

RESUMEN

“Elena de White y la dieta vegetariana”— Este artículo ofrece una breve visión general de la aceptación personal, la promoción y la práctica de una dieta vegetariana por parte de Elena de White. De ser una gran amante de la “carne” durante las décadas de 1840 y 1850, ella se convirtió en una defensora del vegetarianismo. El cambio se produjo durante la década de 1860 después de que ella recibiera sus grandes visiones sobre la salud en 1863 y 1865. Aunque la Hna. White comenzó a practicar una dieta sin carne, ella no se convirtió en una “vegetariana estricta” hasta el año 1894 debido a varias circunstancias. Además, ella siempre promovió un enfoque del “sentido común” en la dieta. Su llamado para optar una dieta vegetariana está basado en dos argumentos: los beneficios para la salud y las preocupaciones éticas, especialmente sobre la crueldad hacia los animales. Es por su liderazgo que hoy en día los adventistas del séptimo día son conocidos en todo el mundo por su mejor salud y su longevidad.

Palabras clave: Elena de White - dieta vegetariana - salud

ABSTRACT

“Ellen G. White and the Vegetarian Diet”—This article gives a short overview of White’s personal acceptance, promotion and practice of a vegetarian diet. From being a “great meat” lover during the 1840 and 1850s, Ellen White became an advocate of vegetarianism. The change came during the 1860s after she had received her major visions on health in 1863 and 1865. While White began to practice a meatless diet, she did not become a “strict vegetarian” until 1894 because of various circumstances. Plus, she always promoted a “common sense” approach to diet. Her appeal for vegetarianism was based on two arguments: its health benefits and ethical concerns, particularly the cruelty towards animals. It is because of Ellen White’s leading role that today, Seventh-day Adventists are known for their enhanced health and longevity around the world.

Keywords: Ellen White - vegetarian diet - health

Elena de White y la dieta vegetariana

Theodore N. Levterov
levterov@llu.edu
Ellen G. White Estate Branch Office
Loma Linda University

Introducción

Los adventistas del séptimo día son conocidos por promover un estilo de vida saludable y una dieta vegetariana. A pesar de que no todos los adventistas son vegetarianos activos, la denominación, en general, ha apoyado que un estilo de vida vegetariana es una mejor opción para una salud apropiada y longeva. Estudios recientes han demostrado también que los adventistas del séptimo día son significativamente más saludables y viven en promedio siete a diez años más que la población general.¹ Elena de White, una pionera principal del movimiento adventista, ha asumido un rol fundamental en la promoción del vegetarianismo entre los creyentes adventistas. El presente artículo da un resumen conciso de como ella aceptó, promovió, y practicó una dieta vegetariana. Algunas perspectivas finales serán dadas posteriormente.

¹Ver por ejemplo, Gary E. Frasier, *Diet, Life Expectancy, and Chronic Disease: Studies of Seventh-day Adventists and Other Vegetarians* (New York: Oxford University Press, 2003); Dan Buettner, *The Blue Zones: Lessons for Living Longer from the People Who've Lived the Longest* (Washington, DC: National Geographic, 2008), 123-165.

Una “gran consumidora de carne”: Los años anteriores a la visión de salud de 1863

Elena de White no hizo referencia al tema del vegetarianismo antes de su visión principal sobre la salud en 1863. Según sus propios registros, ella no tenía buena salud en sus años de adolescencia y juventud entre 1840 y 1850. Es por ello que era “débil” y “sujeta a frecuentes desmayos”. Ella consideraba la carne como algo necesario para su condición.² Por lo tanto, no debería sorprendernos que Elena White se describa a sí mismo como una “gran consumidora de carne”.³

Sus primeras visiones, haciendo referencia a la salud y a un estilo de vida saludable entre 1840 y 1850, no trataron sobre cuestiones acerca del consumo de carne. Por ejemplo, en 1848, se le fue mostrado los efectos perjudiciales del tabaco, té y café, y aconsejó a los creyentes que los abandonen por completo.⁴ El 12 de febrero de 1854, ella informó haber recibido otra visión que tenía que ver en parte con los asuntos de limpieza corporal, temperancia, control de apetitos y los efectos dañinos del uso de los “alimentos condimentados”.⁵ Pareciera que la única referencia sobre el consumo de carne por parte de Elena de White, previa a su visión principal de 1863 sobre la reforma pro-salud, fue su reprensión de la familia Haskell por haber agitado la cuestión de abstinencia del consumo de cerdo entre los creyentes sabatarios en los años posteriores de 1850.

