

CURSO BÍBLICO ESTÁ ESCRITO



“No sólo de pan vivirá el hombre, sino de toda palabra que sale de la boca de Dios” (Mateo 4:4).

18. Cómo postergar tu funeral

INTRODUCCIÓN

Piensa por un momento ¿que ocurriría si de pronto la enfermedad el dolor y la muerte desaparecieran de la tierra?

Los hospitales del mundo serían para otro uso. Los centenares de millones de pacientes que cada año ingresan estarían en sus casas. Los billones que gastan en salud se utilizarían en otras cosas. Los millones de doctores, deberían dedicarse a otra cosa.

El mundo fue así una vez, sin médicos, enfermeras y hospitales. Los seres humanos eran perfectos en cuerpo y mente, reflejaban la imagen de su Creador. Todas sus facultades operaban en perfecta armonía con las leyes que Dios había puesto.

Desafortunadamente el pecado entró muy pronto y deshizo la armonía con su Creador. El cuerpo humano sufrió la penalidad de la enfermedad y la muerte. Sus facultades mentales y físicas se nublaron. Y así su deseo de servir a Dios se debilitó. Su naturaleza espiritual cambió.

La relación íntima que existe entre la salud y una vigorosa experiencia espiritual, a veces es pasada por alto. Pero la Biblia nos enseña claramente a cerca de esta relación. Todo lo que afecta el cuerpo, afecta la mente, y la mente es el centro vital para nuestra relación espiritual con Dios.

Obviamente Satanás, conociendo esto, busca dañar el cuerpo y con eso consigue el control de la mente, o viceversa. El presenta cosas agradables a los ojos, así fue como venció a Eva. Millones hoy son esclavos de las drogas, alcohol y tabaco, exceso de comida, falta de ejercicio.

Cuando Cristo vino, claramente demostró que su propósito era restaurar al ser humano en su totalidad, física, mental y espiritual. En su primer sermón Jesús enfatizó su misión de restaurar cada aspecto del ser humano (Lucas 4:16-21; Lucas 19:10; Hechos 10:38).

Hay una razón divina en el énfasis del cuidado de la salud. La conexión entre la mente y el cuerpo es tan íntima que lo que afecta a una afecta a la otra. Los médicos saben muy bien que la condición de la mente puede afectar las funciones físicas del cuerpo. La digestión, la respiración, el pulso, las funciones intestinales, pueden ser afectadas por la mente.

1. ¿Qué instrucción específica que abarca todo nuestro estilo de vida nos da Dios en Apocalipsis 14:7?

ESTÁ ESCRITO:

“Temed a Dios, y dadle gloria, porque la hora de su juicio ha llegado; y adorad a aquel que hizo el cielo y la tierra, el mar y las fuentes de las aguas” (Apocalipsis 14:7).

2. ¿Cómo glorificamos a Dios? ¿Dar gloria Dios tiene algo que ver con nuestros hábitos de salud?

ESTÁ ESCRITO:

“¿O ignoráis que vuestro cuerpo es templo del Espíritu Santo, el cual está en vosotros, el cual tenéis de Dios, y que no sois vuestros? Porque habéis sido comprados por precio; glorificad, pues, a Dios en vuestro cuerpo y en vuestro espíritu, los cuales son de Dios” (1 Corintios 6:19, 20).

“Si, pues, coméis o bebéis, o hacéis otra cosa, hacedlo todo para la gloria de Dios” (1 Corintios 10:31).

3. ¿Qué ferviente llamado nos hace el apóstol Pablo con relación a nuestros cuerpos?

ESTÁ ESCRITO:

“Así que, hermanos, os ruego por las misericordias de Dios, que presentéis vuestros cuerpos en sacrificio vivo, santo, agradable a Dios, que es vuestro culto racional” (Romanos 12:1).

4. El grupo que está esperando a Jesús ¿le rendirá a él todos sus hábitos físicos?

ESTÁ ESCRITO:

“Y el mismo Dios de paz os santifique por completo; y todo vuestro ser, espíritu, alma y cuerpo, sea guardado irreprochable para la venida de nuestro Señor Jesucristo” (1 Tesalonicenses 5:23).

