

# LA ULTIMA ADVERTENCIA PARA LA TIERRA

“A CADA NACION, REINO, LENGUA Y PUEBLO ...” APOCALIPSIS 14 : 6 - 12

## EL AMOR DE DIOS

¿Qué declara Dios que él es? “Dios es amor.” 1 Juan 4:8.

¿Cuán grande es el amor de Dios por el mundo? “Porque de tal manera amó Dios al mundo, que ha dado a su Hijo unigénito, para que todo aquel que cree en él, no perezca, sino que tenga vida eterna.” Juan 3:16.

¿En qué acto fue específicamente manifestado el amor de Dios? “En esto se mostró el amor de Dios para con nosotros, en que Dios envió a su Hijo unigénito al mundo, para que vivamos por medio de él.” 1 Juan 4:9.

¿Sobre cuántos derrama Dios sus bendiciones? “[Dios] has salir su sol sobre malos y buenos, y hace llover sobre justos e injustos.” Mateo 5:45.

En vista del gran amor de Dios, ¿qué podemos esperar con toda confianza? “El que no eximió ni a su propio Hijo, sino que lo entregó por todos nosotros, ¿cómo no nos dará también con él todas las cosas?” Romanos 8:32.

¿Cuál es la única palabra que expresa el carácter de Dios? “El que no ama no ha conocido a Dios, porque Dios es amor.” 1 de Juan 4:8.

¿Puede algo separar al verdadero hijo de Dios del amor de éste? “Porque estoy persuadido de que ni la muerte, ni la vida, ni ángeles, ni principados, ni potestades, ni lo porvenir, ni lo alto, ni lo profundo, ni ninguna otra cosa creada nos podrá separar del amor de Dios, que es en Cristo Jesús nuestro Señor.” Romanos 8:38-39.

¿A quién tributarán alabanza los santos por siempre? “Al que nos amó, y nos liberó de nuestros pecados con su sangre... a él sea la gloria y el dominio por los siglos de los siglos. Amén.” Apocalipsis 1:5-6.

¿Qué se ha dicho de la tierra compasión de Dios? “Mas tú, Señor, eres un Dios misericordioso y clemente, lento para la ira, y grande en misericordia y verdad.” Salmo 86:15.

¿Por qué Cristo nos dijo que amáramos a nuestros enemigos? “Pero yo os digo: Amad a vuestros enemigos, bendecid a los que os maldicen, haced bien a los que os aborrecen, y orad por los que os ultrajan y os persiguen; para que así lleguéis a ser hijos de vuestro Padre que está en los cielos, que hace salir su sol sobre malos y buenos, y que hace llover sobre justos e injustos.” Mateo 5:44-45.

## LA CAÍDA DEL HOMBRE

¿Cuándo entraron el pecado y la muerte en el mundo? “Por esta razón, así como el pecado entró en el mundo por medio de un solo hombre y la muerte por medio del pecado, así también la muerte pasó a todos los hombres, por cuanto todos pecaron.” Romanos 5:12.

¿Con cuáles palabras condenó Dios a Caín como pecador? “Si haces lo bueno, ¿no serás enaltecido? Pero si no haces lo bueno, el pecado está a la puerta... Y él [Dios] le dijo: ¿Qué has hecho? La voz de la sangre de tu hermano clama a mí desde la tierra. Ahora, pues, maldito seas tú de la tierra.” Gén. 4:7, 9-10.

¿Qué maldición adicional vino sobre este mundo como resultado del primer asesinato? “Cuando trabajas la tierra, ella no te volverá a dar su fuerza. Y serás errante y fugitivo en la tierra.” Génesis 4:12.

¿Cómo fue afectada la tierra misma y su vegetación como consecuencia del pecado? “Y al hombre dijo: — Porque obedeciste la voz de tu mujer y comiste del árbol del que te mandé diciendo: ‘No comas de él’, sea maldita la tierra por tu causa. Con dolor comerás de ella todos los días de tu vida; espinos y cardos te producirá, y comerás plantas del campo.” Génesis 3:17-18.

¿Qué se declara acerca del pecado? “Todo aquel que comete pecado, infringe también la ley; pues el pecado es infracción de la ley.” 1 Juan 3:4.

¿Qué precede a la manifestación del pecado? “Luego la baja pasión, después de haber concebido, da a luz el pecado; y el pecado, una vez llevado a cabo, engendra la muerte.” Santiago 1:15. “Y todo lo que no proviene de fe, es pecado.” Romanos 14:23.

