

Principios

Redentores y

Restauradores

El Plan Original

“Y dijo Dios: He aquí que os he dado toda planta que da semilla, que está sobre toda la tierra, y todo árbol en que hay fruto y que da semilla; os serán para comer.” - *Génesis 1:29*.

Después que la Divinidad creó al hombre, le dio permiso para que escogiera sus alimentos únicamente de dos grandes grupos o categorías. ¿Cómo lo sabemos? Porque el texto anterior se refiere por separado a las plantas y a los árboles. De manera que esta clasificación sencilla, compuesta de dos categorías, se basó en la morfología externa de las plantas.

Plantas - ¿Qué organismos vivientes componen las “plantas” mencionadas en este versículo? La palabra hebrea para planta es **‘eseb**, que significa:

“Que brilla (o es verde); pasto (o cualquier brote tierno):- pasto, hierba” - *The New Strong's Exhaustive Concordance of the Bible* # 6212, p. 92.

Dentro de este grupo [“toda planta” - pasto, hierba, brote], se les dijo a Adán y a Eva que incluyeran en su régimen alimenticio solamente aquellas plantas que cumplieran con estas dos características: (1) que produjeran semilla, y (2) que estuvieran sobre la tierra. Estas incluyen:

- Las plantas cuyo fruto es propiamente una semilla (e.j., cereales).
- Las plantas que componen las hortalizas o vegetales cuyos frutos contienen semilla.
- Plantas rastreras, trepadoras o enredaderas que producen frutas carnosas con semilla, pero que no son árboles (ej. uvas¹, moras, melones, etc.).

No existen otras plantas que compartan estas dos características. Por ejemplo, los helechos (ej. espárragos), las hepáticas y los musgos no se reproducen por semillas, sino por esporas, y no producen fruto. Los tubérculos farináceos se reproducen por yemas, pero no producen semillas ni frutos. Los hongos y las algas no son plantas, y tampoco producen semillas ni frutos.

Arboles - Dentro de la segunda clasificación están todos los árboles de madera que producen frutos y semillas, ya sean carnosas u oleaginosas (nueces). Nuestros primeros padres no debieron seleccionar el alimento de árboles que produjesen semilla, pero sin fruto comestible, como por ejemplo los coníferos (pino, abeto, ciprés, sauce, etc.).

Es interesante saber que tanto las plantas que producen semilla, como los árboles que producen fruto y semilla, pertenecen a un grupo de plantas que los botánicos llaman las angiospermas. Todas estas se reproducen sexualmente por medio de flores, donde se forman las semillas y los frutos.

Si resumimos cuál fue el alimento original que el Creador proveyó a nuestros primeros padres, creemos que, por lo menos, ellos estuvieron autorizados a utilizar las frutas, los vegetales y los cereales. Esta postura bíblica armoniza con los escritos de Elena G. de White, quien escribió:

“Adán y Eva salieron de las manos de su Creador con perfectas capacidades físicas, mentales y espirituales. Dios plantó un huerto para ellos, y les rodeó de todo lo que era hermoso y atractivo a la vista que suplía sus necesidades físicas. La santa pareja contemplaba un mundo de amor y gloria incomparables. El benévolo Creador les dio evidencia de su amor y bondad, proveyéndoles de frutas, vegetales y cereales, y haciendo que crecieran del suelo todo tipo de árboles para uso y belleza.”- *Review and Herald*, 24 de febrero de 1874; *Redemption; or the Temptation of Christ --in-- The*

1. “Habían hermosas plantas trepadoras, como vides, que presentaban un aspecto agradable y hermoso, con sus ramas inclinadas bajo el peso de tentadora fruta de los más ricos y variados matices” - E.G. de White, *Patriarcas y Profetas*, p. 27.

Wilderness, p. 6.

“Si las frutas, los vegetales* y los cereales no son suficientes para satisfacer las necesidades del hombre, entonces el Creador cometió un error al darlos a Adán.” - *Temperance*, p. 160.

El Creador dedicó todo un día para crear al hombre. Conoce cada uno de sus células, tejidos, órganos y sistemas, y las necesidades de éstos. El régimen alimenticio dado originalmente al hombre, consistente de frutas, vegetales y cereales, le proporcionaría todos los nutrientes necesarios para que su organismo funcionara de una manera eficiente y perfecta. En esto no hubo equivocación. El mismo Creador se refirió a todo lo que hizo como “bueno en gran manera” - *Génesis 1:31*.

De manera que, de acuerdo al plan original, el Creador le dio permiso al hombre para que se alimentara únicamente del fruto de las plantas y de los árboles. Una violación a esta orden divina, como por ejemplo, si ellos hubiesen tomado como alimento aquellos productos vegetales fuera de este mandamiento, o si hubiesen sacrificado animales para comer sus cuerpos, hubieran cometido un acto de desobediencia.

En adición a la gran diversidad y abundancia de plantas y árboles que hubo en el jardín del Edén, se destacaban dos en particular.

“Y Jehová Dios hizo nacer de la tierra todo árbol delicioso a la vista, y bueno para comer; también el árbol de la vida en medio del huerto, y el árbol de la ciencia del bien y del mal.” - *Génesis 2:9*.

El Creador dio al hombre una instrucción clara sobre estos dos árboles:

“Y mandó Jehová al hombre, diciendo: De todo árbol del huerto podrás comer; mas del árbol de la ciencia del bien y del mal no comerás; porque el día que de él comieres, ciertamente morirás.” - *Génesis 2:16, 17*.

El texto dice que podía comer de todos los árboles que produjesen fruto, incluso del árbol de la vida. Pero si desobedecía el mandato divino al comer del árbol prohibido, perdería la inmortalidad. Esta estaba condicionada a que el hombre obedeciese la orden divina, y a que comiese del árbol de la vida. La dependencia del fruto y de las hojas de este árbol le perpetuaría su inmortalidad.

“Adán y Eva tenían libre acceso al árbol de la vida.” - *Patriarcas y Profetas*, p. 28.

“Cuando Adán y Eva comían de ese árbol reconocían su dependencia de Dios. El árbol de la vida poseía el poder de perpetuar la vida, y mientras comieran de él no podían morir. . .

“El fruto del árbol de la vida en el jardín del Edén poseía virtudes sobrenaturales. Comer de él equivalía a vivir para siempre. Su fruto era el antídoto de la muerte. Sus hojas servían para mantener la vida y la inmortalidad.” - *Comentario Bíblico Adventista*, tomo 7, p. 999.

En adición al régimen alimenticio dado en *Génesis 1:29* que proporcionaría vitalidad a sus cuerpos, el hombre también debía comer del fruto y de las hojas del árbol de la vida para continuar siendo inmortal. En aquel estado edénico el hombre debía consumir ambas cosas. No podía vivir eternamente si comía del fruto de las plantas y de los árboles, pero no comía del fruto y las hojas del árbol de la vida. Por otro lado, el comer del árbol de la vida le alargaría su existencia, pero su cuerpo necesitaba el alimento proveniente de las plantas. Es importante que comprendamos que la salud física y la inmortalidad actuaban de una manera integral en la condición humana sin pecado, mientras ellos se mantuviesen obedeciendo las órdenes divinas.

De la misma manera, debemos recordar que les estaba prohibido comer toda cosa

* La traducción al español en *La Temperancia*, p. 141 dice “las leguminosas” podría ser confusa, al aplicarse este término también a la familia de plantas que producen legumbres o fruto en una vaina.

fuera de lo indicado en *Génesis 1:29*, y del árbol de la ciencia del bien y del mal. Lo primero estaba implícito, y lo segundo, fue una orden. Existía un muro de separación invisible hacia lo prohibido que no podía atravesarse sin sufrir las nefastas consecuencias.

Los principios establecidos por el Creador para el bienestar integral de la primera pareja en el huerto del Edén se resumen en el siguiente diagrama.

Figura # 1. Regímenes alimenticios permitidos y prohibidos dados en el Edén.

<u>Alimentación Edénica Permitida</u>		<u>Consecuencias</u>
Toda Planta Que Produce Semilla, Todo Arbol Que Da Fruto y Tiene Semilla	+ Fruto y Hojas del Arbol de la Vida	=> Salud Física E Inmortalidad
Muro de Separación Invisible		
<u>Alimentación Edénica Prohibida</u>		<u>Consecuencias</u>
Todo Alimento Que Proviene de Otra Fuente Diferente a Génesis 1:29	+ Fruto del Arbol de la Ciencia del Bien y el Mal	=> Enfermedad Y Muerte

La Caída del Hombre

“¡Cómo caíste del cielo, oh Lucero, hijo de la mañana! Cortado fuiste por tierra, tú que debilitabas las gentes. Tú que decías en tu corazón: Subiré al cielo, en lo alto junto a las estrellas de Dios enzarzaré mi solio, y en el monte del testimonio me sentaré, a los lados del aquilón; sobre las alturas de las nubes subiré, y seré semejante al Altísimo.” - *Isaías 14:12-14*.

