

*Preguntas y Respuestas
de Dios
para Su pueblo.*

Daisy Escalante

08-08-2021

1) Pregunta de Hermana L:

¿Se tiene que cubrir la mujer la cabeza al orar?

Respuesta:

“He sido instruida a que la dama debe cubrir su cabeza cuando ésta va ante la presencia del Eterno. Esta reverencia es hecha en el cielo por los Ángeles y por amor a ellos y obediencia al Eterno lo hacemos”



1 Corintios 11:5-16

2) Pregunta de Hermano R:

Si bien sabemos que debemos cuidar de la creación de Dios... ¿Hay una instrucción o amonestación del Eterno para la fuerte inclinación animalista y feminista dentro del profeso pueblo de Dios?

Respuesta:

Es cierto que debemos cuidar de los animales pues son criaturas creadas por El Creador y se nos ha encargado velar por su bienestar, pero de ahí a estarlos besando hay una distancia, ya que sabemos que por culpa del pecado toda la naturaleza gime por la enfermedad. No es prudente, ni higiénico estar besando animales, pues tenemos el deber de cuidar nuestro cuerpo que es templo del Espíritu Santo.



3) Pregunta de Hermano R:

Ahora que el Señor ha dejado claro que debemos seguir una sola línea...Su Línea...en cuanto a ministerio... ¿Qué haremos exactamente con nuestros diezmos y ofrendas...?

Respuesta:

Los diezmos y ofrendas son De Dios y su causa debe ser impulsada con ellos. Cada uno debe orar y preguntar al Eterno que hacer con Su dinero. Este solo debe ir a donde sea aprobado por Dios.

El empleo del diezmo

El predicador debe, por precepto y ejemplo, enseñar a la gente a considerar el diezmo como sagrado. No debe creer que puede retenerlo y emplearlo según su propio criterio porque sea predicador. No le pertenece. No tiene libertad de dedicar a sí mismo cuanto le parezca debido. No debe prestar apoyo a los planes que tiendan a distraer de su uso legítimo los diezmos y ofrendas dedicados a Dios. Han de ser puestos en la tesorería del Señor, y tenidos por sagrados para su servicio, según la indicación divina. OE 237.1

Dios desea que todos sus mayordomos sigan exactamente las disposiciones divinas. No han de trocar los planes de Dios haciendo algún acto de caridad, o dando algún donativo o alguna ofrenda, cuando y como les parezca bien a los agentes humanos. Es un método muy deficiente para los hombres tratar de mejorar el plan de Dios, e inventar un cambio, sacando a luz sus buenos impulsos en ésta o esotra ocasión y oponiéndolos a los requisitos de Dios. Dios pide a todos que apoyen con su influencia el arreglo que él hizo. El ha dado a conocer su plan; y todos los que quieran cooperar con él deben llevarlo a cabo, en vez de atreverse a intentar mejorarlo. OE 237.2

El Señor instruyó así a Moisés acerca de Israel: "Tú mandarás a los hijos de Israel que te traigan aceite puro de olivas, molido, para la luminaria, para hacer arder continuamente las lámparas."1 Esta había de ser una ofrenda continua, a fin de que la casa de Dios estuviese debidamente surtida de lo que era necesario para su servicio. Su pueblo de hoy ha de recordar que la casa de culto es propiedad del Señor, y que ha de ser escrupulosamente cuidada. Pero los fondos para esta obra no han de provenir del diezmo. OE 238.1

Me ha sido dado un mensaje muy claro y definido para nuestros hermanos. Se me ordena que les diga que están cometiendo un error al aplicar el diezmo a diversos objetos, que, aunque buenos en sí, no son el objeto al cual el Señor dijo que debe

aplicarse. Los que hacen tal uso del diezmo se apartan del arreglo del Señor. Dios juzgará estas cosas. OE 238.2

4) Pregunta de Hermano R:

¿Concuera con la voluntad de Dios que estemos orando por las aflicciones de Laodicea como en el caso cubano?

Respuesta:

El Eterno nos ha dejado saber que debemos orar unos por los otros, aún por los que nos maltratan, nos ultrajan y nos persiguen. Orar por otros no sólo hace bien por el cual oramos, sino que los primeros beneficiados son los que oran. Ir al trono de la gracia mediante la oración nos acerca más a Dios y aumenta nuestra fe en Él.

Mateo 5:44

Capítulo 24—La oración intercesora

La oración por otros—Esforcémonos para caminar en la luz así como Cristo está en la luz.

El Señor quitó la aflicción de Job cuando él oró no sólo por sí mismo sino por los que se le oponían. Cuando deseó fervientemente que se ayudara a las almas que habían pecado contra él, [entonces] él mismo recibió ayuda. Oremos no sólo por nosotros mismos sino también por los que nos han hecho daño y continúan perjudicándonos. Orad, orad sobre todo mentalmente. No deis descanso al Señor; pues sus oídos están abiertos para oír las oraciones sinceras, insistentes, cuando el alma se humilla ante Él. —Comentario Bíblico Adventista 3:1159, 1160. Or06 245.1

Debéis ser el instrumento por medio del cual Dios hable al alma. Se os recordarán cosas preciosas, y con el corazón rebotante del amor de Jesús, hablaréis palabras de vital interés e importancia. Vuestra sencillez y vuestra sinceridad constituirán vuestra mayor elocuencia, y en los libros del cielo se registrarán vuestras palabras como oportunas, semejantes a manzanas de oro con figuras de plata. Dios las transformará en una corriente de influencia celestial, despertará convicciones y deseos, y Jesús añadirá su intercesión a sus oraciones, y pedirá para el pecador el don del Espíritu Santo, y lo derramará sobre su alma. Y delante de los ángeles de

Dios habrá gozo por un pecador que se arrepiente. —Hijos e Hijas de Dios, 276. Or06 245.2

Hay a vuestro alrededor aquellos que sufren desgracias, que necesitan palabras de simpatía, amor y ternura, y nuestras oraciones humildes y compasivas.— Testimonies for the Church 3:530. Or06 246.1

Al llamar a Dios nuestro Padre, reconocemos a todos sus hijos como nuestros hermanos. Todos formamos parte del gran tejido de la humanidad; todos somos miembros de una sola familia. En nuestras peticiones hemos de incluir a nuestros prójimos tanto como a nosotros mismos. Nadie ora como es debido si solamente pide bendiciones para sí mismo.—Hijos e Hijas de Dios, 269. Or06 246.2

Al procurar ganar a otros para Cristo, llevando la preocupación por las almas en nuestras oraciones, nuestros propios corazones palpitarán bajo la vivificante influencia de la gracia de Dios; nuestros propios afectos resplandecerán con más divino fervor; nuestra vida cristiana toda será más real, más ferviente, más llena de oración.—Palabras de Vida del Gran Maestro, 289. Or06 246.3

Algunos están enfermos y han perdido la esperanza. Devolvedles la luz del sol. Hay almas que han perdido su valor; habladles, orad por ellas. Hay quienes necesitan el pan de vida. Leedles de la Palabra de Dios. Hay una enfermedad del alma que ningún bálsamo puede alcanzar, ninguna medicina curar. Orad por estas [almas] y traedlas a Jesucristo. Y en toda vuestra obra Cristo estará presente para impresionar los corazones humanos.—El Ministerio de la Bondad, 75. Or06 246.4