¿Cuál es la paga del pecado? “Porque la paga del pecado es muerte.” Romanos 6:23. “Porque el día que de él comieres, ciertamente morirás.” Génesis 2:17. “El alma que peque, esa morirá.” Ezequiel 18:4.

¿Cómo puede el hombre escapar a esta pena de muerte? “Porque la paga del pecado es muerte; pero el don de Dios es vida eterna en Cristo Jesús, Señor nuestro.” Romanos 6:23.

## EL RESULTADO DEL PECADO Y LA NECESIDAD DE UN SALVADOR

¿Cómo describe la Biblia lo que es pecado? “Cualquiera que hace pecado, transgresa también la ley; pues el pecado es transgresión de la ley.” 1 John 3:4-5.

¿Cuál es el resultado de pecar intencionalmente? “Porque si pecáremos voluntariamente después de haber recibido el conocimiento de la verdad, ya no queda sacrificio por el pecado, sino una horrenda esperanza de juicio, y hervor de fuego que ha de devorar a los adversarios.” Hebreos 10:26-27.

¿Cuál es el resultado final del fruto del pecado? “Y cuando su mal deseo ha concebido, produce el pecado. Y el pecado, una vez cumplido, engendra la muerte.” Santiago 1:15.

¿Cómo puede el hombre escapar de esta penalidad? “Porque la paga del pecado es la muerte. Pero el don gratuito de Dios es la vida eterna en Cristo Jesús Señor nuestro.” Romanos 6:23.

¿A quién se concede este don? “Porque de tal manera Amó Dios al mundo, que ha dado a su Hijo unigénito, para que todo aquel que en él cree no se pierda, mas tenga vida eterna.” Juan 3:16.

¿Cómo se recibe este don? “El que cree en él no es condenado; pero el que no cree ya ha sido condenado, porque no ha creído en el nombre del unigénito Hijo de Dios.” Juan 3:18. “Pero a todos los que le recibieron, a los que creen en su nombre, les dio derecho de ser hechos hijos de Dios.” Juan 1:12.

## LA LEY DE DIOS

¿Cómo proclamó Dios Su ley a su pueblo? “Entonces Jehová os habló de en medio del fuego. Vosotros oísteis el sonido de sus palabras, pero aparte de oír su voz, no visteis ninguna imagen.” Deuteronomio 4:12. El os declaró su pacto, el cual os mandó poner por obra: Los Diez Mandamientos. Y los escribió en dos tablas de piedra.” Deuteronomio 4:13. Ver también Nehemías 9:13,14 y Exodo 20:1-17.

¿Cuán abarcan los diez Mandamientos? “La conclusión de todo el discurso oído es ésta: Teme a Dios y guarda sus mandamientos, pues esto es el todo del hombre.” Eclesiastés 12:13.

¿Cuál es la naturaleza de la ley de Dios? “De manera que la ley ciertamente es santa; y el mandamiento es santo, justo y bueno.” Romanos 7:12.

¿Qué muestra que los Diez Mandamientos, proclamados y escritos en el Monte Sinaí, son la ley de la libertad para todos los cristianos? “Por que cualquiera que guarda toda la ley pero ofende en un sólo punto se ha hecho culpable de todos. Por que el que dijo: No cometas adulterio, también dijo: No cometas homicidio. Y si no cometas adulterio, pero cometas homicidio, has hecho transgresor de la ley. Así hablad y así actuad, como quienes están a punto de ser juzgados por la ley de la libertad.” Santiago 2:10-12.

¿Puede una persona conocer a Dios y al mismo tiempo violar sus mandamientos? “El que dice: ‘Yo le conozco’ y no guarda sus mandamientos es mentiroso, y la verdad no está en él.” 1 Juan 2:4.

¿Y cómo podemos saber que amamos a nuestros hermanos? “En esto sabemos que amamos a los hijos de Dios, cuando amamos a Dios y guardamos sus mandamientos.” 1 Juan 5:2.



¿Qué es el amor de Dios? “Pues éste es el amor de Dios: que guardemos sus mandamientos; Y sus mandamientos no son gravosos.” 1 Juan 5:3.

¿Cómo trató Cristo los mandamientos de su Padre? “Si guardáis mis mandamientos, permaneceréis en mi amor; como yo también he guardado los mandamientos de mi Padre y permanezco en su amor.” Juan 15:10.

¿Si una profesa morar en Cristo, cómo debería andar? “El que dice que permanece en él debe andar como él anduvo.” 1 Juan 2:6.