En este versículo se describe la caída de Lucifer, el querubín cubridor que se convirtió en el ángel caído llamado Satanás o “el adversario”. Fue expulsado de los lugares celestiales junto a su hueste de ángeles (ver *Apocalipsis 12:9*) y lanzado a este planeta tierra. En el huerto del Edén empleó sus habilidades para hablar por medio de la serpiente para tentar a Eva, no a que comiera de los alimentos ajenos a la orden dada en *Génesis 1:29*, sino a que comiera del fruto del árbol de la ciencia del bien y del mal. Finalmente, ella cedió a la tentación.

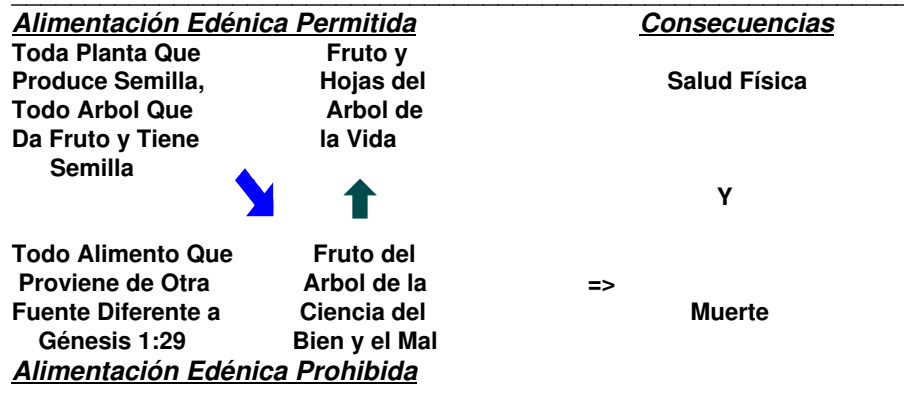
“Y vio la mujer que el árbol era bueno para comer, y que era agradable a los ojos, y árbol codiciable para alcanzar sabiduría; y tomó de su fruto, y comió; y dio también a su marido, el cual comió así como ella.” - *Génesis 3:6*.

Pero el plan del engañador no se detuvo ahí. Una vez que el muro de separación invisible hacia la zona prohibida fue cruzado, su intención era que la pareja comiera del árbol de la vida luego de su pecado. Esto se resume en el diagrama presentado en la Figura # 2 (vea la página 4).

Pero la Divinidad intervino para frustrar el plan de Satanás.

“Satanás había estudiado y trazado su plan para que Adán y Eva desobedeciesen a Dios, fueran objeto de su desaprobación, y luego participasen del árbol de la vida, a fin de que pudiesen vivir para siempre en el pecado y la desobediencia, y así el pecado se inmortalizaría.” - *Primeros Escritos, p. 148*.

Figura # 2. Plan de Satanás para tratar convertir al hombre en un pecador inmortal.



La pareja fue expulsada del huerto, y el acceso al árbol de la vida fue guardado por ángeles.

“Echó, pues, fuera al hombre, y puso al oriente del huerto de Edén querubines, y una espada encendida que se revolvía por todos lados, para guardar el camino del árbol de la vida.” - *Génesis 3:24*.

Como se demuestra en el diagrama anterior, el hombre perdió su inmortalidad, y ahora sólo podría gozar de salud física mientras se alimentara del régimen alimenticio dado originalmente por el Creador. Luego de la expulsión del huerto del Edén, al hombre se le permitió comer “plantas del campo” (*Génesis 3:18*). Como consecuencia de la primera caída cuando nuestros primeros padres comieron del fruto prohibido, sus descendientes comenzaron a tomar cosas sin el permiso del Creador.

“Desde la primera vez que el género humano se rindió al apetito, la complacencia propia ha seguido aumentando, hasta el punto de que la salud ha sido sacrificada sobre el altar del apetito. Los habitantes del mundo antediluviano eran intemperantes en el comer y beber. Querían tener carne, aunque Dios en ese tiempo no le había dado al hombre permiso para consumir alimentos animales. Comieron y bebieron hasta que la complacencia de su apetito depravado no conoció límites, y entonces se corrompieron tanto que Dios no los pudo soportar más.” - *Consejos Sobre el Régimen Alimenticio*, pp. 173, 174.

El deterioro de la humanidad ha ido en aumento como consecuencia de un régimen alimenticio impropio. A pesar de que no era el plan original, el Padre Celestial permitió el régimen a base de carne luego del diluvio para abreviar la longevidad del hombre debido a su maldad.

“Después del diluvio la gente comía mayormente alimentos de origen animal. Dios vio que las costumbres del hombre se habían corrompido, y que él estaba dispuesto a exaltarse a sí mismo en forma orgullosa contra su Creador y a seguir los dictámenes de su propio corazón. Y permitió que la raza longeva comiera alimentos de origen animal para abreviar su existencia pecaminosa. Pronto después del diluvio la raza humana comenzó a decrecer en tamaño y en longevidad.” - *Consejos Sobre el Régimen Alimenticio*, p. 446.

La Obra Redentora y Restauradora del Mesías

Aunque la humanidad perdió del don de la inmortalidad, la Divinidad, en su infinito amor y misericordia, trazó un plan para salvar al hombre de la condenación y de la

muerte eterna.

“Porque la paga del pecado es muerte, mas la dádiva de Dios es vida eterna en Cristo Jesús Señor Nuestro.” - *Romanos 6:23*.

El Mesías ofreció su vida en rescate por la humanidad perdida. Vino para dar vida eterna a los que crean en El, y perdonar a todos aquellos que se arrepientan y acepten su sacrificio expiatorio realizado en la cruz para la remisión de sus pecados. Pero su obra de redención fue más allá de sanar al alma enferma de pecado. Vino también para sanar a los enfermos de sus dolencias físicas.

“El Espíritu del Señor está sobre mí, por cuanto me ha ungido para dar buenas nuevas a los pobres; me ha enviado a sanar a los quebrantados de corazón; a pregonar libertad a los cautivos, y vista a los ciegos; a poner en libertad a los oprimidos; a predicar el año agradable del Señor.” - *Lucas 4:18,19*.

En estos pasajes el profeta Isaías había anunciado la obra que realizaría el Mesías en favor de la humanidad, que consistiría en predicar el evangelio a los pobres y sanar a los enfermos. Llevaría un mensaje de salvación y redención al alma enferma por el pecado, y de sanidad o restauración de la salud física a los enfermos y dolientes. La Escritura registra que el Maestro realizó ambas cosas durante su ministerio.

“Y recorrió Jesús toda Galilea, enseñando en las sinagogas de ellos, y predicando el evangelio del reino, y sanando toda enfermedad y toda dolencia en el pueblo. Y se difundió su fama por toda Siria; y le trajeron todos los que tenían dolencias, los afligidos por diversas enfermedades y tormentos, los endemoniados, lunáticos y paralíticos; y los sanó.” - *Mateo 4:23,24*.

¿Recuerdan que Adán debía comer de los alimentos que le ordenó el Creador en conjunto con el fruto y las hojas del árbol de la vida para gozar de una salud plena y de la vida eterna? De la misma manera, en la predicación del evangelio el Mesías también combinó la sanidad física y la espiritual. Así, el Salvador del mundo abrió la puerta para que el hombre participara tanto de la sanidad física como de la promesa de la inmortalidad. A esto último se refirió el apóstol Pablo cuando dijo:

“Pero que ahora ha sido manifestado por la aparición de Nuestro Salvador Jesucristo, el cual quitó la muerte y sacó a luz la vida y la inmortalidad por el evangelio.” - *2 Timoteo 1:10*.

¿Se ha preguntado alguna vez que sucedió con el árbol de la vida?

“El agricultor celestial trasplantó el árbol de la vida al paraíso del cielo después de la entrada del pecado; pero sus ramas cuelgan sobre la muralla hacia el mundo que está más abajo.” - *Comentario Bíblico Adventista*, tomo 7, p. 999.

Aunque el árbol de la vida fue trasplantado al paraíso celestial, nosotros, a través de la fe, tenemos libre acceso a la vida eterna por medio de la redención lograda por el Salvador del mundo. El simboliza el árbol de la vida.

“Por medio de la redención comprada por la sangre de Cristo, aún podemos comer de su vivificante fruto. . .