²Ver Ellen G. White, *Testimonies for the Church*, 9 vols. (Mountain View, CA: Pacific Press, 1948), 9:158.

³Ellen G. White, *Testimonies for the Church*, 2:371.

⁴James White, “Western Tour: Kansas Camp-Meeting,” *Review and Herald*, 8 de noviembre de 1870, 165, en adelante *RH*. Véase también Ellen G. White to Brother Barnes, Dec. 14, 1851, Letter B-5, 1851, HRC, LLU.

⁵Ellen G. White, “Reproof for Adultery and Neglect of Children,” *MS* 1, 1854, HRC, LLU.

Vi que sus ideas concernientes a la carne de cerdo no causarían ningún perjuicio si ustedes las guardaran para sí mismos; pero en su juicio y opinión han convertido este asunto en una prueba, y sus acciones han mostrado claramente su fe en este asunto. Si Dios requiere que su pueblo se abstenga de consumir carne de puerco, los convencerá acerca de ello.⁶

Note que Elena de White no permitió ni condenó el consumo de cerdo. Sin embargo, ella sí estuvo en desacuerdo con la creencia de Haskell de hacer la abstinencia del consumo de cerdo una prueba de compañerismo basado en el testimonio de “dos o tres”. Jaime White, al igual que la posición de su esposa, también defendió el consumo de la “carne de cerdo” creyendo que no era condenado en el Nuevo Testamento.⁷

Sin embargo, a los inicios de 1860, la posición de Elena de White con respecto al consumo de carne, cambiaría. Después de su visión en 1863, ella entendió la importancia de la dieta y empezó a promover el vegetarianismo. Aunque no fue la primera en defender el vegetarianismo, ayudó a que los adventistas vean la importancia de la salud y de esa manera poder llegar a ser defensores de una vida saludable y una dieta vegetariana.

Promotora del vegetarianismo: 1863 – 1893

Elena de White recibió su primera gran visión sobre la salud el 6 de junio de 1863 en el hogar de Aaron Hilliard, en Otsego, Michigan. A pesar de que la visión contenía instrucciones específicas respecto a los hábitos de salud de Jaime y Elena de White en particular, había un número de principios

⁶Ellen G. White, *Testimonies for the Church*, 1:206-207.

⁷Ver James White, “Swine Flesh,” *RH*, 23 de mayo de 1854, 140. La posición de Jaime White se basó en su interpretación Hechos 10.

nucleares relacionados a la vida saludable incluyendo la dieta y el consumo de carne. Entre estos estaba los efectos dañinos de consumir cerdo y el beneficio del vegetarianismo.⁸ “El consumo de carne de cerdo”, escribió,

ha producido escrófula, lepra y humores cancerosos. [Su consumo] continúa causando el sufrimiento más intenso a la humanidad. . . . Muchos mueren de enfermedades causadas enteramente por el consumo de carne, y a pesar de esto el mundo no aprende la lección.⁹

Después de su visión, Elena de White personalmente intentó seguir una dieta vegetariana. Sin embargo, no fue fácil para ella. Ella reconoció que

por un tiempo fue más bien difícil acomodar mi apetito al pan, por el cual, anteriormente, había tenido poca apetencia. Pero por medio de la perseverancia, he podido hacerlo. He vivido casi un año sin carne. . . . Sin embargo mi salud nunca ha sido mejor que durante los seis meses pasados. Mi languidez y mis vahídos anteriores me han abandonado. . . . Mi apetito es satisfecho. Como la comida con mayor gusto que nunca antes. . . . No tengo problemas con hidropesía o enfermedades del corazón. En ocho meses he perdido veinticinco libras de peso. Estoy mejor sin. Tengo más fuerza de la que he tenido en años.¹⁰

En 1869 ella escribió a Edson, su hijo, que ella (y su es-

⁸Ellen G. White, *Spiritual Gifts*, 4:120-151; Para obtener una lista de los principios sobre la salud en base a la visión de 1863, véase también Herbert E. Douglas, *Messenger of the Lord: The Prophetic Ministry of Ellen G. White* (Nampa, ID: Pacific Press, 1998), 283-284.

⁹Ellen G. White, *Spiritual Gifts*, 4:146-147.

