

Más cerca de Dios

SÁBADO

09

DICIEMBRE

“Salud y Adoración”

Propósito: Enfatizar la importancia del uso de los remedios naturales, para gozar de una salud integral que nos ayude a mantener una comunión óptima con nuestro creador.



Por:

Pr. Jorge Luis Salomón González/
 Asociación Veracruzana del Sur
 Énfasis Ministerio de Salud

SERVICIO DE CANTO

8:45 – 9:00

A) ACTIVIDAD CONGREGACIONAL

9:00 – 9:30

1. Bienvenida
2. Himno de alabanza
3. Lectura bíblica
4. Oración de rodillas
5. Nuevo horizonte
6. Himno de alabanza
7. Misionero mundial
8. Informe del secretario (Tabla comparativa)

B) ACTIVIDAD EN EL GRUPO PEQUEÑO

9:30 – 10:45

- | | |
|-------------|--|
| 9:30-9:40 | Confraternización y registro de la tarjeta |
| 9:40-10:10 | Repaso de la lección |
| 10:10-10:20 | Actividad en el Grupo Pequeño: |
| 10:20-10:35 | Capacitación “Primero la Misión” |
| 10:35-10:45 | Crecimiento Integral |

C) ACTIVIDAD CONGREGACIONAL

10:45-10:50

Clausura

Sugerencias

Contar con letreros, imágenes o banners de los ocho remedios naturales, colocarlos en la plataforma o proyección a medida del desarrollo del programa.

Servicio de canto (8: 45 – 9:00)

Himno #6 “¡Hosanna!”, #16 “A nuestro Padre Dios”, #17 “Oh Padre Eterno Dios”.

Introducción

La lucha por la salud debe ser diaria, así como sucede con la búsqueda de Dios cada día. La santidad y la vida saludable deben ir de la mano. La consagración también implica una búsqueda permanente del conocimiento de la teoría y la práctica de un vivir saludable. Se espera que un cristiano consagrado viva diariamente los principios de salud instituidos por el Creador.

A) ACTIVIDAD CONGREGACIONAL 9:00 – 9:30

Bienvenida

En la presencia de Cristo y en el poder del Espíritu Santo, será un deleite practicar los principios básicos de la salud. Veremos, a continuación, un resumen de las recomendaciones del Creador para una vida saludable espiritual, física y mental. **Sean Bienvenidos**

Aire puro. Usted puede estar varias semanas sin alimentarse y algunos días sin agua, pero solamente unos pocos minutos sin respirar. Este remedio es indispensable para que la vida pueda existir.

“La influencia del aire puro y fresco permite que la sangre circule saludablemente a través del sistema. Además, refresca el cuerpo y promueve la buena salud. Su influencia abarca la mente y le imparte cierto grado de compostura y serenidad. El aire puro despierta el apetito, permite una digestión más completa de los alimentos, e induce a un sueño más sereno y profundo” (*Consejos sobre la salud*, p. 60).

Himno de alabanza

Himno #53 “¡Oh amor de Dios!”

Luz solar. “Ningún cuarto es adecuado para servir de dormitorio, a menos que pueda abrirse de par en par cada día, para dar acceso al aire y a la luz del sol” (*El ministerio de curación*, p. 208).

Lectura Bíblica: 1 Cor. 10:31.

Ejercicio. “La inacción es causa fecunda de enfermedades. El ejercicio aviva y regula la circulación de la sangre; pero en la ociosidad la sangre no circula con libertad, ni se efectúa su renovación, tan necesaria para la vida y la salud” (*Ibid.*, p. 182). Comience a ejercitarse, y su corazón, sus pulmones, el aparato digestivo, la mente, los huesos, los músculos, el apetito, el sueño, y otros aspectos de su salud, se lo van a agradecer.

“Ningún ejercicio puede reemplazar la acción de caminar” (*Consejos sobre la salud*, p. 197).

“El aire puro, la alegre luz del sol [...] el ejercicio al aire libre [...] son el elixir de la vida” (*Consejos sobre la salud*, p. 167).

