

**DATOS**

**Tema**

Régimen Alimenticio Edénico

**Enfoque Principal**

Mostrar al oyente que el régimen alimenticio Edénico se estableció en la creación y acepte este régimen eterno.

**Predicaciones**

Nro.	Iglesia	Fecha

**Autor**

Jhoel Jesús Lozano Elías

**Fecha**

27 de Agosto del 2008

**Enfoque principal:** Que el oyente entienda y comprenda que esta dieta es la mejor para la supervivencia humana en estos últimos tiempos

**Introducción**

Motivación: Pues una de las razones principales por el cual elegí este tema es fomentar dentro y fuera de nuestra iglesia que nosotros como seres humanos caídos debemos retomar la dieta original dado por Dios en el Edén a nuestros primeros padres, Adán y Eva, además la relación que hay entre los alimentos que tomamos, por una parte, y nuestro bienestar físico y espiritual por la otra. Están estrechamente relacionados, y espero ejercer una poderosa influencia modeladora sobre los hábitos dietéticos de los adventistas del séptimo día, y dejar bien en claro que debe ser estudiada con mente abierta. Así se evitará la aceptación de puntos de vista extremos o radicales basadas en un solo pasaje, aislado de su contexto o de declaraciones acompañantes sobre el mismo tema.

**Contexto Literario del Pasaje**

Adán salió de la mano de su Creador perfecto en su estructura y hermoso en su forma. El hecho de que durante seis mil años haya soportado el peso siempre creciente de la enfermedad y el crimen, es una prueba concluyente del poder de resistencia del cual fue dotado. Si Adán no hubiera poseído originalmente un poder físico mayor que el que los hombres tienen ahora, la raza se habría extinguido. A través de sucesivas generaciones desde la caída, la tendencia ha sido siempre hacia abajo. La enfermedad se ha transmitido de padres a hijos, generación tras generación. Aun los infantes en la cuna sufren de aflicciones causadas por los pecados de sus padres.

Dios había terminado la creación y luego hizo provisión para el sustento del recién nombrado monarca del Edén y de sus súbditos. Sabemos por el registro divino que el hombre había de comer tanto de los productos

del campo como de los árboles. En otras palabras, cereales, frutas oleaginosas y las otras frutas. Los animales habían de comer "toda planta verde": verduras y pasto.

La redacción de esta orden revela que no era la voluntad de Dios que el hombre matara animales para alimentarse, o que los animales debieran devorarse entre sí. Por lo tanto, la violenta y a veces la penosa destrucción de la vida hecha por los hombres y animales es un resultado de la entrada del pecado en el mundo. Sólo después del diluvio Dios dio permiso al hombre de comer carne de animales (Gen. 9: 3). Aún las leyendas paganas hablan de una edad áurea, de inocencia, cuando el hombre se abstenía de matar animales (Ovidio, *Metamorfosis*, I. 103-106). Ningún animal alguna especie comía carne al principio, se puede inferir esto del anuncio profético en Isa. 11: 6-9; 65: 25, del estado de la tierra nueva, donde la ausencia del pecado y la transformación completa del mundo al convertirse en el reino de Dios estarían acompañadas por el cese de toda matanza de las criaturas de Dios.

La clara enseñanza de las Escrituras de que la muerte entró en el mundo por el pecado muestra que el propósito original de Dios era que ni el hombre ni los animales quitaran la vida para proveerse de alimentos. Todos los argumentos basados en la premisa de que es necesario matar animales para frenar su aumento excesivo, son de valor dudoso. Es fútil especular lo que habría sucedido en este mundo si los animales y los seres humanos se hubieran multiplicado sin control, perpetuamente. Ciertamente, Dios había trazado sus planes para hacer frente a eventualidades cuando se presentaran. Esos planes no nos han sido revelados porque el pecado entró en el mundo antes de que surgiera la necesidad de frenar una reproducción excesiva.