¹⁰Ellen G. White, *Spiritual Gifts*, 4:153-154.

poso) eran “estrictos” en su dieta para seguir “la luz” que Dios les había dado, y concluyó aconsejándole a su hijo que siga por el mismo camino.¹¹ Durante ese mismo año, al hablar en el Sanatorio de Battle Creek, una vez más informó que después del mensaje de “la reforma pro-salud”, no había cambiado su curso.¹²

Sin embargo, a pesar de que su práctica habitual era evitar el consumo de carne, había momentos cuando ella ocasionalmente usaba carne.¹³ En primer lugar, Elena de White a veces dejaba su dieta de no consumir carne mientras viajaba. Viajar en el siglo XIX no era tan conveniente y cómodo como lo es ahora. Bajo dichas circunstancias, “era difícil, y a veces imposible seguir una dieta vegetariana estricta”, tal como lo ha señalado apropiadamente Roger Coon.¹⁴

Respecto a las dificultades de viaje de la familia White, se encontraba la dependencia de la “hospitalidad” de los creyentes. Como la mayoría de ellos eran pobres, era un desafío para muchos de ellos descartar el consumo de carne. Además, las frutas y los vegetales solo estaban disponibles en ciertas temporadas.¹⁵ Por ejemplo, en 1878, Elena de White describió cómo pasó la navidad con una familia pobre en Denison, Texas.

Comimos un cuarto de carne de venado, cocinado y condimentado —escribió. Era similar a la carne de pollo. Todos disfrutamos de la comida. Hay suficiente venado en el mercado. No he visto tanta pobreza en tantos años como lo he visto desde que he llegado a Texas. El

¹¹Ellen G. White to J. Edson White, May 25, 1869, Letter W-5, 1869, HRC, LLU.

¹²Ellen G. White, *Testimonies for the Church*, 2:371-372.

¹³Estoy agradecido con Roger Coon por mostrar más información sobre este tema. Ver Roger Coon, *Ellen White and Vegetarianism: Did She Practice What She Preached?* (Boise, ID: Pacific Press, 1986).

¹⁴Coon, *Ellen White and Vegetarianism*, 11.

¹⁵Ibíd., 12-13.

hermano Moore ha tenido mala salud y no tiene nada, ni un centavo con el cual obtener provisiones. Debemos ayudar a esa familia o ellos tendrán que sufrir. . .¹⁶

En otra carta de 1895, mientras vivía en Australia, Elena de White describió nuevamente que muchas familias adventistas tenían restricciones para optar por una dieta sin carne por razones de pobreza y condiciones difíciles.

Siento mucha pena por familias que recién ha llegado a la fe —agregó—, pues son tan sofocadas por la pobreza que no saben cuándo será su próxima comida. No es mi deber en predicarles que coman saludablemente. Hay tiempo para hablar, y un tiempo para permanecer en silencio.¹⁷

Evidentemente, Elena de White estaba consciente de la diferencia entre la dieta ideal y las circunstancias reales de los creyentes. Después de todo, ella creía que Dios quería que nosotros “tengamos sentido común” y que “razonemos con sentido común”.¹⁸ Era evidente que Elena de White había seguido este principio en todos sus consejos y recomendaciones, incluyendo el tema del vegetarianismo.

Otra ocasión en la cual Elena de White se alejó de la dieta vegetariana fue durante una transición a un nuevo chef. De acuerdo con W. C. White, la mayoría de los nuevos cocineros que llegaban a la familia de los White no sabía cómo preparar platos vegetarianos. Durante esos tiempos, escribió Willie,

¹⁶Ellen G. White to Dear Family at Battle Creek, Dec. 26, 1878, Letter W-63, 1878, HRC, LLU.

¹⁷Ellen G. White to O. A. Tait, 6 de junio de 1895, Letter T-76, 1895, HRC, LLU.

¹⁸Ellen G. White, *Selected Messages* (Washington, DC: Review and Herald, 1980), 3:217.