¿Qué dijo Jesús acerca de su actitud hacia la ley? “No penséis que he venido para abrogar la ley o los profetas. No he venido para abrogar, sino para cumplir.” Mateo 5:17.

¿Qué enseñó él con respecto a la estabilidad de la ley? “De cierto os digo que hasta que pasen el cielo y la tierra, ni siquiera una jota ni una tilde pasará de la ley hasta que todo haya sido cumplido.” Mateo 5:18.

¿Cuán particular es Dios con respecto a la conducta cristiana? “Porque cualquiera que guarda toda la ley pero ofende en un solo punto se ha hecho culpable de todos.” Santiago 2:10-12.

## LA LEY Y EL EVANGELIO

¿Cuál es el propósito de la Ley? “Porque por las obras de la ley nadie será justificado delante de él; pues por medio de la ley viene el reconocimiento del pecado.” Romanos 3:20.

¿Qué es el Evangelio? “Porque no me avergüenzo del evangelio; pues es poder de Dios para Salvación a todo aquel que cree, al judío primero y también al griego.” Romanos 1:16.

¿Cuál es la promesa de Cristo en el nuevo pacto? “Pero ahora Jesús ha alcanzado un ministerio sacerdotal tanto más excelente por cuanto él es mediador de un pacto superior, que ha sido establecido sobre promesas superiores. Porque si el primer pacto hubiera sido sin defecto, no se habría procurado lugar para un segundo. Porque repren diéndoles dice: ‘He aquí vienen días, dice el Señor, en que concluiré con la casa de Israel y con la casa de Judá un nuevo pacto; no como el pacto que hice con sus padres en el día en que los tomé para sacarlos de la tierra de Egipto; porque ellos no permanecieron en mi pacto, y yo dejé de preocuparme por ellos,’ dice el Señor. ‘Por que éste es el pacto que haré con la casa de Israel después de aquellos días, dice el Señor; ‘Pondré mis leyes en la mente de ellos y en sus corazones las inscribiré; Y yo seré para ellos su Dios, y para mí ellos serán mi pueblo.’” Hebreos 8: 6-10.

¿Por qué la mente carnal es enemistad contra Dios? “Pues la intención de la carne es enemistad contra Dios; porque no se sujeta a la ley de Dios, ni tampoco puede.” Romanos 8:7.

¿Puede el hombre por sí mismo, sin la ayuda de Cristo, obedecer la ley de Dios? “Yo soy la vid, vosotros las ramas. El que permanece en mí y yo en él, éste lleva mucho fruto. Pero separados de mí, nada podéis hacer.” Juan 15:5. Ver también Romanos 7:14-19.

¿Quién, dijo Jesús, entrará en el reino de los cielos? “No todo el que me dice ‘Señor, Señor’ entrará en el reino de los cielos, sino el que hace la voluntad de mi Padre que está en los cielos.” Mateo 7:21.

¿Cómo serán los hombres juzgados en relación con los mandamientos de Dios? “Por lo tanto, cualquiera que quebranta el más pequeño de estos mandamientos y así enseña a los hombres, será considerado el más pequeño en el reino de los cielos. Pero cualquiera que los cumple y los enseña, éste será considerado grande en el reino de los cielos.” Mateo 5:19.

¿Será que el creyente puede seguir pecando después de la gracia? “¿Qué, pues, diremos? ¿Permaneceremos en el pecado para que abunde la gracia? ¡De ninguna manera! Porque los que hemos muerto al pecado, ¿Cómo viviremos todavía en él?” Romanos 6:1-2.

¿Cuál versículo de las Escrituras destruye toda esperanza de salvación por las obras? “Porque por las obras de la ley nadie será justificado delante de él; pues por medio de la ley viene el reconocimiento del pecado.” Romanos 3:20.

¿De qué modo son justificados los que creen en Jesucristo? “Siendo justificados gratuitamente por su gracia, mediante la redención que es en Cristo Jesús.” Romanos 3:24.

¿Que interpretación espiritual le dio Cristo al sexto y séptimo mandamientos? “Habéis oído que fue dicho a los antiguos: No cometerás homicidio; y cualquiera que comete homicidio será culpable en el juicio. Pero yo os digo que todo el que se enoja con su hermano será culpable en el juicio. Cualquiera que le llama a su hermano ‘necio’ será culpable ante el Sanedrín; y cualquiera que le llama ‘fatuo’ será expuesto al infierno de fuego.” Mateo 5:21-22. “Habéis oído que fue dicho: No cometerás adulterio. Pero yo os digo que todo el que mira a una mujer para codiciarla ya adulteró con ella en su corazón.” Versículos 27-28.