Proposición: Es una historia en la cual se relata la creación perfecta de Dios y su ordenanza divina de la dieta eterna, para lo cual estudiaremos el versículo 29 del capítulo 1 de Génesis, y el control del apetito en nuestras vidas, donde nos muestra que Dios ordena el Régimen Alimenticio y la segunda parte la batalla que tenemos que

vencer con respecto a los alimentos que se deben comer, así pone a prueba no sólo el apetito de Adán y a Eva sino también el nuestro. Nosotros para dominar nuestro apetito tenemos que someternos a Dios y el nos dará la fuerza y la voluntad de seguir con esta dieta divina y eterna.

### **Primera parte**

#### **Dios ordena el Régimen Alimenticio**

El hombre fue creado con el libre albedrío de Escoger la VIDA o la MUERTE, cada hombre tiene la oportunidad, en alto grado, de hacer de sí mismo lo que elija ser. Las bendiciones de esta vida, y también la futura, están a su alcance. Puede formar un carácter de gran excelencia, y adquirir nueva fuerza a cada paso. Puede avanzar diariamente en conocimiento y sabiduría, consciente de que el progreso le proporcionará nuevas delicias, y añadir una virtud a otra, sus facultades mejorarán con el uso; cuanto más sabiduría obtenga, mayor será su capacidad para adquirir más aún, su inteligencia, conocimiento y virtud se desarrollarán así para adquirir mayor fuerza y más perfecta simetría.

Por otra parte, puede permitir que sus facultades se derrumben por falta de uso, o que sean pervertidas por malos hábitos, y por falta de dominio propio o de vigor moral y religioso. Entonces marcha hacia abajo; porque es desobediente a la ley de Dios y a las leyes de la salud. El apetito lo domina. La inclinación lo desvía. Le resulta más fácil permitir que los poderes del mal, que están siempre activos, lo arrastren hacia atrás que luchar contra ellos y avanzar. Sigue luego la disipación, la enfermedad y la muerte. Esta es la historia de muchas vidas que podrían haber sido útiles en la causa de Dios y la humanidad. Como lo fueron la de nuestros primeros padres.

Dios siempre quiere que alcancemos el ideal de la perfección hecho posible para nosotros por el don de Cristo. Que nos invita a escoger el lado de la justicia, a ponernos en relación con los agentes celestiales, a adoptar principios que restaurarán en nosotros la imagen divina que fue en la creación. En la Santa Biblia y el gran libro de la naturaleza nos ha revelado los principios de la vida. Nuestra tarea es conocer estos

principios y por medio de la obediencia cooperar con Dios en restaurar la salud del cuerpo tanto como la del alma.

Una razón por la cual no disfrutamos de más bendiciones del Señor, es que no prestamos atención a la luz que le ha placido darnos con respecto a las leyes de la vida y la salud. Dios es tan ciertamente el autor de las leyes físicas como lo es de la ley moral. Su ley está Escrita con su propio dedo sobre cada nervio, cada músculo y cada facultad que ha sido confiada al hombre. El Creador del hombre ha dispuesto la maquinaria viviente de nuestro cuerpo. Toda función ha sido hecha maravillosa y sabiamente. Y Dios se ha comprometido a conservar esta maquinaria humana si es que marchamos en forma saludable, si el hombre quiere obedecer las leyes de Dios y cooperar con él. Toda ley que gobierna el cuerpo ha de ser considerada tan divina en su origen, en su carácter y en su importancia como la Palabra de Dios. Toda acción descuidada y desatenta, todo abuso cometido con el maravilloso mecanismo del Señor, al desatender las leyes específicas que rigen la habitación humana, es una violación de la ley de Dios. Podemos contemplar y admirar la obra de Dios en el mundo natural, pero la habitación humana es la más admirable.