“nuestra mesa manifestaba un compromiso entre el plato estándar por el cual apuntaba la hermana White, y el conocimiento, experiencia, y plato estándar del nuevo cocinero”.¹⁹

Elena de White también parece haber usado la carne (o habló con simpatía a los demás que lo usaron) con propósitos medicinales. Por ejemplo, en 1874, notó que Jaime White compró carne para May Walling, su nieta, porque ella estaba enferma.²⁰ De acuerdo con el registro de Arthur White, Elena de White fue aconsejada cierta vez en consumir sopa de ostras para su estómago enfermo.²¹ Sin embargo, debemos resaltar que la posición de la Iglesia Adventista del Séptimo Día concerniente a las carnes limpias e inmundas ha progresado con el pasar del tiempo, y las ostras no eran inicialmente considerados como inmundos.²² En 1881, John H. Kellogg también aconsejó a Elena White, quien estaba sufriendo de “ataques severos de dolores de cabeza” entre otras cosas, comer “un poco de carne frezca, o cazar cualquier tipo de esta”.²³

Asombrosamente, Elena de White pareciera haber tenido una posición bastante balanceada concerniente al uso de la carne debido a propósitos medicinales. Por un lado, también se debe recordar que ella aconsejó a las personas que sean cautas en el uso terapéutico de la carne por las enfermedades que

¹⁹Localizado por Arthur L. White en una carta a Anna Frazier, 18 de diciembre de 1935, WDF-144-e, HRC, LLU.

²⁰Ellen G. White to Clarence, Feb. 15, 1874, 1874, Letter W-12, 1874, HRC, LLU.

²¹Arthur White, “The Dietary Witness of the E. G. White Household,” manuscrito inédito, CAR, AU.

²²Para una discusión sobre el tema de las carnes limpias e inmundas entre los primeros adventistas del séptimo día, véase Ron Graybill, “The Development of Adventist Thinking on Clean and Unclean Meats”, WDF, 144-e, HRC, LLU.

²³J. H. Kellogg to Ellen G. White, 17 de setiembre de 1881, HRC, LLU.

se hallan en los animales.²⁴ Por otro lado, ella habló en contra del abandono total de la carne por ciertos casos médicos.²⁵ En 1895, por ejemplo, ella escribió al Dr. J. H. Kellogg pues mientras que él tenía apoyaba la dieta vegetariana para obtener mejor salud, él no podía hacer dichas demandas a personas que sufrían de enfermedades terminales. Elena de White aconsejó que dichas personas no debieran “cargar con la duda si debieran dejar de comer carne o no. Se cuidadoso para no hacer resoluciones estrictas concernientes a este asunto”.²⁶ Es por ello que las aproximaciones de Elena de White concernientes al consumo de carne en casos de las enfermedades variaban de caso en caso.

Asimismo, hay registros en los cuales Elena de White usaba la carne en situaciones de emergencia. En 1873, por ejemplo, la familia White estaba en las montañas de Colorado cuando su automóvil se dañó. Mientras esperaban para que las partes reparadas sean puestas, sus raciones de comida fueron escaseando. Tal como reporta Elena de White en su diario, Willie y su compañero, el “hermano Glover”, fueron a cazar y a pescar y por los siguientes días comieron pescado y carne para poder sobrevivir.²⁷

Adicionalmente, es posible que existieran ocasiones, al menos según algunos críticos de Elena de White, donde ella pudo haber consumido carne aún cuando no era absolutamente necesario hacerlo.²⁸ Aun si estas declaraciones sean

²⁴Por ejemplo, Ellen G. White and James White, *Christian Temperance and Bible Hygiene* (Battle Creek, MI: Good Health Pub. Company, 1890), 118.

²⁵Ellen G. White, “Words to Students: Health”, *Youth’s Instructor*, 31 de mayo de 1894, 174.

²⁶Ellen G. White to John H. Kellogg, 10 de julio de 1896, Letter K-54, 1896, HRC, LLU.

²⁷Ellen G. White, “Diary: September 1 to 30, 1873”, MS 11, 1873, HRC, LLU.

²⁸Estas cuestiones son discutidas con mayor detalles en *A Critique of Prophetess of Health* (Washington, DC: Ellen G. White Estate, 1976), 78-81. El folleto fue una respuesta a Ronald L. Numbers, *Prophetess of Health: a Study*

ciertas, Elena de White nunca escondió el hecho de que ella había usado carne ocasionalmente después de su visión en el año 1863. Después de todo, hemos visto que ella era una “gran consumidora de carne” y, en ocasiones, luchaba por abandonar completamente la carne. Sin embargo, ella nunca consideró el consumo de carne como un pecado. Por ejemplo, al escribir a colportores adventistas, aconsejó que “cada observador del sábado evite comer carne, *no porque sea considerado un pecado el comer carne, sino porque no es saludable.*”²⁹

De esta manera, en el período después de sus grandes visiones sobre la reforma pro-salud en la década de 1860, Elena de White aceptó y habló sobre el vegetarianismo como la dieta ideal para la salud. También, de manera general, practicaba el vegetarianismo, aunque a veces ella seguía comiendo carne. Sin embargo, esto cambiaría en el inicio de la década de 1890.

