

# **Conceptos Bíblicos de un Estilo de Vida Saludable**

# Objetivos

1. Entender que el enfoque de la Iglesia Adventista sobre la salud tiene que ver con lo concerniente al bienestar humano.
2. Reconocer que hay una base bíblica y científica para el estilo de vida Adventista.
3. Inducir a los estudiantes a aprender más acerca de la salud para adquirir conocimiento personal y para la comunidad.



# El Sello de la Deidad



- “En todas las cosas creadas se ve el sello de la Deidad. La naturaleza da testimonio de Dios. La mente sensible, puesta en contacto con el milagro y el misterio del universo, no puede dejar de reconocer la obra del poder infinito.”

# El Propósito de Dios

- La historia de la creación según aparece bosquejada en el libro de Génesis, aunque tal vez expone en forma breve el proceso de la creación, no deja duda en cuanto al propósito de Dios al hacer todas las cosas buenas. “Y vio Dios todo lo que había hecho, y he aquí que era bueno en gran manera.” (Génesis 1:31, NKJV).



# EL ARBOL DE LA VIDA

- El “Árbol de la Vida” tenía propiedades correctivas, y, por esta razón la pareja tuvo que ser arrojada del huerto.
- Previo a su despido, todos los árboles habían estado disponibles excepto el “árbol de la prueba” del Conocimiento del Bien y del Mal.



# Alimento Incompleto

- Su alimento– “Y dijo Dios, „He aquí os he dado toda planta que da semilla, que está sobre la tierra, y todo árbol en que hay fruto y que da semilla; os serán para comer” (Génesis 1:29, NKJV) –tan pronto como el Árbol de la Vida no fue lo suficientemente completo para mantenerlos no estuvo más disponible.



# El Don de la Salud

- Nacemos con el don de la salud que se prolonga hasta cierto límite.
- El proceso degenerativo conduce a la muerte



# La Conservación de la Salud



- La salud no se crea como resultado de nuestras acciones, pero se puede conservar mediante nuestra mayordomía.



# Un Cambio en Mentalidad

- Contemplando la salud como un don, obra un cambio en nuestra mentalidad legalista y de auto satisfacción a una de aprecio y gratitud.
- Un deseo de cuidar del don de Dios de la vida y la salud lo mejor posible.

# La dieta en el Jardín del Edén

- La dieta en el Jardín del Edén era una dieta vegetariana – “todo árbol en que hay fruto y da semilla.” (Génesis 1:29).



# La Dieta en el Huerto del Edén

- Tal documentación dice lo que se proveyó.
- No excluye otros alimentos del menú.
- Por ejemplo, no podemos ser dogmáticos acerca de si la miel habría estado disponible.
- Ni podemos ser absolutos en cuanto a ciertas raíces vegetales y cereales, legumbres, etc., estaban disponibles en el Huerto.



