



# La mente y la salud espiritual - 2

## **Cristo ilumina la mente**

*“El médico nunca debería inducir a sus pacientes a que fijen su atención en él. Deberían enseñarles a aferrar, con la mano poderosa de la fe, la mano extendida del Salvador. Entonces, la mente se iluminará con la luz que irradia de la Luz del mundo” (Carta 120, 1901).*

## **La verdad tiene un poder tranquilizador**

*“El poder tranquilizante de la verdad pura, vista, vivida y mantenida en toda su fuerza es de un valor que ninguna lengua puede expresar a la gente que sufre bajo la enfermedad. Mantened siempre delante del enfermo y del doliente la ternura de Cristo, y despertad su conciencia a confiar en su poder para aliviar el dolor, y guiadlos a la fe y la confianza en él, el gran Sanador, y habéis ganado un alma; a menudo, una vida” (Carta 69, 1898; El Ministerio Médico, p. 309).*

## **La verdadera religión ayuda a restaurar la salud**

*“Cristo es nuestro gran médico. Muchos hombres y muchas mujeres acuden a esta institución médica [el Sanatorio de Santa Elena] con la esperanza de recibir un tratamiento que les prolongue la vida. Hacen un gran esfuerzo para venir aquí. ¿Por qué cada uno de los que acuden al sanatorio para buscar auxilio físico, no acude a Cristo para buscar auxilio espiritual? ¿Por qué no puede usted, mi hermano, mi hermana, albergar la esperanza de que, si acepta a Cristo, él añadirá su bendición a los medios que se emplean aquí para la restauración de su salud? ¿Por qué no puede tener fe para creer que él cooperará con sus esfuerzos para recuperarse, porque quiere que usted esté bien? Él quiere que usted tenga una mente clara, de manera que pueda apreciar las realidades eternas; él quiere que usted tenga tendones y músculos sanos, de manera que pueda glorificar su nombre al usarlos en su servicio” (Manuscrito 80, 1903).*

## **Consejo a alguien inclinado a la melancolía**

*“Es su deber combatir los pensamientos opresivos y los pensamientos melancólicos, tanto como lo es orar. Es su deber contrarrestar los instrumentos del enemigo, y poner mano firme en las riendas tanto de su lengua como de sus pensamientos. Si en algún momento de su vida usted necesita una porción de gracia es cuando están trabajando los*

*órganos digestivos sensibles e inflamados, y usted se encuentra preocupado y cansado. Tal vez se sorprenda de esto, pero parecería que usted hubiera prometido estar constantemente irritado, e irritar a los demás con su afán de buscar faltas y sus lúgubres reflexiones. Estos ataques de indigestión son difíciles, pero mantenga firmes las riendas para no maltratar con sus palabras a los que son sus mejores amigos, o a los que son sus enemigos” (Carta 11, 1897).*

## **Seguridad de la aprobación de Dios**

*“La seguridad de la aprobación de Dios promoverá la salud física. Esta seguridad fortalece el alma contra la duda, la perplejidad y la excesiva congoja, que tan a menudo carcomen las fuerzas vitales e inducen a contraer enfermedades nerviosas de la índole más debilitante y angustiosa. El Señor ha comprometido su infalible palabra en el sentido de que su ojo estará sobre los justos y su oído estará abierto a su oración” (Notas Biográficas, p. 299, 1915).*

## **Relación entre el pecado y la enfermedad**

*“Dios ha señalado la relación que hay entre el pecado y la enfermedad. Ningún médico puede ejercer durante un mes sin ver esto ilustrado. Tal vez pase por alto el hecho; su mente puede estar ocupada en otros asuntos que no fije en ello su atención; pero, si quiere observar sinceramente, no podrá menos que reconocer que el pecado y la enfermedad llevan entre sí una relación de causa a efecto. El médico debe reconocer esto prestamente y actuar de acuerdo con ello. Cuando conquistó la confianza de los afligidos al aliviar sus sufrimientos, y los rescató del borde la tumba, puede enseñarles que la enfermedad es el resultado del pecado; y que es el enemigo caído quien procura inducirlos a seguir prácticas que destruyen la salud y el alma. Puede inculcar en sus mentes la necesidad de abnegación, y de obedecer las leyes de la vida y la salud. Puede implantar los principios correctos especialmente en la mente de los jóvenes. Dios ama a sus criaturas con un amor a la vez tierno y fuerte. Ha establecido las leyes de la naturaleza; pero sus leyes no son exigencias arbitrarias. Cada ‘no harás’, sea en la ley física o en la moral, contiene o implica una promesa. Si obedecemos, las bendiciones acompañarán nuestros pasos; si desobedecemos, habrá como resultado peligro y desgracia. Las leyes de Dios están destinadas a acercar más a sus hijos a él. Los salvará del mal y los conducirá al bien, si quieren ser conducidos; pero nunca los obligará. No podemos discernir los planes de Dios, pero debemos confiar en él y mostrar nuestra fe por nuestras obras” (Joyas de los Testimonios, t. 2, pp. 144, 145, 1885).*





## El evangelio es el remedio para las enfermedades producidas por el pecado

“Cuando se recibe el evangelio en su pureza y con todo su poder, es un remedio para las enfermedades originadas por el pecado. Sale el Sol de justicia, ‘trayendo salud eterna en sus alas’ (Mal. 4:2, VM). Todo lo que el mundo proporciona no puede sanar el corazón quebrantado ni dar paz al espíritu, ni disipar las inquietudes, ni desterrar la enfermedad. La fama, el genio y el talento son impotentes para alegrar el corazón entristecido o restaurar la vida malgastada. La vida de Dios en el alma es la única esperanza del hombre” (El Ministerio de Curación, p. 78, 1905).