“Cristo...era el árbol de la vida para todos los que quisieran tomarlo y comerlo...Cristo es la fuente de nuestra vida, la fuente de la inmortalidad. El es el árbol de la vida, y a todos los que van a él les imparte vida espiritual.” - *Ibíd.*, pp. 999, 1000.

También Su palabra simboliza el árbol de vida.

“La Palabra de Dios es para nosotros el árbol de la vida; cada porción de la Escritura tiene su uso; en cada parte de la Palabra hay alguna lección que aprender.” - *Ibíd.*, p. 1000.

“El que nos dio su Palabra, hojas del árbol de la vida, no nos negará el conocimiento que necesitamos para alimentar a sus hijos menesterosos.” - *El Ministerio de Curación*, pp. 151, 152.

¿Cómo podemos alimentarnos espiritualmente de las hojas del árbol de la vida?

“¿Debemos esperar hasta que seamos trasladados antes de que comamos de las hojas del árbol de la vida? El que recibe en su corazón las palabras de Cristo sabe lo

que significa comer de las hojas del árbol de la vida. . .

“El conocimiento que proviene de Dios es el pan de vida. Ese pan son las hojas del árbol de la vida que son para la sanidad de las naciones.” - *Comentario Bíblico Adventista*, tomo 7, pp. 968, 969.

“Echad mano, pues, de sus promesas como de las hojas del árbol de la vida. . .” - *El Ministerio de Curación*, p. 43.

“Así sucede con todas las promesas de la Palabra de Dios. En ellas nos habla a cada uno en particular, y de un modo tan directo como si pudiéramos oír su voz. Por medio de estas promesas, Cristo nos comunica su gracia y su poder. Son hojas de aquel árbol que es “para la sanidad de las naciones.” (Apocalipsis 22:2). Recibidlas y asimiladlas, serán la fuerza del carácter, la inspiración y el sostén de la vida. Nada tiene tal virtud curativa.” - *Ibíd.*, p. 85.

Evangelización y Sanación

El Mesías le ordenó a sus doce discípulos que realizaran la misma obra de predicar el evangelio y sanar a los enfermos.

“Entonces llamando a sus doce discípulos, les dio autoridad sobre los espíritus inmundos, para que los echasen fuera, y para sanar toda enfermedad y toda dolencia...”

“A estos doce envió Jesús, y les dio instrucciones, diciendo: Por camino de gentiles no vayais, y en ciudad de samaritanos no entréis, sino id antes a las ovejas perdidas de la casa de Israel. Y yendo, predicad diciendo: El reino de los cielos se ha acercado. Sanad enfermos, limpiad leprosos, resucitad muertos, echad fuera demonios; de gracia recibisteis, dad de gracia.” - *Mateo 10:1,5-8*.

“Y saliendo, predicaban que los hombres se arrepintiesen. Y echaban fuera muchos demonios, y ungián con aceite a muchos enfermos, y los sanaban.” - *Marcos 6:12,13*.

“Habiendo reunido a sus doce discípulos, les dio poder y autoridad sobre todos los demonios, y para sanar enfermedades. Y los envió a predicar el reino de Dios, y a sanar a los enfermos. . . Y saliendo, pasaban por todas las aldeas, anunciando el evangelio y sanando por todas partes.” - *Lucas 9:1,2,6*.

En este tiempo nosotros estamos llamados a realizar la misma tarea que hizo el Maestro y sus discípulos. Hemos de predicar el evangelio y sanar a los enfermos.

“El Salvador asistía tanto al alma como al cuerpo. El Evangelio que enseñó fue un mensaje de vida espiritual y restauración física. La salvación del pecado y la curación de la enfermedad iban enlazadas. El mismo ministerio está encomendado al médico cristiano. Debe unirse con Cristo en la tarea de aliviar las necesidades físicas y espirituales del prójimo. Debe ser mensajero de misericordia para el enfermo, llevándole el remedio para su cuerpo desgastado y para su alma enferma de pecado.” - *El Ministerio de Curación*, p. 75.

“Es el plan divino que trabajemos como trabajaron los discípulos. La curación física va enlazada con la misión de predicar el Evangelio. En la obra del Evangelio, jamás deben ir separadas la enseñanza y la curación.” - *Ibíd.*, p. 100.

“La obra del misionero médico es precursora de la obra del Evangelio. En el ministerio de la Palabra y en la obra del médico misionero, el Evangelio ha de ser predicado y puesto por obra.” - *Ibíd.*, p. 103.

“Todo obrero evangélico debe comprender que la enseñanza de los principios que rigen la salud forma parte de la tarea que se le ha señalado. Esta obra es muy necesaria y el mundo la espera.” - *Ibíd.*, p. 105.

¿Cómo Sanar?

El Maestro le impartió a los discípulos el don de sanidad para que lo usaran durante la predicación del evangelio. Pablo menciona que este don es dado a la iglesia según el Espíritu crea conveniente (1 Corintios 12:9,11). La oración por los enfermos también tiene mucho poder.

“¿Está alguno enfermo entre vosotros? Llame a los ancianos de la iglesia, y oren por él, ungiéndole con aceite en el nombre del Señor. Y la oración de fe salvará al enfermo, y el Señor lo levantará; y si hubiere cometido pecados, le serán perdonados.” - Santiago 5:14,15.

Además del don de sanidad y de la oración por los enfermos, existen otros métodos de sanidad muy importantes, y que la mayoría de la gente aprecia muy poco.

“Hay muchas maneras de practicar el arte de sanar; pero hay una sola que el cielo aprueba. Los remedios de Dios son los simples agentes de la naturaleza, que no recargarán ni debilitarán el organismo por la fuerza de sus propiedades.” (Mensajes Selectos, tomo 2, p. 329).

La Biblia contiene muchos ejemplos donde se empleó el poder divino, unido con recursos sencillos de la naturaleza, como remedios para solucionar algunos problemas. Por ejemplo:

1. Un árbol para endulzar las aguas (Exodo 15:22-25).
2. Sal para sanar las aguas (2 Reyes 2:18-22).
3. Calor y oxígeno para la resucitación (2 Reyes 4:32-35).
4. Harina para neutralizar las toxinas de un guisado (2 Reyes 4:38-41).
5. Agua para sanar a un leproso (2 Reyes 5:9-15).
6. Una masa de higos para sanar una llaga (Isaías 38:21)¹.
7. Barro y agua para sanar a un ciego (Juan 9:1-7)².
8. Jugo uva para el estómago y enfermedades (1 Timoteo 5:23)³.

Claro está, que muy por encima de las propiedades de todos estos remedios naturales y sencillos está la virtud divina y sanadora del Creador. Además, tanto el que emplea estos remedios como quien recibe sus beneficios deben ejercer fe, ya que “...sin fe es imposible agradar a Dios” (Hebreos 11:6).

De los ejemplos mencionados anteriormente, cuatro de ellos provienen de las plantas. Las hierbas y las plantas medicinales ocupan un lugar muy importante dentro de los remedios naturales provistos por el Creador para sanar a los enfermos. También el carbón vegetal es muy útil para curar las inflamaciones, magulladuras, envenenamientos, indigestión, inflamación intestinal, disentería, fiebre, etc. [Para más información, solicite gratis el folleto *El Lugar de las Hierbas en la Terapia Racional*,

1. “Cuando el Señor le dijo a Ezequías que prolongaría su vida durante quince años, y como señal de que cumpliría su promesa hizo que el sol retrocediese diez grados, ¿por qué no ejerció su poder restaurador directamente sobre el rey? Le indicó que aplicase una pasta de higos sobre su llaga, y ese remedio natural, que tenía la bendición de Dios, lo sanó. El Dios de la naturaleza instruye al instrumento humano para que utilice ahora los remedios naturales.” - *Mensajes Selectos*, tomo 2, pp. 328,329.

2. “Una vez ungió con barro los ojos de un ciego, y le ordenó: “Vé, lávate en el estanque de Siloé...Y fue entonces, lavóse, y volvió viendo” (Juan 9:7). Lo que curaba era el poder del gran Médico, pero él empleaba medios naturales. Aunque no apoyó el uso de drogas, sancionó el de remedios sencillos y naturales.” - *Consejos Sobre la Salud*, p. 30; *El Deseado de todas las Gentes*, p. 763.

3. “El vino fermentado no es un producto natural. El Señor nunca lo hizo, y no tiene nada que ver con su producción. Pablo aconsejó a Timoteo a que tomara un poco de vino por causa de su estómago y de sus frecuentes enfermedades, pero se refirió al jugo de la uva sin fermentar. Él no le aconsejó a Timoteo que tomara lo que el Señor había prohibido.” - *The Signs of the Times*, 6 de septiembre de 1899.

y el tratado *Usos del Carbón Como Remedio Curativo*].

