MENSAJES VERIFICADOS

Tema: Salud y Temperancia

12 DE DICIEMBRE

DÉCIMOPRIMER SÁBADO

Objetivo
Verificar los buenos consejos sobre salud que fueron presentados por el Espíritu de Profecía, en el tiempo en que la ciencia no los había considerado.

Resultado
Una iglesia que vive los principios de Salud y Temperancia.

Proyecto misionero
«Esperanza en el desaliento»

Énfasis del *Nuevo Horizonte*
Inversión

Celebramos
Énfasis en la salud

Al director

Este programa está basado en el libro *Elena tenía razón: Confirmaciones científicas*. Los participantes deben estar vestidos con ropas normales, pero usar elementos que evoquen la época de Elena.

Las mujeres deben vestir blusas de mangas largas y abotonadas al cuello, faldas largas y amplias; en sus cabezas podrían llevar una tela con dobladillo (tomar de referencia los peregrinos que emigraron a América).

Los hombres, con sus camisas largas, pueden colocarse un cuello ancho elaborado con algún material similar a la tela. El sombrero, con una pequeña hebilla, puede ser elaborado.

Se necesitan cinco sobres con cartas para cada una de las participaciones. Haga la decoración con alusión a los ocho remedios naturales.

Sugerencias

- ✓ Que el programa sea dirigido por el Departamento de Salud de la iglesia.
- ✓ Si tiene pocas personas puede usar los mismos participantes del drama para las otras secciones.
- ✓ Regale un elemento de los ocho remedios naturales a las ocho primeras personas que lleguen al programa. Por ejemplo, una banda elástica para «ejercicio físico», una almohada para «descanso», una Biblia para «confianza en Dios», una fruta para «dieta balanceada», un protector solar para «luz solar», etc.
- ✓ El Departamento de Publicaciones y/o el de Salud, pueden hacer arreglos para que los miembros adquieran el libro *Elena tenía razón: Confirmaciones científicas*.

Si desea conocer la persona que relata la historia misionera de esta semana u obtener más recursos puede visitar:
https://www.facebook.com/ProgramasEscuelaSabatica/
https://www.facebook.com/missionquarterlies/

Apertura y parte central

Introducción

Cartero: Una señora muy atenta, llamada Elena, esposa del señor Jaime White, me ha entregado todas estas cartas. En el transcurso del programa estaré entregándolas a cada uno de los destinatarios. Ella me ha dicho que son muy importantes. Siendo así, quisiera que cada uno las leyera en mi presencia, porque estoy muy curioso por saber qué tan importantes son estos mensajes. Sé que ustedes también quieren saber. Manténganse atentos a cada una de las cartas. Espero que este programa sea de edificación para cada uno de nosotros. Sean bienvenidos a esta escuela sabática.

Himno

«El pequeño grupo de individuos que se unieron para conformar la ahora llamada Iglesia Adventista necesitaba guía en materia de salud. Sea por ignorancia o falta de consejo, muchos de ellos violaban los principios de temperancia más elementales. Así que Dios intervino para dar luz y consejo en materia de nutrición y salud a través de Elena G. de White. Sus consejos no tenían el respaldo de la autoridad científica de la época, así como tampoco tenían explicación los consejos de Moisés al pueblo de Israel. Elena presentó a la iglesia un estilo de vida que hoy se conoce como "Reforma prosalud"». Cantemos el himno 259, *Mi espíritu, alma y cuerpo.*

Lectura bíblica y oración

Quizás te preguntes: «¿Por qué Elena habló de salud?». Pues porque Dios se preocupa por cada aspecto de nuestra vida y la buena salud siempre ha sido uno de esos aspectos. El pueblo de Israel recibió un programa de dieta y salud para su desarrollo físico, mental y espiritual a través de Moisés, también recibieron la promesa de que no habría enfermos en el pueblo, siempre y cuando siguieran este plan. La lectura bíblica de esta mañana se encuentra en Éxodo 15: 26 (*leer*).

Pidamos la protección prometida a nuestra salud en esta oración de rodillas ante nuestro Dios.