## LA SEGUNDA VENIDA DE CRISTO

¿Qué promesa hace Cristo concerniente a su venida? “No se turbe vuestro corazón. Creéis en Dios; creed también en mí. En la casa de mi Padre muchas moradas hay. De otra manera, os lo hubiera dicho. Voy, pues, a preparar lugar para vosotros. Y si voy y os preparo lugar, vendré otra vez y os tomaré conmigo; para que donde yo esté, vosotros también estéis.” Juan 14:1-3.

¿Qué sigue a las señales de la venida de Cristo? “Entonces verán al Hijo del Hombre viniendo en una nube, con poder y gran gloria.” Lucas 21:27.

¿Crearé una falsa seguridad el hablar de la paz mundial? “Primeramente, sabed que en los últimos días vendrán burladores, quienes procederán según sus bajas pasiones, y dirán: ‘¿Dónde está la promesa de su venida? Porque desde el día en que nuestros padres durmieron todas las cosas siguen igual, así como desde el principio de la creación.’” 2 Pedro 3:4.

“Porque vosotros mismos sabéis perfectamente bien que el Día del Señor vendrá como ladrón en la noche; que cuando digan: ‘Paz y seguridad’, entonces vendrá la destrucción de repente sobre ellos, como vienen los dolores sobre la mujer que da a luz; y de ninguna manera escaparán. Pero vosotros, hermanos, no estáis en tinieblas, como para que aquel día os sorprenda como un ladrón.” 1 Tesalonicenses 5:2-4.

En el momento de su ascensión, ¿Cómo fue prometida la segunda venida de Cristo? “Y como ellos estaban fijando la vista en el cielo mientras él se iba, he aquí dos hombres vestidos de blanco se presentaron junto a ellos, y les dijeron: — Hombres galileos, ¿por qué os quedáis de pie mirando al cielo? Este Jesús, quien fue tomado de vosotros arriba al cielo, vendrá de la misma manera que lo habéis visto ir al cielo.” Hechos 1:10-11.

¿Estarán todos los habitantes de la tierra listos para recibir a Cristo? “He Aquí que viene con las nubes, y todo ojo lo verá; aun los que le traspasaron. Todas las tribus de la tierra harán lamentación por él. ¡Sí, amén!” Apocalipsis 1:7. “Y los reyes de la tierra, los magnates... decían a los montes y a las peñas: Caed sobre nosotros, y escondednos del rostro del que está sentado sobre el trono, y de la ira del Cordero.” Apocalipsis 6:15-16.

¿Será la segunda venida de Cristo un tiempo de recompensa? “Porque el Hijo del Hombre ha de venir en la gloria de su Padre con sus ángeles, y entonces recompensará a cada uno conforme a sus hechos.” Mateo 6:27. “He Aquí vengo pronto, y mi recompensa conmigo, para pagar a cada uno según sean sus obras.” Apocalipsis 22:12.

¿A quién se le promete la salvación cuando Cristo aparezca? “Así también Cristo fue ofrecido una sola vez para quitar los pecados de muchos. La segunda vez, ya sin relación con el pecado, aparecerá para

salvación a los que le esperan.” Hebreos 9:28.

**¿Qué influencia tiene esta esperanza en nuestras vidas?** “Amados, ahora ya somos hijos de Dios. Y aunque no se ve aún lo que hemos de ser, sabemos que cuando Cristo aparezca, seremos semejantes a él, porque lo veremos como es él. Todo el que tiene esta esperanza en él, se purifica así como él es puro.” 1 de Juan 3:2-3.

**¿Cuándo recibirá Pablo su recompensa?** “Por lo demás, me está reservada la corona de justicia, la cual me dará el Señor, el Juez justo, en aquel día. Y no sólo a mí, sino también a todos los que han amado su venida.” 2 Timoteo 4:8.

## MANERA EN QUE VENDRA CRISTO

En el momento de su ascensión, ¿cómo dijeron los ángeles que regresaría Cristo? “Después de decir esto, y mientras ellos le veían, él fue elevado; y una nube le recibió ocultándole de sus ojos. Y como ellos estaban fijando la vista en el cielo mientras él se iba, he aquí dos hombres vestidos de blanco se presentaron junto a ellos, y les dijeron: Hombres galileos, ¿por qué os quedáis de pie mirando al cielo? este Jesús, quien fue tomado de vosotros al cielo, vendrá de la misma manera como le habéis visto ir al cielo.” Hechos 1:9-11.