Conversen los que son espirituales con estas almas. Oren con ellos y por ellos. Conságrese mucho tiempo a la oración y al profundo escudriñamiento de la Palabra. Obtengan todos los verdaderos hechos de la fe en sus propias almas, por medio de la creencia de que el Espíritu Santo será impartido a ellos porque tienen en verdad hambre y sed de justicia.—El Evangelismo, 118. Or06 246.5

Cuando muera el yo, se despertará un deseo intenso por la salvación de otros, un deseo que llevará a esfuerzos perseverantes para el bien. Se sembrará junto a todas las aguas; y súplicas fervientes, oraciones importunas, entrarán al cielo a favor de las almas que perecen.—The Review and Herald, 22 de julio de 1884. Or06 247.1

¡Oh, si se pudiera escuchar por todas partes la ferviente oración de fe: Dame las almas sepultadas ahora debajo de la basura del error, si no, muero! Traigámoslas al conocimiento de la verdad tal como lo es en Jesús.—Cada Día con Dios, 171. Or06 247.2

Comenzad a orar por las almas; aproximaos a Cristo, colocaos más cerca de su costado sangrante. Permitid que un espíritu humilde y sereno adorne vuestras vidas, y haced que vuestras peticiones fervientes, sinceras y humildes asciendan hacia Dios en busca de sabiduría para tener éxito en la salvación no sólo de vuestra propia alma, sino también de otras almas. —Testimonios para la Iglesia 1:449. Or06 247.3

Son muchos los que han quedado sin esperanza. Devolvámosles la alegría. Muchos se han desanimado. Dirijámosles palabras de aliento. Oremos por ellos. —Profetas y Reyes, 531. Or06 247.4

Hay que buscar a las almas, orar por ellas y trabajar en su favor. Han de hacerse llamamientos fervorosos y se deben ofrecer oraciones fervientes. Nuestras peticiones débiles y sin espíritu han de ser reemplazadas por súplicas llenas de intenso fervor. —Testimonios para la Iglesia 7:14, 15. Or06 247.5

Esta obra requiere que velemos por el bien de las almas, como quienes hemos de dar cuenta. La ternura de Cristo ha de inundar el corazón del obrero. Si usted siente amor por las almas, revelará una tierna preocupación por ellas. Ofrecerá oraciones humildes, fervientes y sinceras por todos aquellos a quienes visite. La fragancia del amor de Cristo se revelará en su trabajo. Aquel que entregó su propia vida por la vida del mundo está dispuesto a cooperar con el obrero abnegado para producir una impresión sobre los corazones humanos. —Testimonies for the Church 6:75, 76. Or06 247.6

Trabajemos juntos en este plan, y oremos unos por otros, trayéndonos los unos a los otros a la misma presencia de Dios, con una fe viva. —The Review and Herald, 28 de agosto de 1888. Or06 248.1

Oremos por bendiciones a fin de poder bendecir a otros —Nuestras oraciones no han de consistir en peticiones egoístas, meramente para nuestro propio beneficio. Hemos de pedir para poder dar. El principio de la vida de Cristo debe ser el principio de nuestra vida. “Por ellos—dijo Cristo, refiriéndose a sus discípulos—yo me santifico a mí mismo, para que también ellos sean santificados en verdad”. Juan 17:19. La misma devoción, la misma abnegación, la misma sujeción a las declaraciones de la Palabra de Dios que se manifestaron en Cristo, deben verse en sus siervos. Nuestra misión en el mundo no es servirnos o agradarnos a nosotros mismos. Hemos de glorificar a Dios cooperando con él para salvar a los pecadores. Debemos pedir bendiciones a Dios para poder comunicarlas a los demás. La capacidad de recibir es preservada únicamente impartiendo. No podemos continuar recibiendo tesoros celestiales sin comunicarlos a aquellos que nos rodean.—Palabras de Vida del Gran Maestro, 108. Or06 248.2

Al orar: “El pan nuestro de cada día, dánoslo hoy”, pedimos para los demás tanto como para nosotros mismos. Reconocemos que lo que Dios nos da no es para nosotros solos. Dios nos lo confía para que alimentemos a los hambrientos.—El Discurso Maestro de Jesucristo, 95. Or06 248.3

Intercedamos por otros en la oración privada—En la oración privada, todos tienen el privilegio de orar todo el tiempo que deseen, y de ser tan explícitos como quieran. Pueden orar por todos sus parientes y amigos. La cámara secreta es el lugar donde se han de contar todas las dificultades, pruebas y tentaciones particulares. La reunión para adorar a Dios en conjunto no es el lugar donde se hayan de revelar las cosas privadas del corazón.—Testimonios para la Iglesia 2:512. Or06 248.4

Oremos por los que predicán y ministran—Entre el pueblo de Dios debería haber, en este tiempo, frecuentes períodos de oración sincera y ferviente. La mente debería estar continuamente en actitud de oración. En la casa y en la iglesia, ofrézcanse fervientes oraciones en favor de los que se han dado a sí mismos a la predicación de la Palabra.—En los Lugares Celestiales, 93. Or06 248.5

Debéis tener temporadas de oración por los hombres jóvenes que salen a predicar la verdad. Rogad que Dios los una a sí mismo y que les imparta sabiduría, gracia, y conocimiento. Pedid que sean guardados de las trampas de Satanás y que sean mantenidos puros de pensamiento y consagrados de corazón. Os ruego a vosotros que teméis al Señor que no perdáis tiempo en conversaciones de poco valor y en el trabajo innecesario para satisfacer vuestra vanidad o en darle gusto al apetito. Emplead el tiempo economizado y rogad encarecidamente en oración por vuestros ministros. Sostened sus manos como Aarón y Hur sostuvieron las de Moisés. — Testimonios para la Iglesia 5:151. Or06 249.1

Orar por los jóvenes de la iglesia—Vigilen los que tienen más experiencia a los más jóvenes, y cuando los vean tentados, llámenlos aparte y oren con ellos y por ellos.— Mensajes para los Jóvenes, 17. Or06 249.2

Los maestros de escuela sabática han de orar por los miembros de su clase—Como obreros de Dios, necesitamos más de Jesús y menos del yo. Deberíamos sentir una preocupación mayor por las almas, y orar diariamente que se nos dé fuerza y sabiduría para el sábado. Maestros, visitaos con los miembros de vuestras clases. Orad con ellos, y enseñadles a orar. enternézcase el corazón, y sean breves y sencillas pero fervientes las peticiones.—Consejos Sobre la Obra de la Escuela Sabática, 139. Or06 249.3

Los alumnos han de orar por sus maestros—Los estudiantes deben tener sus propios momentos de oración, cuando puedan ofrecer fervientes peticiones en favor del

director y los maestros de la escuela, a fin de que se les imparta fuerza física, claridad mental, fuerza moral, discernimiento espiritual, a fin de que sean preparados por la gracia de Cristo para hacer la obra con fidelidad y amor fervoroso.—Consejos para los Maestros, Padres y Alumnos, 538. Or06 249.4

Oremos por nuestros hermanos en la fe—Nos olvidamos demasiado a menudo que nuestros colaboradores necesitan fuerza y valor. En tiempos de pruebas o dificultades particulares, procurad demostrarles vuestro interés y vuestra simpatía. Cuando tratáis de ayudarles por vuestras oraciones, hacédselo saber. Haced repercutir en toda la línea el mensaje que Dios dirige a sus obreros: “Esfuézate y sé valiente”. Josué 1:6.—Testimonios para la Iglesia 7:176, 177. Or06 250.1