Música especial

«En aquella época muchos norteamericanos morían de enfermedades contagiosas tales como tuberculosis, cólera, pulmonía, malaria, fiebre tifoidea y fiebre amarilla. Se sufría de artritis, asma e indigestión, entre otras dolencias. Muchos recurrían a remedios caseros y medicamentos patentados como el opio, el calomelano (cloruro de mercurio), el arsénico, el ácido prúsico (ácido cianhídrico) y el antimonio, sustancias hoy conocidas por ser altamente nocivas. Las terapias médicas "más avanzadas" de la época incluían las sangrías, sudor, vómito o purgantes» (p. 8).

Imagina lo disruptivos que resultaban los consejos de Elena G. de White en una sociedad como esa. Damos gracias a Dios por su amor hacia nosotros, al enviarnos luz para nuestro beneficio. Ahora, escuchemos una alabanza musical para la gloria de Dios.

Panorama global

(Esta parte puede ser presentada por el director del programa o el director de Obra Misionera, se dirige a los maestros y sus clases)

Proyecto misionero: «Esperanza en el desaliento»

¿Cómo podemos aprender a confiar en Dios cuando, en el momento presente, las cosas no parecen muy alentadoras?

Durante esta semana, cree un registro de esperanza: cada día anota una preocupación actual, y al lado una evidencia pasada de la ayuda de Dios en tu vida. Luego, comparta una de esas experiencias con alguien que hoy esté desanimado, para mostrarle que recordar la fidelidad pasada de Dios fortalece la confianza cuando el presente no parece esperanzador.

Nota: Este proyecto está basado en las preguntas de discusión al final de la lección.

Relato misionero

(Entra a escena la peregrina y el cartero por lugares diferentes. El Cartero se acerca a la dama y le entrega la primera carta)

Peregrina: Gracias, muy amable. (Lee la carta para sí misma)

Cartero: Disculpe si parezco un poco curioso pero a esa señora le urgía entregar esa carta. ¿Me puede decir por qué es tan importante?

Peregrina: No entiendo por qué es tan importante. Ella me está aconsejando una dieta equilibrada para mejorar la salud. ¿Cómo puede la comida mejorar la salud? Eso no tiene sentido. Me parece que esta señora debería estar haciendo otra cosa en lugar de hablar de dieta equilibrada. Ella cree que los azúcares y las grasas son dañinos. Mire esto: quiere que consumamos mayor cantidad de frutas y vegetales. ¿De dónde ha sacado ella todas estas incoherencias?

Cartero: Creí en serio que eran cartas de vida o muerte, pero veo que no. Gracias, voy a entregar las otras para cumplir con mi deber.

(Entra el encargado del relato misionero sin anunciar, o se proyecta en la pantalla).

(Mientras se relata la historia, puede proyectar las imágenes de los protagonistas, que han sido publicadas en las páginas de recursos que se mencionan arriba en las sugerencias).

Nuevo Horizonte

(Entra el segundo peregrino. El Cartero entrega la segunda carta y la persona la lee para sí)

Peregrino: Me gustaría tener tiempo ahora para responderle esta carta a Doña Elena. ¿Cómo puede ella pensar que el tabaco, el alcohol y la cafeína pueden estar afectando mi salud? ¿No sabe ella que el alcohol ayuda a desinfectar y conservar? Cada vez que yo bebo café siento mucho alivio y tranquilidad. Creo que ella no quiere ayudarme; quiere verme morir.

Cartero: La verdad es que ya no quisiera seguir entregando estas cartas, pero es mi deber y tendré que hacerlo. Yo pensaba que estaba ayudando a salvar vidas, pero lo que estoy haciendo es enojar a las personas.

(Entra el encargado del Nuevo Horizonte sin anunciar).

(Luego del Nuevo Horizonte, entra la jovencita vestida de negro. El cartero entrega la tercera carta y la persona la lee para sí)

Jovencita vestida de negro: Doña Elena debería ser más sensible con mi dolor. ¿Cómo puede ella decir que los miembros de mi familia que han fallecido por la fiebre lo hicieron por causa de las impurezas y la falta de higiene? Dios envió estas enfermedades y no que nosotros nos enfermamos por nuestra culpa. ¿Cree ella que los demás van a mejorar si limpiamos toda la casa? Faltaba más. Ahora tendríamos que pensar que una casa limpia de impurezas ayuda a sanar a las personas. No quiero seguir leyendo esta carta.

Cartero: Ya solo me quedan dos cartas más. Desearía que un perro me persiguiera y se las comiera.

