

# un nuevo día

MAGAZÍN OFICIAL DE LA RED 3IBN | VERSIÓN HISPANA

No. 23 | Año 4 | Agosto 2023

**¿Por qué Dios permite  
el sufrimiento?** p. 4



# ¡Sintoniza nuestra radio 24 / 7!

Descarga nuestra app en  
**Google PlayStore** o instala  
nuestra app nativa compatible  
con **Android** y **iPhone**

 **DESCARGAR**

 **DESCARGAR** 

**Radio 3IBN**  
SEMBRANDO VIDA

**T**eresa Sánchez de Cepeda Dávila y Ahumada fue una monja española. Nació en 1515 y falleció en 1582 a los 67 años. En el mundo católico se le conoce como Santa Teresa de Jesús. Según registros históricos, después del fallecimiento de su madre, Teresa fue confiada al cuidado de las monjas Agustinas. Posteriormente decidió adentrarse en una vida religiosa, y así en 1535 se incorporó a la Orden Carmelita. Pasó muchos años en el convento, fue marcada por una grave enfermedad que la dejó paralizada de las piernas durante tres años.

Después de esa experiencia su fe se acrecentó. Uno de sus escritos más conocidos es sin duda el poema "Nada te turbe". Una de sus estrofas dice:

*"Nada te turbe, nada te espante, todo se pasa,*

*Dios no se muda, la paciencia todo lo alcanza,*

*quien a Dios tiene nada le falta, sólo Dios basta.*

*Eleva el pensamiento, al cielo sube, por nada te acongojes, nada te turbe. A Jesucristo sigue con pecho grande, y, venga lo que venga, nada te espante".*

Este poema nos recuerda varias cosas...

1. *Nada te turbe*: Nos recuerda Juan 14:27 "No se turbe vuestro corazón, ni tenga miedo..."

2. *Nada te espante*: Señala el Salmo 91:5 "No tendrás temor de espanto nocturno"; y al Salmo 23:4 "aunque ande en valle de sombra de muerte, no temeré mal alguno, porque tú estarás conmigo; tu vara y tu cayado me infundirán aliento".

3. *Todo se pasa*: Cita Mateo 24:35 "El cielo

y la tierra pasarán, pero mis palabras no pasarán..."; y 1 Juan 2:17 "el mundo pasa, y sus deseos; pero el que hace la voluntad de Dios permanece para siempre".

4. *Dios no se muda*: Te invita a ver Malaquías 3:6 "Porque yo Jehová no cambio"; y también a Santiago 1:17 "Toda buena dádiva y todo don perfecto desciende de lo alto, del Padre de las luces, en el cual no hay mudanza, ni sombra de variación".

5. *La paciencia todo lo alcanza*: Nos recuerda Hebreos 10:36 "porque os es necesaria la paciencia, para que habiendo hecho la voluntad de Dios, obtengáis la promesa".

6. *Sólo Dios basta*: Dice Isaías 43:11 "Yo, yo Jehová, y fuera de mí no hay quien salve".

7. *Eleva el pensamiento, al cielo sube*: Señala 1 Tesalonicenses 5:16 "Estad siempre gozosos. Orad sin cesar. Dad gracias en todo, porque esta es la voluntad de Dios para con vosotros en Cristo Jesús".

8. *Por nada te acongojes, nada te turbe*: Nos recuerda Deuteronomio 31:6 "Esforzaos y cobrad ánimo; no temáis, ni tengáis miedo de ellos, porque Jehová tu Dios es el que va contigo; no te dejará, ni te desamparará".

9. *A Jesucristo sigue con pecho grande, y, venga lo que venga, nada te espante...* Apunta al Salmo 23.

Como conclusión, el poema resume toda la acción que puede realizar Dios en una persona que ha confiado en Él. La Red 3IBN se ha mantenido todo este tiempo gracias a Dios y a sus donativos. Cuando las cosas parecen no tener salida, el Señor siempre abre un camino. Hoy te invito a confiar en Él... Que nada te turbe... Sólo Dios basta.