**¿Cómo dijo Cristo que volvería?** “Porque el Hijo del Hombre ha de venir en la gloria de su Padre con sus ángeles, y entonces recompensará a cada uno conforme a sus hechos.” Mateo 16:27. “Entonces se manifestará la señal del Hijo del Hombre en el cielo, y en ese tiempo harán duelo todas las tribus de la tierra, y verán al Hijo del Hombre viniendo sobre las nubes del cielo con poder y gran gloria.” Mateo 24:30.

**¿Qué advertencia ha dado Cristo con respecto a puntos de vista falsos?** “Entonces, si alguien os dice: ‘Mirad, aquí está el Cristo’, o ‘está acá’, no le creáis. Porque se levantarán falsos cristos y falsos profetas, y darán grandes señales y maravillas de tal manera que engañarán, de ser posible, aun a los escogidos. ¡Mirad! Os lo he dicho de antemano. Así que, si os dicen: ‘Mirad, está en el desierto’, no salgáis; o ‘Mirad, está en las habitaciones interiores’, no lo creáis.” Mateo 24:23-26.

**¿Cuán visible será la venida de Cristo?** “Porque así como el relámpago sale del oriente y se muestra hasta el occidente, así será la venida del Hijo del Hombre.” Mateo 24:27.

**¿Qué ocurre al sonido de la trompeta?** “Porque el Señor mismo descenderá del cielo con aclamación, con voz de arcángel y con trompeta de Dios; y los muertos en Cristo resucitarán primero.” 1 Tesalón. 4:16.

**¿Qué gran separación tendrá lugar en ese gran día?** “Cuando el Hijo del Hombre venga en su gloria y todos los ángeles con él, entonces se sentará sobre el trono de su gloria; y todas las naciones serán reunidas delante de él. Él separará los unos de los otros, como cuando el pastor separa las ovejas de los cabritos.” Mateo 25:31-32.

**¿Qué les dirá a aquellos que se encuentre a su derecha?** “Entonces el Rey dirá a los de su derecha: ¡Venid, benditos de mi Padre! Heredad el reino que ha sido preparado para vosotros desde la fundación del mundo.” Mateo 25:34.

**¿Qué les dirá a aquellos que se encuentren a su izquierda?** “Entonces dirá también a los de su izquierda: Apartaos de mí, malditos, al fuego eterno preparado para el diablo y sus ángeles.” Mateo 25:41.

**¿Qué será el Señor para su pueblo en ese día?** “Jehová rugirá desde Sión, y dará su voz desde Jerusalén, y temblarán los cielos y la tierra; pero Jehová será la esperanza de su pueblo, y la fortaleza de los hijos de Israel.” Joel 3:16. Véase Jeremías 25:30,31; Hageo 2:21; Hebreos 12:26; Salmo 91:5-10.

**¿Cómo se expresa Pablo acerca de esta venida?** “Así también Cristo fue ofrecido una sola vez para quitar los pecados de muchos. La segunda vez, ya sin relación con el pecado, aparecerá para salvación a los que le esperan.” Hebreos 9:28.

**¿Qué texto enfoca en forma definitiva el milenio?** “Y vi tronos, y se sentaron sobre ellos los que recibieron la facultad de juzgar...y volvieron a la vida y reinaron con Cristo mil años.” Apocalipsis 20:4.

**¿Qué ocurrirá con los ímpios que estén vivos cuando Cristo regrese?** “Como fue en los días de Noé, así también será en los días del Hijo del Hombre. Comían, bebían, se casaban y se daban en casamiento, hasta el día en que entró Noé en el arca, y vino el diluvio y los destruyó a todos. Asimismo como sucedió en los días de Lot... el día en que Lot salió de Sodoma, llovió del cielo fuego y azufre, y los destruyó a todos. Lo mismo será el día en que el Hijo del Hombre se manifieste.” Lucas 17:26-30.

## ¿DONDE ESTAN LOS MUERTOS?

**¿Con qué simbolismo representa la Biblia a la muerte?** “Tampoco queremos, hermanos, que ignoréis acerca de los que duermen, para que no os entristezcáis como los demás que no tienen esperanza.” 1 Tesalonicenses 4:13. “En tal caso, también los que han dormido en Cristo han perecido.” 1 Corintios 15:18. “Pero ahora, Cristo sí ha resucitado de entre los muertos, como primicias de los que durmieron.” 1 Corintios 15:20. Véase Juan 11:11-14. “Y muchos de los que duermen en el polvo de la tierra serán despertados, unos para vida eterna y otros para vergüenza y eterno horror.” Daniel 12:2. Véase Eclesiastés 3:20; 9:10.