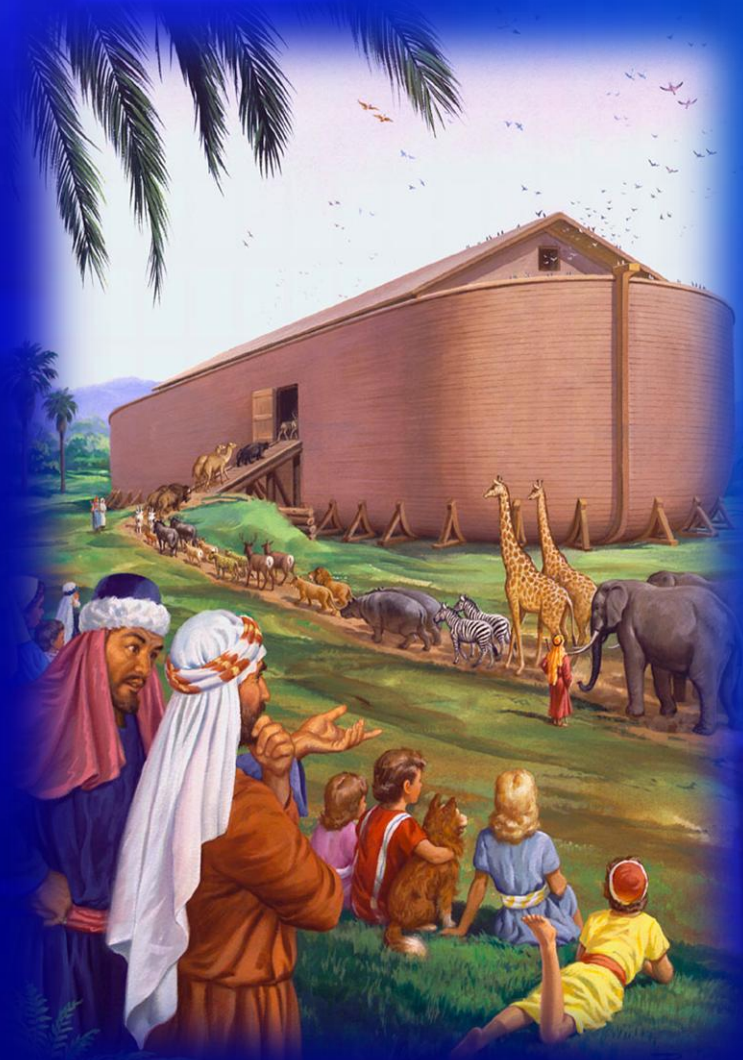
# La Dieta en el Huerto del Edén

- La naturaleza de la dieta vegetariana disponible antes y después del pecado no se puede confirmar.

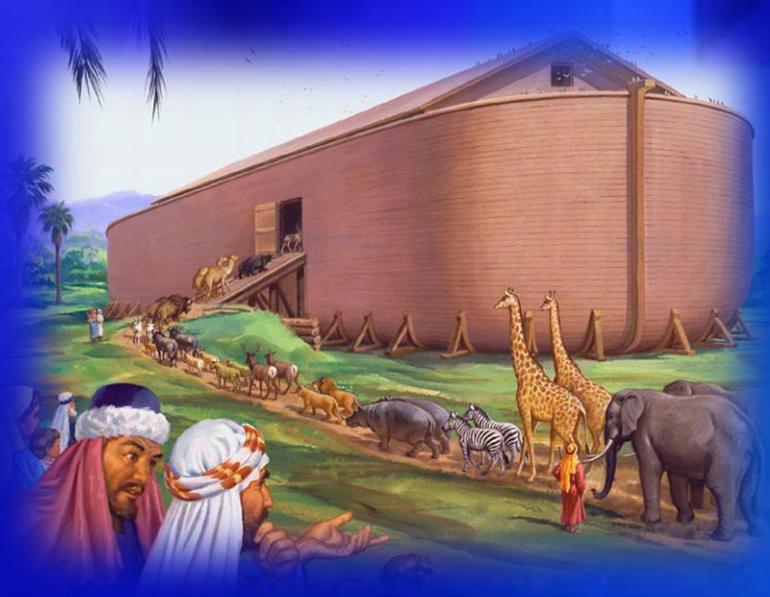


# Animales Limpios y No Limpios

- Los animales, previo al diluvio, entraron en el arca en parejas de dos y de siete.
- Los animales “limpios” venían en siete.
- El permiso explícito para comer estos animales “limpios” aparece por primera vez después del diluvio.



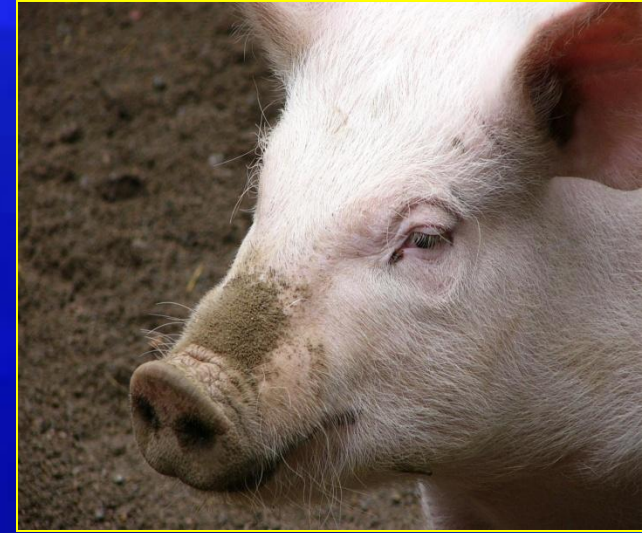
# La Duración de la Vida



- La duración de la vida en los antediluvianos y los postdiluvianos era muy diferente.
- Muchos lo han relacionado con esta dieta.
- Esta correlación puede ser muy válida, pero si esto es o no una relación causal no está muy clara.