**Pr. Jorge Rojas Velásquez**  
Director de la revista "Un nuevo día".

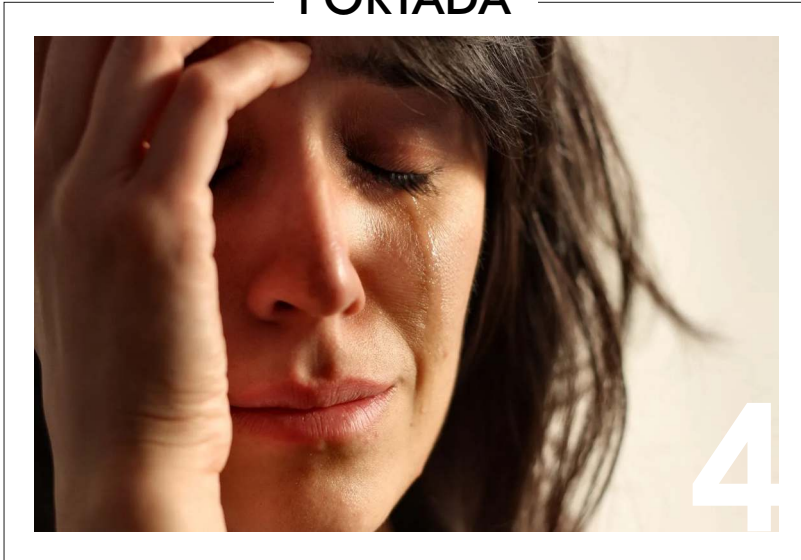
# sumario

**un nuevo día**

No. 23 | Año 4 | Agosto 2023  
© Todos los derechos reservados

Avenida Roberto Gilber Elizalde.  
La Atarazana, manzana F4, Villa 20.  
Guayaquil, Ecuador.  
3interbroadcastingnet@gmail.com

## PORTADA



### ¿Por qué Dios permite el sufrimiento?

*La Biblia nos muestra varios motivos por los cuales Dios permite el sufrimiento en sus hijos y cómo utiliza esas circunstancias para acercarnos a Él.*

#### 1 Editorial

Pr. Jorge Rojas

#### 6 De nuestro himnario, su historia

¿Cómo podré estar triste?

Yariney Milian González

#### 8 Salud 360°

Propiedades y beneficios de los higos

#### Dirección

Pr. Jorge Rojas

#### Administración

Lic. Luis F. Cuida

#### Coordinación IDM Inc.

Pr. David González

#### Redacción

Pr. Jorge Rojas  
Prof. Norma Elisa Medl  
Yariney Milian

#### Edición

Yariney Milian  
Pr. Jorge Rojas

#### Diseño y diagramación

Yariney Milian  
William Bonilla

#### Distribución digital

Ing. Pedro Marcano  
Katsumy Hekima  
Yariney Milian

#### Colaboradores internacionales

Pr. Dr. Isaac Suárez  
Pr. Rolando de los Ríos  
Pr. Dr. Eradio Alonso  
Prof. Mery-Eduardo Seuscun  
Dra. Iliana Albriza

#### Para mayor información y donativos

##### Ecuador

Guayaquil, Provincia del Guayas.  
☎ +593 987870807 / +593 996886336  
3interbroadcastingnet@gmail.com

##### Estados Unidos

P. O. Box 128, Clarcona, FL 32710.  
☎ +1 407 4624223  
idmusa@bellsouth.net



Imagen de portada  
Freepik

# PALABRAS DE VIDA

UN MENSAJE ESPECIAL PARA EL MUNDO DE HOY



Cada mañana el Pr. Jorge Rojas Velásquez, Director y Orador de 3International Broadcasting Network, trae palabras de ánimo y fe, que inspiran a correr la carrera cristiana apoyados siempre del brazo del Omnipotente.

**iSíguenos en nuestras redes sociales!**

 @Radio3IBNOfficialHeadquarter

 @radio3ibn\_official\_headquarter

 <https://chat.whatsapp.com/Lvnr1pKA4bT0hVtpZNUECC>

 @Radio3IBN

 @Radio3IBN





## ¿Por qué Dios permite el sufrimiento?

Por: Prof. Norma Elisa Medl

**D**ios es un Dios de promesas y bendiciones para con aquellos que confían en Él. De esas promesas está saturada la Biblia. Dios ama, bendice, provee, sana, libera, salva, trae plenitud, protege. Todo eso dice la Biblia y todo eso es verdad.