La reforma pro salud como medio que el Señor tiene para aminorar el sufrimiento. "¿No sabéis que vuestros cuerpos son miembros de Cristo?" "¿O ignoráis que vuestro cuerpo es templo del Espíritu Santo, el cual está en vosotros, el cual tenéis de Dios, y que no sois vuestros? Porque habéis sido comprados por precio; glorificad, pues, a Dios en vuestro cuerpo y en vuestro espíritu, los cuales son de Dios" (1 Cor. 6:15, 19, 20). Nuestros cuerpos son la propiedad adquirida por Cristo, y no estamos en libertad de hacer con ellos como nos parezca. El hombre ha hecho esto. Ha tratado su cuerpo como si las leyes que lo rigen no tuvieran ninguna penalidad. Debido al apetito pervertido, sus órganos y facultades se han debilitado, se han enfermado y se han inutilizado. Y estos resultados que Satanás ha producido con sus propias tentaciones especiosas, los usa para vituperar a Dios. El presenta ante Dios el cuerpo humano que Cristo ha comprado como su propiedad; ¡y qué repugnante representación de su Creador es el

hombre! Debido a que el hombre ha pecado contra su cuerpo, y ha corrompido sus costumbres, Dios resulta deshonrado.

Cuando los hombres y las mujeres se convierten de verdad, respetan concienzudamente las leyes de la vida que Dios ha establecido en su ser, y así tratan de evitar la debilidad física, mental y moral. La obediencia a estas leyes ha de convertirse en un deber personal. Nosotros mismos debemos sufrir los males producidos por la violación de la ley. Debemos dar cuenta a Dios por nuestros hábitos y prácticas. Por lo tanto, la pregunta que debemos hacernos no es: "¿Qué dirá el mundo?" sino "¿Cómo trataré yo, que pretendo ser un cristiano, la habitación que Dios me ha dado? ¿Trabajaré para lograr mi más alto bien temporal y espiritual al guardar mi cuerpo como templo para la morada del Espíritu Santo, o me abandonaré a las ideas y prácticas del mundo?"

En el libro de Romanos 12:1, el texto nos dice que presentemos nuestros cuerpos como sacrificio vivo, santo, aceptable a Dios, que es nuestro racional culto. Somos la obra de Dios. El salmista, al meditar en la obra maravillosa de Dios revelada en la estructura humana, exclamó: "Asombrosa y maravillosamente he sido formado" (Sal. 139:14, VM). Hay muchas personas que se educan en las ciencias y se familiarizan con la teoría de la verdad, pero no entienden las leyes que gobiernan su propio ser. Dios nos ha dado facultades y talentos; y es nuestro deber, como hijos e hijas de Dios, hacer el mejor uso de ellos. Si debilitamos estas facultades de la mente o del cuerpo por medio de hábitos erróneos o por la complacencia de un apetito pervertido, será imposible que honremos a Dios como debiéramos.

Dios exige que el cuerpo le sea presentado como sacrificio vivo, no como sacrificio muerto o moribundo. Las ofrendas de los antiguos hebreos debían ser sin tacha, ¿y será agradable para Dios aceptar una ofrenda humana llena de enfermedad y corrupción? El nos dice que nuestro cuerpo es el templo del Espíritu Santo; y nos exige que cuidemos este templo, a fin de que sea una habitación adecuada para su Espíritu. El apóstol Pablo nos da esta amonestación: "No sois vuestros, porque habéis sido comprados por precio; glorificad, pues, a Dios en

vuestro cuerpo y en vuestro espíritu, los cuales son de Dios" (1 Cor. 6: 19, 20). Todos deben ser muy cuidadosos para preservar el cuerpo en la mejor condición de salud posible, a fin de que puedan rendir a Dios un servicio perfecto, y cumplir su deber en la familia y en la sociedad.

Debe obtenerse conocimiento con respecto a cómo comer, beber y vestirse como para preservar la salud. La enfermedad es causada por la violación de las leyes de la salud; es el resultado de infringir las leyes de la naturaleza. Nuestro primer deber, un deber que tenemos para con Dios, hacia nosotros mismos y con nuestros semejantes, es obedecer las leyes de Dios, que incluyen las leyes de la salud. Si estamos enfermos, nos convertimos en una carga para nuestros amigos y nos descalificamos para cumplir nuestros deberes hacia la familia y los vecinos. Y cuando la muerte prematura es el resultado de nuestra violación de la ley natural, acarreamos dolor y sufrimiento a los demás; privamos a nuestros vecinos de la ayuda que debíamos darles mientras vivimos; despojamos a nuestras familias del bienestar y la ayuda que debíamos darles, y privamos a Dios del servicio que él reclama de nosotros para hacer progresar su gloria. ¿No somos, pues, transgresores de la ley de Dios y en el peor sentido?

