar inscritos en los libros de la iglesia o conectarnos con la iglesia. Es por eso que las palabras de Jesús son particularmente aplicables cuando dice: “*Yo soy la vid verdadera*”. Juan 15:1. Aparta tu atención de la iglesia por el verdadero significado de esta parábola y fíjala sólidamente en la *Vid verdadera*, Jesucristo.

Hay algo más interesante acerca de la elección de Jesús de la viña para retratarse a sí mismo y su relación con su pueblo. Una vid es una planta dependiente. No está solo, sin apoyo. Los pámpanos deben depender de la vid. Pero la vid también depende de otro apoyo. Jesús vino a mostrarnos cómo depender de otro. Así como Él dependió de Su Padre, nosotros debemos depender de Él.

Una vid no recibe mucha gloria, crédito y honor. Cuando la vid en sí es visible, no es tan atractiva. Pero proporciona la conexión con la fuente de alimento de las ramas, y es asombroso descubrir que las ramas, con todas sus hojas verdes en primavera y verano, y sus colores brillantes en otoño, parecen más hermosas que la vid.

La vid es simplemente otro símbolo de Aquel que se despojó a sí mismo, que tomó la forma de siervo y que estaba dispuesto a ministrar a los demás en lugar de llamar la atención sobre sí mismo.

IDENTIDAD CON CRISTO²

Los pámpanos de la Vid Verdadera son los creyentes que son traídos a la unidad por la conexión con la Vid. La unión de los pámpanos entre sí y con la Vid los constituye en unidad, pero esto no significa uniformidad en todo.

La unidad en la diversidad es un principio que impregna toda la creación. Si bien hay una individualidad y variedad en la naturaleza, hay una unidad en su diversidad; porque todas las cosas reciben su utilidad y belleza de la misma Fuente. El gran Maestro Artista escribe Su nombre en todas Sus obras creadas, desde el más alto cedro del Líbano hasta el hisopo sobre la pared. Todos ellos declaran Su obra, desde la elevada fuente y el gran océano hasta la más diminuta concha a la orilla del mar.

Los sarmientos de la vid no pueden confundirse unos con otros; están separados individualmente; sin embargo, cada rama debe estar en comunión con las demás si están unidas en la misma estirpe madre. Todos se nutren de la misma fuente; beben de las mismas propiedades vivificantes. Así que cada rama de la Vid Verdadera es separada y distinta, pero todas están unidas en el tronco principal. No puede haber división. Todos están unidos por Su voluntad de dar fruto dondequiera que puedan encontrar lugar y oportunidad. Pero para hacer esto, el trabajador debe ocultarse a sí mismo. No debe dar expresión a su propia mente y voluntad. Debe expresar la mente y la voluntad de Cristo.

La familia humana depende de Dios para la vida, el aliento y el sustento. Dios ha diseñado la red, y todos son hilos individuales para componer el patrón. El Creador es uno, y se revela como el gran Depósito de todo lo esencial para cada vida separada.



Un mero asentimiento a esta unión, mientras los afectos no se separan del mundo, sus placeres y sus disipaciones, sólo envalentona el corazón en la desobediencia (ST 29-11-1910).

DIOS NO SE COMPROMETE

Hasta que el corazón se rinda incondicionalmente a Dios, el agente humano no morará en la Vid Verdadera, y no podrá florecer en la Vid, ni producir ricos racimos de fruto. Dios no hará el menor compromiso con el pecado. Si hubiera podido hacer esto, Cristo no tendría que haber venido a nuestro mundo para sufrir y morir. Ninguna conversión es genuina si no cambia tanto el carácter como la conducta de aquellos que aceptan la verdad. La verdad obra por el amor y purifica el alma (Carta 31a, 1894).

LA CIRCULACIÓN DE LA VIDA

Sólo Cristo puede ayudarnos y darnos la victoria, Cristo debe ser todo en todo para nosotros, debe morar en el corazón, su vida debe circular por nosotros como la sangre circula por las venas. Su espíritu debe ser un poder vitalizador que nos hará influir en otros para que lleguen a ser semejantes a Cristo y santos (Carta 43, 1895).

³ Jesucristo nos da la vida - Él es la Vid Verdadera. es la fuente directa de vida para las ramas (*es decir*). Sin vid no hay ramas. ¡Las ramas no brotan de la tierra aunque tratemos de hacerlo por nuestra cuenta! Una vid proporciona el apoyo, los nutrientes y la humedad para que las ramas dependientes vivan y produzcan frutos. Jesús le dice a las ramas en [Juan 15:5](#) "*Separados de mí nada podéis hacer*".

Aparte de Jesús, la Vid Verdadera, nosotros, los sarmientos, **somos estériles. No se producen buenos frutos si no estamos viviendo para Jesús.** Nuestros esfuerzos no pueden acercarnos a Dios. Nuestro amor por los demás no los beneficia eternamente ni a ellos ni a nosotros. Nuestras cosas amables son superficiales y temporales. Nuestra bondad es mundana. Todas las cosas que hacemos las ramas aparte de la Vid Verdadera están motivadas erróneamente y son inútiles. Aparte de Cristo, nada de lo que hacemos dura más que un breve momento en el tiempo.

¹ Morris Venden, Grapes, p. 8.

² 5BC 1143, 1144

³<http://www.graspinggod.com/the-true-vine.html#ixzz77nP22AX7>

La unidad cristiana consiste en que las ramas estén en la misma cepa madre, el poder vitalizador del centro sosteniendo los injertos que se han unido a la Vid. En pensamientos y deseos, en palabras y acciones, debe haber una identidad con Cristo, una participación constante de su vida espiritual. La fe debe aumentar por el ejercicio. Todos los que viven cerca de Dios se darán cuenta de lo que Jesús es para ellos y ellos para Jesús. A medida que la comunión con Dios se imprima en el alma y resplandezca en el semblante como una luz iluminadora, los principios firmes del carácter santo de Cristo se reflejarán en la humanidad (RH 9 de noviembre de 1897).

SEPARACIÓN Y APEGO

Una unión con Cristo por la fe viva es duradera; toda otra unión debe perecer. Cristo nos escogió primero, pagando un precio infinito por nuestra redención; y el verdadero creyente elige a Cristo como primero, último y mejor en todo. Pero esta unión nos cuesta algo. Es una relación de absoluta dependencia a la que debe entrar un ser orgulloso. Todos los que forman esta unión deben sentir su necesidad de la sangre expiatoria de Cristo. Deben tener un cambio de corazón. Deben someter su propia voluntad a la voluntad de Dios. Habrá una lucha con obstáculos externos e internos. Debe haber un doloroso trabajo de desapego, así como un trabajo de apego. El orgullo, el egoísmo, la vanidad, la mundanalidad, el pecado en todas sus formas, deben ser vencidos si queremos entrar en unión con Cristo. *La razón por la que muchos encuentran la vida cristiana tan deplorablemente dura, por la que son tan volubles, tan variables, es que tratan de adherirse a Cristo sin desapegarse de estos ídolos amados...*

Los creyentes se vuelven uno en Cristo pero una rama no puede ser sostenida por otra. El alimento debe obtenerse a través de la conexión vital con la Vid. Debemos sentir nuestra total dependencia de Cristo. Debemos vivir por fe en el Hijo de Dios. Ese es el mandato, "Permaneced en mí". La vida que vivimos en la carne no es según la voluntad de los hombres, no para agradar a los enemigos de nuestro Señor, sino para servir y honrar a Aquel que nos amó y se entregó a sí mismo por nosotros.



**EL
JARDINERO
Y LA
PODA**

¹ **La podadera de Dios** te cortará para mejorar o te cortará para eliminar, uno de los dos. Hay algunas personas que quieren creer que todas las pruebas, los problemas y las cosas difíciles de la vida provienen del diablo, y es cierto que muchas de ellas provienen de esa fuente. Pero aquí hay evidencia bíblica de la disciplina de Dios mismo, como parte del proceso necesario para nuestro crecimiento y fructificación. Estas palabras no tienen la intención de traer desesperación.