Hacia un vegetarianismo estricto: 1894 – 1915

En enero de 1894, Elena de White llegó a una gran transición en su dieta al llegar a tomar la decisión de volverse una estricta vegetariana. Según su propio recuerdo, mientras asistía a la reunión campestre de Brighton, cerca de Melbourne, Australia, se le acercó una mujer católica quien la impulsó a pensar en la

of Ellen G. White (New York: Harper & Row Publishers, 1976). Tenga en cuenta también que la mayoría de los argumentos críticos contra las prácticas dietéticas de Elena de White se han basado en las cartas de John H. Kellogg después de su salida de la Iglesia Adventista en 1907, convirtiéndose en un tanto crítico de las pretensiones proféticas de Elena de White. Los registros de Kellogg, por lo tanto, pueden ser considerados de un solo bando y no pueden dar una imagen completa y verás sobre Elena de White. Para una breve descripción de la crisis de Kellogg, véase Richard Schwarz, “The Kellogg Schism: The Hidden Issues,” *Spectrum* (Autumn, 1972): 23-39.

²⁹Ellen G. White, “Counsels to Our Colporteurs Regarding Carefulness in Diet”, MS 15, 1889, HRC, LLU. Énfasis añadido.

cruidad hacia los animales asesinados con el fin de consumir su carne. Elena de White describió el acontecimiento más más tarde:

Pero cuando el egoísmo de quitar las vidas a los animales para gratificar el paladar perverso fue presentado ante mí por una mujer Católica, postrada a mis pies, me sentí avergonzada y angustiada. Lo vi bajo una nueva luz, y dije, *no patrocinaré más a los carniceros. No tendré la carne de cadáveres en mi mesa.*³⁰

Interesantemente, mientras Elena de White hablaba enfáticamente sobre los beneficios del vegetarianismo para la salud, ella tomó la decisión personal de volverse una vegetariana debido a consideraciones éticas —la crueldad contra los animales. Esta no fue la primera vez que Elena de White habló sobre la crueldad animal en relación al vegetarianismo. Ya en 1864, cuando escribió los principios de la salud registrados en su visión de 1863, señaló que “algunos animales son inhumanamente tratados mientras se llevan al matadero. Literalmente son torturados, y después de haber soportado muchas horas de extremo sufrimiento, son sacrificados”.³¹ Luego, en 1905, en su obra clásica *Ministerio de Curación*, Elena de White combinó los dos argumentos juntos.³² Sin embargo, parece que la mayor parte del tiempo ella puso más énfasis en los beneficios saludable de un estilo de vida vegetariano que en las preocupaciones éticas.

Parece que Elena de White mantuvo su promesa de no usar carne, después de la reunión campestre de Brighton en 1894. Un año después, ella escribió que

³⁰Ellen G. White to Dr. and Mrs. Maxon, 30 de Agosto de 1896, Letter M-73a, 1896. Énfasis añadido.

³¹Ellen G. White, *Spiritual Gifts*, 4:147-148.

³²Ellen G. White, *Ministry of Healing* (Washington, DC: Review and Herald, 1905), 311-317.

desde la reunión campestre en Brighton [enero, 1894], he desterrado por completo la carne de mi mesa. Es decir, si estoy en casa o fuera de ella, nada de ésto se va a consumir en mi familia, ni vendrá a mi mesa.³³

Pocos años después, en 1908, ella afirmó de nuevo que “han pasado varios años desde el tiempo en que ponía carne en mi mesa”.³⁴ Curiosamente, mientras que Elena de White había renunciado al consumo de carne, ella continuó consumiendo pescado ocasionalmente (al menos por un tiempo) aun después de su experiencia de 1894. En una carta a A. O. Tait, escrita en 1895, por ejemplo, señala que si bien su familia no comía ninguna carne, ellos comían pescado de vez en cuando.³⁵ En 1896, en una carta a su sobrina Mary, ella nuevamente escribió:

dos años atrás, llegué a la conclusión que hay peligro en usar la carne del animal muerto y desde entonces no he consumido carne en absoluto. Nunca se ha colocado sobre mi mesa. He usado pescado sólo cuando puedo conseguirlo. Aquí, podemos conseguir hermosos peces de un lago de agua salada.³⁶

De esta forma, aunque Elena de White no comía carne, continuó usando el pescado como parte de su dieta vegetariana. Incluso hoy en día, muchas personas no consideran al pescado como “carne”. A principios del siglo XX, Elena de White llegaría

³³Ellen G. White to O. A. Tait, 6 de junio de 1895, Letter T-76, 1895, HRC, LLU.