En adición a estos métodos, existen ocho remedios naturales que, si se emplean de la debida manera, prevendrían muchísimas enfermedades.

“El aire puro, el sol, la abstinencia, el descanso, el ejercicio, un régimen alimenticio conveniente, el agua y la confianza en el poder divino son los verdaderos remedios.” - *El Ministerio de Curación*, p. 89.

En una publicación posterior se discutirán detalladamente cada uno de estos remedios naturales. Sólo quiero que note que uno de estos remedios que puede utilizarse para prevenir la enfermedad es un régimen alimenticio adecuado. Luego de hablar de estos remedios naturales, E.G. de White indica:

“Todos éstos son medios poderosos y eficaces, y el paciente que ha obtenido conocimiento acerca de la forma de comer y vestirse saludablemente, puede vivir con bienestar, paz y salud; y no se verá obligado a ingerir drogas, las cuales en lugar de ayudar a la naturaleza, paralizarán sus poderes.” - *Mensajes Selectos*, tomo 2, p. 330.

¿Recuerdan que a Adán se le dio un régimen alimenticio capaz de proporcionarle salud y vigor? Veamos cómo la salud está relacionada con la alimentación adecuada.

De Vuelta al Plan Original

“Una y otra vez se me mostró que Dios está tratando de guiarnos de vuelta, paso a paso, a su plan original: que el hombre subsista a base de productos naturales de la tierra.” - *Consejos Sobre el Régimen Alimenticio*, pp. 453, 454.

Esta declaración es importante, pues establece que el Creador desea que nosotros volvamos, paso a paso, de regreso al plan original dado a nuestros primeros padres en el Edén. Aunque existen diferentes rutas, se sugieren los siguientes pasos.

Primer Paso

“Se me ha mostrado reiteradamente que Dios está trayendo a su pueblo de vuelta a su plan original, esto es, el de no subsistir a base de carne de animales muertos.” - *Ibid.*, p. 96.

“Ni un gramo de carne debiera entrar en nuestro estómago. El consumo de carne es antinatural. Hemos de regresar al propósito original que Dios tenía en la creación del hombre.” - *Ibid.*, p. 454.

El primer paso en dirección hacia el régimen alimenticio dado originalmente en el Edén es abandonar el uso de todo tipo de carne como alimento (res, cerdo, cabra, oveja, aves de corral, caza, pescado, mariscos, etc.). Esto incluye la carne fresca, congelada, procesada y los productos a base de carne. En el folleto *La Comida del Rey*, pp. 3-31 [del mismo autor] se explican algunas razones.

Haga estos cambios de una manera sabia. Si no puede abandonar de momento el consumo de carne, establezca un plan para reducir las variedades (dejar primero el cerdo y la res), luego reducir las cantidades, hasta que finalmente las elimine por completo.

Segundo Paso

“Sea progresiva la reforma alimenticia. Enséñese a la gente a preparar alimentos sin mucho uso de leche o mantequilla. Expliquémosle que llegará pronto el tiempo en que será peligroso usar huevos, leche, crema o mantequilla, porque las enfermedades aumentan proporcionalmente a la maldad que reina entre los hombres. Se acerca el tiempo en que, debido a la iniquidad de la especie caída, toda la creación animal gemirá bajo las enfermedades que azotan nuestra tierra. . .

“Pero deseo decirles que cuando llegue el tiempo en que ya no sea seguro utilizar la leche, la crema, la mantequilla y los huevos, Dios lo revelará.” - *Consejos Sobre el Régimen Alimenticio*, pp. 415, 428.

El segundo paso en dirección hacia el régimen alimenticio dado originalmente en el Edén es abandonar el uso de la leche y todos los productos lácteos (mantequilla,

crema, queso, requesón, yogurt, mantecados), incluso sus derivados (caseína, lactosa, suero), y los huevos y sus productos (mayonesa, aderezos, mantecados, croquetas, rellenos, *egg nog*, etc.). Puede decirse con toda seguridad que ya el Padre Celestial ha hablado a su pueblo a través de diversas fuentes, indicando el peligro de consumir estos alimentos. En los folletos *La Comida del Rey*, pp. 27-29, 51-55, y en *El Calcio y la Salud*, pp. 9,10 se exponen algunas razones.

Tercer Paso

El tercer paso en dirección hacia el régimen alimenticio dado originalmente en el Edén es sustituir los alimentos de origen animal por los productos de la tierra que el Creador dio al hombre.

“Si se descarta la carne, si el gusto no es educado en esa dirección, y si se estimula el apetito por las frutas y los cereales, pronto ocurrirá lo que Dios quiso que fuera en el principio.” *Ibid.*, p. 96.

“Cuando se deja la carne hay que sustituirla con una variedad de cereales, nueces, legumbres, verduras y frutas que sea nutritiva y agradable al paladar.” *Ibid.*, p. 476.

Las legumbres frescas (habas “lima” y del país, gandures, habichuelas tiernas, habichuelas frescas, guisantes, etc.), las nueces, las aceitunas, los cereales y las verduras (vegetales de hoja verde), son una fuente de proteínas, vitaminas y minerales de mejor calidad que las encontradas en la carne, la leche y los huevos. En nuestro regreso de nuevo al régimen edénico debemos tratar de consumir estos productos preferiblemente en su estado natural.

“El Señor se propone que su pueblo vuelva a vivir a base de frutas, hortalizas* y cereales sencillos . . . Dios les proveyó a nuestros primeros padres los frutos en su estado natural.” *Consejos Sobre el Régimen Alimenticio*, p. 96.

El régimen alimenticio edénico debió consistir de frutas frescas, cereales frescos, legumbres frescas, hortalizas, y nueces. Este es el alimento más saludable, y deberíamos consumirlos en su estado natural y fresco, libre de grasa, condimentos y especias, y preferiblemente (aunque no necesariamente) crudo o con muy poca cocción para no destruir su valor nutritivo.

Como consecuencia del pecado, la tierra fue maldita y el clima del planeta se alteró. Desde la caída del hombre se observan los cambios climatológicos extremos durante las estaciones. Bajo estas circunstancias, el hombre se ha visto obligado a almacenar cereales, frutas, hortalizas y legumbres secos como una provisión para épocas de escasez.

De hidratarse (remojarse en agua) adecuadamente, las frutas y algunas hortalizas secas pueden volver a recuperar nuevamente mucho de su valor nutritivo, pues siempre y cuando el secado se haya hecho a menos de 120 °F éstas apenas pierden entre 3 a 5% de los nutrientes.

No ocurre así con los cereales y las legumbres. En el estado seco ambos requieren suficiente tiempo de cocción a bajas temperaturas para eliminar los inhibidores, y para transformar el almidón [cereales] o la proteína [legumbres] con el calor. Son más saludables en su estado fresco o germinados.

Otros métodos de preservación de alimentos son el envase (conservas) y la congelación. Debe indicarse que aunque estos métodos cumplen la función de preservar el alimento para evitar que se descomponga, destruyen mucho de su valor nutritivo. Los alimentos congelados pierden entre un 40-60% de su valor nutricional,

* La nota al calce dice que “hortalizas” incluye verduras de hojas y legumbres (arvejas, frijoles, etc.). En inglés dice “vegetables”, y también se traduce al español como “vegetales” (*Counsels on Diet and Foods*, p. 81).

mientras que los envasados en cristal o en latas pierden entre el 60-80%. Además, algunos fabricantes le agregan colorantes, preservantes y aditivos químicos, muchos

de los que son perjudiciales para la salud.

Estas consideraciones deben tomarse en cuenta para que sepamos cuán lejos o cuán cerca estamos del régimen alimenticio nutritivo dado a nuestros padres. En ocasiones el alimento preservado puede ser la única alternativa disponible, pero mientras pueda adquirirse el alimento en su estado fresco y natural, será mejor para nuestra salud y nutrición. Para más información al respecto, lea *Consejos Sobre el Régimen Alimenticio*, pp. 114, 365, 370, 382, 474 y 477.

Cuarto Paso

En el cuarto paso debemos reconocer la diferencia que existe entre el alimento vegetal dado al hombre por el Creador, y el alimento que no es de origen vegetal que el hombre ha tomado tal vez ignorantemente. No todo lo que es verde o parece una planta en realidad lo es. Por ejemplo, las algas y los hongos no son plantas. En un tiempo se habían agrupado entre las plantas, pero un estudio cuidadoso de ellos aclaró que se tratan de organismos que pertenecen a otros reinos. En la tabla # 1 se comparan estos tres grupos para que note las diferencias.