Los padres deben orar por sus hijos—Pero el Señor ha prometido dar sabiduría a quienes la pidan con fe, y él hará precisamente lo que dijo que haría. Se complace con la fe que se fía en su palabra. La madre de Agustín (obispo de Hipona) oró por la conversión de su hijo. No veía evidencia de que Dios estuviera impresionando su corazón, pero no se desanimaba. Colocaba sus dedos sobre los textos bíblicos y presentaba ante Dios las palabras que él mismo había pronunciado, rogando como sólo una madre puede hacerlo. Su profunda humillación, su ferviente perseverancia, su fe incansable, prevalecieron y el Señor le concedió el deseo de su corazón. Hoy está igualmente dispuesto a escuchar las peticiones de su pueblo. Su mano “no se ha acortado para salvar, ni se ha endurecido su oído para oír” (Isaías 59:1); y si los padres cristianos lo buscan con esmero, él abastecerá sus labios de argumentos y por amor de su nombre obrará poderosamente en su favor convirtiendo a sus hijos.—Testimonios para la Iglesia 5:302. Or06 250.2

Debiéramos orar a Dios mucho más de lo que lo hacemos. Hay gran fortaleza y bendición al orar juntos en familia con nuestros hijos y por ellos.—Conducción del Niño, 497. Or06 250.3

Capítulo 14—La oración diaria

Tan esencial como nuestro alimento diario—Si queremos desarrollar un carácter que Dios pueda aceptar, debemos formar hábitos correctos en nuestra vida religiosa. La oración diaria es tan esencial para el crecimiento en la gracia y aun para la misma vida espiritual, como el alimento temporal lo es para el bienestar físico. Deberíamos acostumbrarnos a elevar con frecuencia los pensamientos a Dios en oración. Si la mente se desvía, debemos hacerla volver; por el esfuerzo perseverante, el hábito lo hará fácil al final. No hay seguridad separándonos un solo momento de Cristo. Podemos contar con su presencia para ayudarnos a cada paso,

pero sólo si observamos las condiciones que él mismo ha dictado.—Mensajes para los Jóvenes, 112, 113. Or06 156.1

Nuestra necesidad de la oración diaria—Todos los que hoy acuden a Cristo deben recordar que los méritos de él son el incienso que se mezcla con las oraciones de los que se arrepienten de sus pecados y reciben perdón, misericordia y gracia. Nuestra necesidad de la intercesión de Cristo es constante.

Día tras día, mañana y tarde, el corazón humilde necesita elevar oraciones que recibirán respuestas de gracia, paz y gozo. “Ofrezcamos siempre a Dios, por medio de él, sacrificio de alabanza, es decir, fruto de labios que confiesen su nombre. Y de hacer bien y de la ayuda mutua no os olvidéis; porque de tales sacrificios se agrada Dios.—Comentario Bíblico Adventista del Séptimo Día 6:1078. Or06 156.2

Empiece el día con la oración—Es nuestro privilegio abrir el corazón y permitir que los rayos de la presencia de Cristo entren en él. Hermano mío, hermana mía, dad el rostro a la luz. Poneos en contacto verdadero y personal con Cristo, para que podáis ejercer una influencia elevadora y vivificadora. Que vuestra fe sea fuerte, pura y firme. Que la gratitud a Dios llene vuestro corazón. Cuando os levantáis en la mañana, arrodillaos junto a vuestro lecho, y pedid a Dios que os fortalezca para cumplir los deberes del día y hacer frente a sus tentaciones. Pedidle que os ayude a poner en vuestra obra la dulzura del carácter de Cristo. Pedidle que os ayude a pronunciar palabras que inspiren esperanza y ánimo a los que os rodean y que os acerquen al Salvador.—Hijos e Hijas de Dios, 201. Or06 157.1

Tomen tiempo para comenzar su trabajo con oración cada mañana. No piensen que esa es una pérdida de tiempo; son momentos que vivirán durante las edades eternas. De este modo se tendrá éxito y se obtendrán victorias espirituales. La maquinaria responderá al toque de la mano del Maestro. Verdaderamente vale la pena solicitar la bendición de Dios, y el trabajo no puede ser bien hecho a menos que se comience bien.—Testimonios para la Iglesia 7:185. Or06 157.2

Hermanos y hermanas, ancianos y jóvenes, cuando tengáis un momento libre, abrid la Biblia y atesorad en la mente sus preciosas verdades. Cuando estéis trabajando custodiad vuestra mente, mantenedla firme en Dios, hablad menos y medita más. Recordad que “toda palabra ociosa que hablaren los hombres, de ella darán cuenta en el día del juicio”. Mateo 12:36. Sean vuestras palabras selectas; esto cerrará una puerta contra el adversario de las almas. Empezad el día con oración; trabajad como a la vista de Dios. Sus ángeles están siempre a vuestro lado, anotando vuestras palabras, vuestra conducta y la manera en que hacéis vuestro trabajo. Si os apartáis del buen consejo y elegís como compañeros a aquellos de quienes podéis con razón

sospechar que no tienen inclinación religiosa, aunque profesan ser cristianos, no tardaréis en llegar a ser como ellos. Os ponéis en el camino de la tentación, en el campo de batalla de Satanás, y a menos que estéis constantemente guardados, seréis vencidos por sus designios.—Consejos Sobre la Salud, 413. Or06 157.3

Acuda diariamente al Señor en busca de dirección y guía; dependa de Dios para luz y conocimiento. Pida en oración esta instrucción y luz, hasta que las reciba. De nada le servirá pedir y entonces olvidar lo que ha pedido en oración. Mantenga su atención puesta en su plegaria. Puede hacer esto mientras esté trabajando con las manos. Puede decir: Señor, creo; con todo mi corazón creo. Que el poder del Espíritu Santo venga sobre mí.—Fundamentals of Christian Education, 531. Or06 158.1

En seguir a Cristo, mirando a aquel que es el Autor y Consumador de su fe, sentirá que está obrando bajo su mirada, que es influido por su presencia, y que él conoce sus motivos. A cada paso inquirirá humildemente: ¿Agradará esto a Jesús? ¿Glorificará a Dios? Mañana y tarde su oración sincera debe elevarse a Dios pidiendo su bendición y guía. La verdadera oración se aferra a la Omnipotencia y nos da la victoria. Sobre sus rodillas el cristiano obtiene la fuerza para resistir a la tentación.—Testimonies for the Church 4:615. Or06 158.2

Dedique tiempo cada día a la oración—Los creyentes que se vistan con toda la armadura de Dios y que dediquen algún tiempo diariamente a la meditación, la oración y el estudio de las Escrituras, se vincularán con el cielo y ejercerán una influencia salvadora y transformadora sobre los que los rodean.

