

## ¡BUEN PROVECHO!

“Daniel se propuso no contaminarse con la comida y el vino del rey, así que le pidió al jefe de oficiales que no lo obligara a contaminarse”. Daniel 1:8

### ALABANZA

Ven Espíritu Santo – (CD Joven 2013)

Restaura – (CD Joven 2012)

Voy a entregarme – (CD Joven 2014)

### ORACIÓN INTERCESORA

En toda la historia de la vida de Daniel vemos su gran comunión con Dios, demostrada por medio de la oración: *“Se arrodillaba tres veces al día, oraba y daba gracias delante de su Dios como solía hacerlo antes”*. Por medio de la oración y comunión constantes él fue victorioso en todos sus malos momentos. Arrodillémonos como Daniel para orar, invito a todos para una oración dirigida a la salud física de nuestra familia y hermanos. Y que nuestra oración sincera llegue al trono de Dios como olor suave.

### TESTIMONIO

En noviembre del 2012, Willian, sargento de la Base Aérea de Porto Velho (Brasil), aceptó a Jesús por medio del bautismo, empezando así su transformación física, mental y espiritual. A través de su esposa Índira, que era adventista, Willian conoció la TV Novo Tempo, la cual sería más tarde la herramienta de un gran cambio en su salud y vida. Al ver el DVD del Dr. Silmar Cristo, “Del Edén al Fast Food”, él se interesó, decidió quitar sus dudas y tener confirmaciones respondidas a través del programa Vida y Salud. En algunas entrevistas hechas con médicos del programa tuvo la confirmación de todo lo que había visto en el DVD y vio la necesidad urgente de un cambio alimenticio. Notó que los médicos adventistas usaban la Biblia y el Espíritu de Profecía para encontrar la verdadera dieta alimenticia para una vida larga y saludable. Como por ejemplo, alimentarse sólo tres veces por día y no de tres en tres horas como los médicos seculares le hablaron, y la importancia de frutas, legumbres y granos y abstenerse de carne roja. En el cuartel es costumbre tener una evaluación física semestral, y el evaluador se sorprendió al constatar que Willian había saltado de 22% de grasa a 11%, perdiendo la grasa mala para el organismo, sin perder la masa delgada. Su peso que antes era 107 kilos, ahora era de 87 kilos, todo perdido sólo en tres meses y sin ejercicios físicos. El evaluador físico se enfureció al saber cómo lo había logrado y Willian dijo que sólo siguió la alimentación que Dios había instruido en la Biblia y en el Espíritu de Profecía. Y fue más lejos aún diciendo: “el plan original de Dios es que fuéramos vegetarianos”. Aún trabajando en el sector de reparación de aviones, que es un trabajo pesado, él se siente más dispuesto, menos cansado y su vigor físico cambió.

## **MENSAJE**

Los pasajes bíblicos de Daniel 1:8-16 nos muestran la diferencia de una alimentación saludable. Y también la valentía y determinación de aquellos cuatro jóvenes rehusarse a aceptar los ricos manjares que el rey les ofrecía. Aprovecha este sábado para traer a un nutricionista y confirmar para la salud física los consejos alimenticios bíblicos y del Espíritu de Profecía.

## **ESPÍRITU DE PROFECÍA**

“A los malos hábitos en el comer y al consumo de manjares malsanos se debe gran parte de la intemperancia, los crímenes y la miseria que azotan al mundo.” El ministerio de curación, pg. 105, párrafo 1.

“Para tener buena salud, debemos tener buena sangre, pues la sangre es la corriente de la vida. Repara los desgastes y nutre el cuerpo. Provista de los elementos convenientes y purificada y vitalizada por el contacto con el aire puro, da vida y vigor a todas las partes del organismo.” Consejos sobre el régimen alimenticio, pg. 108, párrafo 2.

## **Manos a la obra**

**Alabanza:** Toda la alabanza y músicas entonadas en este culto deben ser enfocadas en el tema. Al escoger los mensajes, músicas y los himnos busca algo relacionado con la entrega, transformación y restauración.

**Testimonio:** El testimonio sugerido es la historia de Willian, sargento de la Base Aérea en Porto Velho, RO (Brasil). Puedes encontrar alguna persona que fue beneficiada por un cambio alimenticio en tu propia iglesia, o conocer a alguien que se libró de enfermedades y complicaciones por medio de la alimentación saludable. Cuida para que el testimonio sea una bendición y no un motivo de rebeldía, crítica y observaciones.

**Oración intercesora:** Todos pueden orar por firmeza y convicción en cuanto a los consejos de salud, y principalmente la necesidad que tenemos de una transformación, pues nuestro cuerpo es el templo del Espíritu Santo.

**Mensaje:** Escoge una persona que tenga un buen conocimiento del régimen alimenticio adventista. Recordando que este es un momento corto y no debe ser quitado el brillo del resto del programa. El mensaje no debe tomar la mayor parte del programa. Cuidado al instruir a la persona para no ir a los extremos, pues esta es un área muy amplia y necesita otro momento para ser explicada mejor. También puedes preparar una canasta bien bonita con frutas para sorteo y mostrarla el sábado por la mañana, aguzando el interés de comparecer al Culto Joven.

**Luciana Sicsú Lacorte – Secretaria Joven AAmO**