**¿Están en el cielo los justos muertos?** “Porque David no subió a los cielos, pero él mismo dice: El Señor dijo a mi Señor: ‘Siéntate a mi diestra’.” Hechos 2:34. “No alaban a Jehová los muertos, ni cuantos desciendo al silencio.” Salmo 115:17.

**¿Cuándo uno muere, ¿cuánto sabe acerca de Dios?** “Porque en la muerte no hay memoria de ti; ¿quién te alabará en el Seol?” Salmo 6:5.

**¿Cuándo uno está muerto, ¿cuánto sabe acerca de su familia?** “Si sus hijos alcanzan honra, él no lo sabrá. Y si llegan a ser empujeados, él no lo comprenderá.” Job 14:21.

**¿Qué sucede con los pensamientos del hombre cuando éste muere?** “Su Espíritu ha de salir, y él volverá al polvo. En aquel día perecerán sus pensamientos.” Salmo 146:4.

**¿Saben algo los muertos?** “Porque los que viven saben que han de morir, pero los muertos no saben nada, ni tienen más recompensa, pues la memoria de ellos es puesta en el olvido.” Eclesiastés 9:5.

**¿Toman parte los muertos en las cosas que pasan en este mundo?** “También han desaparecido su amor, su odio y su envidia. Ya no tienen parte en este mundo, en todo lo que se hace debajo del sol.” Ecles. 9:6.

**¿Cuándo se lleva a cabo la resurrección de los justos en Cristo?** “Porque el Señor mismo descenderá del cielo con aclamación, con voz de Arcángel y con trompeta de Dios; y los muertos en Cristo resucitarán primero.” 1 Tesalonicenses 4:16.

**¿Cómo resultado de la caída del hombre, ¿qué vino sobre él?** “Porque así como en Adán todos mueren, así también en Cristo todos serán vivificados.” 1 Corintios 15:22. “Por esta razón, así como el pecado entró en el mundo por medio de un solo hombre y la muerte por medio del pecado, así también la muerte pasó a todos los hombres, por cuanto todos pecaron.” Romanos 5:12.

**¿En qué condición se encuentra el hombre mientras está muerto?** “Todo lo que te venga a la mano para hacer, hazlo con empeño. Porque en el Seol, a donde vas, no hay obras, ni cuentas, ni conocimiento, ni Sabiduría.” Eclesiastés 9:10.

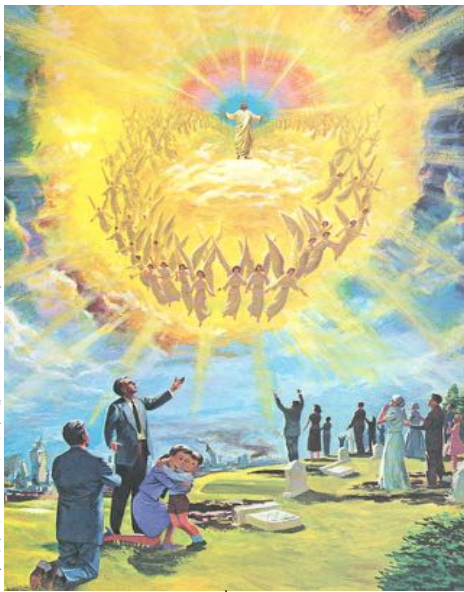
**¿Qué voz resucita a los muertos (justos e ímpios)?** “No os asombréis de esto, porque vendrá la hora cuando todos los que están en los sepulcros oírán su voz y saldrán, los que hicieron el bien para la resurrección de vida, pero los que practicaron el mal para la resurrección de condenación.” Juan 5: 28-29.

**¿Con qué palabras es expresado el último triunfo sobre la muerte y sobre la tumba?** “¿Dónde está, oh muerte, tu aguijón? ¿Dónde, oh sepulcro, tu victoria?” 1 Corintios 15:55.

**¿Cómo serán los cuerpos de los justos después de la resurrección?** “Porque nuestra ciudadanía está en los cielos, de donde también esperamos ardentemente al Salvador, el Señor Jesucristo. El transformará nuestro cuerpo de humillación para que tenga la misma forma de su cuerpo de gloria, según la operación de su poder, para sujetar también a sí mismo todas las cosas.” Filipenses 3: 20-21.

## LA BUENA SALUD

**¿Cuál fue el deseo de Juan para Gavvo?** “Amado, mi oración es que seas prosperado en todas las cosas y



que tengas salud, así como prospera tu alma.” 3 Juan 1:2.