Dios está interesado en el fruto. Para aquellos que están dando fruto, Él está interesado en más fruto. Y los que no dan fruto son cortados. El versículo 8 nos recuerda uno de los propósitos de dar fruto. “En esto es glorificado mi Padre, en que llevéis mucho fruto”. Tengamos cuidado en este punto de no tener la impresión de que uno de los propósitos de dar fruto es salvarnos en el cielo. El dar fruto glorifica a Dios y agranda Su reino. Nos trae gozo, porque encaja con nuestros impulsos naturales cuando moramos en la Vid, y nos restaura a la condición original de la humanidad, la que Dios diseñó para ser en primer lugar. *Però el dar fruto no es lo que nos salva; somos salvos al aceptar lo que Jesús ya hizo por nosotros en la cruz.*

Sin embargo, Dios está interesado en el fruto. **Está interesado en el desarrollo del carácter.** Él está interesado en vernos salvos de los resultados del pecado y de la condición del pecado, así como en salvarnos de la pena del pecado. Es posible convertirse realmente, comenzar la vida cristiana, unirse a la iglesia, pero si una persona no continúa la relación permanente o la comunión con el Señor Jesús, el fruto no resulta. Es posible tener un buen comienzo, como Demas y otros, pero habiendo amado esta vida presente, dejar que la atracción de otras cosas nos desvíe de nuestra relación personal con Dios.



Las ramas que no dan fruto representan a aquellos que no logran permanecer en la relación permanente con Cristo. Entonces tienes dos tipos, uno que comienza, pero que no se queda con Cristo; y uno que comienza, pero que permanece con Cristo. Apparentemente, Dios permite a aquellos que tienen un buen comienzo, pero que no se quedan con Él, un período de tiempo para demostrar si el fruto va a llegar o no. Sabemos que llega un momento en que las ramas, las plantas o los árboles han tenido la oportunidad de manifestarse, y no tiene sentido dejarlos en el jardín por más tiempo después de ese tiempo.

Podríamos especular sobre qué porcentaje de personas que tienen un buen comienzo están en esta categoría. **Los estudios han demostrado que la mayoría de los miembros de la iglesia están demasiado ocupados para dedicar incluso cinco minutos al día a la comunión personal con Cristo, a la oración privada y al estudio de las Escrituras.** Algunas encuestas indican que solo uno de cada cuatro, o uno de cada cinco, tiene un tiempo regular para la comunión con Dios diariamente. Esta ciertamente es una de las razones del verdadero problema espiritual en el que se encuentra la iglesia hoy.

La respiración, en la vida espiritual, se ha comparado con la oración, el aliento del alma. Y el comer ha sido comparado con el estudio de la Palabra de Dios. Si la mayoría de los miembros de la iglesia *no respiran ni comen*, no tiene sentido hablar del crecimiento de la iglesia. Véase Ezequiel 37:3. Aun entre los que están en la vid, pero que no crecen ni dan fruto, todavía hay esperanza que van a entender. Dios nunca ha responsabilizado a las personas por lo que no han entendido, y esa es una de las evidencias de Su amor. Dios nos hace responsables de lo que hemos tenido la oportunidad de entender, y tal vez esto podría incluso incluir la comprensión de la importancia de comer y respirar.

Es posible que las personas tengan un buen comienzo, que tengan una conversión genuina, y aun así se marchiten gradualmente porque no se han dado cuenta de la necesidad de **permanecer**. Es interesante que incluso las personas brillantes durante largos períodos de tiempo pueden perder la base de lo que significa permanecer en Cristo. Pero Dios entiende los problemas que enfrentamos en este mundo de pecado, y Él puede quitar el velo que tan a menudo cubre nuestros ojos. Una persona que no permanece en Cristo, aunque haya tenido un buen comienzo, reaccionará de dos formas ante la podadera.

Para quien no es consciente del amor de Jesús, la podadera puede parecer un castigo en lugar de una disciplina. Debido a que él es solo un siervo y no un amigo y quizás aún no se da cuenta de su filiación, es posible que no reconozca al Padre amoroso detrás del castigo. Pero la poda puede llevarlo a estar más estrechamente conectado con la Vid, y así comenzar a producir fruto, o puede terminar en que sea cortado por completo.



El problema es que la poda a menudo se malinterpreta. Incluso puede ser malinterpretado por aquellos que han tenido un buen comienzo y que también han continuado en la relación permanente con Cristo. Incluso aquellos que están dando fruto van a ser purificados, para que puedan dar más fruto. Son podados, no con el propósito de ser cortados, sino con el propósito de ser reducidos a su tamaño, en lugar de volverse altos y elevados y olvidar que son solo criaturas. Este proceso de reducción suele ser doloroso. Pero para quien está en comunión diaria con Cristo, en reconocimiento diario de la gracia de Dios, existe la posibilidad de reconocer la poda como una disciplina más que como un castigo. Hay una palabra que viene de *disciplina*, es *discípulo*. Un discípulo o seguidor de Cristo, es aquel que acepta la disciplina y ve que tiene sentido.

Hebreos 12:11 es un comentario muy interesante sobre ese proceso. “Ahora bien, ningún castigo al presente parece ser motivo de gozo, sino de tristeza; pero después da fruto apacible de justicia a los que en él son ejercitados”.

¿Qué es el cuchillo? La idea común es que el cuchillo es aflicción y que Dios envía aflicción. Pero, ¿envía Dios la aflicción, o la aflicción viene del diablo? Dios está a cargo aquí en este mundo, independientemente de lo que el diablo intente hacer. Dios puede usar cualquier cosa que Satanás haga o no haga. Y a menudo lo ha hecho. Por lo tanto, Satanás, que sabe eso, continúa trayendo miseria a Dios y a la gente a pesar de todo, porque sabe que Dios va a convertir algo en bien a pesar de lo que haga.

¿La aflicción, la angustia y los problemas realmente hacen que una persona dé más fruto? ¿O es posible que una persona vea el dolor sin el propósito? ¿Es realmente la aflicción el único cuchillo de podar? Hay otros medios de podar, pero debido al mundo de pecado en el que nos encontramos y a todos los problemas que el enemigo trae a nuestras vidas, Dios simplemente hace uso de ella para Su

propia gloria. **La verdadera podadora es la Palabra de Dios, no la aflicción.** La aflicción, el dolor y la desilusión son sólo el mango del cuchillo, para llevarnos al cuchillo. (Juan 15:3; Hebreos 4:12; Efesios 6). Entonces, cuando vienen los problemas, la aflicción y el dolor, una persona es impulsada a la Palabra de Dios; y la otra persona se resiste. Entonces, una persona se acerca más a Dios que antes de que viniera el problema; y la otra persona está más alejada y menos inclinada hacia Dios que antes.

Qué fácil es que la confianza en Dios se convierta en confianza en uno mismo.

Ver el caso de Elías. Después de las maravillosas respuestas de Dios a su oración de fuego y lluvia del cielo, Elías se deslizó hacia la confianza en sí mismo. Olvidando el cuidado de Dios, cuando recibe una amenaza para su vida, Elías abandonó su deber y huyó al desierto y deseó morir. Considere el caso de un cristiano nuevo o un cristiano despertado que está lleno de celo. Entonces, debido a la naturaleza carnal que siempre está luchando por expresarse, ese celo se convierte en fanatismo, orgullo en su propia experiencia espiritual, en meramente pensamiento positivo o presunción.

Ninguno de nosotros es perfecto, todos necesitamos una poda de vez en cuando, y todo es para nuestra salvación eterna.

El amor de Dios nunca falla a sus hijos. Es bueno que Dios haga la poda y no el hombre. Es Dios quien quita, y Él sabe cuándo es el momento adecuado, y siempre nos limpia para nuestro bien (Romanos 8:28).