5. ¿Qué enseña la Biblia sobre el uso de sustancias intoxicantes y bebidas alcohólicas?

ESTÁ ESCRITO:

“El vino es escarnecedor, la sidra alborotadora, y cualquiera que por ellos yerra no es sabio” (Proverbios 20:1).

¿Para quién será el ay? ¿Para quién el dolor? ¿Para quién las rencillas? ¿Para quién las quejas? ¿Para quién las heridas en balde? ¿Para quién lo amoratado de los ojos? Para los que se detienen mucho en el vino, para los que van buscando la mistura. No mires al vino cuando rojea, cuando resplandece su color en la copa. Se entra suavemente; mas al fin como serpiente morderá, y como áspid dará dolor. Tus ojos mirarán cosas extrañas, y tu corazón hablará perversidades” (Proverbios 23:29-33).

6. ¿Qué clara advertencia nos hace Dios que se aplica a todos los que contaminan sus cuerpos con alcohol, drogas o tabaco?

ESTÁ ESCRITO:

¿No sabéis que sois templo de Dios, y que el Espíritu de Dios mora en vosotros? Si alguno destruyere el templo de Dios, **Dios le destruirá a él**; porque el templo de Dios, el cual sois vosotros, santo es” (1 Corintios 3:16, 17).

7. ¿Cuál era la dieta que Dios les dio originalmente a los seres humanos?

ESTÁ ESCRITO:

“Y dijo Dios: He aquí que os he dado **toda planta que da semilla**, que está sobre toda la tierra, y **todo árbol en que hay fruto y que da semilla**; os serán para comer” (Génesis 1:29).

“Y mandó Jehová Dios al hombre, diciendo: De **todo árbol** del huerto podrás comer” (Génesis 2:16)

8. ¿Cuántos tipos de animales introdujo Noé en el arca?

ESTÁ ESCRITO:

“De todo **animal limpio** tomarás siete parejas, macho y su hembra; mas de los animales **que no son limpios**, una pareja, el macho y su hembra. También de las aves de los cielos, siete parejas, macho y hembra, para conservar viva la especie sobre la faz de la tierra” (Génesis 7:2, 3).

9. ¿Cómo podemos determinar si un animal es limpio o inmundo?

ESTÁ ESCRITO:

“Habló Jehová a Moisés y a Aarón, diciéndoles: Hablad a los hijos de Israel y decidles: Estos son los animales que comeréis de entre todos los animales que hay sobre la tierra. De entre los animales, **todo el que tiene pezuña hendida y que rumia**, éste comeréis. Pero de los que rumian o que tienen pezuña, no comeréis éstos: el camello, porque rumia pero no tiene pezuña hendida, lo tendréis por inmundo” (Levítico 11:1-4).

10. ¿Qué nos dice Dios acerca del puerco o cerdo?

ESTÁ ESCRITO:

“También el cerdo, porque tiene pezuñas, y es de pezuñas hendidas, pero no rumia, **lo tendréis por inmundo**. De la carne de ellos no comeréis, ni tocaréis su cuerpo muerto; los tendréis por inmundos” (Levítico 11:7, 8).

11. ¿Qué principios generales nos dio Dios sobre los productos del mar?

ESTÁ ESCRITO:

“Esto **comeréis** de todos los animales que viven en las aguas: todos **los que tienen aletas y escamas** en las aguas del mar, y en los ríos, estos comeréis. Pero todos los que no tienen aletas ni escamas en el mar y en los ríos, así de todo lo que se mueve como de toda cosa viviente que está en las aguas, los tendréis en abominación” (Levítico 11:9, 10).

12. ¿Qué sorprendente promesa le hizo Dios a Israel si seguía sus principios de salud?

