

Matutina para Adolescentes | Jueves 09 de Mayo de 2024 | Vivir +

Descripción



Vivir +

«El ladrón viene solamente para robar, matar y destruir; pero yo he venido para que tengan vida [¿?] en abundancia» (Juan 10:10).

UNA INVESTIGACIÓN SOBRE LAS REGIONES MÁS longevas del mundo inspiró al periodista Dan Buettner a conocer estos lugares y entrevistar a sus habitantes. De las cinco «Zonas Azules» (nombre dado por el periodista a las regiones encontradas), una está en la ciudad de Loma Linda, California.

Esta ciudad tiene una gran concentración de adventistas del séptimo día, los cuales tienen una esperanza de vida 10 años superior a la media de los estadounidenses.

Dan atribuye la gran longevidad de los adventistas a la observancia del sábado y al estilo de vida caracterizado por los ocho remedios naturales.

- Ingesta regular de agua
- Alimentación saludable
- Temperancia
- Confianza en Dios
- Ejercicio físico
- Aire puro
- Luz solar
- Descanso

Dios está preparando en el cielo un hogar para todos sus hijos, donde no habrá más muerte ni dolor. Pero mientras todavía estamos en la tierra, Él quiere que todos tengamos vida, y VIDA PLENA. Por eso Dios también se preocupa por nuestra salud.

En la Biblia, encontramos varias instrucciones sobre la salud pública (Levítico 12-15) y la alimentación (Levítico 11). En el Nuevo Testamento, tenemos el llamado a hacerlo todo para la gloria de Dios, lo cual incluye comer y beber (1 Corintios 10: 31).

El sábado también fue hecho para el hombre (Marcos 2: 27), para que pudiéramos tener un tiempo especial de relacionamiento con Dios y descansar del trabajo. Y, a lo largo de su Palabra, podemos encontrar referencias a los ocho remedios naturales que Él proveyó para que pudiéramos tener una vida más saludable. ¿Qué te parece experimentar los beneficios de estos consejos bíblicos y vivir una vida plena?

En los próximos días, aprenderemos un poco más sobre cada uno de los ocho remedios naturales y lo que pueden hacer por nuestra salud. ¡Mantente atento!