Invitemos a la congregación a orar de rodillas.

Oración de rodillas

Temperancia. Hasta lo bueno debe ser usado con moderación; la Biblia aconseja: “Vuestra gentileza sea conocida de todos los hombres” (Fil. 4:5).

“La intemperancia en el comer es, a menudo, causa de enfermedad, y lo que más necesita la naturaleza es ser aliviada de la carga inoportuna que se le impuso. En muchos casos de enfermedad, el mejor remedio para el paciente es un corto ayuno, que omita una o dos comidas, para que descansen los órganos rendidos por el trabajo de la digestión” (*El ministerio de curación*, p. 180).

Nuevo horizonte

Reposo. “Algunos enferman por exceso de trabajo. Para los tales, el descanso, la tranquilidad y una dieta sobria son esenciales para la restauración de la salud” (*El ministerio de curación*, p. 180).

“Cuando nos entregamos al descanso, el estómago debe haber concluido ya su tarea, para que él también pueda descansar, como los demás órganos del cuerpo” (*El ministerio de curación*, p. 234).

Dormir antes de la medianoche: lo ideal.

El sábado: bendición del descanso. Adoremos a Dios en este día santo.

Himno de alabanza o canto especial

Himno # 354 “Voy caminando”

Régimen conveniente. Frutas, verduras, cereales y nueces.

“Los cereales, las frutas frescas, las frutas oleaginosas, o nueces, y los vegetales, debidamente combinados, contienen todos los elementos nutritivos y, si están bien preparados, constituyen la alimentación que más aumenta la fuerza física y mental” (*La educación*, pp. 204, 205).

“Si, pues, coméis o bebéis, o hacéis otra cosa, hacedlo todo para la gloria de Dios” (1 Cor. 10:31).

Misionero mundial

Uso del agua. “Estando sanos o enfermos, el agua pura es, para nosotros, una de las más exquisitas bendiciones del cielo: su empleo conveniente favorece la salud. Es la bebida que Dios proveyó para apagar la sed de los animales y del hombre. Ingerida en cantidades suficientes, el agua suple las necesidades del organismo, y ayuda a la naturaleza a resistir la enfermedad. Aplicada externamente, es uno de los medios más sencillos y eficaces para regularizar la circulación de la sangre. Un baño frío, o siquiera fresco, es un excelente tónico. Los baños calientes abren los poros, y ayudan a eliminar las

impurezas. Los baños calientes y templados calman los nervios y regulan la circulación” (*El ministerio de curación*, p. 181).

Informe Secretarial

Confianza en el poder divino. Este es el principal de los remedios. En caso de que otros fallen, este no fallará, cuando la cura sea para la gloria de Dios.

El poder curativo viene del Señor: “Sáname, oh Jehová, y seré sano; sálvame, y seré salvo; porque tú eres mi alabanza” (Jer. 17:14).

El recurso de la oración: Podemos alcanzar, mediante ella, lo que ningún ser humano o institución pueden hacer por nosotros.

Repetición del versículo para memorizar de la semana

(Invite a los líderes a participar en sus grupos pequeños, haga énfasis en el horario de la actividad en el GP’s)

B) ACTIVIDAD EN EL GRUPO PEQUEÑO 9:30 – 10:45

C) ACTIVIDAD CONGREGACIONAL 10:45 – 10:50

Himno final # 374 “Dulce comunión”

“Estamos convencidos de que este es un buen camino, pues, cuando ayudamos a las personas a formar hábitos correctos, colaboramos con la “naturaleza en su tarea de restauración por medio de un uso sabio de sus propios remedios sencillos” (*Consejos sobre el régimen alimenticio*, p. 540).

Conclusión

“El amor a Dios es esencial para la vida y la salud. A fin de gozar de salud perfecta, nuestros corazones deben estar llenos de esperanza, amor y gozo” (*Consejos sobre la salud*, p. 589).

Oración final