



# MAYORDOMÍA

## ESTUDIO: 10

### EL CUERPO PARTE 1

(ALIMENTACIÓN, VICIOS Y VESTIMENTA)

#### EL SEÑOR NOS HIZO

*“Dios, tú creaste las delicadas partes internas de mi cuerpo y me entretejiste en el vientre de mi madre (Salmos 139:13)”.*

¿Quién nos dio el cuerpo? El pasaje menciona que Dios lo formó desde el vientre de nuestra madre. El Señor tejió cada órgano interno con todos sus sistemas. Desde la piel hasta lo más interior, como el corazón, pulmones y riñones; Dios es el Creador de nuestro organismo para que sea lo suficientemente saludable para existir en la tierra.

#### EL CUIDADO EN LA ALIMENTACIÓN: LA GLOTONERÍA

*“Estad alerta, no sea que vuestro corazón se cargue con disipación y embriaguez” (Lucas 21:34a).*

Ser glotón es el uso arrogante e inadecuado de la comida. El alimento es dado por Dios para la nutrición y buen desarrollo de nuestro cuerpo. La glotonería lleva más allá de estos límites que nos brindan protección. El organismo comienza a sufrir desbalances químicos y de peso corporal por las cantidades que se ingieren. Debemos conocer cuánto alimento necesita nuestro cuerpo para cuidarlo sabiamente.

Al ser el pueblo de Dios, nos diferenciamos de otras naciones que no consideran al Dios verdadero en su manera de ingerir alimentos. *“He aquí, esta fue la iniquidad de tu hermana Sodoma: arrogancia, abundancia de pan y completa ociosidad” (Ezequiel 16:49). “Los cretenses son siempre [...] glotones ociosos” (Tito 1:12).*

#### EVITAR LOS VICIOS

*“Andemos decentemente” (ROMANOS 13:13).*

Toda sustancia que intoxique nuestro cuerpo y cause una adicción que lo dañe es un vicio. Es aquello que golpea y deteriora el organismo. Tóxico es relativo a un veneno o toxina. Por tanto, es cualquier sustancia que produce efectos, alteraciones o trastornos graves en el funcionamiento de un organismo vivo, y que puede, incluso, causar la muerte.

#### *Los vicios más comunes: fumar y beber*

Al fumar se ingresa una gran cantidad de toxinas a los pulmones. Estas toxinas, como su nombre lo dice, intoxican el organismo; lo están aniquilando poco a poco. El corazón disminuye su ritmo y la nicotina libera dopamina en el cerebro, dando la sensación de liberar tensiones y angustias, lo cual es un escape falso. Al hacer esto le estamos comunicando a Dios: “No me gusta el cuerpo que me diste, por eso lo estoy destruyendo”.

Fumar no relaja. Es un hábito destructivo que nunca trae nada bueno. Lo que verdaderamente da serenidad es gozar de una relación con Dios en su paz y voluntad, vaciando toda ansiedad y aflicción delante de Él, y llenándonos así de una tranquilidad que sacia nuestro ser. Debemos ser agradecidos con Dios por la salud que tenemos.

*“El vino y el mosto quitan el juicio”* (Oseas 4:11).

El versículo nos dice que “quitan el juicio”. Puede llegar a ser tanto el efecto embriagante, que la persona que lo consume pierde el equilibrio y se tambalea. Además, sus pensamientos ya no son ordenados y sensatos, sino errados y sin coherencia. Se pierde la lucidez mental, ya que el alcohol afecta el cerebro donde radica la mente y los pensamientos.

Beber también genera riñas y pleitos, pues el borracho llora y sufre, acabando en ocasiones en los golpes y hasta con lesiones (Proverbios 23:29-30). También da ocasión a desinhibirse, cayendo en la lujuria y el desenfreno *“Y no os embriaguéis con vino, en lo cual hay disolución”* (Efesios 5:18).

### Aspectos graves de los vicios

*“Estad alerta, no sea que vuestro corazón se cargue con disipación y embriaguez”* (Lucas 21:34).

a) Es egoísta. Primeramente, ya sea fumar, beber u otra sustancia química, lo que produce es un éxtasis o excitación para sentirse pleno uno mismo. Es un placer de la carne que excluye a Dios (Romanos 8:8).

b) Causa adicción. A la persona que ya es sujeta a algún vicio no le importa la frecuencia con que lo haga. Si para disfrutar de este éxtasis es necesario tomar una, dos, tres o más veces por semana, lo hará.

c) Daña la economía. El dinero para sostener un vicio proviene del salario por la fuente que es el trabajo. Dios nos da un trabajo como bendición, principalmente para sustentar las necesidades primarias de nuestra familia, como lo son comida, vestido y un techo, no para derrocharlo en vicios (Proverbios 23:21).

d) Fractura tu familia. Familias son destruidas por alguna adicción de los padres. Un padre que le preocupa mantener su adicción no anda con sabiduría, y es desinteresado de las necesidades de su familia.