Sin embargo, sufrimos. ¿Por qué? Muchos creen que es contradictorio que un Dios de amor permita el sufrimiento. Sin embargo, la Biblia también es muy clara en que, por distintos motivos y a veces misteriosos, ajenos a nuestro entendimiento y solo explicables en la soberanía y la providencia de Dios, los creyentes también sufren.

La Biblia no esconde esa realidad. Podemos ver a lo largo de todas las Escrituras cómo hombres y mujeres piadosos, amantes de Dios y de una fe férrea han sufrido. Es más, creo que ni uno se salva de pasar por penurias.

Tal vez el libro más antiguo de las Escrituras, el de Job, ya afirma que "el hombre nacido de mujer es corto de días y hastiado de sinsabores" (Job 14:1).

Jesús nunca manipuló a sus segui-



dores presentándoles una vida lejos de las aflicciones. Él dijo en Juan 16:33: "Les he dicho todo lo anterior para que en mí tengan paz. Aquí en el mundo tendrán muchas pruebas y tristezas; pero anímense, porque yo he vencido al mundo".

Pero, ¿es realmente necesario el sufrimiento? Tenemos que creer y entender de manera profunda la promesa del Señor de que "todo ayuda a bien a los que aman al Señor" (Rom. 8:28), y que todo en la vida del creyente tiene un propósito de santificación, purificación y dependencia profunda de nuestro Dios.

La Biblia nos muestra varios motivos por los cuales Dios permite el sufrimiento en sus hijos y cómo utiliza esas circunstancias para acercarnos a Él. Estas circunstancias con su gracia nos ayudan a confiar y tener paz en su soberanía.

Encontramos que el apóstol Pablo sufrió una tribulación física, una enfermedad, y con oración y ayuno pidió a Dios que lo librara de ella, mas Dios le dijo sencillamente: "Bástate mi gracia; porque mi poder se perfecciona en tu debilidad" (2 Cor. 12:9). O sea, el poder de Dios adquiere más relevancia en nuestra humillación y dependencia que cuando nos sentimos fuertes y autosuficientes.

Tenemos que entender aun que el motivo básico del sufrimiento es el pecado. Esta-

mos en un mundo caído y éste seguirá así hasta la redención plena que se dará en el futuro. Por lo tanto, el sufrimiento, la enfermedad, la traición, la injusticia, el dolor y la muerte

seguirán siendo parte de esta humanidad. Podemos estar de acuerdo con eso o no, pero es lo que la Biblia dice y la realidad lo confirma. Estos son algunos, pero de seguro no todos los motivos por los cuales Dios permite el sufrimiento en sus hijos:

1) Dios utiliza el sufrimiento para pulirnos, perfeccionarnos y fortalecernos. También esto hace que por medio del sufrimiento evitemos el pecado (Salmos 66:10-12 y Hebreos 2:10).

2) El sufrimiento permite que la vida de Cristo, que estuvo llena de sufrimientos como de victorias, se manifieste en nosotros (2 Cor. 4:7-11). También este pasaje nos enseña que lo mejor en la vida cristiana no es la ausencia de dolor sino el parecernos más a Cristo.

3) El sufrimiento doblega el orgullo humano y nos hace humildes y dependientes de Dios. El mayor obstáculo para creer, crecer y santificarnos es el orgullo, y la tribulación lo derrota (2 Cor. 12:7-9).

4) El sufrimiento en la vida de un verdadero cristiano le hace tener la misma actitud de Cristo, o sea, forma su carácter a un carácter santo, manso, humilde y lleno de gracia (Filipenses 2:1-11).

*“...el poder de Dios adquiere más relevancia en nuestra humillación y dependencia que cuando nos sentimos fuertes y autosuficientes”.*



**Prof. Norma Elisa Medl**

Es enfermera, profesora de música y educadora de Pre-escolar, Escolar y Adultos en München, Alemania.

# De nuestro himnario, su historia

## ¿Cómo podré estar triste?

Por: Civilla Durfee Martin

*¿Cómo podré estar triste, cómo entre sombras ir,  
cómo sentirme solo, y en el dolor vivir?  
Si Cristo es mi consuelo, mi amigo siempre fiel;  
si aun la aves tienen seguro asilo en Él.  
Si aun las aves tienen seguro asilo en Él.*

*Coro:*

*¡Feliz cantando, alegre, yo vivo siempre aquí.  
Si Él cuida de las aves, cuidará también de mí!*

*Nunca te desalientes, oigo al Señor decir;  
y en su palabra fiado hago al dolor huir.  
A Cristo paso a paso yo sigo sin cesar;  
y todas sus bondades me da sin limitar.  
Y todas sus bondades me da sin limitar.*

*Siempre que soy tentado o que en la sombra estoy,  
más cerca de Él camino y protegido voy.  
Si en mí la fe desmaya y caigo en la ansiedad,  
tan sólo Él me levanta, me da seguridad.  
¡Tan sólo Él me levanta, me da seguridad!*



¡Escucha en Telegram la historia de este himno con el podcast  
“De nuestro himnario, su historia”.