Tabla # 1	Plantas y Arboles de Génesis 1:29	Hongos y Levaduras	Algas
Unidad Básica Típica	Hoja, Tallo, Raíz	Hifa, Micelio, Rizoide o Unicelulares	Células, Colonias, Filamentos o Talo (las Kelpas tienen Base, Talo y Lámina)
Nutrición	Fotosíntesis	Descomposición, Absorción, Fermentación y Parasitismo	Fotosíntesis
Reserva Alimenticia	Almidón	Ninguna	Almidón, Almidón de Floridea, Laminarina (aceite) o Manitol (alcohol)
Pared Celular	Celulosa y Otros Polisacáridos	Quitina y Otros Polisacáridos Distintos a la Celulosa	Celulosa, Otros Polisacáridos, Algina, Pectina o Impregnaciones de Calcio
Reproducción	Sexual (Flor, Semilla)	Asexual (fragmentación del Micelio) y Sexual (esporas en el Esporangio)	Alternancia de Generaciones (Gametos y Esporas)

Si creemos que la alimentación del hombre debe consistir únicamente del producto de las plantas dadas originalmente por el Creador en el Edén, que son las frutas, los cereales y las hortalizas, debemos saber que los hongos (setas o “mushrooms” champiñones, trufas, “shiitake”, etc.) y las algas (kelpas, *Dulce, Kombu, Hjiki, Arame, Spirulina*, etc.) no son plantas, y no se ajustan a la definición dada en *Génesis 1:29*.

Quinto Paso

En este paso sugerimos que sea prudente. Luego que el hombre fue expulsado del Edén se le dio permiso para comer “plantas del campo” (*Génesis 3:18*). Después del diluvio se permitió además comer “legumbres y plantas verdes” (*Génesis 9:3*). Las verduras, o vegetales de hoja verde, son saludables en su estado crudo. Sin embargo, cuando las plantas verdes tales como las hojas de la remolacha [*beet greens*], del nabo [*turnip greens*], de la mostaza [*mustard greens*], la espinaca [*spinach*], los espárragos [*asparagus*], la acedura [*sorrel*], las acelgas suizas [*Swiss chard*], la berza [*collard greens*], la col rizada [*kale*] y otras se cocinan o se comen enlatados, son altamente tóxicos por su contenido de oxalatos, los que forman cálculos renales, producen artritis y drenan las reservas de calcio en el cuerpo.

De manera que algunas plantas verdes dadas al hombre después del Edén pueden resultar tóxicas si se cocinan. Además, pierden gran parte o casi todo su valor nutritivo al cocinarse.

Además de las plantas verdes, luego de la caída se autorizó al hombre a ingerir algunas raíces.

“Dios está obrando en favor de su pueblo. No desea que esté sin recursos. Lo está haciendo volver al régimen alimenticio originalmente dado al hombre. Este régimen debe consistir en alimentos hechos con las materias primas que él proveyó, que son principalmente las frutas, los cereales y las oleaginosas, aunque se usarán diversos tubérculos.” - *Consejos Sobre el Régimen Alimenticio*, pp. 96, 319.

Esta declaración se analizará en detalle y por parte.

El Régimen Original - Cada una de las declaraciones de E.G de White no deben tomarse aisladamente, sino en conjunto con otras. Existen un total de 180 declaraciones en sus escritos (disponibles en el *CD-ROM*) que señalan el alimento dado al hombre a base de frutas (carnosas, secas y oleaginosas), cereales y vegetales (hortalizas, legumbres, verduras). Por razones de espacio sólo se citarán dos.

“En los productos de la tierra existe una abundante variedad de alimentos que son tanto apetitosos como nutritivos, y de esos artículos podemos “comer con libertad”. Podemos disfrutar de las frutas, los vegetales y los cereales que nuestro benévolo Padre celestial proveyó para nuestro uso sin violentar las leyes de nuestro ser. Una dieta tal nutrirá nuestro cuerpo, y preservará su vigor natural sin el uso de estimulantes artificiales ni lujos.” - *The Signs of the Times*, 1 de septiembre de 1887.

“Dios ha hecho crecer las frutas, los vegetales y los cereales para el beneficio del hombre. De hecho, estos son la grosura de la tierra. Si estos alimentos se preparan en una manera que conserven su sabor natural tanto como sea posible, es todo lo que requiere nuestras necesidades. *Testimony to the Church at Battle Creek*, p. 45.

Como se demostró al comienzo, este régimen alimenticio está en armonía con lo descrito en la Biblia en *Génesis 1:29*.

Tubérculos - En el libro *Consejos Sobre el Régimen Alimenticio*, páginas 321, 434 y 566, la palabra inglesa “root” se tradujo correctamente como “raíz”. Sin embargo, en las páginas 96 y 319 se tradujo la misma palabra como “tubérculos”. La cita en inglés dice:

“The materials principally used in these foods will be fruits and grains and nuts, but various roots will also be used.” - *Counsels on Diet and Foods*, pp. 82, 271.

Entendemos que la palabra “tubérculo” usada en estas dos citas no es la más adecuada, debido a dos razones: (1) porque es inconsistente con las otras tres traducciones de la misma palabra, y (2) debido a la aplicación que dicha palabra posee en castellano. El término “raíz” es muy amplio, y se utiliza para agrupar una gran variedad de ellas, que incluyen:

- Raíces fibrosas (de hierbas y plantas)

- Raíces centrales (“taproot” - zanahorias, nabos, rábanos, remolachas, colirrábano, ruibarbo)
- Bulbos (cebollas, cebollines, puerros y ajos)
- Rizomas (jenjibre, cúrcuma [*turmeric*], arrurruz [*arrowroot*])
- Tubérculos farináceos (papa, batata, malanga, yuca)

Usted notará que todas estas raíces se parecen, pero no son lo mismo. Ni en su morfología, ni en función, ni en valor alimenticio. Las raíces fibrosas proveen nutrientes a la planta; las centrales almacenan vitaminas y minerales; los bulbos y rizomas contienen aceites aromáticos esenciales de valor curativo; y los tubérculos almacenan algunas vitaminas y minerales, pero principalmente almidón concentrado.

La traducción en castellano en *Consejos Sobre el Régimen Alimenticio*, pp. 96 y 319, tal y como, está se presta para confusión, ya que (1) restringe el término “raíces” a los “tubérculos”, cuando esto no es correcto. De hecho, la palabra inglesa para tubérculo es “tuber”, y no aparece en la versión inglesa; (2) podría entenderse que Adán comió tubérculos, lo cual no tiene ningún fundamento. Como ya se ha demostrado, se le permitió comer frutas, cereales y hortalizas en su estado natural.

Raíces - Continuemos analizando la cita en cuestión:

“Este régimen debe consistir en alimentos hechos con las materias primas que él proveyó, que son principalmente las frutas, los cereales y las oleaginosas, aunque se usarán diversos tubérculos.” - *Consejos Sobre el Régimen Alimenticio*, pp. 96, 319.

Note que luego del alimento provisto por el Creador (frutas, cereales y oleaginosas) hay una “coma” y la palabra “aunque” [“but” en inglés]. Como es sabido, una “coma” y un “aunque” separan una oración en dos partes. A esto le sigue: “se usarán” [“will be used” en inglés]. Resumiendo, lo que realmente dice esta declaración es que a la dieta original se añadirá algo. La última parte de la cita está en escrita en futuro. No dice que lo que se nos permitió a nosotros fue usado en el régimen alimenticio edénico.

Finaliza la cita: diversas [varias, de “various” en inglés] raíces [“roots” en inglés]. En adición al régimen alimenticio dado en el Edén, a nosotros se nos permite el uso de “varias” o “diversas raíces”. En la cita no se entiende que sean “todas” las raíces, ni “todos” los tipos.

Si realmente comprendiésemos el plan original de Nuestro Padre Celestial, entenderíamos que las raíces no deberían ocupar la base principal de nuestro régimen, como puede observarse en algunas pirámides alimenticias. Existen ciento ochenta declaraciones que nos recomiendan utilizar frutas, cereales y vegetales, y sólo cuatro citas (repetidas en 23 ocasiones) que indican que podemos utilizar “algunas” o “varias” raíces. Esto nos da una idea de que el consumo de raíces está permitido, pero en menor proporción al resto de los alimentos.

Como indicara antes, no todas las raíces son iguales. Las raíces centrales o suculentas, tales como las zanahorias, nabos, rábanos, remolachas, colirrábano y ruibarbo, son las más nutritivas y todas se pueden comer frescas y crudas. Nunca cocine la remolacha o el ruibarbo, pues se vuelven tóxicos.

Las raíces farináceas, conocidas en algunos lugares de América como verduras o viandas, por el contrario, nunca deben comerse crudas o pobremente cocidas, pues son altas en alcaloides tóxicos, inhibidores y almidón concentrado. Por esta razón, deben cocerse durante mucho más tiempo.