### EL ADORNO DEL CUERPO: LA MODESTIA EN LA VESTIMENTA

*“Y que vuestro adorno no sea externo: peinados ostentosos, joyas de oro o vestidos lujosos, sino que sea el yo interno, con el adorno incorruptible de un espíritu tierno y sereno, lo cual es precioso delante de Dios”* (1 Pedro 3:3-4).

Los atuendos que porta nuestro cuerpo no dicen quiénes somos; son simplemente adornos. La moda puede sugerir que hay que vestir ciertas prendas para sentirse pleno y seguro de sí mismo; sin embargo, no es así. Es solo la apariencia externa que se da a los demás. Incluso si el modo de vestir muestra desnudez, se puede caer en la sensualidad y contaminar el ser (Marcos 7:21-23). Si la finalidad es ser apreciado por la manera de vestir, ya es un error.

*“Asimismo, que las mujeres se vistan con ropa decorosa, con pudor y modestia, no con peinado ostentoso, no con oro, o perlas, o vestidos costosos; sino con buenas obras, como corresponde a las mujeres que profesan la piedad”* (1 Timoteo 2:9-10).

Al Señor Dios le interesa más el adorno del interior, es decir, aquello que se demuestra en la vida con el comportamiento.

Una buena prenda de diseñador no ocultará un mal carácter, rencor, envidia u orgullo del corazón. En cambio, un corazón humilde, servicial, perdonador y amable llenará de luz cualquier habitación. *“Así brille vuestra luz delante de los hombres, para que vean vuestras buenas acciones y glorifiquen a vuestro Padre que está en los cielos”* (Mateo 5:16).

Recordemos que las modas pasan, pero una conducta que glorifique a Dios deja marca en lo eterno. *“Y el mundo pasa, y también sus pasiones, pero el que hace la voluntad de Dios permanece para siempre”* (1 Juan 2:17).

## EL CULTO AL CUERPO: LA VANIDAD

*“Porque el ejercicio físico aprovecha poco, pero la piedad es provechosa para todo, pues tiene promesa para la vida presente y también para la futura”* (1 Timoteo 4:8).

También tenemos la cuestión de la vanidad por el cuerpo atlético. El culto al cuerpo se ha vuelto cada vez más popular en este tiempo que vivimos. No es malo el ejercicio físico, ya que deseamos mantener nuestro cuerpo sano y saludable. Lamentablemente, siempre hay un extremo peligroso en donde se puede caer en excesos en el deporte, musculación u otra disciplina. Algún día nuestros cuerpos envejecerán y se desintegrarán al morir, pero *“la vida dedicada a Dios te trae bendiciones tanto para la vida presente como para la del mundo venidero”*.

## PARA REFLEXIÓN:

1. ¿Se ha vuelto tu manera de comer inapropiada? ¿Es tu apetito tu dios? *“Su dios es el vientre”* (Filipenses 3:19).
2. Fumar, beber y otros vicios son egoístas y te dan un éxtasis momentáneo. En cambio, Dios te da una paz *“que sobrepasa todo entendimiento”* (Filipenses 4:7).
3. ¿Has dado más enfoque a los atuendos que vistes que a tu comportamiento? Cuando sale una novedad en el vestir, ¿deseas adoptarla en tu vida, en vez de hacer cambios en tus actitudes? (1 Pedro 3:3-4).
4. ¿Tienes cuidado de las personas con las que convives y los ambientes en los que se desenvuelven para evitar vicios? (1 Corintios 15:33).
5. ¿Alguna vez has solicitado ayuda en alguna adicción? ¿Cómo saliste victorioso? (1 Juan 5:4).

## CONCLUSIÓN:

El cuerpo que tenemos es un bien que nos ha dado Dios a cuidar. Si esto no lo sabíamos es la verdad. Somos mayordomos del cuerpo que nos dio el Señor ya que Él lo formó y espera lo honremos siendo buenos administradores de este. Cada sistema dentro de este mecanismo inteligente y sofisticado debe glorificar a Dios porque Él lo creó y diseñó.