¹ Morris Venden, *Grapes*, p. 39- 47



PUEDES PEDIR LO QUE QUIERAS

"Pero si te haces en casa conmigo y mis palabras están en casa en ti,
puedes estar seguro de que todo lo que pidas será escuchado y
actuado en consecuencia."



¹ PERMANECEN EN MÍ

Una permanencia continua en una conexión viva con Cristo es esencial para el crecimiento y la fecundidad. La atención ocasional a asuntos de religión no es suficiente. Montar en lo alto de una ola de fervor religioso un día, solo para caer en un período de abandono al siguiente, no promueve la fortaleza espiritual. **Permanecer en Cristo significa que el alma debe estar en comunión diaria y constante con Jesucristo y debe vivir Su vida (Gálatas 2:20).** No es posible que una rama dependa de otra para su vitalidad; cada uno debe mantener su propia relación personal con la vid. Cada miembro debe dar sus propios frutos.

² El que permanece en Cristo ya ha entregado el control a Cristo, no sólo de lo externo, sino también de lo interno. Cuando Cristo entra y toma el control, cambia el corazón. Cambia los resortes de acción en nuestra mente: el deseo, los gustos, las inclinaciones. Es fácil leer un texto como el Salmo 37:4 — “Deléitate en el Señor; y Él te concederá los deseos de tu corazón—” y dirá: “¡Oh bien! Todo lo que quiero, lo consigo”. Pero hay otra forma de leerlo: “Él te dará los *deseos*” plural. Si Sus palabras permanecen en nosotros y nosotros permanecemos en Él, si le hemos entregado nuestra voluntad, entonces pedir lo que *queremos* es lo mismo que pedir lo que *Él* quiere.

³ La permanencia es mutua como se expresa en el v.4. Como los hombres permanecen en Cristo, Cristo mora en ellos y llegan a ser participantes de la naturaleza divina (2 Pedro 1:4). Sus pensamientos llegan a identificarse tanto con la voluntad divina que sólo hacen las peticiones que están en armonía con esa voluntad (ver 1 Juan 5:14; DTG 668). Además, ningún pecado interviene para impedir una respuesta favorable.

⁴ “Si permanecéis en mí”, sugiere que ya se ha hecho un comienzo; por eso Él puede pedirnos que nos quedemos con Él. No podríamos permanecer en Él si nunca hubiéramos venido a Él... Permanecer en Él es permanecer en esa postura, continuar basando nuestra esperanza de vida eterna total y únicamente en lo que *Jesús* ha hecho, y no basar ninguna de nuestra esperanza en lo que nosotros mismos podemos hacer.

MIS PALABRAS CUMPLAN ⁵

Estas palabras muestran que la morada de Cristo no es una experiencia completamente mística e inexplicable. Los hombres reciben a Cristo al recibir Su palabra. A medida que se alimentan de esa palabra, ésta ilumina la mente. Y a medida

que toman una decisión inteligente de seguir esa palabra y obedecerla implícitamente a través del poder habilitador del cielo, se forma en el interior Cristo, la esperanza de gloria (Col.1:27). Además, para que esta experiencia sea constante se *alimentan diariamente de la palabra*.

CONDICIONES ⁶

¿Por qué se deben cumplir las condiciones para que se pague el cheque en blanco? ¿Por qué sólo debe ser recibido de esta manera?

En primer lugar, es porque el pámpano, si está conectado a la Vid, va a estar recibiendo sólo lo que la Vid tiene para dar. La savia y el crecimiento continuo de los dos juntos, en conexión y para una conexión más profunda, simplemente sugiere una unidad que evita que una persona pida erróneamente que pueda consumirla en su propia lujuria.

¿Qué pasaría, por ejemplo, si Dios fuera al hombre de la calle, al que no le importa Dios ni la fe ni la religión ni la Biblia, y le diera este cheque en blanco: “Mira, puedes pedir lo que quieras, y Lo haré”? Tal vez el hombre de la calle pediría otro trago. Tal vez pediría permiso, libertad y oportunidad para disfrutar de sus propios deseos. Tal vez pediría riquezas o éxito que lo alejarían aún más de darse cuenta de su necesidad de Dios. Dios no está en el negocio de fomentar este tipo de cosas.

Supongamos que Dios hiciera esta oferta al cristiano nominal, uno que no valora mucho la asociación con Jesús. Una persona que vive apartada de Cristo es irremediamente egocéntrica; él nació de esa manera, y sus solicitudes serían inevitablemente solicitudes egoístas. El cristiano profeso que no conoce una conexión cercana con Jesús es una de las personas más egocéntricas del mundo... Y el libro de Santiago lo critica bastante.

Otra razón por la que podemos recibir solo de esta manera es que Dios quiere que nos encontremos con Él con sus propias palabras. Si permanecemos en Él, y Sus palabras permanecen en nosotros, eso significa que estamos familiarizados con sus palabras. Sabemos lo que Él ha dicho sobre un tema dado.

Algunas de las propias palabras de Dios:

Mateo 7:7-11

Pidiendo algo para ayudar a otro, puede saber que su petición va a ser escuchada y respondida.

Lucas 11:11, 12

Como un padre que da buenos regalos a su hijo.

Lucas 11:13

Los requisitos son que Él dará el Espíritu Santo, y ¿cuánto más alto es eso que un Cadillac nuevo o una casa nueva o un Honda nuevo?

Juan 14:12, 13

¿Qué tipo de obras hizo Jesús? ¿Para qué propósitos fueron Su vida, Su obra, Sus milagros y Sus enseñanzas? Para otros—por alcanzarlos por causa del evangelio del reino.

¿Cuál es el contexto de nuevo? Es el contexto de servicio y alcance por causa del evangelio.

Cuando nuestras solicitudes son denegadas

Hay otro factor a considerar. A veces, con nuestra línea corta de visión humana, pedimos cosas que NO son la voluntad de Dios. ¿Qué hacemos cuando nuestras solicitudes son denegadas? ¿Nos alejamos enojados de un Dios que ha defraudado nuestras expectativas? O hacemos como Job, y frente a cualquier dolor o desilusión continuamos amándolo y confiando en Él a pesar de todo. ¿Tenemos fe y no dudamos de Él?

Sobre la base de la Palabra de Dios (1 Juan 3:21-24), si tenemos algún pecado conocido o continuación en la transgresión en nuestras vidas, entonces es mejor que no esperemos la carta blanca que Él ha ofrecido. Esto también se sugiere en Isaías 59:1, 2.

Todo el contexto de Juan 15 tiene que ver con permanecer y dar fruto para la gloria de Dios. Jesús ha hecho posible que habitemos en Él, y que Él habite en nosotros, de modo que su voluntad y la nuestra sean absorbidas juntas como UNA voluntad. Estas palabras en Juan 15 están dirigidas a cristianos *maduros*. Usted puede preguntar, ¿quién califica? Sólo recuerda las

buenas noticias de que cuando el pámpano permanece *en la vid*, el pámpano es justo y tan valioso para el jardinero como lo es la vid. Dios nos ama como ama a Jesús. A medida que continuamos permaneciendo en Él, sabemos que la carta blanca que Él tiene en mente para nosotros es potencial, *siempre* y cuando permanezcamos en la vid. No está reservado para algún lugar hacia el final de nuestras vidas.

Sobre esa base, el Pr. Morris Venden dice, voy a predecir que hay momentos en que, como Elías, has visto descender fuego del cielo; y hay momentos en que, como Elías, has sentido que tus oraciones no son contestadas. Elías no tuvo que esperar hasta justo antes de que lo trasladaran para recibir el cheque en blanco. Tenía el cheque en blanco cuando confiaba, y no lo tenía cuando no confiaba. Lo mismo es cierto para ti y para mí.