El Señor ha permitido que su luz brillara sobre nosotros en estos últimos días, para que la oscuridad y las tinieblas que se han estado juntando en las pasadas generaciones debido a una complacencia pecaminosa, pudieran ser en cierto grado despejadas, y para que el tren de los males que han resultado debido a la intemperancia en él comer y en el beber, pudiera ser disminuido. Es el propósito de Dios que los padres creyentes, y sus hijos se presenten como representantes vivos de Cristo, candidatos para la vida eterna. Todos los que son participantes de la naturaleza divina escaparán a la corrupción: que está en el mundo por la concupiscencia. Es imposible que los que gratifican el apetito alcancen la perfección cristiana.

Dios ha permitido que la luz de la reforma pro salud brillara sobre nosotros en estos días finales, para que andando en la luz escapemos a muchos de los peligros: a que estaremos expuestos. Satanás está

obrando con gran poder para inducir a los hombres a dar rienda suelta al apetito, a gratificar la inclinación y a gastar sus días con descuidada insensatez. Presenta las atracciones de una vida de disfrute egoísta y de complacencia sensual. La intemperancia absorbe las energías tanto de la mente como del cuerpo. El que es así vencido, se ha colocado en el terreno de Satanás, donde será tentado y molestado, y finalmente dominado a gusto por el enemigo de toda justicia. A fin de preservar la salud, se necesita la temperancia en todas las cosas: temperancia en el trabajo, temperancia en el comer y en el beber. Nuestro Padre celestial envió la luz de la reforma pro salud como protección contra los males resultantes de un apetito degradado, a fin de que los que aman la pureza y la santidad sepan cómo usar con discreción las buenas cosas que él ha provisto para ellos, y a fin de que por el ejercicio de la temperancia en la vida diaria, puedan ser santificados por medio de la verdad.

Téngase siempre presente que el gran objeto de la reforma higiénica es asegurar el más alto desarrollo posible de la mente, el alma y el cuerpo. Todas las leyes de la naturaleza -que son las leyes de Dios- han sido ideadas para nuestro bien. Su obediencia promoverá nuestra felicidad en esta vida, y nos ayudará a prepararnos para la vida futura.

Hay algunos que jamás han seguido la luz dada en cuanto al régimen. Ya es tiempo de sacar la luz de debajo del almud para que resplandezca con toda su fuerza. Los principios del sano vivir tienen una gran importancia para nosotros como individuos y como pueblo...

Todos somos probados en este tiempo. Hemos sido bautizados en Cristo; y si estamos dispuestos a separarnos de todo aquello que tienda a degradarnos y a hacernos lo que no debemos ser, recibiremos fuerza para crecer en Cristo, nuestra cabeza viviente, y veremos la salvación de Dios. Sólo cuando demos ser inteligentes tocante a los principios de una vida sana, podremos discernir los males que resultan de un régimen alimenticio impropio. Aquellos que, habiéndose impuesto de sus errores, tengan el valor de modificar sus costumbres, encontrarán que la reforma exige luchas y mucha perseverancia. Pero una vez que hayan adquirido gustos sanos, verán que el consumo de la carne, en el

que antes no veían mal alguno, preparaba lenta pero seguramente la dispepsia y otras enfermedades.