ESTÁ ESCRITO:

“Si oyes atentamente la voz de Jehová tu Dios, e hicieres lo recto delante de sus ojos, y dieres oído a sus mandamientos, y guardares todos sus estatutos, **ninguna enfermedad de las que envié a los egipcios te enviaré a ti**; porque yo soy Jehová tu sanador” (Éxodo 15:26).

13. ¿Qué dice la Biblia que les sucederá a los que se mantengan en rebeldía contra Dios contaminando sus cuerpos con determinadas prácticas, a pesar de saber qué es lo mejor?

ESTÁ ESCRITO:

“Los que se santifican y los que se purifican en los huertos, unos tras otros, **los que comen carne de cerdo y abominación y ratón, juntamente serán talados**, dice Jehová” (Isaías 66:17).

14. ¿Qué les promete Dios en la Biblia a los que deseen vencer a los hábitos físicos que los dominaron durante años?

ESTÁ ESCRITO:

“**Todo lo puedo en Cristo que me fortalece**” (Filipenses 4:13).

15. ¿De dónde procede el poder para lograr la victoria? ¿Cómo podemos recibirlo?

ESTÁ ESCRITO:

“**Mas a todos los que le recibieron, a los que creen en su nombre, les dio potestad de ser hechos hijos de Dios**” (Juan 1:12).

CONCLUSIÓN

La Biblia está llena de buenos consejos para sacar el máximo partido de la vida. En **Juan 10:10** Jesús nos asegura que él desea que vivamos una vida más abundante. En **3 Juan 1:2** Juan expresa el deseo de que sus amigos tengan salud tanto espiritual como física.

Los antiguos griegos hacían una distinción entre los aspectos físicos y emocionales de la vida. Para ellos, las cosas espirituales eran muy importantes; y las cuestiones físicas no lo eran tanto. Esas ideas ingresaron en el cristianismo con el transcurso de los años y comenzamos a pensar que nuestro Dios no se interesa por nuestro bienestar físico. Sin embargo, la Biblia revela que hay una estrecha vinculación entre nuestra relación con Dios y nuestra salud física. En Éxodo 15:26 y 23:25, Dios les dijo a los israelitas que si se mantenían en íntima relación con él, y seguían sus mandamientos, disfrutarían de mejor salud. Dios se denomina a sí mismo como “Jehová tu sanador”.

Uno de los primeros principios de la buena salud es tener la certeza de que estamos en armonía con Dios. Una buena salud espiritual se volcará sobre la salud física.

El segundo principio es simple: lo que ingresas en tu cuerpo es lo que obtendrás de él. No olvides que tu cuerpo no te pertenece. 1 Corintios 6:19, 20 enseña que Dios ha comprado nuestros cuerpos con la sangre de su Hijo, y por lo tanto le pertenecen. Eso convierte a nuestros cuerpos en una posesión muy cara y valiosa; y saber que le pertenecen a otra persona debería estimularnos para cuidarlos mejor. ¿Cuál es la mejor manera de cuidarlos? Consulta el Manual del Propietario, ¡la Biblia! Piensa en alguna de las cosas que las personas introducen rutinariamente en sus cuerpos, ¡y encima se sorprenden cuando caen enfermas!

Se espera que glorifiquemos a Dios con nuestros cuerpos (1 Corintios 6:19, 20). Y al consultar su Palabra, Dios espera que encontremos los tesoros de la paz y de salvación y longevidad que nos ofrece en ella.

MI DECISIÓN PERSONAL

Decido entregar mi cuerpo para que sea el templo donde habite el Espíritu Santo. Decido introducir en mi cuerpo sólo aquellas cosas que le darán gloria a Dios.

Por la gracia de Dios quiero comenzar a practicar los principios bíblicos de salud.