# Lo Racional

- La "razón" para alimentos "limpios" e "inmundos" no está clara.
- Muchos comentaristas concuerdan en que las listas de Levítico separan a los herbívoros de los depredadores y los rapaces.



El animal limpio y saludable tiene mucho menos riesgo que los rapaces..

# Otras Instrucciones

- La instrucción en contra de la sangre y la grasa amplía grandemente la calidad de los alimentos de origen animal al reducir, a largo plazo, sus peligros.
- Inclusive en el área de los peces, la instrucción en cuanto a "aletas y escamas" elimina los mariscos y peces basureros fuera del menú y su potencialidad de diseminar enfermedades tales como el tifo y el cólera se reduce.





# Una Regulación Más

- No se debería comer ningún animal que muere por otras causas – esto elimina los riesgos de botulismo y otras enfermedades.



# Hygiene Personal

- Muchas regulaciones relacionadas con las enfermedades de la piel a menudo agrupadas como “lepra” eran de gran importancia.
- “La lepra” en la Biblia incluía infecciones de la piel como erisipela, impétigo infecciones estafilocócicas, posiblemente infecciones por herpes simplex o herpes zoster.



# Higiene Personal (Continuación)

- El concepto bíblico de cuarentena fue extremadamente efectivo.
- Salvó el campamento del brote de epidemias.



# Higiene Personal (Continuación)

- Aunque no se conocían los virus y las bacterias, sin embargo se reconoció la ropa como un vector potencial de enfermedad.
- A veces se prescribía quemar la ropa.
- No sólo se lavaba la ropa, sino que el paciente mismo se tenía que bañar. El cabello se tenía que rasurar -(*Levítico 14:8*).
- El tiempo requerido de siete días para la limpieza también ayudaba a asegurar que la curación fuera real. .



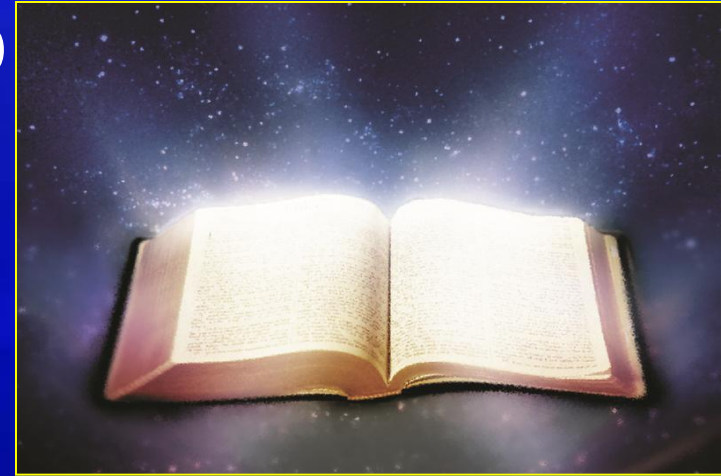
# Comportamiento Sexual

- Fidelidad
- Sexualidad solamente en el matrimonio.
- Se minimizaron las enfermedades de transmisión sexual.



# La Salud en la Biblia

- La salud en la Biblia no sólo se refiere a las prácticas del estilo de vida.
- Las implicaciones de una relación con el Señor fueron dadas mucho antes de que el examen científico de tales relaciones fueran exploradas.



# La Paz Perfecta

- Isaías 26:3, escrito alrededor de 712 AC, declara, "Tú guardarás en perfecta paz aquel cuyo pensamiento en ti persevera".
- Recientes estudios han confirmado estos beneficios de la "salud" en cuanto a una apropiada confianza en Él.