Los adventistas del séptimo día manejan verdades trascendentales. Hace más de cuarenta años que el Señor nos dio luces especiales sobre la reforma pro salud; pero, ¿cómo seguimos en esa luz? ¡Cuántos hay que han rehusado poner su vida en armonía con los consejos de Dios! Como pueblo, debiéramos realizar progresos proporcionales a la luz que hemos recibido. Es deber nuestro comprender y respetar los principios de la reforma pro salud. En el asunto de la temperancia, deberíamos dejar muy atrás a todos los demás; sin embargo, hay en nuestras iglesias miembros a quienes las instrucciones no han faltado, y hasta predicadores, que demuestran poco respeto por la luz que Dios nos ha dado tocante a este asunto. Comen según sus gustos y trabajan como mejor les parece.

Colóquense los maestros y directores de nuestra obra firmemente sobre el terreno bíblico en lo que se refiere a la reforma pro salud, y den un testimonio definido a los que creen que vivimos en los últimos tiempos de la historia de este mundo. Debe haber una línea de separación entre los que sirven a Dios y los que se complacen a sí mismos.

### **Segunda parte**

El pecado de seguir una conducta que nos gaste innecesariamente la vitalidad u oscurezca el cerebro. Es tan ciertamente un pecado violar las leyes de nuestro ser como lo es quebrantar las leyes de los Diez Mandamientos. Hacer cualquiera de ambas cosas es quebrantar los principios de Dios. Los que transgreden la ley de Dios en su organismo físico, tendrán la inclinación a violar la ley de Dios pronunciada desde el Sinaí.

Nuestro Salvador advirtió a sus discípulos que inmediatamente antes de su segunda venida existiría un estado de cosas muy similar al que precedió al diluvio. El comer y beber sería llevado al exceso, y el mundo se entregaría al placer. Este estado de cosas es el que existe hoy. El mundo está mayormente entregado a la complacencia del

apetito; y la disposición a seguir costumbres mundanas nos esclavizará a hábitos pervertidos: hábitos que nos harán más y más semejantes a los moradores de Sodoma que fueron condenados. Veo que existe suficiente razón que explica el estado de degeneración y mortalidad imperante en el mundo. La pasión ciega controla la razón, y en muchos casos toda consideración elevada es sacrificada a la lujuria. El conservar el cuerpo en una condición sana, a fin de que todas las partes del cuerpo actúen armoniosamente, debe ser el estudio de nuestra vida. Los hijos de Dios no pueden glorificarlo a él con cuerpos enfermos o mentes enanas. Los que se complacen en cualquier clase de intemperancia, ya sea en el comer o beber, malgastan su energía física y debilitan su poder moral.

Puesto que las leyes de la naturaleza son las leyes de Dios, sencillamente es nuestro deber dar a estas leyes un estudio cuidadoso. Debemos estudiar sus requerimientos con respecto a nuestros propios cuerpos, y conformarnos a ellos. Dios ha establecido leyes que gobiernan nuestra constitución, y estas leyes que él ha implantado en nuestro ser son divinas, y para cada trasgresión existe una penalidad, que ha de cumplirse tarde o temprano. La mayor parte de las enfermedades que han hecho sufrir y que están haciendo padecer a la humanidad, han sido creadas por los hombres debido a la ignorancia de las leyes básicas que rigen su propio organismo. Parecen indiferentes en materia de salud, y trabajan con perseverancia para despedazarse, y cuando están quebrantados y, debilitados corporal y mentalmente, mandan a buscar al médico y se acarrean la muerte con las drogas.

No siempre son ignorantes cuando se habla con algunas personas acerca del tema de la salud, a menudo dicen: "Sabemos actuar mucho mejor de lo que lo hacemos". No se dan cuenta de que son responsables de todo rayo de luz recibido con respecto a su bienestar físico, y que todos sus hábitos están abiertos a la inspección de Dios.

### **La Salud y el Mensaje del Tercer Ángel**

Elena de White vinculó firmemente el énfasis en la salud con el "mensaje del Tercer Ángel", tan estrechamente como la "mano está unida al cuerpo". Es decir, el mensaje de salud constituía un aspecto

muy importante del Evangelio Eterno de Apoc. 4:6. El hecho de colocar lo asuntos de Salud dentro del propósito de los mensajes de los tres ángeles de Apocalipsis 14 elevó el tema de la salud del plano de la opinión personal al nivel del compromiso espiritual y el desarrollo del carácter.