Mientras tanto, Jesús te ama, y Dios te ama tanto como ama la vid. Él continuará podándolos y purgándolos para Sus propósitos y Su gloria.



¹ 5 Comentario Bíblico, p. 1042

² Morris Venden, Grapes, p. 60

³ 5 Comentario Bíblico, p. 1043

⁴ Morris Venden, Grapes, p. 61

⁵ 5 Bible Commentary, p. 1043

⁶ Morris Venden, Grapes, p. 62-67



**ESO
TOMA
TIEMPO**

¹ UNO DE LOS PELIGROS en la relación permanente con Cristo es que tendemos a olvidar que lleva *tiempo* producir frutos. Comenzamos a buscar resultados instantáneos, y la misma analogía del cultivo de frutas debería recordarnos de inmediato que hay un factor de tiempo involucrado. No sucede de la noche a la mañana.

En Lucas 13, Jesús habló de un hombre que vino a buscar fruto en una higuera y, al no encontrarlo, quiso cortarlo. El consejo de su jardinero fue abonar la tierra a su alrededor y esperar a la próxima temporada, cuando bien podría dar frutos. Hay *un tiempo* para el fruto, desarrollado en su plenitud. Pero **una de las cosas más desalentadoras que podemos hacer en la vida cristiana es buscar una cosecha perpetua**. No hacemos eso en el mundo natural. No esperamos una cosecha perpetua de nuestros jardines traseros. Si el factor tiempo es importante en el mundo natural, ¡cuánto más importante es recordarlo también en la vida espiritual!

Cuántas veces nos impacientamos mientras esperamos que se desarrolle el fruto. ¡Cuán a menudo nos impacientamos con solo esperar. Punto! Los seres humanos no son conocidos por su paciencia. Estamos buscando la fila más corta en el supermercado, la fila más corta en el peaje de la autopista, la fila más corta al reino de los cielos.

Esperar es quizás la forma más intensa del proceso de poda y purga que existe. Esperar nos muestra nuestro verdadero yo, o verdaderos valores, nuestros verdaderos motivos. Hay muchas cosas que aceptaremos y buscaremos si no hay que esperar. Pero cuando descubrimos que tenemos que esperar, con qué frecuencia descubrimos que lo que pensamos que era tan deseable simplemente no vale la pena esperar.

A lo largo de la historia bíblica, vemos personas haciendo fila, por así decirlo, esperando la bendición prometida del Señor. Adán y Eva estaban en fila tan pronto como salieron del jardín, esperando

al Mesías prometido. Noé esperó 120 años para que viniera el diluvio y reivindicara su confiabilidad como profeta de Dios. Moisés esperó cuarenta años en la parte trasera del monte Horeb, cuidando ovejas. Luego esperó otros cuarenta años con el pueblo de Israel, mientras aprendían la lección de esperar en el Señor. Finalmente, no pudo soportar más la espera y su fe fracasó justo en los límites de la tierra prometida.

David fue ungido rey de Israel, pero tuvo que esperar. Elías esperaba un avivamiento y una liberación inmediatos después del día en el Monte Carmelo, pero tuvo que esperar. Los discípulos esperaban que Jesús estableciera Su reino, pero tuvieron que esperar. Se les dijo que esperaran la promesa del Padre, el derramamiento del Espíritu Santo después de la ascensión de Cristo. Los santos descritos en Apocalipsis se distinguen por su **PACIENCIA** en la ESPERA.

Hay muy pocas facetas de la vida cristiana que no impliquen esperar de una forma u otra. Esperamos la respuesta a nuestras oraciones. Esperamos ver los frutos desarrollarse en nuestras vidas. Esperamos el regreso prometido de Jesús, para poner fin a todas las demás esperas.

Así que recuerda que lleva tiempo transformar la naturaleza humana en divina. No puedes alcanzar la medida completa de la estatura de Cristo en un día. Debemos vivir un día a la vez, continuando la relación permanente con Él, y la cosecha seguramente vendrá en su tiempo señalado.

Si estás preocupado porque crees que no ves mucho fruto en tu propia vida, recuerda la parábola de la viña. ¡Los resultados son seguros, si **CONTINUAMOS PERMANECIENDO EN ÉL!** Pero no debemos olvidar las palabras de Santiago en Santiago 5:7: "El labrador espera el fruto precioso de la tierra, y lo espera con paciencia". Nuestra parte es continuar permaneciendo en él, y Él cumplirá su parte en Su propio tiempo.

*Cuando comprendes tu parte en el proceso de crecimiento y continúas buscando esa relación permanente con él, Su obra seguirá adelante para producir en ti los frutos para Su gloria. Y estaréis preparados para encontraros con él en paz en aquel día en que diremos: "He aquí, este es nuestro Dios; lo hemos *esperado*, y Él nos salvará; éste es el Señor; lo hemos *esperado*, nos alegraremos y nos regocijaremos en su salvación". Isaías 25:9, énfasis añadido.*

¹ Morris Venden, *Grapes*, p. 73-75





**CONTINÚA
EN MI
AMOR**

Sin Mi ¹

La mente carnal... no se sujeta a la ley de Dios, ni tampoco puede hacerlo" (Rom. 8:7). Es imposible para el hombre por sus propias fuerzas escapar del pozo del pecado en el que ha caído y producir frutos para la santidad (ver SC 18). Dondequiera que los hombres se aferren al principio de que pueden salvarse a sí mismos por sus propias obras, no tienen barrera contra el pecado (ver DA 35, 36).

Si Un Hombre No Cumple

El engaño, "una vez en gracia, siempre en gracia", es negado por esta condición. Es posible que los que han estado en Cristo rompan su relación con él y se pierdan (ver comentario de Hebreos 6:4-6). La salvación está condicionada a permanecer en Cristo HASTA EL FIN.

Esta Marchito

El cristiano representado por la rama cortada puede tener una forma de religión, pero le falta el poder vital (2 Timoteo 3:5, 6). Bajo prueba se ve la superficialidad de su profesión. A medida que las ramas cortadas sean eventualmente recogidas y quemadas, también el cristiano infructuoso, junto con el que no profesa, sufrirá la extinción final (Mat. 10:28; 13:38-40; 25:41, 46). No se menciona ningún acto abierto de desobediencia, simplemente el pecado de NEGLIGENCIA. Compare la parábola de las ovejas y las cabras (Mat. 25:31-46). Aquellos a la izquierda del Rey fueron excluidos del reino por negligencia en el deber cristiano práctico.

Una Experiencia Día a Día²

[Juan 15:8] ¿Qué es dar fruto? No todo consiste en venir a la reunión una vez por semana y dar nuestro testimonio en oración o reunión social. Se nos encuentra día tras día PERMANECIENDO en la Vid, y dando fruto, con paciencia, en nuestro hogar, en nuestro negocio; y en cada relación en la vida manifestando el Espíritu de Cristo. Hay muchos que actúan como si pensarán que una conexión ocasional con Cristo es todo lo que se necesita, y que pueden considerarse ramas vivas porque a veces hacen confesión de Cristo. Pero esto es una falacia. El pámpano debe ser injertado en la Vid, y permanecer allí, uniéndose a la Vid fibra por fibra, extrayendo su suministro DIARIO de savia y alimento de la raíz y la grosura de la Vid, hasta que se vuelva uno con el tronco original. La savia que nutre la Vid debe nutrir el sarmiento y esto se manifestará en la vida de quien permanece en Cristo; porque el gozo de Cristo se cumplirá en aquel que no anda conforme a la carne, sino conforme al Es-

píritu.

Nuestras profesiones son inútiles a menos que permanezcamos en Cristo; porque no podemos ser ramas vivas a menos que las cualidades vitales de la Vid abunden en nosotros. En el cristiano genuino aparecerán las características de su Maestro, y cuando reflejamos las gracias de Cristo en nuestra vida y carácter, el Padre nos ama como ama a su Hijo. Cuando esta condición se cumpla en aquellos que profesan creer la verdad presente, veremos una iglesia próspera; porque sus miembros no vivirán para sí, sino para Aquel que murió por ellos, y serán ramas florecientes de la Vid viva (ST 18-4-1892).