Suyos serán los grandes pensamientos, las nobles aspiraciones, y las claras percepciones de la verdad y el deber para con Dios. Anhelarán la pureza, la luz, el amor y todas las gracias de origen celestial. Sus sinceras oraciones penetrarán a través del velo. Esta clase de personas poseerá una confianza santificada para comparecer ante la presencia del Infinito. Tendrán conciencia de que la luz y la gloria del cielo son para ellos, y se convertirán en personas refinadas, elevadas y ennoblecidas por causa de esta asociación íntima con Dios. Tal es el privilegio de los verdaderos cristianos. Or06 158.3

No basta la meditación abstracta; no basta la actividad laboriosa; ambas cosas son esenciales para la formación del carácter cristiano. La fuerza que se obtiene mediante la oración secreta ferviente nos prepara para resistir las seducciones de la sociedad; y, sin embargo, no debemos excluirnos del mundo, porque nuestra experiencia cristiana ha de ser la luz del mundo. La asociación con los incrédulos no nos hará ningún daño si nos entremezclamos con ellos con el propósito de

vincularlos con Dios, y si somos suficientemente fuertes en lo espiritual para resistir su influencia.—Testimonios para la Iglesia 5:105, 106. Or06 159.1

Los resultados de la oración diaria—El alma que se vuelve a Dios en ferviente oración diaria para pedir ayuda, apoyo y poder, tendrá aspiraciones nobles, conceptos claros de la verdad y del deber, propósitos elevados, así como sed y hambre insaciable de justicia. Al mantenernos en relación con Dios, podremos derramar sobre las personas que nos rodean la luz, la paz y la serenidad que imperan en nuestro corazón. La fuerza obtenida al orar a Dios, sumada a los esfuerzos infatigables para acostumar la mente a ser más considerada y atenta, nos prepara para los deberes diarios, y preserva la paz del espíritu, bajo todas las circunstancias. Or06 159.2

Si nos acercamos a Dios, él nos dará palabras para hablar por él y para alabar su nombre. Nos enseñará una melodía de la canción angelical, así como alabanzas de gratitud a nuestro Padre celestial. En todo acto de la vida se revelarán la luz y el amor del Salvador que mora en nosotros. Las dificultades exteriores no pueden afectar la vida que se vive por la fe en el Hijo de Dios.—El Discurso Maestro de Jesucristo, 74. Or06 159.3

Se necesita la oración diaria para resistir a Satanás—La santificación no es obra de un momento, una hora o un día. Es un crecimiento continuo en la gracia. No sabemos un día cuán intenso será nuestro conflicto al día siguiente. Satanás vive, es activo y cada día necesitamos clamar fervorosamente a Dios por ayuda y fortaleza para resistirle. Mientras reine Satanás, tendremos que subyugar el yo, tendremos asedios que vencer, y no habrá punto en que detenerse, donde podamos decir que hemos alcanzado la plena Victoria.—Joyas de los Testimonios 1:115. Or06 159.4

La oración diaria incluirá tanto las necesidades físicas y espirituales—La oración por el pan cotidiano incluye no solamente el alimento para sostener el cuerpo, sino también el pan espiritual que nutrirá el alma para vida eterna. Nos dice Jesús: “Trabajad, no por la comida que perece, sino por la comida que a vida eterna permanece”. “Yo soy el pan vivo que descendió del cielo; si alguno comiere de este pan, vivirá para siempre”. Nuestro Salvador es el pan de vida; cuando miramos su amor y lo recibimos en el alma, comemos el pan que desciende del cielo. Or06 160.1

Recibimos a Cristo por su Palabra, y se nos da el Espíritu Santo para abrir la Palabra de Dios a nuestro entendimiento y hacer penetrar sus verdades en nuestro corazón. Hemos de orar día tras día para que, mientras leemos su Palabra, Dios nos envíe su Espíritu con el fin de revelarnos la verdad que fortalecerá nuestras almas para las necesidades del día. Or06 160.2

Al enseñarnos a pedir cada día lo que necesitamos, tanto las bendiciones temporales como las espirituales, Dios desea alcanzar un propósito para beneficio nuestro.

Quiere que sintamos cuánto dependemos de su cuidado constante, porque procura atraernos a una comunión íntima con él. En esta comunión con Cristo, mediante la oración y el estudio de las verdades grandes y preciosas de su Palabra, seremos alimentados como almas con hambre; como almas sedientas seremos refrescados en la fuente de la vida.—El Discurso Maestro de Jesucristo, 96. Or06 160.3

Como los primeros cristianos, necesitamos suplicar diariamente por el Espíritu Santo—Aquellos que en Pentecostés fueron dotados con el poder de lo alto no quedaron desde entonces libres de tentación y prueba. Como testigos de la verdad y la justicia, eran repetidas veces asaltados por el enemigo de toda verdad, que trataba de despojarlos de su experiencia cristiana. Estaban obligados a luchar con todas las facultades dadas por Dios para alcanzar la medida de la estatura de hombres y mujeres en Cristo Jesús. Oraban diariamente en procura de nuevas provisiones de gracia para poder elevarse más y más hacia la perfección. Bajo la obra del Espíritu Santo, aún los más débiles, ejerciendo fe en Dios, aprendían a desarrollar las facultades que les habían sido confiadas y llegaron a ser santificados, refinados y ennoblecidos. Mientras se sometían con humildad a la influencia modeladora del Espíritu Santo, recibían de la plenitud de la Deidad y eran amoldados a la semejanza divina. Or06 160.4

El transcurso del tiempo no ha cambiado en nada la promesa de despedida de Cristo de enviar el Espíritu Santo como su representante. No es por causa de alguna restricción de parte de Dios por lo que las riquezas de su gracia no fluyen a los hombres sobre la tierra. Si la promesa no se cumple como debiera, se debe a que no es apreciada debidamente. Si todos lo quisieran, todos serían llenados del Espíritu. Dondequiera la necesidad del Espíritu Santo sea un asunto en el cual se piense poco, se ve sequía espiritual, oscuridad espiritual, decadencia y muerte espirituales. Cuando quiera los asuntos menores ocupen la atención, el poder divino que se necesita para el crecimiento y la prosperidad de la iglesia, y que traería todas las demás bendiciones en su estela, falta, aunque se ofrece en infinita plenitud. Or06 161.1

Puesto que éste es el medio por el cual hemos de recibir poder, por ¿qué no tener más hambre y sed del don del Espíritu? ¿Por qué no hablamos de él, oramos por él y predicamos respecto a él? El Señor está más dispuesto a dar el Espíritu Santo a los que le sirven, que los padres a dar buenas dádivas a sus hijos. Cada obrero debiera elevar su petición a Dios por el bautismo diario del Espíritu. Debieran reunirse grupos de obreros cristianos para solicitar ayuda especial y sabiduría celestial para

hacer planes y ejecutarlos sabiamente. Debieran orar especialmente porque Dios bautice a sus embajadores escogidos en los campos misioneros con una rica medida de su Espíritu. La presencia del Espíritu en los obreros de Dios dará a la proclamación de la verdad un poder que todo el honor y la gloria del mundo no podrían conferirle.—Los Hechos de los Apóstoles, 40-42. Or06 161.2

Pedir gracia por las necesidades de cada día—Recibida en el corazón, la verdad de Dios puede hacernos sabios para salvación. Al creerla y obedecerla, recibiremos gracia suficiente para los deberes y las pruebas de hoy. No necesitamos la gracia para mañana. Debemos comprender que hemos de tratar tan sólo con el día de hoy. Venzamos hoy; neguémonos a nosotros mismos; velemos y oremos ahora. Obtengamos victorias en Dios hoy. Las circunstancias y el ambiente que nos rodean, los cambios que se realizan diariamente alrededor nuestro y la Palabra escrita de Dios que discierne y prueba todas las cosas bastan para enseñarnos nuestro deber y lo que debemos hacer día tras día. En vez de permitir que nuestra mente se espacie en pensamientos de los cuales no obtenemos beneficio alguno, debemos escudriñar las Escrituras diariamente y cumplir en la vida cotidiana los deberes que tal vez ahora nos resulten penosos, pero que alguien debe cumplir.—Joyas de los Testimonios 1:341. Or06 161.3

