

Capítulo 3

Medios Y Conductos De Sanidad: Parte I

Dios tiene diversos medios para hacernos disponible Su poder sanador en el presente. Él puede obrar de cualquier manera que escoja. No cometa el error de dictarle el modo en que tiene que sanar. Deje que lo haga a Su antojo. Examinemos algunos de los conductos a través de los cuales puede hacerlo.

A. SANIDAD NATURAL: LOS PODERES NATURALES DE RECUPERACIÓN

Una de las razones por la cual estoy personalmente convencido de que Dios es un Dios sanador, es la ley natural de sanidad y recuperación que instituyó en el sistema humano. El cuerpo posee una resistencia y poderes de recuperación asombrosos. Si se le da la oportunidad, se restaurará a sí mismo a un estado de salud normal.

Considere por un momento la sustancia que Él ha colocado en la sangre. La fibrina es una proteína que se aloja en la corriente sanguínea, es soluble y viaja alrededor del sistema circulatorio continuamente sin causar problema alguno.

No obstante, si una persona es herida y la sangre comienza a salir de la misma, la fibrina es la que produce el coágulo.

Es parecida a una fibra blanca, que al hacer contacto con la atmósfera externa, empieza a formar un tejido de malla de fibras blancas que producen un coágulo. Éste detiene la salida de la sangre de la herida.

Si se usa un vendaje sobre la herida por algún tiempo, la fibrina siempre seguirá formando el coágulo para detener la sangre. El vendaje puede ser eliminado y se notará que la fluidez de la sangre habrá cesado por la acción del coágulo.

Las células o glóbulos blancos son también parte del maravilloso mecanismo de defensa del cuerpo. Cuando los organismos contagiosos entran en el cuerpo, el cerebro envía inmediatamente una señal a los glóbulos blancos. Éstos acuden rápidamente hacia el punto en el que las bacterias han penetrado, comenzando un poderoso ataque hasta devorar a los organismos extraños.

A medida que vencen al ejército invasor, los cuerpos muertos del enemigo comienzan a amontonarse. Esto es lo que esencialmente se conoce como tumor de pus: el amontonamiento de bacterias que las células blancas han derrotado.

Eventualmente, el tumor revienta y el cuerpo lanza fuera los restos del enemigo vencido que trató de infectar el sistema, pero infructuosamente.

Existen otras muchas maravillas dentro del cuerpo humano, las cuales, unidas constituyen el glorioso sistema que resiste las enfermedades. Éstas procuran proteger al cuerpo en todo momento de las invasiones del enemigo y preservan la salud que Dios ha provisto. Recuerde que la enfermedad es anormal. La buena salud es la condición normal de Dios para su maravillosa creación.

B. DIETA Y CUIDADO GENERAL DEL CUERPO

El cuidado inadecuado del cuerpo puede conducir a una condición de mala salud, en cuyo caso, no sólo requiere sanidad física, sino también algún cambio que proporcione el debido cuidado y atención en el futuro.

No estoy sugiriendo que nosotros los gentiles debamos seguir las leyes judías al pie de la letra. Lo que estoy diciendo es que debemos aprender de ellos respecto a la necesidad de otorgar el debido cuidado y consideración a la buena dieta e higiene personal.

Cuando una persona está sufriendo de mala nutrición (la consecuencia de una dieta inadecuada), solamente hay una cura, una mejora definida en la dieta.

La persona debe asegurarse de que está siguiendo una dieta nutritiva y equilibrada, conteniendo las proteínas y vitaminas que el cuerpo requiere para mantener la buena salud. En algunos países esto no siempre es fácil.

La escasez de alimentos hace difícil y, a veces, imposible obtener suministros indispensables de alimentos necesarios. No obstante, aun en los países donde hay alimentos en abundancia, sus habitantes no llegan a reconocer la importancia de la nutrición.

Algunos se quejan de que no pueden sufragar los gastos de una buena dieta, pero eventualmente tendrán que pagar al médico como resultado de ello. Es mejor gastar el dinero en comida que en pagar cuentas a doctores y hospitales.