La Luz Trae Alegría

Cuando la luz del cielo brille sobre el agente humano, su semblante expresará el gozo del Señor en su interior. Es la ausencia de Cristo del alma lo que entristece y duda a la gente. Es la falta de Cristo lo que entristece el semblante, y su vida es una peregrinación de suspiros. El regocijo es la nota clave de la Palabra de Dios para todos los que la reciben. ¿Por qué? Porque tienen la Luz de la vida. La luz trae alegría y gozo, y ese gozo se expresa en la vida y el carácter (MS 96, 1898).

No Hay Disposición Para la Ceguera Intencional

Los que tienen la oportunidad de oír la verdad, y sin embargo no se esfuerzan por oírla o entenderla, pensando que si no la oyen no serán responsables, SERÁN juzgados culpables ante Dios como si hubieran oído y rechazado. No habrá excusa para aquellos que eligen andar en el error cuando puedan entender lo que es la verdad. En sus sufrimientos y muerte, Jesús ha hecho expiación por todos los pecados de ignorancia, pero NO hay provisión para la ceguera voluntaria.

La Luz Que Ha Brillado, Condenará

Ninguno será condenado por no prestar atención a la luz y el conocimiento que no tuvieron y no pudieron obtener. Pero muchos rechazan la verdad que les es presentada por los embajadores de Cristo, porque desean ajustarse a la norma del mundo; y la verdad que ha llegado a su entendimiento, la luz que ha resplandecido en el alma, los condenará en el juicio (RH 25-11-1884).

¹ 5BC 1042, 1043

² 5BC 1144, 1145



**EL
AGRICULTOR
Y LOS
ASALARIADOS**

'El reino de los cielos, dijo [Jesús], es semejante a un hombre, padre de familia, que salió por la mañana a contratar obreros para su viña. Era costumbre que los hombres que buscaban empleo esperaran en las plazas del mercado, y allí iban los patrones en busca de sirvientes. El hombre de la parábola se representa saliendo a diferentes horas para contratar obreros. Los que son contratados en las primeras horas se comprometen a trabajar por una suma determinada; los que se contratan más tarde dejan su salario a discreción del padre de familia.

Cuando llegó la noche, el señor de la viña dijo a su mayordomo: Llama a los trabajadores y dales su salario, comenzando desde los últimos hasta los primeros. Y cuando vinieron los que habían sido contratados como a la hora undécima, recibieron cada uno un denario. Pero cuando llegaron los primeros, suponen que deberían haber recibido más; y ellos también recibieron cada uno un denario.

El trato del padre de familia con los trabajadores de su viña representa el trato de Dios con la familia humana. Es contrario a las costumbres que prevalecen entre los hombres. En los negocios mundanos, la compensación se da de acuerdo con el trabajo realizado. El trabajador espera que se le pague solamente lo que gana. Pero en la parábola, Cristo estaba ilustrando los principios de Su reino, un reino que no es de este mundo. Él no está controlado por ningún estándar humano. El Señor dice que: "Mis pensamientos no son vuestros pensamientos, ni vuestros caminos Mis caminos... Porque como son más altos los cielos que la tierra, así son Mis caminos más altos que vuestros caminos, y Mis pensamientos que vuestros pensamientos". Isaías 55:8, 9.

En la parábola los primeros trabajadores acordaron trabajar por una suma estipulada, y recibieron la cantidad especificada, nada más. Los que fueron contratados más tarde creyeron en la promesa del amo: *Todo lo que sea justo, eso recibiréis*. Mostraron su confianza en él al no hacer preguntas con respecto a los salarios. Confiaron en su justicia y equidad. Fueron recompensados, no según la cantidad de su trabajo, sino según la generosidad de su propósito.

Así que Dios desea que confiemos en Aquel que justifica al impío. Su recompensa no se da de acuerdo con nuestro mérito sino de acuerdo con Su propio propósito, "que se propuso en Cristo Jesús, nuestro Señor". Ef. 3:11. "No por obras de justicia que nosotros hubiéramos hecho, sino según su misericordia nos salvó". Tito 3:5. Y para los que confían en él, Él hará "mucho más abundantemente de lo que pedimos o entendemos".

Efesios 3:20.

NO LA CANTIDAD DE TRABAJO REALIZADO o sus resultados visibles, pero el **espíritu** en el cual se hace el trabajo lo hace de valor para Dios. Los que entraron en la viña a la hora undécima estaban agradecidos por la oportunidad de trabajar. Sus corazones estaban llenos de gratitud hacia quien los había aceptado; y cuando al final del día el amo de casa les pagó por un día completo de trabajo, se sorprendieron grandemente. Sabían que no habían ganado tales salarios. Y la bondad expresada en el semblante de su patrón los llenó de alegría. Nunca olvidaron la bondad del amo de casa ni la generosa compensación que habían recibido. Así sucede con el pecador que, sabiendo su indignidad, ha entrado en la viña del Maestro en la hora undécima. Su tiempo de servicio parece tan corto que siente que no merece la recompensa; pero está lleno de alegría porque Dios lo ha aceptado en absoluto. Trabaja con un espíritu humilde y confiado, agradecido por el privilegio de ser colaborador de Cristo. Este espíritu Dios se deleita en honrar.



El Señor desea que descansemos en Él sin dudar de nuestra medida de recompensa. Cuando Cristo mora en el alma, el pensamiento de la recompensa no es primordial. Este no es el motivo que mueve nuestro servicio. Es cierto que en un sentido subordinado deberíamos tener respeto al pago de recompensa. Dios desea que apreciemos sus bendiciones prometidas. Pero no quiere que seamos ávidos de recompensas ni sentir que por cada deber debemos recibir compensación. No debemos estar tan ansiosos por obtener la recom-

pensa como por hacer lo correcto, independientemente de toda ganancia. El amor a Dios y a nuestros semejantes debe ser nuestro motivo.

Esta parábola NO excusa a los que oyen el primer llamado a trabajar pero se niegan a entrar en la viña del Señor. Cuando el dueño de casa fue al mercado a última hora y encontró hombres desempleados, dijo: "¿Por qué estáis aquí todo el día ociosos?" La respuesta fue: "Porque ningún hombre nos ha contratado". Ninguno de los llamados más tarde en el día estaba allí por la mañana. No habían rechazado la llamada. Aquellos que se niegan y luego se arrepienten, hacen bien en arrepentirse; pero NO es seguro jugar con el primer llamado de misericordia.

Cuando los trabajadores de la viña recibieron "cada hombre un centavo", los que habían comenzado a trabajar temprano en el día se ofendieron. ¿No habían trabajado durante doce horas? Ellos razonaron, ¿no era correcto que ellos recibieran más que aquellos que habían trabajado solo una hora en la parte más fresca del día? "Estos últimos han trabajado sólo una hora", dijeron, "y los has hecho iguales a nosotros, que hemos soportado la carga y el calor del día".

"Amigo", respondió el padre de familia a uno de ellos, "no te hago mal; ¿no te pusiste de acuerdo conmigo por un centavo? Toma lo que

es tuyo y vete; daré a este último, como a ti". ¿No me es lícito hacer lo que quiero con lo mío? ¿Es malo tu ojo porque yo soy bueno? Así los últimos serán los primeros, y los primeros, los últimos; porque muchos son llamados, pero pocos escogidos".

