



septiembre de 2013

Dios quiere que todos prosperemos y tengamos salud (III Juan 2), y Él ha equipado a Sus hijos con los medios para lograrlo. Él nos ha dado un cuerpo que está diseñado para sanarse a sí mismo, con dominio propio (II Timoteo 1:7) para creer Su Palabra, y espíritu santo para operar Su poder. Entonces, debido a nuestro agradecimiento a Dios por Su amor, Su gracia y Su misericordia hacia nosotros, podemos corresponderle a Él con nuestro dar.

Una manera cómo podemos mostrar nuestro agradecimiento es fielmente administrar nuestros cuerpos para que estemos en forma físicamente y listos para dar a cualquier capacidad. Quizá eso signifique proveerle ayuda a alguien que lo necesite, trabajar un poco más para que algo sea lo mejor, alcanzar a más personas con la Palabra de Dios, desarrollar nuestras habilidades destacadas en el Cuerpo de Cristo, o hacer lo que sea que Dios nos haya llamado a hacer para Él.

I Tesalonicenses 5:23:

Y el mismo Dios de paz os santifique por completo; y todo vuestro ser, espíritu, alma y cuerpo, sea guardado irreprochable para la venida de nuestro Señor Jesucristo.

El hombre o mujer que es renacido del espíritu de Dios es una persona completa de cuerpo, alma, y espíritu. Cada uno de estos aspectos son importantes, y todos son interdependientes. II Corintios 4:7 dice que tenemos este «tesoro» (el de la Palabra de Dios y Su don de espíritu santo) en «vasos de barro»—nuestros cuerpos físicos. Lógicamente, mientras mejor administremos nuestro cuerpo, mejor puede funcionar nuestro ser completo de cuerpo, alma, y espíritu como Dios lo diseñó. Cuando nuestros cuerpos físicos son fortalecidos, estamos en una mejor posición para dar más libremente.

¿POR QUÉ ESTAR EN FORMA FÍSICAMENTE?

Nuestra motivación como creyentes es siempre nuestro amor por Dios.

Marcos 12:29,30:

Jesús le respondió: El primer mandamiento de todos es: Oye, Israel; el Señor nuestro Dios, el Señor uno es. Y amarás al Señor tu Dios con todo tu corazón, y con toda tu alma, y con toda tu mente y con todas tus fuerzas. Este es el principal mandamiento.

A la final, lo que dirige nuestras decisiones para hacer o no hacer algo en la vida es nuestro amor por Dios. Reconocer que Dios ha hecho tanto por cada uno de nosotros a causa de Su amor es razón suficiente para amarlo de vuelta. ¡No sólo amamos a nuestro Padre celestial con todo nuestro corazón, alma y mente—isino también con todas nuestras fuerzas!

¿QUÉ TIENE QUE VER AMAR A DIOS CON ESTAR EN FORMA FÍSICAMENTE?

Romanos 12:1:

Así que, hermanos, os ruego por las misericordias de Dios, que presentéis vuestros cuerpos en sacrificio vivo, santo, agradable a Dios, que es vuestro culto racional.

La palabra «cuerpos» en este versículo es una figura de dicción en la cual una parte es puesta por el todo. En otras palabras, no hemos de presentar sólo nuestros cuerpos sino todo nuestro ser—todo lo que somos—como sacrificio vivo. Nuestros cuerpos físicos son parte de todo nuestro ser. El estar en forma físicamente puede tener un impacto significativo, ya sea positivo o negativo, en cuanto a lo efectivo que podemos ser como sacrificio vivo, dando todo nuestro esfuerzo en servicio a Dios.

¿CÓMO PODEMOS ESTAR EN FORMA FÍSICAMENTE?

Dios edificó en las personas el deseo natural de sustentar y cuidar sus cuerpos (Efesios 5:29). Él quiere que pongamos el esfuerzo necesario para mantener nuestros cuerpos en orden.

I Corintios 9:27:

sino que golpeo mi cuerpo [lo someto a esfuerzo físico], y lo pongo en servidumbre [en sujeción]....

Resultan beneficios físicos de la actividad física constante. Aumenta la calidad de la vida a causa de una salud mejorada, ayuda a prevenir condiciones crónicas de salud, y puede mejorar nuestra fuerza, resistencia y flexibilidad. También hay beneficios mentales a causa del ejercicio y el mantenerse activo. El edificar fortaleza y resistencia física requiere de esfuerzo mental porque tenemos que decidir hacerlo. Como muchas categorías en la vida, la actividad física requiere de constancia para mantener sus efectos positivos. Incluir a otros en nuestra rutina de entrenamiento físico puede inspirar fidelidad. Aún si estamos solos, podemos ejercitarnos y disfrutar la comunión con nuestro Padre celestial.

¿CUÁNDO PODEMOS ESTAR EN FORMA FÍSICAMENTE?

Cada día a medida que somos fieles en asuntos físicos, también podemos ser fieles en asuntos espirituales. Según I Timoteo 4:8, «el ejercicio corporal para poco es provechoso [para poco tiempo, refiriéndose al tiempo de la vida nuestro sobre la tierra]». Este mismo versículo también dice: «pero la piedad [una relación espiritual, verdadera y vital con Dios] para todo aprovecha, pues tiene promesa de esta vida presente, y de la venidera». A medida que nos ejercitamos en una relación verdadera con nuestro Padre celestial, tendremos provecho en esta vida y por la eternidad.

¿QUIÉN PUEDE ESTAR EN FORMA FÍSICAMENTE?

Recuerde, Dios quiere que todos prosperemos y tengamos salud (III Juan 2). La Biblia tiene muchos ejemplos de creyentes que estaban en forma físicamente. Adán tenía un cuerpo capaz de cuidar y guardar el huerto. Noé tenía la resistencia para edificar el arca, cuidar de los animales que estaban allí, y llevarlos con él para multiplicarse sobre la tierra. En Josué 14:10 y 11, Caleb declaró que él era tan fuerte a los ochenta y cinco años como cuando tenía cuarenta y cinco años menos (a la edad de cuarenta). De acuerdo con Salmos 18:29, David fue capaz de decir: «desbarataré ejércitos» y «asaltaré muros». Jesucristo ayunó por cuarenta días y cuarenta noches. Aunque físicamente agotado, él estaba mentalmente fuerte y victorioso con la Palabra de Dios, asiéndose de «Escrito está».

Fortalecidos en el Señor, nosotros tenemos tanto por vivir y dar. Mostremos nuestro agradecimiento a nuestro Padre celestial por todo lo que Él nos ha dado por medio de fielmente administrar nuestros cuerpos para que estemos en forma físicamente y listos para dar.

Para información adicional, visite www.theway.org

Todos los derechos reservados. © 2014 por *The Way International*[™].