**¿Por qué debe ser preservada la salud del cuerpo?** “Pues habéis sido comprados por precio. Por tanto, glorificad a Dios en vuestro cuerpo.” 1 Corintios 6:20.

**¿Qué se ha dicho que debe ser el cuerpo del creyente?** “¿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?” 1 Cor. 6:19.

**¿Qué efecto tiene la alegría sobre la salud del cuerpo?** “El corazón alegre trae sanidad, pero un espíritu abatido seca los huesos.” Proverbios 17:22.

**¿Cómo proveyó el Señor descanso para sus discípulos?** “Él les dijo: Venid vosotros aparte a un lugar desierto, y descansad un poco. Porque eran muchos los que iban y venían, y ni siquiera tenían oportunidad para comer.” Marcos 6:31.

**¿Cómo somos exhortados a presentar nuestros cuerpos a Dios?** “Así que, hermanos, os ruego por las misericordias de Dios que presentéis vuestros cuerpos como sacrificio vivo, santo y agradable a Dios, que es vuestro culto racional.” Romanos 12:1.

**¿Qué elevado propósito debería controlar nuestros hábitos en la vida?** “Por tanto, ya sea que comáis o bebáis, o que hagáis otra cosa, hacedlo todo para la gloria de Dios.” 1 Corintios 10:31.

**¿Qué advertencia es dada contra aquellos que guían a otros hacia la intemperancia?** “¿Ay del que dá de beber a su compañero del cáliz de su ira, y lo embriaga para mirar su desnudez!” Habacuc 2:15.

**¿Pueden los borrachos entrar en el reino de Dios?** “¿No sabéis que los injustos no heredarán el reino de Dios? No os engaños: que ni los fornicarios, ni los idólatras, ni los adúlteros, ni los afeminados, ni los homosexuales, ni los ladrones, ni los avaros, ni los borrachos, ni los calumniadores, ni los estafadores, heredarán el reino de Dios. (1 Corintios 6:9-10). Jamás entrará en ella cosa impura o que hace

abominación y mentira, sino solamente los que están inscritos en el libro de la vida del Cordero.” Apocalipsis 21:27.

**¿Cuál es uno de los resultados malos de la intemperancia?**

“No estés con los bebedores de vino, ni con los comedores de carne. Porque el bebedor y el comilón empobrecerán, y el dormitar hará vestir harapos.” Prov. 23:20-21.

**¿Cuál fue el alimento original provisto para el hombre?** “Dios dijo además: He Aquí que os he dado toda planta que da semilla que está sobre la superficie de toda la tierra, y todo árbol cuyo fruto lleva semilla; ellos os servirán de alimento.” Génesis 1:29.

## 8 PRINCIPIOS SOBRE SALUD

**1. Aire Fresco** — “Y llamó Dios a la expansión ‘Cielos’” (Génesis 1:8). El elemento más esencial para sostener la vida es el oxígeno. El aire fresco fortalece los órganos vitales y ayuda al sistema a deshacerse por sí mismo de las impurezas acumuladas. También brinda vida a la piel y tiene una decidida influencia sobre la mente. El aire fresco contiene iones negativos, los cuales ayudan al sistema inmunológico a pelear contra las enfermedades. La deficiencia de aire fresco causa problemas específicos, tales como: fiebres, resfriados y enfermedades de los pulmones.

**2. Luz del Sol** — “E hizo Dios las dos grandes lumbreras; la lumbrera mayor para que señorease en el día” (Génesis 1:16). Cada ser vivo en nuestro mundo depende de la luz del sol. Sin ella nada podría vivir. Los siguientes descubrimientos muestran los beneficios derivados del sol: disminuye el azúcar de la sangre e igualmente la presión sanguínea; disminuye el colesterol convirtiéndolo en vitamina D; hace que el calcio y el fósforo sean utilizados; aumenta los globulos rojos igualmente que los blancos; fortalece el sistema inmunológico; calma los nervios y aumenta la secreción de adrenalina; destruye los microbios de la piel; reinvierte la ictericia; fomenta la circulación; y ayuda a eliminar pesticidas y otros químicos que pueden estar en el sistema.