Los primeros obreros de la parábola representan a aquellos que, por sus servicios, reclaman preferencia sobre los demás. Asumen su trabajo con un espíritu de autocomplacencia y no aportan abnegación ni sacrificio. Puede que hayan profesado servir a Dios toda su vida; pueden haber sido los más destacados en soportar penurias, privaciones y pruebas, y por lo tanto se consideran con derecho a una gran recompensa. Piensan más en la recompensa que en el privilegio de ser siervos de Cristo. En su opinión, sus trabajos y sacrificios les dan derecho a recibir honor por encima de los demás, y debido a que no se reconoce este derecho, se ofenden.

Si trajeran a su trabajo un espíritu de amor y confianza, continuarían siendo los primeros; pero su disposición quejumbrosa no es como la de Cristo, y prueba que no son dignos de confianza. Revela su deseo de progreso personal, su desconfianza en Dios y su espíritu celoso y rencoroso hacia sus hermanos. La bondad y liberalidad del Señor es para ellos sólo motivo de murmuración. Así muestran que no hay conexión entre sus almas y Dios. No conocen el gozo de la cooperación con el Maestro Obrero.





NO HAY NADA MÁS OFENSIVO PARA DIOS QUE ESTE ESPÍRITU ESTRECHO Y AUTOCUIDADO. ÉL NO PUEDE TRABAJAR CON ALGUNO QUE MANIFIESTE ESTOS ATRIBUTOS. SON INSENSIBLES A LA OBRA DEL ESPÍRITU.

Los judíos habían sido llamados primero a la viña del Señor, y por eso eran orgullosos y farisáicos. Consideraban que sus largos años de servicio les daban derecho a recibir una recompensa mayor que los demás. Nada los exasperaba más que la insinuación de que los gentiles serían admitidos a los mismos privilegios que ellos en las cosas de Dios.

Cristo advirtió a los discípulos que habían sido llamados primero a seguirlo, para que no se fomentara entre ellos el mismo mal. Vio que la debilidad, la maldición de la iglesia, sería un espíritu de justicia propia. Los hombres pensarían que podrían hacer algo para ganarse un lugar en el reino de los cielos. Se imaginaban que cuando hubieran hecho cierto avance, el Señor vendría a ayudarlos. Así habría abundancia de uno mismo y poco de Jesús. Muchos que habían hecho un pequeño avance se envanecerían y se considerarían superiores a los demás. Estarían ansiosos por *halagos*, celosos si no se los considerara más importantes. Contra este peligro, Cristo busca proteger a sus discípulos.

Todo alarde de mérito en nosotros mismos está fuera de lugar. "Que el hombre sabio no se gloríe en su sabiduría, ni que el hombre poderoso se gloríe en su poder, que el hombre rico no se gloríe en sus riquezas; pero el que gloria, gloríe en esto, que me entienda y me conozca, que yo soy el Señor que ejerce bondad amorosa, juicio y justicia en la tierra; porque en estas cosas me deleito, dice el Señor". Jeremías 9:23, 24.

La recompensa *no* es por las obras, para que nadie se gloríe; pero todo es de gracia. "¿Qué, pues, diremos que halló Abraham, nuestro padre según la carne? Porque si Abraham fue justificado por las obras, tiene de qué gloriarse, pero no delante de Dios. Porque ¿qué dice la Escritura? Abraham creyó a Dios, y le fue contado por justicia. Ahora bien, al que obra, la recompensa no se le cuenta como gracia, sino como deuda. Pero al que no obra, pero cree en aquel que justifica al impío, su fe se le cuenta por justicia". Rom. 4:1-5. Por lo tanto, no hay ocasión para que uno se gloríe sobre otro o guarde rencor contra otro. Nadie es privilegiado por encima de otro. Tampoco nadie puede reclamar la recompensa como un derecho.

Los primeros y los últimos deben ser partícipes de la gran recompensa eterna, y los primeros deben recibir con alegría a los últimos. El que escatima la recompensa a otro olvida que él mismo es salvado solo por GRACIA. La parábola de los trabajadores reprende todos los celos y sospechas. El amor se regocija en la verdad y no instituye comparaciones envidiosas. El que posee AMOR compara sólo la hermosura de Cristo y su propio carácter imperfecto.

Esta parábola es una ADVERTENCIA para todos los trabajadores, por muy largo que sea su servicio, por abundante que sea su labor, que sin amor a sus hermanos, sin humildad ante Dios, no son nada. No hay religión en la entronización del yo. Aquel que hace de la glorificación propia su objetivo, se encontrará destituido de esa gracia que es la única que puede hacerlo eficiente en el servicio de Cristo. Siempre que se complace el ORGULLO y la AUTOCOMPLACENCIA, el trabajo se echa a perder.

No es la cantidad de tiempo que trabajamos sino **nuestra disposición y fidelidad** en el trabajo lo que lo hace aceptable a Dios. En todo nuestro

servicio se exige una entrega total de uno mismo. El deber más pequeño hecho con sinceridad y olvido de sí mismo agrada más a Dios que la obra más grande cuando está desfigurada por el egoísmo. Él mira para ver cuánto del espíritu de Cristo apreciamos, y cuánto de la semejanza de Cristo revela nuestro trabajo. Él considera más el amor y la fidelidad con que trabajamos que la cantidad que hacemos.

Sólo cuando el egoísmo está muerto, cuando la lucha por la supremacía es desterrada, cuando la gratitud llena el corazón y el amor hace fragante la vida, es sólo entonces que Cristo mora en el alma y somos reconocidos como colaboradores con Dios.

Por muy difícil que sea su trabajo, los verdaderos trabajadores no lo consideran como un trabajo pesado. Están listos para gastar y para ser gastados; pero es una obra alegre, hecha con un corazón alegre. El gozo en Dios se expresa a través de Jesucristo. Su gozo es el gozo puesto delante de Cristo: "hacer la voluntad del que me envió, y terminar su obra". Juan 4:34. Están en cooperación con el Señor de la gloria. Este pensamiento endulza todo el trabajo, fortalece la voluntad, da calma al espíritu para cualquier cosa que pueda acontecer. Trabajando con un corazón desinteresado, ennoblecidos por ser partícipes de los sufrimientos de Cristo, compartiendo sus simpatías y cooperando con él en su obra, ayudan a aumentar la marea de su gozo y traen honor y alabanza a su exaltado nombre.

Este es el espíritu de todo verdadero servicio a Dios. Por falta de este espíritu, muchos de los que parecen primeros serán los últimos, mientras que los que lo poseen, aunque sean considerados últimos, serán los primeros. Hay muchos que se han entregado a Cristo, pero que no ven la oportunidad de hacer una gran obra o hacer grandes sacrificios en su servicio. Estos pueden encontrar consuelo en el pensamiento de que no es necesariamente la entrega del mártir lo que es más aceptable para Dios; puede que no sea el misionero que ha enfrentado diariamente el peligro y la muerte el que ocupa el lugar más alto en los registros del cielo.

El cristiano que lo es en su vida privada, en la entrega diaria de sí mismo, en la sinceridad de propósito y pureza de pensamiento, en la mansedumbre ante la provocación, en la fe y la piedad, en la fidelidad a lo mínimo, al que en el hogar la vida representa el carácter de Cristo; tal persona puede ser más preciosa a los ojos de Dios incluso que el misionero o el mártir de renombre mundial.

Oh, cuán diferentes son los estándares por los cuales Dios y los hombres miden el carácter. Dios ve muchas tentaciones resistidas de las cuales el mundo e incluso los amigos cercanos nunca saben: tentaciones en el hogar, en el corazón. Ve la humildad del alma en vista de su propia debilidad; el arrepentimiento sincero incluso por un pensamiento que es malo. Él ve la devoción de todo corazón a Su servicio. Ha notado las horas de dura batalla con uno mismo, batalla que ganó la victoria. Todo esto lo saben DIOS y los ángeles. Un libro memorial está escrito delante de Él para los que temen al Señor y piensan en Su nombre.