1. Nutrición

Para una buena salud, el cuerpo humano necesita nutrirse de los cuatro principales grupos alimenticios:

a. Proteínas. Carne, pescado o aves. (Puede sustituirlos con lentejas, frijol o nuez.) De cuatro a seis onzas de uno de éstos diariamente.

b. Vegetales. Zanahoria, apio, chícharo, elote, brócoli, papa, chayote, calabacita (y muchas otras verduras). Mínimo tres o cuatro diarias.

c. Fruta. Naranjas, uvas, manzanas, tomates, mangos, plátanos, piñas (y muchas otras frutas). Mínimo una o dos diarias.

d. Granos. Trigo, arroz, cebada, maíz, etc. (preferible arroz integral, el arroz blanco y harina blanca no tienen el mismo nivel nutritivo); y productos hechos de granos como el pan, pastas, etc., dos porciones o más diarias.

2. Hábitos E Higiene

Por el contrario, hay personas que perjudican su salud al comer en exceso o al comer demasiados alimentos poco nutritivos, tales como grasas y almidones.

Éstos, forman tejidos grasientos en lugar de energía. Tales personas son obesas (gordas) y su salud sufre como resultado. Se ha dicho que muchas personas hoy están “cavando sus tumbas con los dientes”; sus hábitos alimenticios les ocasionan una salud precaria e incluso una muerte prematura.

Se necesita disciplina en tales asuntos. Nuestros cuerpos no nos pertenecen, pues han sido comprados con un precio. Ahora pertenecen a Dios y, como templos Suyos, es nuestro deber cuidarlos a fin de que Él sea glorificado en nosotros (1 Co 6:20).

De igual manera, debemos estar conscientes de la necesidad de la higiene personal. Es esencial bañar el cuerpo diariamente y lavar los utensilios que usamos para comer. La suciedad engendra gérmenes, y éstos a su vez, engendran enfermedades. Aunque el dicho: “La limpieza es lo más próximo a la santidad”, es algo exagerado, hay alguna verdad envuelta en éste.

Un buen baño diario, es una buena regla a seguir. “Y te lavé con agua...” (Ez 16:9). “Lleguémonos con corazón sincero, en plena certidumbre de fe,... lavados los cuerpos con agua pura” (He 10:22).

C. EL CUIDADO Y ATENCIÓN MÉDICA

En casos donde la salud del cuerpo se haya deteriorado por medio de la atención deficiente a las leyes naturales de la salud, es frecuentemente necesario buscar el consejo o atención médica. Ningún doctor puede sanar; sólo Dios puede hacerlo. La ciencia médica puede cooperar con las leyes de Dios a fin de ayudar al paciente a recuperarse.

Un famoso médico francés dijo una vez: “Yo atiendo, mas Dios sana”. Esta es una declaración verídica. Puesto que Dios está contra todo lo relacionado con enfermedades o aflicciones, los doctores cooperan con Él para el cumplimiento de Sus propósitos. Los hospitales son “hogares de misericordia”, que ayudan a combatir la gran plaga que vino al mundo desde la caída del hombre en el pecado.

D. SANIDAD PSICOLÓGICA Y EMOCIONAL

1. Pensamientos Y Actitudes Correctas

Uno de los descubrimientos recientes de la ciencia moderna ha sido el diagnóstico y tratamiento de las enfermedades “psicosomáticas”. Con esto queremos decir enfermedades físicas que comienzan en la mente del paciente. Éstas no son enfermedades imaginarias. En realidad, la persona está físicamente enferma. Existen síntomas de una dolencia física real. No obstante, ésta ha sido producida originalmente por la mente del paciente.

Salomón tocó este principio cuando dijo: *“Porque cual es su pensamiento en su corazón, tal es él”* (Pr 23:7). Cualquier cosa que el hombre permita que su mente crea, eso mismo sucederá.

Si una persona teme a las enfermedades, y siempre piensa que va a caer enfermo, esos mismos pensamientos pueden producir esa enfermedad que teme.

Job estuvo muy consciente de este principio. Parece que él alimentaba pensamientos negativos de que algún día perdería todo lo que tenía, a pesar de ser rico y disfrutar de buena salud.

Tal vez él pensaba para sí: “Esto es demasiado bueno para que dure. Las cosas me están saliendo muy bien; esto no me va a durar para toda la vida”. Cualquiera que fueran sus pensamientos específicos, eran obviamente negativos y pesimistas.

Cuando le sobrevino la tragedia y cayó enfermo de gravedad, deseó no haber nacido nunca. Él declaró:

“Porque el temor que me espantaba me ha venido, Y me ha acontecido lo que yo temía” (Job 3:25).

Job entendió que los temores que permitió que controlaran su mente, eran la causa de todos sus padecimientos.