Se reconecta el mensaje de Salud con el mensaje teológico “Enviad a las iglesias a obreros que presenten los principios de la reforma pro salud en su relación con el mensaje de los Tres Ángeles ante cada familia e individuo. Animad a todos a tomar parte en la obra a favor de sus semejantes. Vereís si el soplo de vida no retorna rápidamente a sus iglesias”. Joyas de los testimonios, T2, p. 505.

### **El comentario**

La combinación de los alimentos y el conocimiento relativo a la debida combinación de los alimentos es de gran valor, y ha de ser recibido como sabiduría de Dios. No tengáis una gran variedad en la misma comida. Tres o cuatro platos son suficientes. En la próxima comida podéis tener un cambio. La cocinera debe aguzar su ingenio para variar los platos que prepara para la mesa, y el estómago no debe ser obligado a tomar la misma clase de alimentos comida tras comida. No debe haber muchas clases de alimentos en una comida, pero cada comida no debe estar compuesta invariablemente de las mismas clases de alimentos. El alimento debe prepararse con sencillez, aunque en forma esmerada para que incite al apetito.

Sería mucho mejor comer dos o tres diferentes clases de alimento en una comida que cargar el estómago con muchas variedades. Muchos enferman por ser complacientes con su apetito... Tantas variedades son introducidas en el estómago que se produce la fermentación. Esta condición determina una enfermedad aguda, y frecuentemente sigue la muerte. La variedad de alimentos en la misma comida causa desagrado, y destruye el bien que podría producir cada artículo al organismo si se tomara solo. Esta práctica causa constante sufrimiento, y a menudo la muerte. Si su trabajo es sedentario, haga ejercicio todos los días, y en cada comida consuma sólo tres o cuatro clases de

alimentos sencillos, tomando de éstos sólo la cantidad que satisfaga las demandas del hambre.

Las combinaciones impropias de alimentos crean perturbaciones; se inicia la fermentación; la sangre queda contaminada y el cerebro se confunde. El hábito de comer en exceso, o de comer demasiadas clases de alimentos en una comida, causa con frecuencia dispepsia. Se ocasiona así un grave daño a los delicados órganos digestivos. El estómago protesta en vano y suplica al cerebro que razone de causa a efecto. La excesiva cantidad de alimento ingerido o la combinación impropia, hacen su obra perjudicial. En vano dan su advertencia las prevenciones desagradables. El sufrimiento es la consecuencia. La enfermedad reemplaza a la salud.

### **Conclusión**

La responsabilidad por la luz en el tiempo en que brilló sobre nosotros la luz de la reforma pro salud, y desde ese tiempo en adelante, la pregunta siempre presente ha sido ésta: "¿Estoy yo practicando la verdadera temperancia en todas las cosas?" "¿Es tal mi régimen alimenticio que me pondrá en una posición en la cual pueda realizar la mayor suma de bien?" Si no podemos contestar estas preguntas en forma positiva, aparecemos condenados delante de Dios, porque él nos tendrá por responsables de la luz que ha brillado sobre nuestro sendero. Dios nos ha tolerado durante el tiempo de nuestra ignorancia, pero tan pronto como la luz brilla sobre nosotros, él nos exige que cambiemos nuestros hábitos destructores de la salud, y que nos coloquemos, en la debida relación con las leyes físicas.

### **Llamado**

La salud es un tesoro. De todas las posesiones temporales es la más preciosa. La riqueza, el saber y el honor se adquieren a un precio elevado, cuando se obtienen a costa de la pérdida del vigor de la salud. Ninguna de estas cosas puede asegurar la felicidad, si la salud llega a faltar. Estos abusos nos debilitan para la vida y nos hacen perdedores, cualquiera sea el grado de educación que alcancemos por ese medio. Que Dios nos bendiga para alcanzar este ideal en nuestras vidas.