Para que entienda que no todas las raíces son iguales, usted puede comerse con seguridad la raíz y las hojas crudas del nabo o la remolacha. Pero si ingiere media onza de brotes, o de 5 a 8 onzas de hojas de papa, se intoxicará con la solanina. Algo similar podría sucederle con la yuca. Muchas personas se han intoxicado al comer este tubérculo. Nuestros antepasados rayaban y lavaban la yuca para extraerle las toxinas. Pensemos en esto para saber cuáles alimentos nos acercan al plan original.

Para los que consumen tubérculos farináceos, se aconseja cocerlos durante el tiempo suficiente para destruir los inhibidores y descomponer su almidón, ingerirlos en pequeñas cantidades junto a otros vegetales que combinen bien con ellos, y seleccionar los más saludables. La papa es saludable siempre y cuando se guarden en un lugar oscuro y fresco alejado del refrigerador y de las cebollas, y que no tengan el color verde bajo la cáscara ni los brotes. Asada con su cáscara, retiene mejor los nutrientes. Se dice que la batata dulce (“*sweet potato*”) también es nutritiva. El resto son demasiado altos en almidón concentrado, y de consumirlos, debería hacerse ocasionalmente en pequeñas cantidades.

Los bulbos (cebollas y ajos) y los rizomas (jenjibre, cúrcuma, arrurruz) son raíces que poseen propiedades medicinales y debieran usarse principalmente para estos fines, pero no cocinarlos con los alimentos. El ajo y la cebolla deben usarse crudos.

Sexto Paso

“En la alimentación de hombres y mujeres de este siglo se incluyen muchas cosas que el Señor no hubiera permitido que comieran los hijos de Israel.” (*Comentario Bíblico Adventista*, tomo 1, p. 1116.)

En ocasiones se comenta cuán rebelde fue el pueblo de Israel al desear los puerros y las cebollas de Egipto. Pero el mundo y la iglesia en este tiempo no están en mejor condición que ellos. El listado de “alimentos” que el hombre moderno ha incorporado en su régimen sin el permiso del Creador es aún más amplio que los artículos codiciados por los israelitas. Podrían mencionarse algunos:

Sal de mesa, grasas de animales, aceites vegetales sintéticos, margarina, mayonesa, salsas (tomate, soya, “*ketchup*”, “*duck*”), aderezos, piques, especias, condimentos, sazones, adobos, cubitos concentrados de sabor, aditivos, preservantes, colorantes y saborizantes naturales y artificiales, mostaza, vinagre, encurtidos y otros alimentos fermentados, café, chocolate, té, sodas y refrescos, el azúcar y los diferentes dulces, bebidas de diferente gradación alcohólica, todos los alimentos refinados (cereales, pan blanco, galletas, dulces de panadería, etc), alimentos procesados, concentrados y sintéticos, alimentos cargados de muchos ingredientes, las modernas carnes vegetales, frituras, comida basura, y hasta alimentos hechos con sangre de animales, como las morcillas.

La prueba de que nosotros murmuramos más que el antiguo pueblo de Israel está en que ponemos el grito en el cielo cuando se nos restringe la dieta. Muchos de los “alimentos” citados anteriormente han formado parte de nuestras vidas al tal grado que nos han creado una dependencia. Haga la prueba: trate de abandonar el que más le guste, y se dará cuenta que el paladar pervertido lo desea.

El sexto paso en dirección hacia el régimen alimenticio dado en el Edén consiste en eliminar todo los “alimentos” que aparecen enumerados en el listado anterior. Ninguno de éstos fue dado originalmente al hombre como alimento, sino que son invenciones humanas destructoras de la salud. Debemos preparar los alimentos de manera natural y sencilla, libre de aditivos.

“Los alimentos deberían prepararse en la forma más sencilla posible, libre de condimentos y especias, y aun de una cantidad indebida de sal.” - *La Temperancia*, p. 139.

“No debe llevarse a las reuniones campestres nada fuera de los artículos más saludables, cocinados de una manera sencilla, libres de toda especia y grasa.” *Consejos Sobre el Régimen Alimenticio*, p. 100.

Séptimo Paso

El séptimo paso en dirección hacia el régimen dado originalmente al hombre se relaciona con los hábitos alimenticios. Sea temperante en todas las cosas. Coma 2 ó 3 veces al día. No más. Establezca un horario fijo para las comidas, y la última

debería tomarse varias horas antes de acostarse. No coma entre comidas, y deje pasar un mínimo de cinco a seis horas a partir del momento en que finalizó la comida anterior. No ingiera ni una sola partícula o bocado de alimento entre las comidas, ni aún frutas, meriendas, entremeses, bocaditos (“*snacks*”), dulces, o goma de mascar.

No tome agua ni otro líquido con los alimentos. Es aconsejable tomar agua a temperatura de ambiente, entre ½ a 1 hora antes de comer, o esperar entre 3 a 4 horas después. Los líquidos detienen la digestión, causando fermentación. Si son fríos, debilitan el organismo.

No ingiera una variedad de más de 3 o un máximo de 4 alimentos en la misma comida. Aprenda tener variedad y a combinar los alimentos correctamente. Las frutas combinan bien con los cereales y las nueces, pero no con las hortalizas, las legumbres y los tubérculos farináceos. Las frutas ácidas y las frutas dulces no combinan bien. Los melones deben comerse solos; no mezclan bien con nada, ni aún con otros melones. Los cereales combinan con las frutas, nueces, vegetales y legumbres, pero no con los tubérculos farináceos. Los vegetales pueden combinar con los cereales, las nueces, las legumbres y algunas raíces, pero no con las frutas. Las legumbres combinan con los cereales y los vegetales, pero no con frutas y tubérculos farináceos. Combinadas con las nueces, es demasiada proteína. Los tubérculos farináceos combinan con vegetales, pero no con frutas, cereales, nueces y legumbres.

No coma en exceso, ni aunque se trate de los alimentos más saludables. Evite comer en exceso aquellas cosas que deterioran la salud, tales como la sal, las grasas, los azúcares, los almudones concentrados de cereales secos y tubérculos farináceos, las proteínas de legumbres secas y los alimentos de pH ácido.

Coma lentamente, masticando despacio y mezclando bien el alimento con la saliva, especialmente los alimentos duros y los que contienen almidón. Estos últimos comienzan a digerirse en la boca.

Coma tranquilo, libre de problemas, preocupaciones, depresiones, nerviosidad o ansiedad. Si está pasando por esto, o ha realizado un trabajo o ejercicio violento, espere hasta que se sienta relajado. Nunca asuste a alguien cuando esté comiendo, ni le dé una mala noticia, o le haga pasar un mal rato. La mesa debiera ser un lugar de paz. No hable mientras come, para que no se llene de gases.

Si sigue estos consejos, podrá gozar de una buena digestión y el alimento lo nutrirá. Si no sigue estos consejos, podría tener una indigestión estomacal y el alimento se fermentará en su estómago, causando putrefacción. Las toxinas resultantes envenenarán su sangre y eventualmente dañarán el hígado. Su cerebro se confundirá y no podrá tomar decisiones correctas. Además, los gases intestinales producidos durante la fermentación dañarán las delicadas membranas del intestino. La buena nutrición está estrechamente relacionada con buenos hábitos alimenticios.

Principios de Redención y Restauración

La sociedad se encuentra espiritual y físicamente enferma. En términos espirituales, todos estamos muertos en nuestros delitos y pecados. Nuestros pecados nos destituyen de la presencia del Creador. Desde la creación el hombre ha desobedecido continuamente las leyes divinas, y como consecuencia, todas las generaciones han experimentado una serie de caídas morales y espirituales sucesivas.

Como resultado de la desobediencia, el hombre perdió el acceso al árbol de la vida que le proporcionaba la inmortalidad. Sin embargo, el Salvador vino al mundo a representar aquel árbol de la vida. Solamente comiendo espiritualmente de él podemos tener derecho a la vida eterna. El mismo prometió:

“De cierto, de cierto os digo: El que cree en mí, tiene vida eterna.” - *Juan 6:47*.

“Yo soy el pan vivo que descendió del cielo; si alguno comiere de este pan, vivirá para siempre; y el pan que yo daré es mi carne, la cual daré por la vida del mundo.” - *Juan 6:51*.

“El que come mi carne y bebe mi sangre, tiene vida eterna; y yo le resucitaré en el día postrero.” - *Juan 6:54*.

En el pasado, los querubines cerraron el paso al árbol de la vida. Actualmente, el Maestro abrió el acceso a la vida eterna.