Nombre _____ Fecha _____



ESTUDIO ADICIONAL

CÓMO TENER UNA MEJOR SALUD Y DISFRUTAR MÁS DE LA VIDA

¡Algunas personas piensan que cada uno de nosotros tiene predeterminado el momento en que va a morir, que no hay nada que podamos hacer al respecto, de modo que los hábitos saludables son de poca importancia! Esa actitud está totalmente desconectada de toda la evidencia científica que claramente demuestra que nuestras elecciones diarias afectan nuestra probabilidad de vivir una vida larga y saludable. Apocalipsis 12:9 desenmascara a Satanás como engañador, y afirma que “engaña al mundo entero”. Engaña a millones de cristianos haciéndoles creer que no importa cómo traten a sus cuerpos, siempre y cuando sus “corazones” estén bien con Dios. Ellos aceptan los placeres pasajeros de algunas indulgencias físicas degradantes, tales como las drogas, el alcohol, el tabaco, sustancias alimenticias perjudiciales e inmoralidad sexual, y en el proceso destruyen tanto su cuerpo como su alma. Escucha estas claras palabras en Apocalipsis 21:27: “No entrará en ella [la Santa Ciudad] ninguna cosa inmunda, o que hace abominación y mentira, sino solamente los que están inscritos en el libro de la vida del Cordero.” Quienes degradan sus cuerpos con abominaciones estarán fuera de la ciudad.

Sin embargo, Apocalipsis 14:7 nos insta: “Temed a Dios y dadle gloria...”; y darle gloria involucra un compromiso de todo nuestro ser, de nuestro estilo de vida. Observa en 1 Corintios 6:19-20 y 10:31: “¿O ignoráis que vuestro cuerpo es templo del Espíritu Santo, el cual está en vosotros, el cual tenéis de Dios, y que no sois vuestros? Porque habéis sido comprados por precio [redimidos por la sangre de Jesús]; glorificad, pues, a Dios en vuestro cuerpo y en vuestro espíritu, los cuales son de Dios. . . Si, pues, coméis o bebéis, o hacéis otra cosa, hacedlo todo para la gloria de Dios.” En Romanos 12:1 Pablo apela fervientemente a que “presentéis vuestros cuerpos en sacrificio vivo, santo, agradable a Dios, que es vuestro culto racional.” Las autoridades en el campo de la medicina preventiva nos dicen que las prácticas de nuestro estilo de vida nos están matando. Nuestras elecciones contribuyen a la enfermedad y a la muerte prematura o a la salud y a una larga vida. Echemos una mirada a algunas prácticas que están destruyendo millones de vidas, y a lo que podemos hacer al respecto

¿Estás desesperado por fumar? El sexto mandamiento dice, en Éxodo 20:13, “No matarás”. El Dr. Linus Pauling, uno de los pocos científicos que alguna vez ganó dos Premios Nobel, dijo que cada cigarrillo que fumas reduce tu vida en 14 ½ minutos. En otras palabras, fumar es cometer un suicidio lento. El tabaco produce cientos de miles de muertes cada año debido al cáncer, al enfisema y a las enfermedades cardíacas. Pero Cristo puede librarte de este hábito adictivo y destructor así como sanó a los enfermos hace 2000 años. La Biblia dice en Mateo 7:7-8: “Pedid, y se os dará; buscad, y hallaréis; llamad, y se os abrirá. Porque todo aquel que pide, recibe; y el que busca, halla; y al que llama se le abrirá”. ¡Tú puedes ser liberado; por el poder y la gracia de Dios, puedes dejar de fumar!

¿Estás luchando la Batalla de la botella? El alcohol afecta nuestro cerebro, el órgano a través del cual el Espíritu Santo se comunica con nosotros. ¡Es por eso que el diablo fabricó el alcohol en el laboratorio del infierno, porque el alcohol mata el cerebro! Después de que una persona ha tomado algunos tragos, no tiene muchas inhibiciones;

por eso la bebida y la inmoralidad sexual van de la mano. Beber va unido a la caída moral. Proverbios 20:1 dice: “El vino es escarnecedor, la sidra alborotadora, y cualquiera que por ellos yerra no es sabio”. El alcohol ocasiona crímenes, problemas matrimoniales serios, problemas familiares y problemas relacionados con el trabajo; todo como resultado de beber. No me hablen de “beber responsablemente”. ¡No existe tal cosa! Te vuelves irresponsable cuando bebes porque el alcohol te engaña. Acerca del alcohol Shakespeare dijo: “¡Oh, Dios! Cómo pueden los hombres colocar en sus bocas un enemigo que les roba el cerebro”.

