

**“El servicio que
Dios reclama de
nosotros”**

Consejos sobre el Régimen Alimenticio

Sección I – Razones de la Reforma

Para la Gloria de Dios

1 Corintios 10:31

"Si, pues, coméis o bebéis o hacéis otra cosa, hacedlo todo para la gloria de Dios."

Testimonies

for the Church 3:164, 165 (1872)

Debe obtenerse conocimiento con respecto a cómo comer, beber y vestirse como para preservar la salud. La enfermedad es causada por la violación de las leyes de la salud; es el resultado de infringir las leyes de la naturaleza. Nuestro primer deber, un deber que tenemos para con Dios, hacia nosotros mismos y con nuestros semejantes, es obedecer las leyes de Dios, que incluyen las leyes de la salud.

Si estamos enfermos, imponemos una carga cansadora a nuestros amigos y nos descalificamos para cumplir nuestros deberes hacia la familia y los vecinos. Y cuando la muerte prematura es el resultado de nuestra violación de la ley natural, acarreamos dolor y sufrimiento a los demás; privamos a nuestros vecinos de la ayuda que debiéramos darles mientras vivimos; despojamos a nuestras familias del bienestar y la ayuda que debiéramos darles, y privamos a Dios del servicio que él reclama de nosotros para hacer progresar su gloria. ¿No somos, pues, transgresores de la ley de Dios en el peor sentido?

¿Por qué?

Testimonies for the Church

2:399, 400 (1870)

Es el propósito de Dios que los padres creyentes y sus hijos se presenten como representantes vivos de Cristo, candidatos para la vida eterna. Todos los que son participantes de la naturaleza divina escaparán a la corrupción que está en el mundo por la concupiscencia. Es imposible que los que gratifican el apetito alcancen la perfección cristiana.

Carta 120, 1901

El dejar de cuidar la maquinaria viviente es un insulto infligido al Creador. Existen reglas divinamente establecidas que, si se observan, guardarán a los seres humanos de la enfermedad y la muerte prematura.

Buscar la perfección

1 Corintios 6:19

“¿O ignoráis que vuestro cuerpo es templo del Espíritu Santo, el cual está en vosotros, el cual habéis recibido de Dios, y que no sois vuestros?”

Carta 73a, 1896

El organismo vivo es propiedad de Dios; le pertenece por el derecho que le confieren la creación y la redención. Por lo tanto, por el empleo equivocado de cualquiera de nuestras facultades, despojamos a Dios del honor que le debemos.

Nosotros nos preguntamos

Christian Temperance and Bible Hygiene, 41, 42; Counsels on Health, 107, 108 (1890).

Se nos concede una sola vida; y la pregunta que cada uno debe hacerse es: “¿Cómo puedo invertir mis facultades de manera que rindan el mayor provecho? ¿Cómo puedo hacer más para la gloria de Dios y el beneficio de mis semejantes?” Pues la vida es valiosa sólo en la medida en que se la usa para el logro de estos propósitos.

Nuestro primer deber hacia Dios y nuestros semejantes es el desarrollo individual. Cada facultad con que el Creador nos ha dotado debemos cultivarla hasta el más alto grado de perfección, para realizar la mayor suma de bien de la cual seamos capaces. Por tanto, está bien invertido el tiempo que se usa en la adquisición y la preservación de la salud física y mental. No podemos permitirnos empequeñecer o inhabilitar ninguna función del cuerpo o de la mente. Con la misma seguridad con que lo hagamos, deberemos sufrir las consecuencias.

¿Cómo?

El Ministerio de Curación, 77, 78 (1905)

Dios quiere que alcancemos el ideal de perfección hecho posible para nosotros por el don de Cristo. Nos invita a escoger el lado de la justicia, a ponernos en relación con los agentes celestiales, a adoptar principios que restaurarán en nosotros la imagen divina. En su Palabra escrita y en el gran libro de la naturaleza ha revelado los principios de la vida. Es tarea nuestra conocer estos principios y por medio de la obediencia cooperar con Dios en restaurar la salud del cuerpo tanto como la del alma.

Otra pregunta

“¿Cómo trataré yo, que pretendo ser un cristiano, la habitación que Dios me ha dado? ¿Trabajaré para lograr mi más alto bien temporal y espiritual al guardar mi cuerpo como templo para la morada del Espíritu Santo, o me abandonaré a las ideas y prácticas del mundo?”

Testimonies for the Church 6:369, 370 (1900).

Joyas de los Testimonios 3:358 (1909)

Debe haber una línea de separación entre los que sirven a Dios y los que se complacen a sí mismos.

Como cristianos

1 Corintios 9:24-25

“¿No sabéis que los que corren en el estadio, todos a la verdad corren, pero uno solo se lleva el premio? Corred de tal manera que lo obtengáis. Todo aquel que lucha, de todo se abstiene; ellos, a la verdad, para recibir una corona corruptible, pero nosotros, una incorruptible.”

La lección de Israel

El Ministerio de Curación, 216 (1905)

Si los israelitas hubiesen obedecido las instrucciones recibidas y aprovechado sus ventajas, hubieran dado al mundo una verdadera lección objetiva de salud y prosperidad. Si como pueblo hubieran vivido conforme al plan de Dios, habrían sido preservados de las enfermedades que afligían a las demás naciones. Más que ningún otro pueblo, hubieran tenido fuerza física e intelectual.