³⁴Ellen G. White to J. Edson White, 5 de febrero de 1908, Letter W-50, 1908, HRC, LLU.

³⁵Ellen G. White to O. A. Tait, 6 de junio de 1895, Letter, T-76, 1895, HRC, LLU.

³⁶Ellen G. White to Mary [Clough] Watson, 9 de Julio de 1896, Letter W-128, 1896. Énfasis añadido.

poco a poco a tener más “temor” de comer incluso pescado debido a la contaminación de las aguas. Es muy probable que ella, finalmente haya dejado de consumir también el pescado.³⁷

Además, debemos señalar que Elena de White trazó una línea entre el consumo de carne y el uso de la leche, los huevos y la mantequilla a comienzos del siglo XX. En algunos casos, ella incluso vio un beneficio en el uso de estos. Según sus propias palabras: “la leche, los huevos y la mantequilla no deben ser clasificados con el pescado y la carne. En algunos casos el uso de los huevos es de beneficioso”. En el caso del Dr. y la Sra. Kress, quienes fueron misioneros pero que sufrieron de desnutrición, Elena de White recomendó beber huevos crudos mezclados con jugo de uvas.³⁸ Una vez más, el enfoque de Elena de White a las prácticas dietéticas era equilibrado y reflexivo.

A medida que Elena de White comenzó a practicar el vegetarianismo y vio los beneficios para su salud, se volvió más y más fuerte en llamar a los creyentes para practicar dicha dieta.³⁹ Su entusiasmo sobre los beneficios del vegetarianismo culminó en 1908 cuando sugirió en una carta privada a A. G. Daniells, ex presidente de la Asociación General, que los creyentes adventistas firmaran un compromiso “anti-carne”.⁴⁰ Después de una discusión continua, se acordó que una amplia educación entre los

³⁷Ver, por ejemplo, Ellen G. White to O. A. Tait, 6 de junio de 1895, Letter T-76, 1895, HRC, LLU; Idem., *Ministry of Healing*, 314-315.

³⁸Ellen G. White to Brother and Sister Kress, 29 de mayo de 1901, Letter K-37, 1901, HRC, LLU.

³⁹Véase Ellen G. White, *Ministry of Healing*, 313, 315, 317.

⁴⁰Ellen G. White to A. G. Daniells, 29 de marzo de, 1908, Letter D-162, 1908, HRC, LLU. Aunque Elena de White escribió la carta en marzo, recién la envió por correo en mayo de 1908. Esta carta nunca fue publicada para su uso general, ya sea por el Ellen G. White Estate o por sus fideicomisarios. Tenga en cuenta también que Elena de White nunca escribió ningún compromiso “anti-carne”, sino solo lo sugirió como una idea. Para obtener más información, ver WDF-509, HRC, LLU.

creyentes sobre la importancia de la reforma de salud y la dieta sería más rentable en lugar de firmar compromisos “anti-carne”.⁴¹ El testimonio de Elena de White, titulado “Fidelidad en la Reforma pro-salud”, el cual fue leído para los delegados en la Asociación General en Washington, D.C, el 31 de mayo de 1909, fue el resultado de esa decisión. Parte del testimonio describe los beneficios de la dieta vegetariana en contra de los alimentos hechos a base de carne.⁴² Por lo tanto, Elena de White llegó a ser más contundente en sus apelaciones de un estilo estricto de vegetarianismo después de que ella misma se haya convertido en una vegetariana estricta y haya experimentado sus beneficios.