[https://t.me/ST\\_DNHS](https://t.me/ST_DNHS)





# Civilla Durfee Martin

(1866 - 1948)

**C**ivilla Durfee Martin fue una letrista y compositora canadiense, que junto a su esposo, el ministro Walter Martin Stillman, creó numerosos himnos cristianos que llegaron a convertirse en verdaderos clásicos dentro de la música de alabanza y adoración.

El himno "¿Cómo podré estar triste?" es un canto a la plena confianza en el cuidado protector que el Creador tiene por cada una de sus criaturas. Bien sabía nuestro Señor que a menudo los cuidados y adversidades que debemos enfrentar podrían paralizar nuestras energías espirituales y sofocar nuestra confianza en la divina protección. Así pues, en un llamado a recordar cuán atentamente Dios vela sobre sus hijos, Jesús nos invita a entregarle todas nuestras perplejidades y a ponerle a Él en primer lugar, porque nuestro Padre "sabe que tenemos necesidad de estas cosas" (Mat. 6:32), y en su fidelidad nunca estaremos desamparados ni a merced de nuestra suerte.

En el libro *El camino a Cristo*, p. 12 y 13 podemos leer: "Presentad a Dios vuestras necesidades, tristezas, gozos, cuidados y temores. No podéis agobiarle ni cansarle. El que tiene contados los cabellos de vuestra

cabeza no es indiferente a las necesidades de sus hijos. 'Porque el Señor es muy misericordioso y compasivo'. Su amoroso corazón se conmueve por nuestras tristezas y aun por nuestra presentación de ellas. Llévadle todo lo que confunda vuestra mente. Ninguna cosa es demasiado grande para que Él no la pueda soportar, pues sostiene los mundos y rige todos los asuntos del universo. Ninguna cosa que de alguna manera afecte nuestra paz es tan pequeña que Él no la note. No hay en nuestra experiencia ningún pasaje tan oscuro que Él no lo pueda leer, ni perplejidad tan grande que no la pueda desenredar. Ninguna calamidad puede acaecer al más pequeño de sus hijos, ninguna ansiedad puede asaltar el alma, ningún gozo alegrar, ninguna oración sincera escaparse de los labios, sin que el Padre celestial lo note, sin que tome en ello un interés inmediato".



**Yariney Milian González**

Es diseñadora gráfica y editorial, podcaster y Directora Adjunta del Ministerio 3IBN Cuba.



## Propiedades y beneficios de los higos

Cualquiera que haya disfrutado del aroma de una higuera al atardecer necesitará pocas palabras para comprender que el higo es una fruta única. Piel suave, pulpa melosa, aromáticamente dulce y con los toques crujientes de sus semillas. Parecen diseñados adrede por el mejor chef del mundo.

En cuanto a la gastronomía, en la cocina tradicional no se encuentran muchas recetas con higos frescos, posiblemente porque, al tratarse de un alimento tan sabroso, siempre se ha consumido de manera directa. No obstante, pueden combinarse perfectamente con otros alimentos, especialmente con vegetales como pueden ser setas, espinacas, rúcula, escarolas, endivias, frutos secos, ajos, cebolletas, etc.

Quizás por ser una fruta tan dulce y jugosa muchas personas creen que tiene muchas calorías. Sin embargo, su aporte calórico, si se consume fresca es solo un poco

mayor que el de las manzanas. Además de energía (74 calorías procedentes principalmente de los 14 g de hidratos de carbono que se encuentran en 100 g de higos frescos, o 249 calorías en la misma cantidad de higos secos) y mucha fibra, los higos aportan minerales como el calcio y el magnesio, especialmente concentrados en el higo seco.

