

Motivados para la Acción



Los conceptos sobre la reforma prosalud y el cuidado de nuestro cuerpo están indiscutiblemente ligados al mensaje adventista. Elena de White afirma en varios textos que la reforma de salud *“se halla ligada al mensaje de los tres ángeles, como la mano está ligado al cuerpo.”* *Practicar la Reforma Prosalud no es opcional, “és parte de la verdad.”* La salvación ofrecida por Cristo no busca restaurar solamente lo espiritual, quiere transformar al ser humano en forma holística, lo cual incluye sus facultades físicas, intelectuales y espirituales.

El sedentarismo, definido por algunos como mal del siglo, está presente en casi todas las sociedades industrializadas. No obstante, las evidencias encontradas en la Biblia y los escritos de Elena de White apuntan para una realidad diferente. El cuerpo humano fue creado para la acción.

La práctica regular de ejercicios físicos acorta los riesgos de muerte por cualquier causa entre un 50, y hasta un 73%. Las buenas condiciones físicas también disminuyen el riesgo de enfermedades vasculares en un 68%. Esperamos que el Señor nos ayude en el cuidado de nuestro cuerpo y jamás olvidemos que “la falta de cuidado de la maquinaria viva es un insulto a nuestro Creador”.

ALBERTO TASSO BARROS - UCB

