

10. Temperancia

¡Oh, un estudio de las leyes de nuestra vida física estaría incompleto sin considerar la importancia de la temperancia! El evangelista Pablo nos exhorta a ser...

1 Corintios 9: 25 “Todo aquel que lucha, de todo se abstiene.”

Esto significa que debemos evitar lo que es dañino, huir de los extremos en todo y ser moderados en el disfrute de aquellas cosas que son lícitas. La salud es imposible sin temperancia. Nuestros apetitos naturales deben mantenerse bajo el control de la razón ilustrada.

La intemperancia sexual tiende a paralizar los nervios y el cerebro, causa pérdida de memoria, debilita la fuerza física y mental y descompone las fuerzas vitales.

La complacencia del apetito es la causa individual más grande de debilidad física y mental. Todos los hombres tienen tendencia a la intemperancia, y para ser verdaderamente templados en todas las cosas, necesitamos un poder fuera de nosotros mismos que ponga todas las facultades de la mente y el cuerpo bajo el control de las leyes de la vida. Ese poder es Cristo.