Oremos diariamente por entendimiento de la Biblia—Los que profesan creer la Palabra debieran orar diariamente porque la luz del Espíritu Santo resplandezca sobre las páginas del Libro sagrado, a fin de que estén capacitados para comprender las cosas del Espíritu de Dios.—Consejos para los Maestros, Padres y Alumnos, 432. Or06 162.1

Oremos diariamente por la bendición que trae el sábado—Todos los que consideren el sábado como una señal entre ellos y Dios y demuestren que Dios es quien los santifica, representarán los principios de su gobierno. Pondrán diariamente en práctica las leyes de su reino. Diariamente rogarán que la santificación del sábado descansa sobre ellos. Cada día tendrán el compañerismo de Cristo y ejemplificarán la perfección de su carácter. Cada día su luz brillará para los demás en sus buenas obras.—Joyas de los Testimonios 3:20. Or06 162.2

La oración diaria de los padres—Alegrad vuestro trabajo con cantos de alabanza. Si queréis tener un registro limpio en los libros del cielo, nunca os impacientéis ni rezonguéis. Vuestra oración diaria sea: “Señor, enséñame a hacer lo mejor. Enséñame cómo trabajar más eficientemente. Dame energía y alegría”... Poned a Cristo en todo lo que hacéis. Entonces vuestra vida estará llena de alegría y agradecimiento... Hagamos lo mejor posible, avanzando gozosamente en el servicio

del Señor, con nuestro corazón lleno de su felicidad.—Conducción del Niño, 136. Or06 162.3

La oración diaria de los jóvenes por sabiduría y gracia—Cristo soportó sin murmurar las pruebas y privaciones de que se quejan muchos jóvenes. Y esta disciplina es la experiencia que necesitan los jóvenes, la que dará firmeza a sus caracteres y los hará como Cristo, fuertes en espíritu para resistir la tentación. Si se separan de la influencia de aquellos que los harían descarriar y corromperían su moral, no serán vencidos por los ardides de Satanás. Orando diariamente a Dios, recibirán de él sabiduría y gracia para soportar el conflicto y las severas realidades de la vida y salir victoriosos. Sólo se puede conservar la fidelidad y la serenidad de la mente mediante la vigilancia y la oración. La vida de Cristo fue un ejemplo de energía perseverante que no se dejó debilitar por el vituperio, el ridículo, la privación o las dificultades. Or06 163.1

Lo mismo debería ocurrir con los jóvenes. Si aumentan para ellos las pruebas, deben saber que Dios está probando su fidelidad, Y en el mismo grado en que mantienen la integridad de carácter bajo circunstancias desalentadoras, aumentarán su fuerza, estabilidad y poder para resistir, y se fortalecerán en espíritu.—Mensajes para los Jóvenes, 78. Or06 163.2

El maestro necesita de la oración diaria—Todo maestro debe recibir diariamente instrucción de Cristo, y debe trabajar constantemente bajo su dirección. Es imposible que comprenda o cumpla correctamente su trabajo a menos que pase mucho tiempo con Dios en oración. Únicamente con la ayuda divina combinada con su esfuerzo ferviente y abnegado, puede esperar hacer su trabajo sabiamente y bien. Or06 163.3

El maestro perderá la misma esencia de la educación, a menos que comprenda la necesidad de orar y humille su corazón delante de Dios. Debe saber orar, y saber qué lenguaje debe usar en la oración. “Yo soy la vid—dijo Jesús—, vosotros los pámpanos; el que permanece en mí, y yo en él, éste lleva mucho fruto; porque separados de mí nada podéis hacer”. Juan 15:5. El maestro debe permitir que el fruto de la fe se manifieste en sus oraciones. Debe aprender a acudir al Señor e interceder con él hasta recibir la seguridad de que sus peticiones han sido oídas.—Consejos para los Maestros, Padres y Alumnos, 219, 220. Or06 163.4

Los israelitas oraban diariamente en los tiempos del Antiguo Testamento—Mientras de mañana y de tarde los sacerdotes entraban en el Lugar Santo a la hora del incienso, el sacrificio diario estaba listo para ser ofrecido sobre el altar de afuera, en

el atrio. Esta era una hora de intenso interés para los adoradores que se congregaban ante el tabernáculo.

Antes de allegarse a la presencia de Dios por medio del ministerio del sacerdote, debían hacer un ferviente examen de sus corazones y luego confesar sus pecados. Se unían en oración silenciosa, con los rostros vueltos hacia el Lugar Santo. Así sus peticiones ascendían con la nube de incienso, mientras la fe aceptaba los méritos del Salvador prometido al que simbolizaba el sacrificio expiatorio. Or06 164.1

Las horas designadas para el sacrificio matutino y vespertino se consideraban sagradas, y llegaron a observarse como momentos dedicados al culto por toda la nación judía. Y cuando en tiempos posteriores los judíos fueron diseminados como cautivos en distintos países, aun entonces a la hora indicada dirigían el rostro hacia Jerusalén, y elevaban sus oraciones al Dios de Israel. En esta costumbre, los cristianos tienen un ejemplo para su oración matutina y vespertina. Si bien Dios condena la mera ejecución de ceremonias que carezcan del espíritu de culto, mira con gran satisfacción a los que le aman y se postran de mañana y tarde, para pedir el perdón de los pecados cometidos y las bendiciones que necesitan.—Patriarcas y Profetas, 366, 367. Or06 164.2

La oración diaria alimenta nuestra experiencia religiosa—La religión debe comenzar con un vaciamiento y una purificación del corazón, y debe ser nutrida por la oración cotidiana.—La Maravillosa Gracia, 290. Or06 164.3

La vida de oración diaria requiere un esfuerzo sincero—Una vida de oración y alabanza diarias, una vida que derrame luz sobre la senda de los demás, no puede mantenerse sin esfuerzo ferviente. Pero un esfuerzo tal dará preciosos frutos, bendiciones para el receptor y para el dador. El espíritu de labor abnegada a favor de otros da al carácter profundidad, estabilidad y amabilidad como las de Cristo, infunde paz y felicidad a su poseedor. Las aspiraciones son elevadas. No hay cabida para la pereza o el egoísmo. Los que ejercitan las gracias cristianas crecerán. Tendrán nervios y músculos espirituales y serán fuertes para trabajar por Dios. Tendrán claras percepciones espirituales, una fe constante y creciente, y poder prevaleciente en la oración. Los que velan por las almas, los que se consagran plenamente a la salvación de los que yerran, están ciertamente obrando su propia salvación.—Testimonios para la Iglesia 5:571, 572. Or06 164.4

Los ángeles anotan la oración matutina—Todos tienen una influencia sobre los caracteres y las mentes de otros para el bien o para el mal. Y la influencia que usted ejerce está registrada en el libro de memorias en el cielo. Un ángel le atiende, y toma registro de sus palabras y acciones. Cuando se levanta en la mañana, ¿siente su

propia impotencia y su necesidad del poder de Dios? ¿Da a conocer sus deseos a su Padre celestial humildemente y con corazón sincero? Si es así, los ángeles anotan sus oraciones, y si esas oraciones no han salido de labios fingidos, cuando está en peligro de hacer el mal inconscientemente, y ejercer una influencia que llevará a otros a hacer lo malo, su ángel de la guardia estará a su lado, instándole a tomar un mejor curso de acción, escogiendo sus palabras para usted, e influyendo en sus acciones. Or06 165.1

Si siente que no hay ningún peligro, y si no ofrece ninguna oración en busca de auxilio y fortaleza para resistir a la tentación, seguramente se desviará; su descuido del deber se marcará en el libro del Dios del cielo, y se lo hallará faltó en el día del juicio.—Testimonies for the Church 3:363, 364. Or06 165.2

La práctica de la oración diaria no debe seguirse en forma descuidada—El culto familiar no debiera ser gobernado por las circunstancias. No habéis de orar ocasionalmente y descuidar la oración en un día de mucho trabajo. Al hacer esto, inducís a vuestros hijos a considerar la oración como algo no importante. La oración significa mucho para los hijos de Dios y las acciones de gracias debieran elevarse delante de Dios mañana y noche. Dice el salmista: “Venid, aclamemos alegremente a Jehová; cantemos con júbilo a la roca de nuestra salvación.