**3. Temperancia** — “Y Jehová Dios hizo nacer de la tierra todo árbol delicioso a la vista, y bueno para comer.” Génesis 2:9. La verdadera temperancia nos enseña a abstenernos completamente de todo aquello que pueda ser perjudicial, lo cual incluye el alcohol, tabaco y el uso de narcóticos. El alcoholismo ha arruinado muchas familias, ya sea por el abuso en las relaciones familiares causadas por sus efectos, o por los accidentes automovilísticos. Una ley estipulada por el Congreso de los Estados Unidos declara que el siguiente mensaje debería de aparecer en todas las cajetillas de cigarrillos: Advertencia: el cirujano general ha determinado que el fumar cigarrillo es peligroso para su salud. Probablemente el efecto más serio al fumar es el daño hecho a los pulmones por los carcinógenos, el cáncer es causado por unas sustancias que se producen cuando el tabaco se quema.

La gente usa drogas porque son curiosos y quieren experimentar grandes emociones, o porque son presionados por otros que carecen de valores morales y tienen una vida vacía, o porque las drogas están fácilmente disponibles. Sin embargo, muchos de esos usuarios “ocasionales” se vuelven usuarios habituales o drogadictos, cuya vida entera gira alrededor de la escena de las drogas. Estos drogadictos creen que no pueden funcionar separados de las drogas y eventualmente gastan todas sus energías para obtenerlas y usarlas, llegando incluso a cometer crímenes para poder mantener esa clase de vida.

**4. Descanso** — “Y acabó Dios en el día séptimo la obra que hizo.” Génesis 2:2. Durante un día de trabajo y actividad, se acumulan toxinas en nuestro sistema, las cuales no pueden ser desechadas inmediatamente. Estas toxinas producen esa fatiga tan bien conocida que se siente al final del día. El dormir le da al cuerpo tiempo para expulsar desechos y hacer reparaciones.

**5. Ejercicio** — “Tomó, pues, Jehová Dios al hombre, y lo puso en el huerto de Edén, para que lo labrara y lo guardase. Génesis 2:15. Manteniéndonos en buena salud física contribuimos a la buena salud mental. El ejercicio puede hacer una diferencia en la manera como se siente acerca de sí mismo, en la manera como enfrenta sus problemas y en su bienestar general. El corazón y otros músculos son fortalecidos cuando trabajan fuerte, de esta manera le ayudan a aliviar la tensión o estrés. Sus huesos se vuelven más fuertes y la presión de la sangre baja, su estado de ánimo mejora y puede dormir mucho mejor.

**6. Agua** — “Y salía de Edén un río para regar el huerto.” Génesis 2:10. El cuerpo requiere agua constantemente. La mayoría de esta agua es reciclada por el cuerpo mismo. Sin embargo debe de haber un reemplazo de ocho vasos de agua por día. La limpieza del material de desecho es una tarea diaria del cuerpo, no solamente de sus propios desechos sino también del constante bombardeo de gérmenes y virus, igualmente de los químicos y drogas de la sociedad moderna. Si el cuerpo no es limpiado meticulosamente, se ve forzado a colapsar. El agua es el mejor líquido para limpiar los tejidos.

**7. Nutrición** — “Y dijo Dios: He aquí que os he dado toda planta que da semilla... y todo árbol en que hay fruto y que da semilla; os serán para comer.” Génesis 1:29. La nutrición apropiada es vital para una buena salud. Los alimentos que están privados de vitalidad no puede suplir las vitaminas y minerales que le faltan al cuerpo. Por esta razón es de mucha importancia el que escojamos sabiamente la comida que es puesta sobre nuestra mesa. Vegetales y frutas deberían de ser la mayor proporción de nuestras comidas, juntamente con los cereales de granos enteros, frijoles, legumbres y semillas. De nuestra comida obtendremos todos los elementos esenciales para una buena salud: vitaminas, minerales, agua, carbohidratos, proteínas, grasa y fibra.

**8. Confianza en el Poder Divino** — “Fíate de Jehová de todo tu corazón, y no te apoyes en tu prudencia... y eso traerá salud a tu cuerpo y fortaleza a tus huesos.” Proverbios 3:5-8. Las personas están bajo estrés cuando sus emociones afectan la manera de como se sienten físicamente. El estrés nos puede atacar en diferentes maneras: Podemos sentirnos cansados y sin la motivación para hacer nada, como también estar temerosos, débiles, de mal humor, desanimados o con dificultad para concentrarnos. Jesús nos enseñó que debemos relajarnos y confiar en Dios (Mateo 6:25). “La paz os dejo, mi paz os doy... no se turbe vuestro corazón ni tenga miedo.” Juan 14:27.

Dios es nuestro Gran Médico: “Pero sin fe es imposible agradar a Dios; porque es necesario que el que se acerca a Dios crea que le hay, y que es galardónador de los que le buscan” (Hebreos 11:6). “Si oyeres 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.” Exodo 15:26.