# Enfoque Holístico

- La descripción bíblica sobre la creación del hombre:
  - Formado del “polvo de la tierra”
  - Le fue dado el “el aliento de vida”
  - El hombre “llegó a ser un alma viviente”
- Esto describe su composición integral.





# La Salud Adventista

- La salud Adventista enseña esta integridad de sus dimensiones:
  - Física
  - Mental
  - Emocional
  - Espiritual
- Encontramos que es importante dirigirse tanto a los asuntos de la salud mental y emocional como a los aspectos físicos de una enfermedad.



# El Templo de Dios

- Este “espacio” espiritual, como ocurrió en nuestra creación tiene que ser llenado para que seamos integrales.
- “¿No sabéis que sois templo de Dios, y que el Espíritu de Dios mora en vosotros?” (1 Corintios 3:16, NKJV)



# Definiendo Nuestra Espiritualidad



- Esta morada del Espíritu de Dios define nuestra espiritualidad como una relación con Él.
- Tal espiritualidad es un grito lejano de “hazlo tu mismo” conforme al pensamiento de la “Nueva Era”.

# Una Condición Total de la Persona

- Tenemos la esperanza del alivio de la “desgracia del pecado mediante Jesucristo nuestro Señor” (Romanos 7:24, 25).
- La salud es una condición de la totalidad de la persona.
- Cada área es tan importante como la otra.
- El Ministerio de Salud es central para todos los ministerios con los cuales nos podemos comprometer.

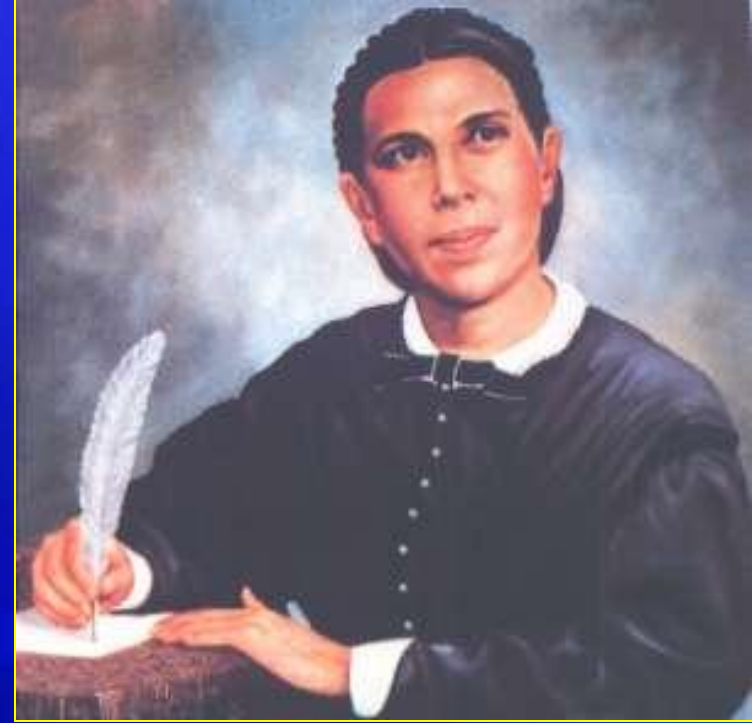


# La Mayordomía del Don

- La vida saludable es la mayordomía del don.
- Nadie enseñaría que pagamos nuestro camino al cielo al devolver al Señor Su diezmo.
- De forma similar, nadie se salva por las obras.



## Parte del Mensaje



- Elena White estableció que la reforma es parte del mensaje de los Tres Ángeles de Apocalipsis 14: 6.
- Es parte del “evangelio eterno”, y es parte de “temer a Dios y darle gloria” (versículo 7).

# Parte del Mensaje

- Parte del reconocer a Dios como nuestro Creador.
- “Adorar a Aquel que hizo el cielo y la tierra, el mar y la fuente de las aguas: (Versículo 7) .”



# Parte del Ministerio

- El Ministerio de la Salud también es parte del ministerio de curación de Jesús.
- Cristo vino como “el siervo sufriente de la necesidad del hombre”.
- Cristo dijo, “Como el Padre me envió, así os envío yo” (Juan 20:21).
- Con Él como nuestro ejemplo, somos llamados a hacer lo mismo.
- “Como el Padre me envió, así os envío yo” (Juan 20:21).