La dieta original del hombre: Cuando Dios creó la raza humana, le dio una magnífica dieta compuesta de granos, oleaginosas y frutas; una dieta vegetariana. Génesis 1:29. La dieta que Dios dio provee proteína muy adecuada. Animales fuertes como el caballo y la vaca obtienen toda la proteína que necesitan de la avena, el maíz y otros granos que comen. Obtienen su proteína de primera mano, de la tierra, y crecen grandes y fuertes. El hombre que los mata y come su carne está obteniendo proteína de segunda mano. No fue sino hasta el tiempo del diluvio de Noé que Dios autorizó al hombre a comer carne. ¡El promedio de vida antes del diluvio era de 900 años! Génesis 5:5; 5:27; 9:29. Pero justo después del diluvio, debido a que la inundación catastrófica había arrancado los árboles y las plantas, y temporariamente había destruido toda vegetación, Dios le dio a Noé y a su familia autorización para comer carne. ¡E inmediatamente la vida del hombre fue acortada cientos de años! Desde entonces, los hombres han vivido vidas mucho más cortas. No es un pecado comer carne, porque Dios dio autorización para hacerlo. Pero si comes mucha carne, tendrás más grasa animal en tu dieta y en tus arterias. Así que debes reducir ese consumo elevado de grasa en tu dieta. Si deseas la mejor dieta, por supuesto, elegirás una dieta vegetariana, como era el plan de Dios.

Animales limpios e inmundos: La distinción que Dios hace entre animales limpios e inmundos se remonta a mucho antes de que existiera una nación judía. En Génesis 7:2 Dios se la menciona a Noé, siglos antes de Abraham, o del primer judío. Cuando observamos la constitución anatómica de los animales, comprendemos que se remonta a la creación: los animales limpios tienen pezuña hendida y rumian; los animales acuáticos limpios tienen escamas y aletas: Levítico 11 y Deuteronomio 14. La distinción hecha por Dios de limpio e inmundo no fue solamente para el tiempo del Antiguo Testamento. Isaías 66:15-17 muestra que seguirá estando en vigencia cuando Jesús regrese. “Porque he aquí que Jehová vendrá con fuego . . . y los muertos de Jehová serán multiplicados. . . . Los que comen carne de cerdo y abominación y ratón, juntamente serán talados, dice Jehová.” Dios nunca dijo que podíamos comer animales inmundos! No debíamos anhelarlo. Alguien hizo notar que “fue un hombre valiente el primero en comer una ostra!”

Podemos aprender a controlar nuestro apetito. Podemos comer para vivir en vez de vivir para comer. No necesitamos estar entre aquellos de quienes habla Dios en Filipenses 3:19: “El fin de los cuales será perdición, cuyo dios es el vientre.” Gustosamente el Señor nos ayudará a santificar nuestro paladar si se lo pedimos. En vez de comida chatarra, podemos aprender a disfrutar del mejor combustible que nuestros cuerpos merecen.

La visión de Pedro: Algunos podrán preguntarse acerca de la extraña visión que tuvo Pedro en Hechos 10:1-35, cuando vio toda clase de animales inmundos y

Dios le dijo: “Levántate y come.” La respuesta de Pedro demuestra que durante los tres años y medio que estuvo con Jesús, nunca escuchó de algún cambio en el status de los alimentos inmundos. ¿Pero qué significado tenía? Pedro mismo, quien al comienzo estuvo confundido, lo explica en los versículos 28, 34, 35: “A mí me ha mostrado Dios que a ningún hombre llame común o inmundo . . . Comprendo que Dios no hace acepción de personas, sino que en toda nación se agrada del que le teme y hace justicia”. Y Pedro inmediatamente comenzó a enseñar acerca de Cristo a los gentiles, a quienes antes había despreciado. La visión de Pedro se refería a personas, no a comidas. La Biblia se interpreta a si misma, si tan solo se lo permitimos.

