

## #24

# **LOS CRISTIANOS Y LOS PRINCIPIOS DE SALUD**

Cuando aceptamos a Cristo por fe experimentamos un renacer. Aceptamos una nueva vida y el Espíritu Santo mora en nosotros. Nuevos pensamientos, nuevas ideas, nuevos deseos y nuevas cargas aparecen. Cambiamos nuestra antigua 'manera de pensar' por otra designada por Dios. No solamente renueva Dios nuestras mentes sino es también el diseñador de nuestros cuerpos. Y porque Él ahora "habita" dentro de nosotros es importante mantener al cuerpo que Él creó para nosotros. Otra vez nos volvemos a la Biblia para orientación en cómo mantener un cuerpo saludable.

**1. ¿Qué les pidió Dios que hicieran los israelitas para evitar la enfermedad?**  
Éxodo 23:25

---

**2. ¿Qué bendiciones tendría Israel si siguiera el consejo de Dios?**  
Deuteronomio 7:15

---

*Nota: Ninguna de las enfermedades les tocaría porque al seguir las instrucciones de Dios mantendrían buena salud al igual que recibirían otras bendiciones. Dios se preocupa de la salud de su pueblo.*

**3. ¿Por qué deberíamos cuidar nuestros cuerpos?** 1Corintios 3:16-20

---

*Nota: La sabiduría de Dios sobre como cuidar nuestros cuerpos, no se compara con la "sabiduría de este mundo". Ya que Él diseñó nuestros cuerpos, Él entiende mejor como mantenerlos.*

**4. ¿Cuál fue la comida que nuestro Creador le dio originalmente al hombre?**  
Génesis 1:29

---

*Nota: Esta dieta incluía granos, nueces, frutas, yerbas y vegetales. La carne no fue incluida en la dieta del hombre sino hasta el Diluvio.*

**5. ¿En cuáles dos clasificaciones dividió Dios los animales, cuando los mandó que entraran en el arca de Noe? Génesis 7:2**

---

*Nota: Dios hizo plantas y animales que el hombre pudiera usar para alimento. Pero Dios no hizo todas las plantas y a todos los animales para alimento. ¿Sabías que Dios da una completa clasificación de los animales que son considerados “limpios e inmundos” para alimento?*

**6. ¿Cuáles son los animales que Dios declara “limpios” y sirven como alimento? Deuteronomio 14:3-5**

---

*Nota: Después del Diluvio Dios permitió que el hombre comiera carne, pero fue particular en cuanto a los animales que se podían comer.*

**7. ¿Cómo podemos determinar si un animal es limpio o inmundo? Deuteronomio 14:6**

---

**8. ¿Cuáles son los animales que dice Dios no sirven como alimento? Deuteronomio 14:7-8**

---

**9. ¿Cuáles peces, dice Dios, sirven como alimento? Deuteronomio 14:9-10**

---

*Nota: La mayoría de los animales que no se pueden comer son los que comen basura o carroñeros. Los puercos también son carroñeros. De hecho, una gran cantidad de los cuerpos humanos que pasan por la autopsia están infectados por la triquina.*

*Cuando la Iglesia Adventista del Séptimo Día (conocido en inglés como SDA) comenzó a mediados de los 1850s, sus trabajadores frecuentemente se enfermaban y morían jóvenes.*

*En general, la dieta en aquellos días fue mala. Cuando oraban parecía que Dios los estaba guiando a los principios de salud en la Biblia.*

*Como resultado, la Iglesia de hoy opera el sistema de hospitales más grande del mundo. Cuando se comparan con el resto de la comunidad cristiana, los resultados muestran que un hombre adventista vive 8.9 años más y una mujer 7.5 años más. Aproximadamente la mitad son vegetarianos. Siempre es sabio seguir los principios de Dios para vivir una vida más abundante y saludable.*

**10. ¿Qué nos enseña la Biblia acerca de las bebidas alcohólicas?** Proverbios 20:1; 23:29-33

---

*Nota: La investigación demuestra que aun el tomar “moderadamente” destruye miles de células cerebrales. Afecta la conciencia, la razón y, el juicio y hay que mantener la mente clara ya que es a través de la mente que Dios nos habla.*

**11. ¿Qué principio se puede aplicar a todos los asuntos de la salud y la vida cristiana?** 1 Corintios 6:19-20; 10:31

---

**12. ¿Qué error hicieron los fariseos con respecto a las prácticas y costumbres de salud?** Mateo 23: 23,24

---

*Nota: Estaban **más** preocupados con estas prácticas superficiales que con su relación con Dios y con los demás. Ellos meticulosamente “colaban al mosquito” en su alimento para evitar comerlo, pero Jesús comparaba sus maneras orgullosas y pecaminosas con “comer un camello”.*

**Conclusión:** Hay dos principios aquí: uno es que todo lo que se hace es para la gloria de Dios. El otro es caer en la trampa de concentrarse en los hábitos y prácticas externos hasta excluir “los asuntos del corazón”. Dios continuará impresionándote y dirigiéndote en su relación con Él. Su participación consiste en permitir que Él te guíe.

## **RESPUESTAS PARA LA LECCIÓN #24**

- P -1. Adorar a Dios y Él los daría su bendición.**
- P- 2. Dios los libraría de enfermedad.**
- P- 3. Porque el Espíritu de Dios mora en nosotros – en nuestro templo.**
- P -4. Cada planta que produce semilla y todo árbol que produce fruta con semilla.**
- P- 5. Limpios e inmundos.**
- P- 6. El buey, la oveja, la cabra, el ciervo, la gacela, el corzo, la cabra montés, el íbice, el antílope y el carnero montés.**
- P-7. Se considera “limpia” si tiene la pezuña hendida y es rumiante (por ejemplo la vaca).**
- P- 8. El camello, el conejo o el tejón.**
- P -9. Se puede comer cualquier pez con aletas y escamas.**
- P-10. Aquel que toma alcohol no es sabio; aléjate del alcohol.**
- P-11. Dale honra a Dios con su cuerpo al comer y beber.**
- P-12. Estaban obsesionados con observar los rituales y con las leyes alimenticias hasta llegar al punto de olvidarse de los actos de compasión y misericordia.**