# Un Ministerio Compasivo

- Cristo era una persona llena de compasión.
- El Espíritu de Dios que mora en nosotros nos hará compasivos.
- Cuando carecemos de compasión, se refleja la ausencia del Espíritu de Dios en nuestras vidas.



# No lo Más Importante

- Toda la limpieza y la preparación ritual del “templo” no traen al Espíritu Santo a morar en nuestras vidas.
- Como Marta, quien estuvo preocupada con las obligaciones al ser una hospedadora, muchos de nosotros ponemos una atención excesiva en el “estilo de vida” y no la suficiente a la “vida”.



# Escoja esa Buena parte



- Aunque todos conocemos la necesidad de un estilo de vida saludable, no deberíamos estar obsesionados si fracasamos al sentarnos a los pies de Jesús.
- Cualquier obstáculo que dificulte nuestra vista de Jesús no es bueno.

# Actitud Desafiante

- En la interacción de Cristo con los fariseos, Él constantemente desafiaba su actitud.
- Cristo no tuvo ninguna disputa en cuanto a la importancia del sábado.
- Más bien, Él se dirigió a las restricciones e invenciones que las convertían en una carga.

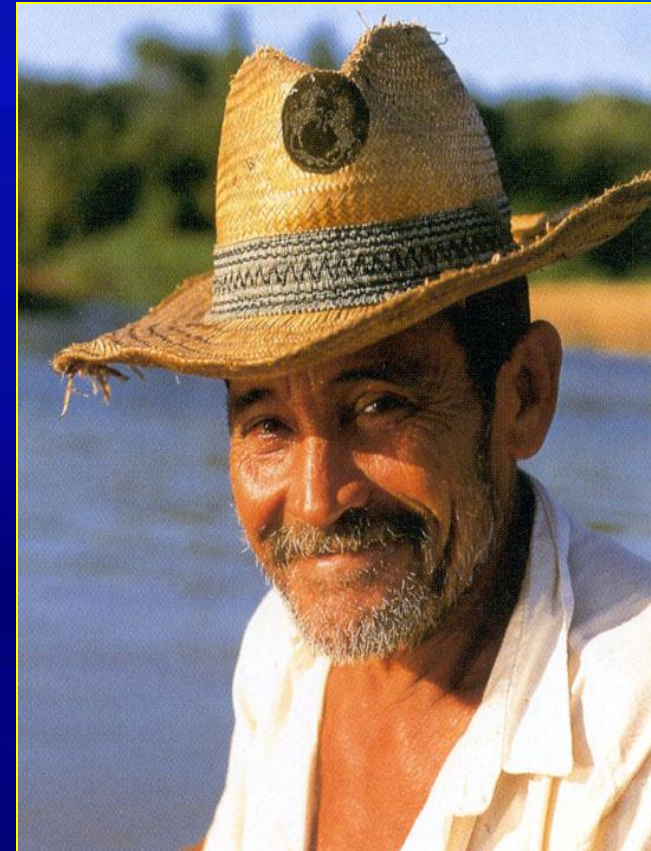
# Extraordinariamente Bendecida

- Nos damos cuenta de que muchos han sido extraordinariamente bendecidos, no debido a su habilidad sino como un don.
- De forma similar, algunos heredan una constitución más frágil que otros.



# La Condición Humana

- Hay miles de personas que, en su estilo de vida hacen todas las cosas lo mejor de acuerdo con su habilidad – y aún se enferman.
- Esto es una expresión de la condición humana.



# La Gran Mentira

- Algunos que adoptan la postura de que si pudieran vivir una vida perfecta, serían inmortales.
- Esta no es una postura bíblica.
- Esto representa la mentira de Satanás, "No moriréis"  
-(Génesis 3:4)



# Mayordomía, Dependencia, Agradecimiento

- Todos somos pecadores, mortales y todos moriremos.
- La reforma pro salud es una mayordomía de lo que tenemos.
- Hace énfasis en la dependencia y gratitud hacia Dios .