Lleguemos ante su presencia con alabanza; aclamémosle con cánticos”. Or06 165.3

Padres y madres, por muy urgentes que sean vuestros negocios, no dejéis nunca de reunir a vuestra familia en torno del altar de Dios. Pedid el amparo de los santos ángeles para vuestra casa. Recordad que vuestros amados están expuestos a tentaciones. Or06 166.1

No pasemos por alto nuestras obligaciones hacia Dios al esforzarnos por atender la comodidad y felicidad de los huéspedes. Ninguna consideración debería hacernos desatender la hora de la oración. No habléis ni os entretengáis con otras cosas hasta el punto de estar todos demasiado cansados para gozar de un momento de devoción. Hacer esto es presentar a Dios una ofrenda imperfecta. Deberíamos presentar nuestras súplicas y elevar nuestras voces en alabanza feliz y agradecida, a una hora temprana de la noche, cuando podamos orar sin prisa e inteligentemente. Or06 166.2

Vean todos los que visitan un hogar cristiano que la hora de la oración es la más preciosa, la más sagrada y la más feliz del día. Estos momentos de devoción ejercen una influencia refinadora, elevadora sobre todos los que participan de ellos. Producen un descanso y una paz gratos al espíritu.—Conducción del Niño, 492, 493. Or06 166.3

La oración diaria debe ascender ante Dios como un incienso dulce—La vida de Abrahán, el amigo de Dios, fue una vida de oración. Dondequiera que levantase su tienda, construía un altar sobre el cual ofrecía sacrificios mañana y noche. Cuando él se iba, el altar permanecía. Y al pasar cerca de dicho altar el nómada cananeo, sabía quién había posado allí. Después de haber levantado también su tienda, reparaba el altar y adoraba al Dios vivo. Or06 166.4

Así es como el hogar cristiano debe ser: una luz en el mundo. De él, mañana y noche, la oración debe elevarse hacia Dios como el humo del incienso. En recompensa, la misericordia y las bendiciones divinas descenderán como el rocío matutino sobre los que las imploran. Or06 166.5

Padres y madres, cada mañana y cada noche, juntada vuestros hijos alrededor vuestro, y elevad vuestros corazones a Dios por humildes súplicas. Vuestros amados están expuestos a la tentación. Hay dificultades cotidianas sembradas en el camino de los jóvenes y de sus mayores. Los que quieran vivir con paciencia, amor y gozo deben orar. Será únicamente obteniendo la ayuda constante de Dios como podremos obtener la victoria sobre nosotros mismos. Or06 166.6

Cada mañana consagraos a Dios con vuestros hijos. No contéis con los meses ni los años; no os pertenecen. Sólo el día presente es vuestro. Durante sus horas, trabajad por el Maestro, como si fuese vuestro último día en la tierra. Presentad todos vuestro planes a Dios, a fin de que él os ayude a ejecutarlos o abandonarlos según lo indique su Providencia. Aceptad los planes de Dios en lugar de los vuestros, aun cuando esta aceptación exija que renunciéis a proyectos por largo tiempo acariciados. Así, vuestra vida será siempre más y más amoldada conforme al ejemplo divino, y “la paz de Dios, que sobrepuja todo entendimiento, guardará vuestros corazones y vuestros entendimientos en Cristo Jesús”. Filipenses 4:7.—Joyas de los Testimonios 3:92, 93. Or06 167.1

Para qué se debe orar diariamente—Debemos considerar todo deber, por muy humilde que sea, como sagrado por ser parte del servicio de Dios. Nuestra oración cotidiana debería ser: “Señor, ayúdame a hacer lo mejor que pueda. Enséñame a hacer mejor mi trabajo. Dame energía y alegría. Ayúdame a compartir en mi servicio el amante ministerio del Salvador”.—El Ministerio de Curación, 376. Or06 167.2

Conságrate a Dios todas las mañanas; haz de esto tu primer trabajo. Sea tu oración: “Tómame ¡oh Señor! como enteramente tuyo. Pongo todos mis planes a tus pies. Úsame hoy en tu servicio. Mora conmigo y sea toda mi obra hecha en ti”. Este es un asunto diario. Cada mañana conságrate a Dios por ese día. Somete todos tus planes a él, para ponerlos en práctica o abandonarlos según te lo indicare su providencia.

Sea puesta así tu vida en las manos de Dios y será cada vez mas semejante a la de Cristo.—El Camino a Cristo, 69, 70. Or06 167.3

5) Pregunta de Hermano D:

pregunta acerca del baño corporal, si se puede hacer antes de despedir el día sábado.

Respuesta:

Tomar el baño en sábado sino es de urgencia por desaseo no se debe hacer y se debe esperar luego de la culminación del sábado para hacerlo. Si usted vive en un lugar que debe ir a un río a bañarse o cualquier cuerpo de agua que al caer la noche está muy frío tome su baño de día. Más si no es así y pudiera esperar hágalo. Ahora la pregunta es: ¿gustará el Eterno de que una persona esté toda sudada y mal oliente ante Su presencia, o higienizado y ordenado ante Él?

La preparación para el sábado

El sábado tiene un carácter mucho más sagrado que el que le atribuyen muchos de los que profesan observarlo. El Señor ha sido grandemente deshonrado por aquellos que no han guardado el sábado de acuerdo con el mandamiento, en la letra y en el espíritu. El pide una reforma en la observancia del sábado. 3JT 19.3

Al mismo principio del cuarto mandamiento, el Señor dijo: “Acordarte has.” Sabía que entre la multitud de cuidados y perplejidades, el hombre se vería tentado a excusarse de satisfacer todo lo requerido por la ley, o se olvidaría de su importancia sagrada. Por lo tanto dijo: “Acordarte has del día del reposo, para santificarlo.” Éxodo 20:8. 3JT 20.1

Durante toda la semana, debemos recordar el sábado y hacer preparativos para guardarlo según el mandamiento. No sólo debemos observar el sábado en forma legal. Debemos comprender su importancia espiritual sobre todas las acciones de nuestra vida. Todos los que consideren el sábado como una señal entre ellos y Dios y demuestren que Dios es quien los santifica, representarán los principios de su gobierno. Pondrán diariamente en práctica las leyes de su reino. Diariamente rogarán que la santificación del sábado descansa sobre ellos. Cada día tendrán el

compañerismo de Cristo y ejemplificarán la perfección de su carácter. Cada día su luz brillará para los demás en sus buenas obras. 3JT 20.2