No en nuestro aprendizaje, no en su posición, no en nuestro número o talentos confiados, no en la voluntad del hombre, se encuentra el secreto del éxito. Sintiendo nuestra ineficacia hemos de contemplar a Cristo, y por medio de Él, que es la fuerza de toda fuerza, el pensamiento de todo pensamiento, los dispuestos y obedientes obtendrán victoria tras victoria.

Y por breve que sea nuestro servicio o humilde nuestra obra, si con fe sencilla seguimos a Cristo, no seremos defraudados por la recompensa. Lo que ni los más grandes ni los más sabios pueden ganar, lo pueden recibir los más débiles y los más humildes. La puerta dorada del cielo no se abre a los que se exaltan a sí mismos. No se eleva a los orgullosos de espíritu. Pero los portales eternos se abrirán de par en par al toque tembloroso de un niño pequeño. Bendita será la recompensa de la gracia a los que han obrado por Dios en la sencillez de la fe y del amor.



BENEFICIOS DE LAS UVAS

¡Las uvas son en realidad bayas! Crecen en racimos en climas templados de todo el mundo. Las uvas también son conocidas como la “Reina de las Frutas”. Hay más de mil variedades de uvas, y cada variedad ofrece algo único en sabor. Así que no importa cómo quieras usar esta hermosa y pequeña fruta, ¡encontrarás una variedad de uva que encajará perfectamente en tu plan de menú!

1. **Uvas blancas o verdes:** estas son las variedades de uva más dulces y más comunes. Los cultivares populares de uvas verdes son Thompson seedless, Sugarone y Calmeria.
2. **Uvas tintas:** estas uvas de color rubí tienen el sabor más simple. Incluyen uvas sin semillas Red Globe, Cardinal, Emperor y Flame.
3. **Uvas azules/ negras:** estas uvas tienen un sabor delicioso debido a su color negro profundo y rico. Concord y Zinfandel cultivan sabrosas uvas de color negro azulado.

Principales beneficios de las uvas: Además de sus muchas variedades y usos, ¡las uvas también brindan muchos beneficios para la salud!

1. Migraña: Los ataques de migraña pueden empujar a la víctima al límite. Estos dolores de cabeza debilitantes pueden ser provocados por ruidos fuertes, luz o estrés. Pero las uvas pueden resultar beneficiosas para las personas que sufren de migrañas. El jugo de uva madura es un remedio ortodoxo que puede curar la migraña. El jugo maduro debe consumirse puro sin diluir todas las mañanas para obtener mejores resultados.

2. Enfermedad de Alzheimer: El contenido de resveratrol en las uvas puede reducir los niveles de péptidos beta-amiloide en pacientes con enfermedad de Alzheimer. Las uvas también pueden mejorar la salud de su cerebro y retrasar las enfermedades neurodegenerativas.

3. Indigestión: Las uvas son útiles para prevenir la dispepsia. Pueden curar la indigestión y la irritación en el estómago.

4. Cáncer de mama: El jugo de uva Concord de color púrpura puede reducir el riesgo de cáncer de mama. El consumo regular de jugo de uva ha mostrado resultados positivos en lo que respecta a la reducción de la masa tumoral mamaria.

5. Para la visión: Las uvas se consideran la mejor apuesta para los ojos. Las uvas son una rica fuente de luteína y zeaxantina que mantienen una buena salud ocular. Entonces, incluso si su vista está disminuyendo debido al envejecimiento, ¡el consumo regular de uvas puede devolverle la luz a su vida!

6. Colesterol en sangre: El compuesto de pterostilbeno presente en las uvas puede reducir el nivel de colesterol y prevenir numerosas enfermedades cardiovasculares.

7. Trastornos renales: Las uvas pueden reducir el ácido úrico y eliminarlo de su cuerpo. Esto reduce la presión sobre los riñones y los mantiene saludables.

8. Asma: Las uvas contienen un alto poder de asimilación que puede aumentar el nivel de humedad en los pulmones. Esto puede ayudar a un paciente de asma a respirar con facilidad. ¡La ingesta regular de uva puede incluso ayudar a curar el asma por completo!

9. Actividad antibacteriana: Las uvas rojas son ricas en propiedades antibacterianas y antivirales. Esto lo protege de muchas infecciones. Las propiedades antivirales de las uvas son efectivas para tratar y prevenir el poliovirus y el virus del herpes simple.

10. Estreñimiento: El estreñimiento puede hacerle sentir pesado e irritable. Las uvas son una rica fuente de azúcar, ácido orgánico y poliosa, que en conjunto le dan a la fruta sus propiedades laxantes. Entonces, si está buscando alivio del estreñimiento, intente comer uvas o beber jugo de uva. Estos diminutos frutos contienen ácido orgánico, azúcar y celulosa que pueden ayudar a aliviar el estreñimiento crónico y tonificar los músculos intestinales. Las uvas son ricas en fibra insoluble que promueve la formación y excreción de heces.

11. Protección contra las quemaduras solares: Las uvas y sus extractos de semillas contienen proantocianidinas y resveratrol que son poderosos antioxidantes. Aplique extracto de semilla de uva en su piel para protegerla contra la dañina radiación UV. Esto también funciona como protector solar y reduce el enrojecimiento causado por las quemaduras solares y minimiza el daño de la piel. Los extractos de semilla de uva se usan popularmente en muchas lociones de protección solar producidas comercialmente.

12. Suavizante de piel: El extracto de semilla de uva contiene vitamina E que ayuda a retener la humedad en la piel. Esto también actúa como un exfoliante que elimina las células muertas de la piel para proporcionar una piel sana y suave. El aceite de semilla de uva es muy suave para la piel y actúa como un buen humectante. Puedes masajear tu piel con este aceite para nutrirlo a fondo.

13. Rejuvenece la piel: Las uvas son un almacén de vitamina C. Este nutriente esencial ayuda en la formación de colágeno que ayuda en el crecimiento de células y vasos sanguíneos. Esto también se suma a la fuerza y firmeza de la piel. Las uvas pueden dar una piel libre de enfermedades al eliminar todas las toxinas del cuerpo. El resveratrol en las vides puede proteger la piel de las inclemencias del tiempo y ayudar a rejuvenecerla. También puede reducir la decoloración de la piel.

14. Cura el tono desigual de la piel: Las uvas verdes son muy beneficiosas cuando se trata de controlar los tonos de piel desiguales. Exprima el jugo de uvas verdes y aplíquelo uniformemente sobre la piel. Enjuague después de 15 minutos para tonificar la piel.

15. Aclara las cicatrices: Las uvas verdes pueden aclarar las cicatrices causadas por el acné.

La vitamina C ayuda en la formación de tejidos cicatriciales y ligamentos y repara la piel.

16. Apariencia juvenil: Las uvas verdes también pueden acelerar su metabolismo para inducir la transpiración. Esto le da una apariencia juvenil y radiante.

17. Favorece el crecimiento del cabello: Las uvas contienen antioxidantes que aumentan la circulación sanguínea en el cuero cabelludo, lo que conduce a un buen crecimiento del cabello. El aceite de semilla de uva se absorbe fácilmente en el cuero cabelludo y le brinda un cabello suave, brillante y manejable.

18. Tratamiento de la caspa: Aplique aceite de semilla de uva regularmente para curar la dermatitis seborreica. Esto también actúa como un buen humectante para eliminar las escamas secas del cuero cabelludo y mejorar la circulación sanguínea.

19. Tratamiento de la caída del cabello: Las uvas, con una gran cantidad de vitamina E y ácido linoleico, pueden ayudar a tratar la caída del cabello. El uso de aceite de semilla de uva ayuda a fortalecer los folículos pilosos para un cabello fuerte y saludable. Este aceite beneficioso también puede tratar las puntas abiertas, la fragilidad y la caída del cabello causada por el manejo brusco del cabello.