### Qué minerales aportan los higos:

- Potasio: Es el mineral más abundante en el higo: 232 mg / 100 g en el fresco y 680 en el seco.
- Calcio: El higo es la fruta que más calcio contiene: 35 mg / 100 g en el caso de los higos frescos y 162 mg en los higos secos.
- Magnesio: Con 17 mg y 68 mg por 100 g de higo fresco y seco respectivamente, asegura la fijación del calcio:
- Fósforo: Aporta la mitad que de calcio, la proporción idónea para el equilibrio mineral del esqueleto y para mantener

los huesos en buen estado.

- Hierro: Los higos secos ayudan a obtener dosis moderadas de hierro: una ración de 50 g cubre el 6% de las necesidades diarias de la mujer y el 8% de las del hombre.
- Manganeso: Este oligoelemento participa en la formación de huesos y tejidos, en la coagulación de la sangre, en las funciones de la insulina y en la síntesis del colesterol.

#### **Otras propiedades que otorga a nuestro cuerpo el consumo de higos son las siguientes:**

- Posee acción antiinflamatoria.
- Ayuda en el tratamiento de afecciones cutáneas como eccemas o psoriasis.
- Puede combatir la obesidad, ya que es ideal para reemplazar los postres (especialmente los industriales) y disminuir el apetito.
- Alivia el dolor de garganta, el asma y la tos.

- Aumenta la energía de nuestro organismo al ser una fuente de azúcares naturales, reduciendo también el cansancio, uno de los problemas principales de la población dado el estilo de vida actual.
- Del mismo modo, puede mejorar el estado de ánimo.

Queda claro que comer esta fruta aporta una serie de cualidades beneficiosas para nuestra salud, aunque es cierto que debe consumirse con cierta moderación.



Verificado por: **Dr. Iliana Albriza Cordovez**  
Es Especialista en Medicina General Integral.



### **No excluye los cuidados y remedios**

Los que buscan la salud por medio de la oración no deben dejar de hacer uso de los remedios puestos a su alcance... Tenemos la sanción de la Palabra de Dios para el uso de los agentes curativos. Ezequías, rey de Israel, cayó enfermo, y un profeta de Dios le trajo el mensaje de que iba a morir. El rey clamó al Señor, y éste oyó a su siervo y le comunicó que se le añadirían quince años de vida. Ahora bien; el rey Ezequías hubiera podido sanar al instante con una sola palabra de Dios; pero se le dieron recetas especiales: "Tomen masa de higos, y pónganla en la llaga, y sanará." Isaías 38:21.

- El Ministerio de Curación, p. 177

# iMuy pronto!

## Nuestra revista como flipbook enriquecido con multimedia

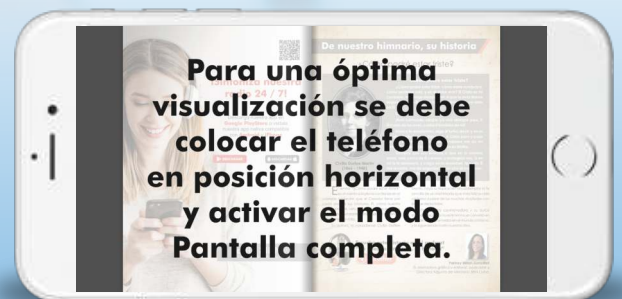


### ¿Qué es un flipbook?

Un flipbook es un PDF interactivo basado en la web con un efecto realista de paso de página que se puede ver en un navegador.

### Ventajas de los flipbooks

- Fácil de usar y compartir en redes sociales.
- Contenido enriquecido con videos de YouTube, audio y enlaces.
- Responsivo en todos los dispositivos.
- Sin necesidad de descargar PDF para acceder al contenido.
- No se necesitan aplicaciones de terceros.





Si usted tiene una cuenta PayPal, ahora puede hacer sus donativos directamente a la radio.

Toque el link y siga los pasos:

<https://www.paypal.me/Radio3IBN>



**iGracias por su contribución!**

Con ella cubrimos gastos operacionales  
y podemos seguir al aire.

“Aunque la higuera no florezca,  
ni en las vides haya frutos,  
aunque falte el producto del olivo,  
y los labrados no den mantenimiento,  
y las ovejas sean quitadas de la majada,  
y no haya vacas en los corrales;  
con todo, yo me alegraré en Jehová,  
y me gozaré en el Dios de mi salvación”.

**Habacuc 3:17-18**

