



- **Iglesia pura y sin mancha.** Somos linaje escogido (1 Pedro 2:9). El cristiano está en el mundo pero no es del mundo (1 Juan 2:15, 16, 17; Santiago 4:4). La iglesia debe ser santa y sin mancha (Efesios 5:25-27). Debe ser un ejemplo para el mundo (S. Mateo 5:16). Hay que abstenerse de lo malo (1 Corintios 9:25-27).
- **Cristianismo dinámico.** El cristiano es íntegro (Salmos 15:1-5). Es honrado en sus transacciones comerciales (Proverbios 20:10). Sus pensamientos son elevados (Filipenses 4:8). Tiene cuidado con las palabras (Efesios 4:25, 29). Evita los frutos de la carne y practica los del Espíritu (Gálatas 5:19-26).
- **Modestia cristiana.** Se recomienda la modestia (1 Timoteo 2:9, 10). Prescindir de adornos exteriores superfluos (Isaías 3:18-23; Génesis 35:1-4; Jeremías 4:30). La verdadera hermosura emana de una vida consagrada a Dios (Proverbios 31:30).

EL CRISTIANO Y LA SALUD

Al rendir culto a Dios lo hacemos con nuestro espíritu y nuestro cuerpo; por lo tanto ambos deben ser irreprochables (1 Tesalonicenses 5:23). Por otra parte, Dios considera nuestro cuerpo un templo (1 Corintios 6:19). Cualquier atentado contra la salud del cuerpo es un pecado grave ante Dios (1 Corintios 3:16, 17). “Nuestros cuerpos deben ser mantenidos en la mejor condición física y bajo la influencia más espiritual... Aquellos que acortan sus vidas por descuidar las leyes de la naturaleza, están robando a Dios” (Elena G. de White, *La Educación*, pág. 41). Un principio destacado en la vida del cristiano es la temperancia (S. Lucas 21:34).

EL USO DE LA CARNE



No era el plan de Dios que se consumiera carne. El régimen dado por el Señor era natural (Génesis 1:29). Se concedió permiso provisional para comer carne debido al diluvio (Génesis 9:3).

Siendo que el hombre se acostumbró al régimen carnívoro, Dios indicó en forma específica las carnes inconvenientes. Tales indicaciones se encuentran en el libro de Levítico en el capítulo once. En general las prescripciones son las siguientes:

Carne: Se puede comer la de animales que tengan pezuña hundida y rumien. Si falta una o las dos características no se debe comer su carne.

Peces: Se pueden consumir los que tienen aletas y escamas.

Aves: No se deben comer las aves de rapiña ni las nocturnas.

La Biblia prohíbe terminantemente el uso de la sangre como alimento (Levítico 17:13, 14).

ALCOHOL Y TABACO

La Santa Escritura recomienda la abstención total de las bebidas alcohólicas (Proverbios 23:20; 20:1; Isaías 28:7; S. Lucas 1:15; 1 Corintios 6:10; Efesios 5:18).

El tabaco no se conocía en los tiempos bíblicos. Es originario de América. Sin embargo, su uso se ha propagado por todo el mundo. Tanto el hombre como la mujer, los jóvenes y los niños caen presa de ese vicio. **Cada cigarrillo contiene alrededor de 35 venenos.** La ciencia médica advierte contra los terribles efectos del tabaco. Afecta las arterias que nutren el corazón, los pulmones, el olfato, el estómago, la vista. Está comprobada la relación del hábito de fumar con el aumento del cáncer. Todo aquel que desea ser un buen hijo de Dios, debe limpiarse de este terrible vicio (2 Timoteo 2:21). Asimismo contienen drogas y venenos el café, el té y el mate.

JESUS, NUESTRO EJEMPLO Y NUESTRA FUERZA

La vida cristiana es una lucha constante. El secreto del triunfo consiste en seguir las pisadas de Jesús (1 Pedro 2:21). Requiere espíritu de sacrificio (S. Lucas 9:23; 1 Corintios 9:26, 27), y la renuncia a costumbres indebidas (Tito 2:12, 13). Se necesita una reforma de los hábitos (Romanos 12:2).

ILUSTRACIONES

Un famoso escritor decía: “Dejar de fumar es muy fácil; yo lo he dejado más de cien veces”. Para el hombre es casi imposible librarse de ese vicio esclavizador. Sin embargo, Dios puede fortalecer la voluntad hasta obtener la victoria completa.

Un alcohólico contó a su familia un sueño intranquilizador que había tenido. Había visto tres ratas: una gorda, otra flaca y otra ciega. El hijo menor, haciendo de moderno Daniel, interpretó el sueño: “La rata gorda es el cantinero que se lleva todo tu dinero; la rata flaca somos nosotros que no tenemos que comer; la rata ciega eres tú, que te estás matando a ti mismo y nos matas a nosotros, a causa del vicio de la bebida”.