“Escrito está” es el Evangelio que debemos predicar. Ninguna espada flamígera está colocada delante de este árbol de la vida. Todos los que quieran pueden participar de él. No hay poder que pueda prohibir a ninguna alma que tome del fruto de este árbol de la vida. Todos pueden comer y vivir para siempre.” - *Comentario Bíblico Adventista*, tomo 1, p. 1100.

Todos podemos alcanzar la vida eterna únicamente a través del Salvador. ¿Cómo? Creyendo en El, aceptando su sacrificio expiatorio hecho por nosotros y su justicia, y teniendo una relación espiritual íntima con El. A esta relación se refiere el vidente Juan.

“He aquí, yo estoy a la puerta y llamo; si alguno oye mi voz y abre la puerta, entraré a él, y cenaré con él, y él conmigo.” - *Apocalipsis 3:20*.

Así como Adán necesitaba comer del fruto y de las hojas del árbol de la vida para retener su inmortalidad, nosotros necesitamos mantener una relación viva y estrecha con el Salvador para mantenernos vivos espiritualmente. Necesitamos leer diariamente Su Palabra, creer en Sus verdades y en las promesas que son, como las hojas del árbol de la vida, la sanidad para nuestra alma.

Adán tuvo el don de la inmortalidad, pero lo perdió debido a su desobediencia. Nosotros tenemos acceso a la vida eterna por medio de la fe en el Salvador, pero para alcanzarla finalmente también debemos vivir una vida de obediencia. Dice la Escritura:

“Pero por tu dureza y por tu corazón no arrepentido, atesoras para ti mismo ira para el día de la ira y de la revelación del justo juicio de Dios, el cual pagará a cada uno conforme a sus obras: vida eterna a los que, perseverando en bien hacer, buscan gloria y honra e inmortalidad” - *Romanos 2:5-7*.

“Bienaventurados los que guardan sus mandamientos, para que su potencia sea en el árbol de la vida, y entren por las puertas de la ciudad.” - *Apocalipsis 22:14* (Reina-Valera, antigua versión).

Debemos guardar todos sus mandamientos y sus leyes en demostración de nuestro amor y agradecimiento por tan grande sacrificio hecho por toda la humanidad.

“Si me amáis, guardad mis mandamientos.” - *Juan 14:15*.

Al igual que Adán, nuestra salud debe ser integral, es decir, tanto espiritual como física. Es imposible decir que guardamos los diez mandamientos de la ley moral (*Exodo 20:1-17*) cuando violamos las leyes físicas que rigen nuestro organismo. Nuestros cuerpos deben estar saludables y en armonía con las leyes naturales que el Creador escribió en cada célula, tejido, órgano y sistema de nuestro cuerpo.

En el libro de *Génesis* se registra que Adán y Eva tenían una alimentación definida para el bienestar de su organismo, y que también necesitaban comer del árbol de la vida para retener su inmortalidad. Lo mismo aplica a nosotros: tenemos acceso a la inmortalidad a través de la obra expiatoria hecha por el Salvador, y la retenemos viviendo una vida de estrecha relación con El, haciendo parte de nosotros Su Palabra, Sus verdades y Sus promesas, y manteniendo una estricta obediencia a todos sus mandamientos. Pero también debemos tener una alimentación adecuada para que nuestros cuerpos estén sanos.

Juan el Bautista se levantó como un reformador de estos grandes principios redentores y restauradores. Anunció al “Cordero de Dios, que quita el pecado del mundo” (*Juan 1:29*). Además, su dieta sencilla y vegetariana, que condenaba la glotonería existente en su tiempo, era un retorno a la dieta dada en el Edén. Ambos mensajes, unidos, eran la obra necesaria para preparar al pueblo judío para la venida del Mesías. Pero, ¿qué sucedió? No reconocieron a Juan el Bautista como el Elías que había de venir, y rechazaron sus mensajes de arrepentimiento y restauración

(véase *Mateo 17: 11-13; Marcos 9:11-13*).

El anuncio del evangelio comenzado por el Mesías, y seguido por los discípulos, consistió en anunciar las buenas nuevas de salvación y la sanación de los enfermos. ¿Por qué se dedicaron tantos años a realizar una obra de sanidad y predicación? Porque el pueblo de Israel descuidó estas cosas. El evangelio había sido anunciado mucho tiempo antes en la ley, en los salmos y en los profetas. Pero el pueblo descuidó su deber de escudriñar las Escrituras, y se hizo necesario anunciar el mensaje de salvación. Era una verdad aparentemente nueva, pero que databa de alrededor de cuatro mil años, oculta por los líderes religiosos entre montones de tradiciones humanas y ceremonias externas.

El Maestro y sus discípulos tuvieron la necesidad de sanar al pueblo de sus enfermedades, de las que ellos mismos eran responsables a causa de sus malos hábitos. Ellos tenían el plan original dado por el Creador para que el hombre tuviera salud física. Le aconteció lo mismo que al mensaje de salvación: ambos fueron echados a un lado.

A nosotros nos toca realizar la misma tarea que el Maestro y sus discípulos: hemos de anunciar el evangelio del reino que salva y redime al pecador de su condición, y sanar a los enfermos de sus enfermedades físicas. El mensaje de salud física debe estar dirigido a corregir los malos hábitos que producen las enfermedades. El mensaje debe ser de prevención. Los ocho remedios naturales, y dentro de estos una dieta adecuada fundamentada en el plan original de *Génesis 1:29*, son los métodos aprobados por el cielo para sanar los enfermos de manera preventiva. Las hierbas, las plantas medicinales y otros remedios sencillos, utilizados sabiamente con fe y oración, también son parte del plan divino para devolverle la salud a los enfermos.

Los predicadores del evangelio deben levantar nuevamente el muro invisible que originalmente separaba lo permitido de lo prohibido. El mismo enemigo que tentó a nuestros primeros padres existe todavía. Actualmente él está empleando sus miles de años de experiencia para enfermar al mundo con un régimen malsano a base de alimentos nocivos. Los regímenes a base de carne, leche, huevos (lentos de enfermedades, antibióticos, hormonas, contaminantes, pesticidas, etc.), alimentos refinados, concentrados, procesados y sobrecocidos, alimentos altos en sal, azúcar, grasa, almidón concentrado y proteína, la comida chatarra, y los alimentos de pH ácido, entre otros, son los que más están causando enfermedades mortales.

Además, al igual que en el Edén, el enemigo de las almas está engañando al mundo ofreciéndoles el conocimiento del árbol de la ciencia del bien y del mal. ¿En qué formas?

- Por medio de la falsa doctrina de la inmortalidad del alma.
- A través del espiritismo, del ocultismo y el paganismo en sus diversas formas.
- Prometiéndoles engañosamente a los seres humanos que pueden llegar a ser dioses por medio del poder humano desarrollado.
- Por medio de las religiones que enseñan que el hombre puede salvarse viviendo una vida de desobediencia.

Prácticamente todo el mundo secular y religioso han caído en el engaño de las ciencias del enemigo, y no parecen darse cuenta de lo peligroso que resulta aventurarse en ese terreno prohibido.

La dieta malsana que el mundo ofrece, unida al conocimiento proporcionado por Satanás, es una combinación mortal que sólo conducirá a la enfermedad física y a la muerte espiritual. En el siguiente diagrama (Figura # 3, página 17) se presenta un resumen de los principios redentores y restauradores expuestos hasta aquí.

Figura # 3. Regímenes alimenticios para el hombre actual. El permitido brinda salud física y espiritual, y el prohibido ocasiona enfermedad y muerte espiritual.