Debemos estar preparados

Testimonies for the Church

1:486, 487 (1867)

Me fue mostrado que la reforma pro salud es una parte del mensaje del tercer ángel, y está tan estrechamente relacionada con él como el brazo y la mano lo están con el cuerpo humano. Vi que como pueblo veremos efectuar un movimiento de avance en esta gran obra. Los ministros y el pueblo deben actuar de concierto. Los hijos de Dios no están preparados para el fuerte clamor del tercer ángel. Tienen una obra que hacer en favor de sí mismos que no deben dejar para que Dios la haga por ellos.

Un llamado

Carta 135, 1902

Necesitamos realizar cambios decididos. Es tiempo de que humillemos nuestro orgullo, nuestros corazones obstinados, y busquemos al Señor mientras pueda ser hallado. Como pueblo debemos humillar nuestros corazones delante de Dios; porque las cicatrices de la inconsecuencia se hallan en nuestra práctica.

El Señor nos exige que nos pongamos de acuerdo con su plan. El día casi ha pasado; la noche está por llegar. Ya se ven los juicios de Dios, tanto en tierra como por mar. No se nos otorgará un segundo tiempo de gracia. Esta no es una hora para hacer movimientos equivocados. Agradezca cada uno a Dios de que todavía tenemos una oportunidad para formar caracteres para la vida eterna futura.

**“La transgresión
y sus
consecuencias”**

Consejos sobre el Régimen Alimenticio

Sección II – El régimen
Alimenticio y la espiritualidad

La intemperancia como pecado

The Review and Herald, 25 de enero de 1881; Counsels on Health, 67.

Nadie que profese piedad considere con indiferencia la salud del cuerpo, y se haga la ilusión de que la intemperancia no es pecado, y que ésta no afectará su espiritualidad. Existe una estrecha simpatía entre la naturaleza física y la moral.

El Ministerio de Curación, 91 (1905)

En el caso de nuestros primeros padres, el deseo intemperante dio por resultado la pérdida del Edén. La templanza en todo tiene que ver con nuestra reintegración en el Edén más de lo que los hombres se imaginan.

Manuscrito 49, 1897

La transgresión de la ley física es la transgresión de la ley de Dios. Nuestro Creador es Jesucristo.

¿Cuál es el pecado?

Testimonies for the Church 4:417 (1880)

La excesiva complacencia en el comer, beber y dormir, así como en las cosas que se miran, es pecado. La acción armoniosa y saludable de todas las facultades del cuerpo y de la mente resulta en felicidad; y cuanto más elevadas y refinadas las facultades, más pura la felicidad.

Un cambio

Testimonies for the Church

2:70, 71 (1868)

Hermano mío, hermana mía, tiene Ud. una obra que hacer, que nadie puede hacer por Ud. Despierte de su letargo, y Cristo le dará vida. Cambie su forma de vivir, de comer, de beber, de trabajar. Mientras siga viviendo de la manera que lo ha hecho durante años, no podrá discernir claramente las cosas sagradas de las eternas. Sus sensibilidades resultan embotadas, y su intelecto entenebrecido. No ha estado creciendo en la gracia y en el conocimiento de la verdad como ha sido su privilegio hacerlo. No ha estado aumentando su espiritualidad, sino que ha estado entenebreciéndose más y más.

1 Corintios 10:31

"Si, pues, coméis o bebéis o hacéis otra cosa, hacedlo todo para la gloria de Dios."

Consecuencias

Joyas de los Testimonios 3:356, 357 (1909)

Dios exige que su pueblo progrese constantemente. Debemos aprender que la satisfacción de nuestros apetitos es el mayor obstáculo que pueda oponerse a nuestro progreso intelectual y a la santificación del alma. No obstante todo lo que profesamos en lo que concierne a la reforma pro salud, algunos de entre nosotros se alimentan mal.

El Sábado

El Ministerio de Curación, 237 (1905)

No debemos proveer para el sábado una cantidad de alimento más abundante ni variada que para los demás días. Por el contrario, el alimento debe ser más sencillo, y debe comerse menos para que la mente se encuentre despejada y vigorosa para entender las cosas espirituales. A estómago cargado, cerebro pesado. Pueden oírse las más hermosas palabras sin apreciarlas, por estar confusa la mente a causa de una alimentación impropia. Al comer con exceso en el día de reposo, muchos contribuyen más de lo que se figuran a incapacitarse para aprovechar los recursos de edificación espiritual que ofrece ese día.

Joyas de los Testimonios 1:196 (1868)

Necesitáis mentes claras y enérgicas para apreciar el carácter excelso de la verdad, para valorar la expiación y estimar debidamente las cosas eternas. Si seguís una conducta equivocada y erróneos hábitos de comer, y por ello debilitáis las facultades intelectuales, no estimáis la salvación y la vida eterna como para que os inspiren a conformar vuestras vidas con la de Cristo; ni haréis los esfuerzos fervorosos y abnegados para conformaros con la voluntad de Dios que su Palabra requiere, y que necesitáis para que os den la idoneidad moral que merecerá el toque final de la inmortalidad.

Testimonies for the Church

1:548, 549 (1867)

Algunos están satisfaciendo los apetitos carnales, que combaten contra el alma, y que son un obstáculo constante para su progreso espiritual.

Efectos sobre:

- La apreciación de la verdad
- El discernimiento y la decisión
- La influencia y la utilidad propias



