



Flickr/penguinoK

¿Cómo está su dieta espiritual?

¡Usted es lo que come!

- Stephen Flurry
- [19/1/2017](#)

Punzadas de hambre. Es lo que la mayoría de nosotros siente primero en la mañana. Y pocas horas después de comer un desayuno abundante, volvemos a tener hambre. Omita un par de comidas y su energía baja inmediatamente. Siga sin sustento físico el tiempo suficiente, y su cuerpo empieza a colapsar.

Hay una razón por la que nuestros cuerpos necesitan *serregularmente* reforzados y revitalizados con alimento físico. Existe una razón por la que las punzadas de hambre son los deseos más fuertes y más frecuentes que tenemos en la vida.

Dios usa esta realidad física para enseñarnos que la fuerza y la salud espirituales requieren una dieta balanceada de alimentos *espiritual* nutritivo.

En su peregrinación por el desierto, los israelitas dependían totalmente de Dios, incluso para el alimento *físico*. En Éxodo 16:4, Dios les dijo que él haría llover maná del cielo cada día en cierta medida para "probarlos", para ver si ellos obedecerían Sus leyes.

¡El sustento *físico* de los israelitas fue un milagroso regalo de Dios! Dios lo proporcionó, pero ellos tenían que salir y recogerlo diariamente, y después trabajar preparándolo para su consumo. Números 11:8 dice que lo molían y hacían panes con él. ¡Este era un proceso largo y laborioso; y **ABSOLUTAMENTE VITAL** para su salud y bienestar físico!

Jesús nos dijo *por qué* Dios dispuso que ellos lo hicieran así. ¡Fue para nuestro aprendizaje! Jesús dijo: "Trabajad, no por la comida que perece, sino por la comida que a vida eterna permanece, la cual el Hijo del Hombre os dará..." (Juan 6:27). Él explicó que mientras el Israel antiguo comió "pan del cielo", nosotros hoy debemos consumir el maná espiritual del cielo: Jesucristo, el pan de vida (versículos 31, 35).

En otra parte de las escrituras, Jesús es llamado *el Verbo*; también el Verbo DE VIDA (vea Juan 1:1 y 1 Juan 1:1) La Biblia es ese mismo Verbo de Dios, en forma *impresa*. "Las palabras que yo os he hablado, son espíritu y SON VIDA" (Juan 6:63). Este es el maná que necesitamos diariamente. Reunir y preparar estas preciosas palabras vivificantes para nuestro consumo espiritual requiere de un trabajo laborioso. Pero bien vale la pena el esfuerzo. Después de todo, ¡esta es comida que "a vida eterna permanece"!

¿Está usted llenándose de este alimento que salva vidas? Jesús dijo: "Bienaventurados los que tienen HAMBRE y SED de justicia: porque ellos *serán saciados*" (Mateo 5:6). La palabra griega *saciado* significa satisfacer; ¡atiborrarse! Si nosotros nos llenamos de ESTO, *nunca* vamos a tener hambre.

En uno de sus primeros artículos, Herbert W. Armstrong escribió acerca del fracaso de las iglesias en enfrentar los problemas que aquejan a

nuestros jóvenes. Él dijo que las iglesias *solían* ser una influencia de equilibrio y moderación para la gente joven. Pero en 1927, El Sr. Armstrong escribió que el sermón promedio era soso y aburrido, carente del poder del fuego espiritual. Como resultado, ¡los jóvenes estaban renunciando a la religión!

Por supuesto, otros factores han contribuido a menguar el interés de los jóvenes en la Biblia, como la falta de disciplina, la influencia negativa de la educación moderna, y la influencia del mundo. Pero cuando los predicadores sucumben a estas presiones sociales y diluyen la verdad de Dios, escribió el Sr. Armstrong, ¡las cosas se ponen mucho peor!

El apóstol Pablo le dijo a su evangelista Tito que para convencer a los que “contradicen”, él necesitaba usar “sana enseñanza” (Tito 1:9). Él quería que Tito les diera algo saludable y nutritivo; a lo que pudieran hincarle el diente. Eso es lo que la palabra *sana* significa en ese versículo: estar *saludable* y en buen estado de funcionamiento. Esto es lo que las familias y congregaciones necesitan desesperadamente para estar saludables y en buena forma: una doctrina fuerte y buena (vea también Hebreos 5:12-14).

En 1 Timoteo 4:8, Pablo también escribió que aunque el ejercicio físico es provechoso por un corto tiempo, “la piedad ~~PARA~~ TODO aprovecha”. De la misma forma como se requiere una dieta saludable y ejercicio regular para mantener la salud física, también se requiere una dieta constante de doctrina nutritiva y ejercicios espirituales para mantener una vibrante salud espiritual.

“Si esto enseñas a los hermanos, serás buen ministro de Jesucristo, nutrido con las palabras de la fe y de la buena doctrina que has seguido” (versículo 6). Dios dice que somos *nutridos, fortalecidos y hechos saludables* por LAS PALABRAS DE FE Y BUENA DOCTRINA.

“Amado, yo deseo que tú seas prosperado en todas las cosas, y que tengas salud, así como prospera tu alma” (3 Juan 2). *Quedengas salud* viene de la misma palabra griega traducida “sana” en Tito 1:9. De nuevo Dios usa la salud física para simbolizar nuestra salud espiritual.

Cuando quebrantamos las leyes físicas, siempre pagamos un precio en enfermedad, heridas o muerte. El castigo por el pecado *espiritual* es la muerte eterna (Romanos 6:23), acompañado de su respectiva dolencia y enfermedad. Jesús enseñó que si usted está saludable, no necesita un médico. El enfermo y débil es quien necesita ser sanado, dijo Él (Mateo 9:12-13).

Compare esto con Jeremías 17, donde dice que el corazón humano es malvado y engañoso. ¡El profeta describe el corazón del hombre como algo sin vida y enfermo! *¡Esto es lo que somos, aparte de Dios!* Por eso necesitamos ser sanados por la sangre de Jesucristo, y luego ser sustentados por Sus palabras vivificantes (Efesios 5:26).

Tenga hambre de las nutritivas palabras de Dios cada día. Que lo primero que haga en la mañana sea llenarse de ellas. Y siga regresando por más. Como dijo Jesús en Juan 6:58: “¡El que come de este pan, vivirá ETERNAMENTE!” ■