El temor causa tormento según 1 Juan 4:18. Éste es un agente destructor de la salud, tanto mental como física. Ésta es una de las razones por la cual Jesús amonestó lo siguiente: *“No temas, cree solamente”* (Lc 8:50).

Hemos sido creados para la fe y no para el temor. La fe nos fortalece y edifica, mientras que el temor desmoraliza y destruye.

2. Las Emociones Incontrolables

Las emociones negativas que no son controladas, también son nocivas a la salud.

Muchos cristianos se dejan controlar por sus emociones en lugar de ellos controlarlas. Dependen demasiado del “cómo se sienten”. Si se sienten un poco deprimidos, permiten que la depresión les gobierne.

Cada desilusión, por pequeña que sea, les conduce más y más hacia el desaliento. Una disciplina emocional de tal índole, lo que hace es que socava su salud seriamente y puede causar una enfermedad grave. Los cristianos jamás fueron destinados para ser gobernados por las emociones. Por el contrario, fueron creados para controlar las emociones, fantasías y sensaciones, por medio de la fe en la Palabra de Dios.

Nuestras emociones son inestables, mientras que la palabra de Dios es firme. Si nos alimentamos regularmente de la Palabra, ésta estabilizará nuestras emociones. El creyente que se satura del conocimiento de las Escrituras, deja de ser movido de un lado para otro. Se convierte en algo tan sólido como la misma Palabra. Ésta agrega cualidades de consistencia, propósito y fortaleza a la mente y el corazón.

Ciertas autoridades médicas han manifestado que más del 30% de todas las enfermedades físicas han tenido su origen inicial en la mente o en las emociones. Actitudes mentales tales como la preocupación, el temor, la ansiedad, la inseguridad, la introspección morbosa, tensiones nerviosas, celos, frustraciones, enojos y el pesimismo, son fuerzas poderosas y destructivas. Si se les da rienda suelta, harán pedazos las fibras de la salud del creyente.

Éstas son las causas principales de la mayoría de los padecimientos físicos. La tensión alta, enfermedades del corazón, asma, úlceras y dolores de cabeza crónicos, no son sino unas cuantas de las muchas enfermedades típicas de aquellos que son controlados por actitudes mentales y emocionales erróneas.

Cuando una enfermedad es inducida psicosomáticamente, la persona no solo necesita que su enfermedad física sea sanada, sino también la sanidad interna de sus procesos emocionales y mentales. Es fácil para Dios sanar los síntomas físicos, pero si la actitud mental no es alterada radicalmente, la persona volverá a caer enferma pronto con la misma o una aflicción similar.

Por ejemplo, es asunto fácil para Dios sanar una úlcera estomacal, pero lo más difícil es lograr la sanidad de la actitud mental que causó la misma. Si la persona interesada insiste en llevar la pesada carga de las tensiones, preocupaciones y ansiedades, tales actitudes le causarán otra úlcera en poco tiempo.

David concede una fórmula efectiva para la sanidad de estos problemas crónicos.

3. Cómo Recibir Sanidad Emocional

a. Echa Tu Carga Sobre Jehová. Él nos anima a hacer lo siguiente: *“Echa sobre Jehová tu carga, y él te sustentará”* (Sal 55:22).

Esto acarrea la acción de echar toda ansiedad, preocupación, temor u otras actitudes negativas sobre el Señor.

Antes de poder hacer esto, debemos rendirnos completamente a Él. Cuando una vida está totalmente sometida a Dios, se convierte en Su propiedad personal. Él es responsable del mantenimiento de tal propiedad.

Solamente cuando estamos dispuestos a deshacernos de tales cargas, echándolas sobre el Señor, entonces, Él podrá sostenernos. Si insistimos en llevarlas, ni aun Dios puede mantenernos en buena salud.

Hace algunos años yo cargaba una carga muy pesada. Un hermano en el Señor me dijo: *“...que es poderoso para guardar mi depósito...”* (2 Ti 1:12).

“Confía tu carga en el Señor. Deja que Él se preocupe. Él se encargará de cuidarla.” Bueno, fue exactamente lo que hice. Dije: “Señor, te entrego este problema. Yo no puedo hacer nada. Por favor tú arréglalo a tu manera.”

Me libré de la preocupación y del problema. El Señor produjo un milagroso resultado siete años después.

b. Medite En La Palabra De Dios. David describe además la bendición del hombre que medita en la Palabra de Dios de día y de noche. *“Será como árbol plantado junto a corrientes de aguas, Que da su fruto en su tiempo, Y su hoja no cae; Y todo lo que hace, prosperará”* (Sal 1:3).