## En el cielo todo es salud

“Algunos sostienen el punto de vista de que la espiritualidad obra en detrimento de la salud. Esto es un engaño de Satanás. La religión de la Biblia no obra en detrimento de la salud del cuerpo ni de la mente. La influencia del Espíritu de Dios es la mejor medicina para la enfermedad. El cielo es todo salud; y, mientras más profundamente se experimenten las influencias celestiales, más segura será la recuperación del inválido creyente. Los verdaderos principios del cristianismo se abren delante de todos como una fuente de felicidad inestimable. La religión es un manantial inagotable, en el cual el cristiano puede beber cuanto desee sin que jamás se termine” (CTBH 13, 1890; Consejos sobre la Salud, pp. 27, 28).

## La religión es la verdadera ciencia de la curación

“La religión es un principio del corazón, no una palabra mágica o un truco de la mente. Miren solo a Jesús. Esta es su única esperanza, y la de su esposo, de obtener la vida eterna. Esta es la verdadera ciencia de la curación para el cuerpo y el alma. La mente no debe tener como centro a ningún ser humano, sino solo a Dios” (Carta 117, 1901).

## El amor por el Redentor disipa los miasmas

“La mente está nublada por la malaria sensual. Los pensamientos necesitan purificación. ¡Qué no podrían haber sido los hombres y las mujeres si hubieran comprendido que la manera en que se trata el cuerpo es de vital importancia para el vigor y la pureza de la mente y el corazón! El verdadero cristiano participa de experiencias que producen santificación. Queda sin una mancha de culpa en la conciencia, sin una mancha de corrupción en el alma. La espiritualidad de la Ley de Dios, con sus principios restrictivos, penetra en su vida. La luz de la verdad irradia su entendimiento. Un resplandor de perfecto amor por el Redentor despeja el miasma que se ha interpuesto entre su alma y Dios. La voluntad de Dios se ha convertido en su voluntad: Pura, elevada, refinada y santificada. Su rostro revela la luz del cielo. Su cuerpo es templo adecuado para el Espíritu Santo. La santidad adorna su carácter. Dios puede tener comunión con él, pues el alma y el cuerpo están en armonía con Dios” (Comentario Bíblico Adventista, t. 7, p. 921, 1898).

## El amor de Cristo es un poder revitalizador

“El amor que Cristo infunde a todo nuestro ser es un poder vivificante. Da salud a cada una de las partes vitales, el cerebro, el corazón y los nervios. Por su medio, las energías más potentes de nuestro ser despiertan y entran en actividad. Libera al alma de culpa y tristeza, de la ansiedad y la congoja que agotan las fuerzas de la vida. Con él vienen la serenidad y la calma. Implanta en el alma un gozo que hay en el Espíritu Santo, un gozo que da salud y vida” (El Ministerio de Curación, p. 78, 1905; Mente, Carácter y Personalidad, t. 2, pp. 422-426).

## El reencuentro está aproximándose. ¿Cómo va tu programa de ayuno?

Texto adicional. Durante la jornada, intenta escribir el programa diario de Dios para tu vida. Puedes anotar lo que Dios espera de ti, puedes anotar el nombre de las personas por las que estás orando y puedes colocar cuál es el mensaje que Dios te dio en la jornada de hoy.



## Fuiste creado para tener una mente santa

*“Cristo es nuestro gran médico. Jesús quiere que usted tenga una mente clara, de manera que pueda apreciar las realidades eternas; él quiere que usted tenga tendones y músculos sanos, de manera que pueda glorificar su nombre al usarlos en su servicio. El Señor ha comprometido su infalible palabra en el sentido de que su ojo estará sobre los justos y su oído estará abierto a su oración. Dios ama a sus criaturas con un amor a la vez tierno y fuerte. Ha establecido las leyes de la naturaleza; pero sus leyes no son exigencias arbitrarias. Cada ‘no harás’, sea en la ley física o en la moral, contiene o implica una promesa. Cuando se recibe el evangelio en su pureza y con todo su poder, es un remedio para las enfermedades originadas por el pecado. Sale el Sol de justicia, ‘trayendo salud eterna en sus alas’ (Mal. 4:2, VM). La religión es un principio del corazón, no una palabra mágica o un truco de la mente. Miren solo a Jesús. Esta es la verdadera ciencia de la curación para el cuerpo y el alma 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” (Testimonios para la Iglesia, t. 5, p. 105).*

## El programa de Dios para mi vida hoy

El mensaje que Dios me dio en esta jornada es: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Lo que Dios espera de mí: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

## El programa de Dios para mi vida hoy...

En la mañana: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

En la tarde: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

En la noche: Dormir temprano, \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

## Personas por las cuales estoy orando:

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_
6. \_\_\_\_\_
7. \_\_\_\_\_