20. Aromaterapia: El aceite de semilla de uva tiene una textura no grasosa que no deja residuos en el cuero cabelludo. Este saludable aceite es muy ligero y tiene propiedades emolientes, por lo que es adecuado para todo tipo de pieles. Esta es la razón por la que el aceite de semilla de uva es inmensamente popular en la aromaterapia.

21. Potencia tu pérdida de peso: El resveratrol que se encuentra en las uvas trabaja en su cuerpo para ayudarlo en sus esfuerzos por perder peso. También reduce la capacidad de las células para almacenar grasa y hace que las células grasas se desintegren. ¡Qué deliciosa manera de perder peso!

22. Protege tu corazón: El resveratrol en las uvas tiene la capacidad de mejorar la dilatación de los vasos sanguíneos que permite que la sangre fluya muy fácilmente en los vasos sanguíneos. Esto también relaja las paredes de los vasos sanguíneos y reduce la presión arterial. La presión arterial baja y las paredes de los vasos sanguíneos relajadas ayudan a proteger el corazón de cualquier tipo de trauma y lo mantienen saludable.

23. Limpie las placas que dañan el cerebro:

Las uvas contienen resveratrol que funciona como agente protector del cerebro. Esto limpia las placas que dañan el cerebro y los radicales libres que causan la enfermedad de Alzheimer.

24. Radiación del cáncer: Un estudio reciente realizado por un investigador de la Universidad de Missouri muestra que el resveratrol que se encuentra en la piel de las uvas y en el vino tinto puede hacer que ciertas células cancerosas sean más vulnerables al tratamiento con radiación. Esto hará que el tratamiento del cáncer sea más confiable. ¡Nada mejor podría salir de las uvas! Si esta fruta realmente puede ayudar en el tratamiento del cáncer, ¡entonces debería ser aclamada como un súper alimento!

25. Mejorar el poder del cerebro: El resveratrol aumenta el flujo de sangre al cerebro en un 200 %, lo que acelera la respuesta mental de la mente humana. ¡Efectivamente, alimento para el cerebro!

26. Gen de la longevidad: El resveratrol que se encuentra en las uvas activa el gen humano que ayuda a la supervivencia y la longevidad. ¡Ah, entonces la uva en realidad puede ser el elixir de la vida!

27. Lucha contra la diabetes: Los pacientes prediabéticos que consumen uvas pueden experimentar caídas del 10 por ciento en sus niveles de azúcar en la sangre, debido a la presencia de Resveratrol. Entonces, si está buscando prevenir la diabetes, ¡consume uvas!

28. Rechaza la inflamación: El resveratrol tiene propiedades antiinflamatorias que son muy efectivas para curar enfermedades del corazón al tratar la inflamación en las arterias.

29. Apoya la recuperación muscular: Las uvas actúan como un potente antioxidante que ayuda a las células y órganos a eliminar el ácido úrico y otras toxinas dañinas del cuerpo. Esto apoya la recuperación muscular incluso para atletas profesionales.

30. Salud ósea: Las uvas son la mejor fuente de micronutrientes como el cobre, el hierro y el manganeso que ayudan en la formación y el fortalecimiento de los huesos. Puede agregar uvas a su dieta para prevenir la osteoporosis. El manganeso ayuda en el metabolismo de las proteínas, la formación de colágeno y el funcionamiento adecuado del sistema nervioso.

31. Colesterol LDL: Las uvas aumentan los niveles de óxido nítrico en la sangre para prevenir coágulos de sangre y reducir la posibilidad de ataques cardíacos. Los antioxidantes en las uvas previenen la oxidación del colesterol LDL que bloquea los vasos sanguíneos y causa enfermedades coronarias. Las uvas tienen muchos flavonoides como el resveratrol y la quercetina, que combaten los radicales libres. Esto también funciona como equipo de limpieza y reduce la acumulación de plaquetas para filtrar las toxinas de la sangre.

32. Indigestión: Las uvas son importantes para curar la dispepsia. Pueden aliviar y tratar la indigestión y la irritación en el estómago. También actúan como una ayuda digestiva.

33. Fatiga: El zumo de Uva Blanca y Ligera está repleto de hierro que previene el cansancio corporal. Los pacientes con anemia comen uvas para promover buenos niveles de hierro y minerales en el cuerpo. La deficiencia de hierro puede hacerte sentir cansado y tu mente no puede trabajar tan rápido. Beba jugo de uva para obtener un impulso de energía instantáneo.



34. Uvas Degeneración macular: Las uvas ayudan a prevenir la pérdida de visión relacionada con la edad y la degeneración macular. Consuma uvas todos los días para reducir los riesgos de degeneración macular en un 36%. Las uvas pueden ayudar a reducir la pérdida de los sistemas de órganos de la visión.

35. Sistema inmunológico: Las uvas están llenas de flavonoides, minerales y vitaminas. Son ricas en vitamina C, K y A, todas necesarias para la inmunidad y los sistemas de órganos saludables. Esto también puede reducir la posibilidad de resfriados comunes y muchos problemas de salud más graves.

36. Uvas pasas: Las uvas pasas, llamadas pasas, son muy nutritivas y tratan muchos trastornos como el estreñimiento, la anemia, la fiebre, la acidosis y la disfunción sexual. Las pasas también pueden ser útiles para aumentar de peso rápidamente y proteger su salud.



CONSEJOS PARA USAR LAS UVAS

- Lave todo el manojito justo antes de comer para descartar cualquier residuo de pesticida.
- Enjuague en agua fría durante algún tiempo.

- Colóquelos en agua fría y séquelos con un paño suave.
- Las semillas también son ricas en nutrientes que son agradables de comer.
- Puedes agregarlos en ensaladas.
- Las uvas secas se pueden usar en repostería, pan, pudines, pasteles, magdalenas.
- También se pueden preparar mermeladas, jaleas y jugos.
- Elija uvas de tallo verde regordetas, sin arrugas y firmes de aspecto saludable.
- Siempre compre bayas maduras.
- Tienden a estropearse y fermentar temprano a temperatura ambiente.
- Guárdelos en el refrigerador.
- Repleto de nutrientes, especialmente vitaminas C y K.
- El alto contenido de antioxidantes puede prevenir enfermedades crónicas.
- Los compuestos vegetales pueden proteger contra ciertos tipos de cáncer.
- Beneficioso para la salud del corazón en varias formas impresionantes.
- También puede envolverlos sin apretar en una toalla de papel y guardarlos en una bolsa con cierre hermético en el refrigerador.
- La pequeña uva contiene un paquete de beneficios para la salud!
- Entonces, la próxima vez que tenga ganas de comer algo sabroso, pruebe con uvas.
- No solo son sabrosos, sino que le dan a tu cuerpo todas las bondades de la naturaleza.

Efectos secundarios de las uvas: ²

Las uvas pueden ser beneficiosas para nuestra salud solo cuando se **consumen con moderación**.

Los atracones pueden causar muchos efectos secundarios como:

- Acidez
- Indigestión
- Trastornos Gástricos
- Náuseas
- Vómitos y Diarrea

OTROS RIESGOS DE LAS UVAS SON LOS SIGUIENTES:

- Reacciones alérgicas como erupciones.
- Dolor de cabeza.
- Tos seca.
- Dolor de garganta.
- Secreción nasal.
- Problemas Musculares.
- Aumento de peso.
- Se ve toxicidad del resveratrol en las mujeres embarazadas.

Esos son algunos de los mejores beneficios de las uvas para la salud, el cabello y la piel.

Al igual que con cualquier alimento, consumirlos con *moderación* puede minimizar los efectos secundarios en su cuerpo.



ALGUNAS RECETAS VEGAN ³



¹ [42 asombrosos beneficios y usos de las uvas \(healthbeckon.com\)](http://healthbeckon.com)

² [11 beneficios y efectos secundarios comprobados de las uvas \(basado en evidencia\) \(stylesatlife.com\)](http://stylesatlife.com)

³ [Receta VEGANA con uvas - Bing imágenes](#)