En todo lo que pertenece al éxito de la obra de Dios, las primeras victorias se han de ganar en el hogar. Allí debe empezar la preparación para el sábado. Recuerden los padres durante toda la semana que su hogar ha de ser una escuela en la cual sus hijos se prepararán para los atrios celestiales. Sean correctas sus palabras. No escapen de sus labios expresiones que sus hijos no debieran oír. Mantengan su espíritu libre de irritación. Padres, vivid durante la semana como a la vista de un Dios santo, que os ha dado hijos para que los preparéis para él. Educad así la pequeña iglesia que hay en vuestro hogar, a fin de que el sábado todos puedan estar preparados para adorar en el santuario del Señor. Presentad cada mañana y noche vuestros hijos a Dios como su heredad comprada con sangre. Enseñadles que es su más alto deber y privilegio amar y servir a Dios. 3JT 20.3

Los padres deben ser escrupulosos y hacer del culto de Dios una lección objetiva para sus hijos. Deben tener con frecuencia en los labios pasajes de la Escritura, especialmente los que preparan el corazón para el servicio religioso. Bien podrían repetirse a menudo las preciosas palabras: “Alma mía, en Dios solamente reposa; porque de él es mi esperanza.” Salmos 62:5. 3JT 20.4

Cuando el sábado se recuerde así, no se permitirá que lo temporal usurpe lo que pertenece a lo espiritual. Ningún deber que incumbe a los seis días hábiles será dejado para el sábado. Durante la semana nuestras energías no se agotarán de tal manera en el trabajo temporal que, en el día en que el Señor descansó y fué refrigerado, estemos demasiado cansados para dedicarnos a su servicio. 3JT 21.1

Aunque deben hacerse preparativos para el sábado durante toda la semana, el viernes es un día especial de preparación. Por medio de Moisés, el Señor dijo a los hijos de Israel: “Mañana es el santo sábado, el reposo de Jehová: lo que hubiereis de cocer, cocedlo hoy, y lo que hubiereis de cocinar, cocinadlo; y todo lo que os sobrare, guardadlo para mañana.

“Derramábase el pueblo, y recogían [el maná], y molían en molinos, o majaban en morteros, y lo cocían en caldera, o hacían de él tortas.” Éxodo 16:23; Números 11:8. Había algo que hacer para preparar el pan enviado por el cielo a los hijos de Israel. El Señor les dijo que esta obra debía hacerse en viernes, día de preparación. Esto era una prueba para ellos. Dios deseaba ver si querían santificar el sábado o no. 3JT 21.2

Estas indicaciones de los labios de Jehová son para nuestra instrucción. La Biblia es una guía perfecta, y si se estudian sus páginas con oración y corazón dispuesto a comprender, nadie necesita errar acerca de esta cuestión. 3JT 21.3

Muchos necesitan instrucción en cuanto a cómo deben presentarse en la asamblea para adorar en sábado. No han de entrar en la presencia de Dios con las ropas que llevan comúnmente durante la semana. Todos deben tener un traje especial para el sábado, para llevarlo cuando asistan al culto en la casa de Dios. Aunque no debemos conformarnos a las modas mundanales, no debemos ser indiferentes acerca de nuestra apariencia exterior. Debemos ser aseados y estar bien arreglados, aunque sin adornos. Los hijos de Dios deben ser limpios en su interior y exterior. 3JT 21.4

Termínense el viernes los preparativos para el sábado. Cuidad de que toda la ropa esté lista y que se haya cocinado todo lo que debe cocinarse, que se hayan lustrado los zapatos y tomado los baños. Es posible lograr esto. Si lo establecéis como regla, podéis hacerlo. El sábado no debe destinarse a reparar ropas, a cocinar alimentos, a los placeres, o a otra ocupación mundanal. Antes de que se ponga el sol, debe ponerse a un lado todo trabajo secular, y guardarse fuera de la vista todos los periódicos de ese carácter. Padres, explicad a vuestros hijos lo que hacéis y os proponéis, y dejadlos participar en vuestra preparación para guardar el sábado según el mandamiento. 3JT 22.1

Debemos cuidar celosamente las extremidades del sábado. Recordemos que cada momento es tiempo santo y consagrado. Siempre que se pueda los patronos deben dejar en libertad a sus obreros desde el viernes al medio día hasta el principio del sábado. Dadles tiempo para la preparación, a fin de que puedan dar la bienvenida al día del Señor con espíritu tranquilo. Una conducta tal no os infligirá pérdidas, ni aun en las cosas temporales. 3JT 22.2

Hay otra obra que debe recibir atención en el día de preparación. En ese día deben ponerse a un lado todas las divergencias entre hermanos, ora sea en la familia o en la iglesia. Expúlsese del alma toda amargura, ira y malicia. Con espíritu humilde, “confesaos vuestras faltas unos a otros, y rogad los unos por los otros, para que seáis sanos.” Santiago 5:16. 3JT 22.3

Antes que empiece el sábado, tanto la mente como el cuerpo deben retraerse de los negocios mundanales. Dios puso el sábado al fin de los seis días de trabajo para que los hombres se detengan y consideren lo que han ganado en la semana en su preparación para el reino puro que no admitirá transgresor. Debemos hacer cada sábado un examen de nuestras almas para ver si la semana fenecida trajo ganancia o pérdida espiritual. 3JT 22.4

Santificar el sábado para el Señor significa salvación eterna. Dios dice: “Yo honraré a los que me honran.” 1 Samuel 2:30. 3JT 23.1

Testimonios para la iglesia, tomo 6, páginas 356, 357:

Termínense el viernes los preparativos para el sábado. Cuidad de que toda la ropa esté lista y que se haya cocinado todo lo que debe cocinarse, que se hayan lustrado los zapatos y tomado los baños. Es posible lograr esto. Si lo establecéis como regla, podéis hacerlo. El sábado no debe destinarse a reparar ropas, a cocinar alimentos, a los placeres, o a otra ocupación mundanal. Antes de que se ponga el sol, debe ponerse a un lado todo trabajo secular y guardarse fuera de la vista todas las revistas seculares. Padres, explicad a vuestros hijos lo que hacéis y os proponéis y dejadlos participar en vuestra preparación para guardar el sábado según el mandamiento.

Nota:

Cuando la señora White escribió esto, muchas personas en los Estados Unidos no tenían medios adecuados para bañarse. Por lo tanto, no lo hacían muy a menudo. Quizás una vez a la semana, otros más a menudo, y otros menos. Para muchas personas, tomar un baño agua en la estufa o sacarla de un depósito de agua caliente en su estufa, transportarla a una bañera grande (en algunos casos era una que se había llevado a la habitación para este propósito), bañarse, y después deshacerse del agua y limpiar el lugar. Había una considerable labor involucrada en esto. Algunos adventistas posponían hacerlo el viernes, llenando su tiempo con trabajo regular y dejando el baño para el viernes en la noche, después de que el sábado había comenzado. Por lo tanto, tenían dos problemas: primero, tenían una tarea laboriosa que hacer el sábado, y segundo, no estaban realmente preparados en cuerpo y mente para recibir el sábado como tiempo sagrado cuando llegaba.

En muchas partes del mundo occidental hoy en día, estas condiciones no existen. El agua se calienta y fluye automáticamente en una bañera al girar de una válvula. También se drena de la bañera sin más esfuerzo para la persona. Estas condiciones han hecho el bañarse o ducharse una parte de la rutina diaria de muchas personas. En ese sentido, yo personalmente considero que una ducha en la mañana es similar a lavarse la cara por la mañana o cepillarse los dientes. No hay trabajo involucrado en ello, y no representa una falta de preparación para el sábado. No todo el mundo ve esta cuestión de la misma manera que yo, más en lo personal cuando el día es muy caluroso y mis fuerzas menguan tomo una ducha fría y se revive mi cuerpo y puedo seguir adorando al Eterno como El lo merece. Nunca he recibido reprensión del Eterno por esto, El mejor que nadie entiende nuestras necesidades.