<u>Alimentación del Pueblo Remanente</u>	<u>Sanidad Espiritual</u>	<u>Consecuencias</u>
Frutas Frescas Frutas Secas Nueces + Cereales Hortalizas Legumbres Raíces	El Salvador, Su Palabra, Sus Verdades, Sus Promesas	Salud Física E Inmortalidad Por la Fe

Muro de Separación Invisible

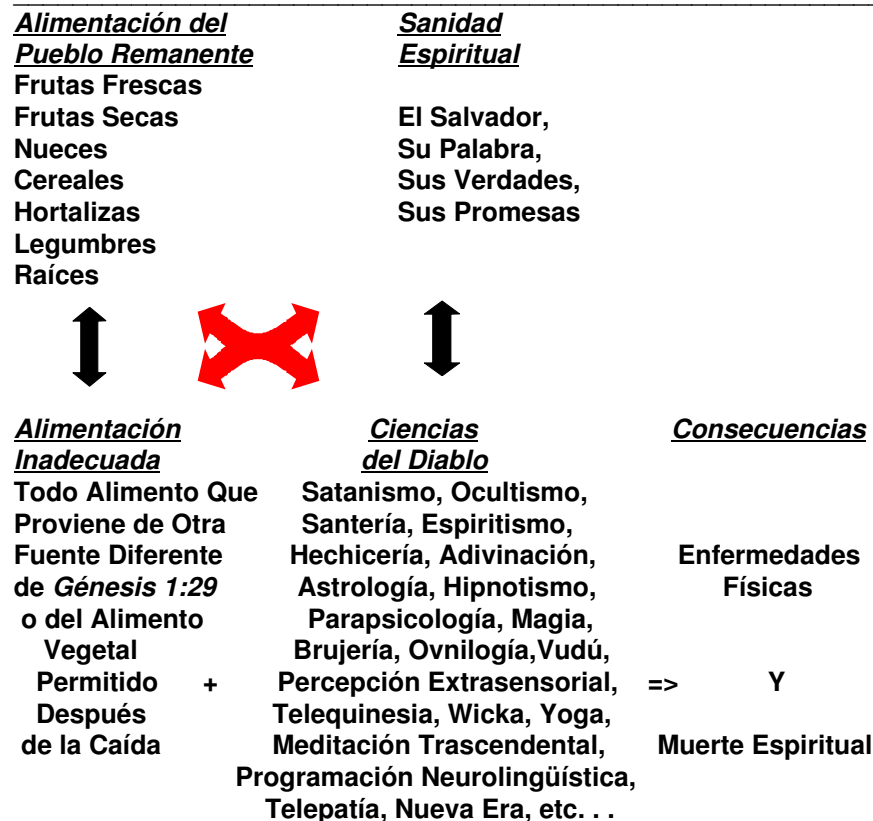
<u>Alimentación Inadecuada</u>	<u>Ciencias del Diablo</u>	<u>Consecuencias</u>
Todo Alimento Que Proviene de Otra Fuente Diferente de Génesis 1:29 o del Alimento Vegetal Permitido + Después de la Caída	Satanismo, Ocultismo, Santería, Espiritismo, Hechicería, Adivinación, Astrología, Hipnotismo, Parapsicología, Magia, Brujería, Ovnilogía, Vudú, Percepción Extrasensorial, Telequinesia, Wicka, Yoga, Meditación Trascendental, Programación Neurolingüística, Telepatía, Nueva Era, etc. . .	Enfermedades Físicas Y Muerte Espiritual

El enemigo de las almas obra a través de miles de formas distintas: engañando a uno de una manera, y a otros, de otra; mezclando mucha verdad con un poco de error; presentando las cosas de forma oculta, de manera que sus artimañas no sean descubiertas, etc. Es imposible enumerar sus miles de trampas.

Actualmente él está engañando al mundo secular y religioso, ofreciéndoles una mezcla de los principios redentores y restauradores con elementos destructivos de la salud física y espiritual. La historia relatada en el libro de Génesis nos dice que ambas cosas no deben unirse sin sufrir las consecuencias. ¿Cómo el engañador comienza a hacer su obra? De la misma manera que en el Edén: primero, tienta al hombre a cruzar el muro invisible que existe entre lo permitido y lo prohibido. Entonces, suceden las posibilidades que vemos en el diagrama presentado en la figura # 4 (vea pág. 18).

¿Ha escuchado usted la frase: "lo mejor de los dos mundos"? Así es cómo el enemigo destruye la salud: mezclando el régimen a base de alimentos saludables con el de alimentos que no fueron dados al hombre por el Creador. En los periódicos abundan noticias de nutricionistas que reconocen el daño que provocan ciertos alimentos, pero no les dicen al público que los eviten. Les dicen, por ejemplo, que consuman alimentos irradiados o causantes de cáncer junto con muchas frutas y vegetales para que minimicen el efecto de los radicales libres. Según la Biblia, la buena salud física se alcanza solamente de una manera: siguiendo la alimentación dada originalmente al hombre por el Creador.

Figura # 4. Plan actual del enemigo para mezclar lo permitido con lo prohibido.



Algunas personas se han aventurado en este tiempo a tomar la misma ruta seguida por Eva. Estos son los que están conscientes de una buena salud natural y sencilla como la que tuvieron nuestros padres, pero que a la misma vez comen del árbol prohibido de la ciencia del bien y del mal. El movimiento de la Nueva Era y las diversas religiones orientales están promoviendo esta amalgamación fatal a través de la medicina holística que, aunque pueda causar bienestar físico, su fin conduce a la muerte eterna. Esta unión de salud física y de conocimiento prohibido ocasionó la caída del hombre.

Este engaño también se ha introducido en el mundo religioso. Mientras estos profesan comer del fruto del árbol de la vida a través del evangelio, han permitido que las ciencias del diablo penetren en sus iglesias, como por ejemplo la creencia en la inmortalidad del alma, el espiritismo, la Nueva Era (con sus creencias y prácticas), el hipnotismo y la meditación trascendental. El movimiento ecuménico es el lugar de encuentro donde las religiones que el enemigo reclama como suyas le han dado la mano a las iglesias que profesan la cristiandad.

Mientras transcurre el tiempo, la serpiente antigua continúa engañando al profeso mundo religioso con un falso evangelio distorsionado, que contiene uno o más de los siguientes elementos:

- "Que una vez usted es salvo, siempre es salvo".

=>La Biblia enseña que la salvación es gratuita, pero condicional. Lea: *Santiago 1:12; 2:5; 1 Corintios 2:9; 2 Timoteo 4:8; Juan 3:16; Hechos 16:31; Salmos 103:11,13,17; 1 Juan 1:7; Mateo 19:16,17; Ezequiel 18:24; Gálatas 2:17,18; 2 Pedro 2:20-22; Hebreos 10:26,27; Mateo 10:22; 24:13; Marcos 13:13; Apocalipsis 2:7,10,17,26; 3:5,12,21.*

● “Que por la gracia de Dios somos salvos por fe, pero no es necesario obedecer la ley”.

=> La Biblia enseña que la gracia no invalida la ley. Lea: *Romanos 3:31; 6:15,16,22; 1 Corintios 6:9-11.*

● “Que los diez mandamientos de la ley moral fueron abolidos en la cruz, y no necesitan obedecerse.”

=> La Biblia enseña que los ritos fueron abolidos (*Mateo 27:51; Efesios 2:15; Colosenses 2:14*), pero la ley moral está vigente y debe ser obedecida. Lea: *Salmos 119:152; Mateo 5:17-19; Isaías 48:18; Juan 14:15,21; Eclesiastés 12:13; Romanos 7:7,12; 1 Corintios 7:17; 1 Juan 2:3-5; Apocalipsis 14:12.*

● “Que es imposible alcanzar la victoria sobre el pecado, y por lo tanto, usted seguirá pecando hasta la segunda venida del Salvador”.

=> La Biblia enseña debemos vencer el pecado ahora: Lea: *Salmos 119:11; Isaías 1:16-17; 55:6,7; Juan 5:14; 8:11; Romanos 6:1-18; 1 Corintios 10:12,13; 15:34; 2 Corintios 10:3-5; Gálatas 5:16; Efesios 5:27; Filipenses 2:14,15; 4:13; Tito 2:14; Hebreos 2:18; 12:1,2; Santiago 1;12; 4:7,8; 1 Juan 2:1; 3:6-9; 5:18; Judas 24.*

● “Que el evangelio no está basado en la obra expiatoria del Salvador, sino en el fruto que éste realiza en el creyente”.

=> La Biblia enseña que el Evangelio se basa en la obra expiatoria del Salvador. Lea: *Hechos 13:32-38; 20:24; Romanos 1:16; 1 Corintios 1:17-23; 2:2; Gálatas 1:6-9; Efesios 3:8; y 2 Timoteo 1:8-10.*

En el mundo religioso se realizan muchas curaciones milagrosas que son producidas por el mismo Satanás, quien causa la enfermedad y obra sanando a las personas para que su fe dependa de los milagros y no de las Escrituras. Estas personas sanadas vuelven a caer de nuevo en las mismas prácticas equivocadas que los llevaron a la enfermedad. Profesan comer del fruto del árbol de la vida a través del Evangelio, mientras que a la misma vez comen lo que el Creador no les mandó. Luego, justifican sus acciones con la Biblia, cuyas páginas son las hojas para la sanidad de las naciones. La verdad y el error son dos cosas que no armonizan.

Para todos estos grupos existe un sólo camino que conduce a la salud integral: la verdad redentora del evangelio que predica un Salvador que perdona los pecados del mundo, unida a la verdad restauradora de la salud física que se obtiene a través del régimen alimenticio dado originalmente en el Edén y los demás remedios naturales.

Para Copias Adicionales, Escriba a:

*Roberto Díaz
Box 363
Arroyo, Puerto Rico, 00714*

Copyright © 1999.
Duplique libremente, siempre y cuando
sea en su totalidad, sin quitar o añadir.