(Entra una persona mayor. El cartero entrega la quinta carta y la persona la lee para sí)

Persona mayor: Tengo muchos años de vida y nunca había escuchado un consejo más fuera de lugar. Nuestro botiquín familiar es bastante caro e incluye el tabaco para cualquier problema pulmonar. Tenemos la instrucción de inhalarlo profundamente para que las vías respiratorias puedan obtener el vapor. Doña Elena no tiene estudios médicos para creer que sabe más que ellos. ¿A quién se le puede ocurrir que el tabaco afecta al fumador y a los que están a su alrededor? Llamarle veneno lento al tabaco es una falta de conocimiento de esa señora.

Cartero: Pues yo espero que ella no tenga más cartas para enviar. Esos consejos de salud debería darlos un médico. Porque solo Dios, que creó el cuerpo, sabe más que un médico. Cualquiera creería que Dios le está diciendo a Doña Elena las cosas que ni los médicos de nuestra época han descubierto.

División en clases

Informe secretarial (director del programa o secretaria)

Elena G. de White escribió abundantemente sobre salud y nutrición durante casi cincuenta años. Sostuvo muchos principios de salud que en sus días aún no se habían comprobado científicamente. Esos principios han sido confirmados de modo notable por la ciencia, a pesar de que fueron escritos en una época en la que predominaban falsos conceptos referentes a la salud.

«Si los adventistas practicaran lo que profesan creer, si fueran sinceros reformadores en lo que toca a la salud, serían ciertamente un espectáculo al mundo, a los ángeles y a los hombres» (*Consejos sobre salud*, pág. 577). Escuchemos el informe secretarial.

Tiempo de la lección

Esta semana estuvimos estudiando «Manifestaciones proféticas en momentos cruciales», un estudio de momentos en los que Dios llamó profetas para dar mensajes a su pueblo y a todo el mundo.

Clausura del programa

El Club de Lectura puede ser dirigido por el Director de Escuela Sabática o por el encargado del Departamento de Publicaciones de la iglesia.

Club de Lectura: En nuestro continuo disfrute del **Club de Lectura,** exploraremos el **Apéndice 1: «El milenio: ¿un periodo literal?»** del libro *Olor a Tierra Nueva*. Veremos planteamientos interesantes sobre cómo evaluar la literalidad y la simbología dentro de Apocalipsis.

Conclusión

En la revista *Saturday Evening Post* correspondiente a los meses de enero y febrero de 1992, se encuentra el artículo titulado «A Diet for a Longer Life» [Una dieta para una vida más larga]. El resumen, bajo el título, reza: «Las investigaciones confirman que el estilo de vida de los adventistas del séptimo día reduce el riesgo de enfermedades cardíacas y el cáncer [...] e incluso puede alargar la vida».

Patrick Perry, el autor, mencionó el nombre de una persona que vive en nuestra misma ciudad; por lo que me di a la tarea de buscarla y hacerle algunas preguntas. Cuenta ella que Patrick Perry sufría de una afección gástrica cuando escuchó hablar del Instituto Weimar de California, dedicado a promover un estilo de vida sano, y por medio de sus investigaciones llegó a la ciudad de Keene, en Texas. Algunas de las declaraciones Perry rezan de la siguiente manera:

«Los miembros de la Iglesia Adventista del Séptimo día son conocidos como los más sanos de los Estados Unidos. [...] Estudio tras estudio se ha demostrado que los miembros de esta iglesia no solo viven más sino que, al mismo tiempo, no padecen de las enfermedades que afectan a la población en general. [...] El adventista de sexo masculino vive un promedio de 8.9 años más que su contraparte en la población general.

[...] Aunque son vegetarianos, los adventistas del séptimo día han reducido el riesgo de la osteoporosis en contraposición a quienes consumen carne en la población general. [...]

Los miembros de esta iglesia experimentan una incidencia menor de cáncer de mama, de próstata, de páncreas, de vejiga y de ovarios. [...] Los adventistas del séptimo día enseñan la prevención de las enfermedades por medio del estilo de vida. El secreto de una vida sana, creen ellos, no es cuánto comer sino qué comer y cuándo. » ¿Qué significa esto para nosotros, que no somos de esta religión? (p.9).

Claro, estos beneficios no son el resultado del bautismo en la iglesia. Todo comienza cuando empezamos a vivir los principios de salud con intención y disciplina. ¿Te animas a vivir con temperancia?

Himno final: 524, *Traían en silencio presentes al Señor.*

Oración final.