En las partes del mundo donde bañarse todavía requiere un esfuerzo laborioso, creo que debe hacerse antes de la llegada del sábado, junto con los otros preparativos que Elena G. White menciona.

6) Pregunta de Hermana F:

Déjeme saber si esto es bueno para la salud o si se puede hacer: cuando uno se come la piña, poner luego las cáscaras en agua y a los dos días tomarse con miel y con esa agua de las cáscaras, un refresco. ¿Eso es bueno para la salud? ¿Es un fermentado beneficioso?

Respuesta:

Los condimentos

En esta época de apresuramiento, cuanto menos excitante sea el alimento, mejor. Los condimentos son perjudiciales de por sí. La mostaza, la pimienta, las especias, los encurtidos y otras cosas por el estilo, irritan el estómago y enardecen y contaminan la sangre. La inflamación del estómago del borracho se representa muchas veces gráficamente para ilustrar el efecto de las bebidas alcohólicas. El consumo de condimentos irritantes produce una inflamación parecida. El organismo siente una necesidad insaciable de algo más estimulante. MC 250.2

Aconsejo leer el libro: “Ministerio de Curación” para ampliación de detalles.

“En lo personal preparó un yogurt fresco de tofu donde ayudo, a mi sistema digestivo y flora intestinal, a ser más saludable. Nunca he recibido reprensión del Eterno por esto y ha sido de gran bendición para mi.” D. E.

Conozco el preparado del jugo que se extrae de la cáscara de la piña, más no debe dejarlas fuera del refrigerador, 2-3 días estas cáscaras en agua en el refrigerador le dará mayor beneficio a su sistema digestivo-expulsorio que cuando se dejan fermentando en clima cálido.

7) Pregunta de Hermana R:

Tratamiento Naturopatía diabética.

Respuesta:

Recuerde que es importante el recuento de carbohidratos y el índice glucémico en su planificación de comidas y refrigerios.

Una dieta baja en carbohidratos puede ser un esfuerzo para aquellos que están acostumbrados a consumir en su mayoría alimentos procesados, pero es necesario reducirlos en gran medida.

Es muy recomendable una dieta alta en fibra ya que posee propiedades provechosas para el sistema digestivo disminuyendo el colesterol y ayudando a controlar los niveles de azúcar en sangre.

1. Algunos alimentos ricos en fibra:

Verduras, legumbres y nueces.

Las verduras son una buena fuente de fibra.

- Lechuga, acelga, zanahorias crudas y espinaca.
- Verduras tiernas cocidas, como espárragos, remolachas, champiñones, nabos y calabaza.
- Patatas (papas) y batatas al horno con cáscara / o en agua, pero si es en agua se deben dializar. ¿Cómo dializo? Dejarlas picadas en agua desde el día anterior, luego lavar en la mañana y ponerlas en agua otra vez, y luego antes de cocinarlas quitar otra vez esa agua y lavarlas bien y cocinarlas en otra agua.
- Brócoli, alcachofas, calabazas y judías verdes (ejotes).

Usted también puede obtener más fibra comiendo:

- Legumbres, tales como lentejas, frijoles negros, arvejas (chícharos) secas, fríjol colorado, habas y garbanzos. (Todas hidratadas 12 horas previamente)
- Nueces y semillas, como semillas de girasol, almendras (hidratadas previamente) pistachos y pacanas.

Frutas

Las frutas son otra buena fuente de fibra. Coma más:

- Manzanas y plátanos (bananos).
- Melocotones y peras.
- Mandarinas, ciruelas y bayas.
- Higos y otras frutas deshidratadas.

Granos

Los granos son otra fuente importante de fibra vegetal. Coma más:

- Cereales calientes, como la avena entera con todo y fibra, sino tiene fibra añadirle el afrecho de cualquier otro cereal para hacer un cereal completo.
- Panes integrales.
- Arroz integral (Debe tostar el grano antes de ponerlo a cocinar para mejor digestión y absorción)
- Palomitas de maíz.
- Pastas de trigo integral y no transgénico.
- Panecillos de salvado.

2. Apartarse de los carbohidratos refinados que son tan perjudiciales para la salud.

3. **El ejercicio** tiene muchos beneficios como la pérdida de peso, aumenta la sensibilidad a la insulina en tu cuerpo, mejora tu sensación de bienestar y circulación corporal, reduce el colesterol, te ayuda a controlar el estrés y la hipertensión, aumenta tu fuerza y flexibilidad y finalmente, aumenta tu sistema inmunológico.

4. Evitar La Exposición A Materiales Tóxicos y detergentes químicos.

Muchas personas Labán sus frutas y vegetales con detergentes y esto no debiera ser. Tenga un poco de vinagre de manzana para este fin o agua con sal entera y le será de gran beneficio.

Esta es una forma de cuidar bien sus riñones, pulmones y piel. Tenga mucho cuidado con lo que consume y mantenga siempre en mente una alimentación con alto contenido en fibra y baja en carbohidratos.

Manténgase alejado de los pesticidas y productos que contienen plomo.

5. **El estrés** hará que su cuerpo sea resistente a la insulina, además en ocasiones provoca que las personas consuman alimentos de manera descontrolada.

8) Pregunta de Hermana R:

¿La sal de mar es beneficiosa?

Respuesta:

La sal de mar entera como se usa para los animales es la más beneficiosa de todas

Propiedades de la Sal de mar

1. Aporta los minerales que necesitas
2. Fortalece tu sistema inmunológico
3. Mejora la digestión
4. Ayuda a los músculos
5. Contribuye a tu salud cardiovascular
6. Cuida tu piel
7. Ayuda al cerebro
8. Efecto relajantes y desinflamatorios
9. Fortalece los huesos
10. Previene el envejecimiento, etc.

Sección 4—El régimen alimenticio debido

Capítulo 1—El régimen original Escogido por el creador

111. Para saber cuáles son los mejores comestibles tenemos que estudiar el plan original de Dios para la alimentación del hombre. El que creó al hombre y comprende sus necesidades indicó a Adán cuál era su alimento. “He aquí—dijo—que os he dado toda planta que da semilla..., y todo árbol en que hay fruto y que da semilla; os será para comer”. Génesis 1:29. Al salir del Edén para ganarse el sustento labrando la tierra bajo el peso de la maldición del pecado, el hombre recibió permiso para comer también “plantas del campo”. CRA 95.1

Los cereales, las frutas carnosas, los frutos oleaginosos, las legumbres y las hortalizas constituyen el alimento escogido para nosotros por el Creador. Preparados del modo más sencillo y natural posible, son los comestibles más sanos y nutritivos. Comunican una fuerza, una resistencia y un vigor intelectual que no pueden obtenerse de un régimen alimenticio más complejo y estimulante. —El Ministerio de Curación, 227, 228 (1905). CRA 95.2

112. Dios dio a nuestros primeros padres los alimentos que él se propuso que debía comer la raza humana. Era contrario a su plan quitar la vida de ninguna criatura. No debía haber muerte en el Edén. Los frutos de los árboles del jardín, constituían el

alimento que requerían las necesidades del hombre.—Spiritual Gifts 4:120 (1864).
CRA 95.3

[Para el contexto véase 639.] CRA 95.4