La meditación de la Palabra de Dios tiene un valor terapéutico. Salomón, el hijo de David, dijo además que ésta *“es medicina a todo tu cuerpo”* (Pr 4:20-22).

c. Traer Tus Pensamientos A La Cautividad. Todo pensamiento puede ser llevado cautivo a Cristo. Algunas veces hay pensamientos perturbadores que nunca nos dejan tranquilos. Son como fortalezas satánicas en nuestra mente (2 Co 10:3-5).

No hay razón para permanecer controlados por éstos. Atáquelos con la espada del Espíritu, que es la Palabra de Dios. Memorice pasajes bíblicos que son la solución que Dios da y batalle contra el temor. *“Porque no nos ha dado Dios espíritu de cobardía, sino de poder, de amor y de dominio propio”* (2 Ti 1:7).

No lo recite una sola vez, insista. Deje que Dios le haga poderoso y victorioso. Confíeselo en voz alta, fortalezca su corazón en el versículo. Las fortalezas satánicas se derrumbarán a tierra.

d. Afirme Su Mente En Dios. *“Mucha paz tienen los que aman tu ley, Y no hay para ellos tropiezo”* (Sal 119:165). La paz que viene sobre un creyente por su amor constante hacia la Palabra de Dios es una sanadora. Isaías 26:3 nos dice: *“Tú guardarás en completa paz a aquel cuyo pensamiento en ti persevera; porque en ti ha confiado”*.

Dios quiere que Su pueblo esté completamente libre de todo problema mental o emocional, además de toda enfermedad que provenga como resultado de retener actitudes erróneas.

4. Libertando El Espíritu Humano

Cuando se produce el nuevo nacimiento, la vida eterna es restaurada al espíritu humano. Esta vida no es una fuerza impersonal. Es el Espíritu Santo quien viene a morar en el interior del creyente (1 Co 6:17). Es la vida que recibimos de parte de Dios.

Lamentablemente, muchos creyentes no son enseñados sobre las cosas del Espíritu, o trágicamente se les ha enseñado mal. Muchos han sido enseñados que la época de los milagros ya pasó. Se ha enseñado que los dones del Espíritu eran exclusivamente para la Era Apostólica. Muchos desconocen el poder que existe en la Palabra de Dios.

Debido a tal ignorancia, su espíritu es como un hombre inocente en prisión. No hay nada equívoco en el espíritu de tal hombre, pero la ignorancia y el error han cegado y paralizado su crecimiento espiritual.

A medida que la mente es renovada por la Palabra de Dios (Ef 4:22-24; Col 3:10,16), la revelación liberta el espíritu humano, dando paso al crecimiento espiritual.

Jesús dijo: *“Si vosotros permaneciereis en mi palabra, seréis verdaderamente mis discípulos; y conoceréis la verdad, y la verdad os hará libres... Así que, si el Hijo os libertare, seréis verdaderamente libres”* (Jn 8:31,32,36). *“Pero cuando venga el Espíritu de verdad, él os guiará a toda la verdad...”* (Jn 16:13). *“Porque el Señor es el Espíritu; y donde está el Espíritu del Señor, allí hay libertad”* (2 Co 3:17).

El Espíritu Santo usa creyentes que se rinden a Sus impulsos para obrar liberación espiritual y llevar paz a las almas. Cuando esta liberación toma lugar, nos movemos hacia la esfera de la verdadera salud espiritual. Esta es la base del bienestar total del hombre.

Las enseñanzas correctas ayudan a las personas a evitar caer en muchas de las trampas y emboscadas que producen las enfermedades y los sinsabores. El objetivo principal de la enseñanza de la Palabra, es fortalecer la influencia del espíritu renacido en Dios. En otras palabras, desarrollar los sentidos espirituales o la sensibilidad de los santos.

Son muchos los creyentes en Cristo que no pueden distinguir entre su juicio natural y el consejo de Dios en sus corazones. Esto es semejante a la mala nutrición espiritual. Si son edificados con la Palabra, aprenderán a identificar la voz de Dios, pues reconocerán que ésta armoniza con su conocimiento de la misma. Esto es lo que produce liberación espiritual y la salud subsiguiente en el hombre en todos sus aspectos.

Dios está interesado en la salud y bienestar total del hombre. La salud física es una forma vital de producir esta salud. La enseñanza inspirada de Dios es otra forma vital de producir salud divina.