Principales perspectivas sobre Elena de White y el vegetarianismo

En conclusión, hay varios puntos de vista para mencionar entorno a Elena de White y el vegetarianismo. Primero, ella afirmó que el vegetarianismo fue la mejor y la dieta ideal para los humanos. Su apelación para un estilo de vida vegetariano fue basado primeramente en dos argumentos: (a) beneficios para la salud, y (b) consideraciones éticas, particularmente la crueldad hacia los animales.⁴³ Aunque ella a veces usó la carne incluso después de su visión en 1863, siempre afirmó que la dieta vegetariana la llevó a una mejor salud y a una mejor calidad de vida. Su propia vida fue también un testimonio de este hecho. Curiosamente, después de su decisión de abstenerse completamente al consumo de carne en 1894, llegó a ser contundente en

⁴¹Ver W. C. White to Conference Presidents and Leaders in Our Medical Missionary Department, “The Anti-Meat Pledge”; 6 de junio de 1929, WDF-509, HRC, LLU.

⁴²Ellen G. White, *Testimonies for the Church*, 9:153-166.

⁴³Ellen G. White, *Ministry of Healing*, 311-317, donde ella combina los dos argumentos juntos.

sus apelaciones a los creyentes para que vivan de acuerdo a los principios bíblicos de salud que incluye la dieta vegetariana. Aun así, ella no consideró el consumo de carne como un pecado.

Una segunda perspectiva fue la propia experiencia y la práctica del vegetarianismo en ella misma. Evidentemente, su comprensión sobre el tema cambió con el tiempo. Como hemos notado, incluso después de su más importante visión sobre la reforma pro-salud en 1863, ella continuó consumiendo carne de vez en cuando, a pesar de que generalmente se abstuvo de colocar carne sobre su mesa. A veces, ella tuvo batallas personales sobre su apetito y el deseo de consumir carne. Sin embargo, no consideró tales eventos como una negación de los principios generales de la salud que se siguieron. Después de todo, Elena de White consideró la salud como un principio mientras que consideró al vegetarianismo como una aplicación cuyas prácticas varían de acuerdo a las situaciones contextuales. Fue esta distinción la que llevó a Elena de White a rechazar, incluso años después, el hacer del vegetarianismo como un test de “admisión para nuevos miembros”.⁴⁴

Basado en su propia experiencia, Elena de White abogó por la paciencia con quienes estaban tratando de avanzar en la reforma de la salud y dieta vegetariana.

Debemos ser muy cautos para no avanzar demasiado rápido, no sea que nos veamos obligados a volver sobre nuestros pasos. En materia de reforma, mejor es que lleguemos al punto donde nos falte un paso para alcanzar el blanco que excedernos un paso de él. . . . Debemos guiar a la gente a lo largo del camino con paciencia y en forma gradual, recordando la profundidad del pozo del cual hemos sido rescatados.⁴⁵

⁴⁴Ellen G. White, *Testimonies for the Church*, 9:159.

⁴⁵Ellen G. White, *Testimonies for the Church*, 3:20-21.

Una tercera perspectiva fue el consejo de Elena de White contra los “extremos” en el vegetarianismo. Mientras ella creía que una dieta vegetariana era la mejor, también reconocía que hubo momentos en que ese estilo de vida no era posible de practicar. Así que siempre recomendó un principio basado en el “sentido común” enfocado al vegetarianismo. Uno de sus grandes consejos dice:

En la reforma alimenticia hay verdadero sentido común. El asunto debe ser estudiado con amplitud y profundidad, y nadie debe criticar a los demás porque sus prácticas no armonicen del todo con las propias. Es imposible prescribir una regla invariable para regular los hábitos de cada cual, y nadie debe erigirse en juez de los demás. No todos pueden comer lo mismo. Ciertos alimentos que son apetitosos y saludables para una persona, bien pueden ser desabridos, y aun nocivos, para otra.⁴⁶

De esta forma, las posiciones de Elena de White sobre el vegetarianismo pueden ser de gran ayuda para los adventistas del séptimo día, e incluso para aquellos que no lo son, ya que continúa promoviendo y fomentando una dieta vegetariana como la mejor y la más saludable para las personas de hoy. Después de todo, la relación del vegetarianismo para la salud y las consideraciones éticas, el entendimiento de que la reforma de la salud es una experiencia de crecimiento, debe ser sensible y paciente con las personas que están tratando de cambiar, y sobre todo evitar “extremos” en la dieta, son lecciones para tener en cuenta de cómo la denominación sigue defendiendo el vegetarianismo en el siglo XXI.

⁴⁶Ellen G. White, *Ministry of Healing*, 319-320.