Recibimos nuestra salud como un depósito sagrado. El descuido de esta maquinaria inapreciable llamada nuestro cuerpo es un insulto al Creador. ¡Jesús quiere que estemos saludables! Él puede ayudarnos a cambiar nuestro estilo de vida descuidado y autodestructivo, por uno que el cielo pueda aprobar. En Juan 15:5 Jesús dice: “Separados de mí nada podéis hacer”. Por otro lado, el apóstol Pablo proclama triunfantemente en Filipenses 4:13: “Todo lo puedo en Cristo que me fortalece”. Sin Cristo, no podemos hacer nada. ¡Con él, podemos hacer todas las cosas! Jesús dice: “Entrégame todo, y permíteme hacer milagros en tu vida. Coloca tu vida en el altar y dame tu corazón. ¡Mis brazos están extendidos para darte la bienvenida!”

3 Juan 1:2 - Dios desea que prosperemos y que tengamos salud.

1 Tesalonicenses 5:23 - La santificación incluye el cuerpo, la mente y las emociones tanto como las facultades espirituales.

Romanos 12:1 - Debíamos presentar nuestros cuerpos como un “sacrificio vivo” para Dios.

1 Corintios 6:19-20 - Tu cuerpo es el templo de Dios. Cada uno de nosotros debiera “glorificar a Dios” en nuestro cuerpo.

1 Corintios 10:31 - Cualquier cosa que comas o bebas hazlo para la gloria de Dios.

Proverbios 20:1 - “El vino es escarnecedor, la sidra alborotadora”, y engañan a muchos.

Proverbios 23:29-32 - No bebas vino fermentado. Produce tristeza, miseria y contenciones. Y al final, “como serpiente morderá, y como áspid dará dolor.”

Isaías 5:11 - Ay de aquellos que se intoxican con bebida fuerte o vino.

Proverbios 31:4-5 - El vino y la bebida fuerte no son para los reyes ni los príncipes, porque su efecto tóxico pervierte el juicio sabio.

Apocalipsis 5:10 - Debido a que somos reyes y sacerdotes para Dios, necesitamos mentes claras.

Génesis 1:29 - La dieta original del hombre fue vegetariana; consistía en frutas, granos y oleaginosas.

Génesis 7:2 - Noé entendió la diferencia entre animales limpios e inmundos. Como Dios le permitió comer alimentos limpios en el momento del diluvio, éstos entraron de a siete; pero los inmundos de a dos.

Levítico 11:1-12 - Los animales limpios deben tener pezuña hendida o dividida y deben rumiar. Los animales inmundos son los que, como el cerdo, no tienen las características mencionadas. Los animales acuáticos limpios deben tener tanto aletas como escamas.

Isaías 66:15-17 - Quienes se rebelan en contra de los parámetros dietéticos de Dios no estarán en el reino.

Isaías 65:1-5 - Dios cataloga el comer animales inmundos juntamente con la idolatría pagana.

Hechos 10:9-16 - La sábana de Pedro con toda clase de animales inmundos, incluyendo ratas, caimanes y buitres. Dios le dice que se levante y coma. ¡Pedro se horroriza! ¿Qué quiere decir Dios? El versículo 17 indica que Pedro no está seguro.

Hechos 10:28 y 34 - Pedro explica que la visión no se aplica a la comida sino a llamar inmundos a los gentiles. En esta visión, Dios derriba la barrera racial de prejuicio. Pedro ahora está abierto para testificar a los gentiles. La visión se refiere al hecho de que por medio de la cruz, todas las barreras entre las personas son derribadas.

Filipenses 4:13 - Dios provee fortaleza espiritual para vencer hábitos físicos.

Hebreos 4:15-16 - Jesús fue tentado como nosotros. Él ayunó 40 días y venció; de modo que nosotros, también, podemos recibir su “ayuda”, su poder para vencer.