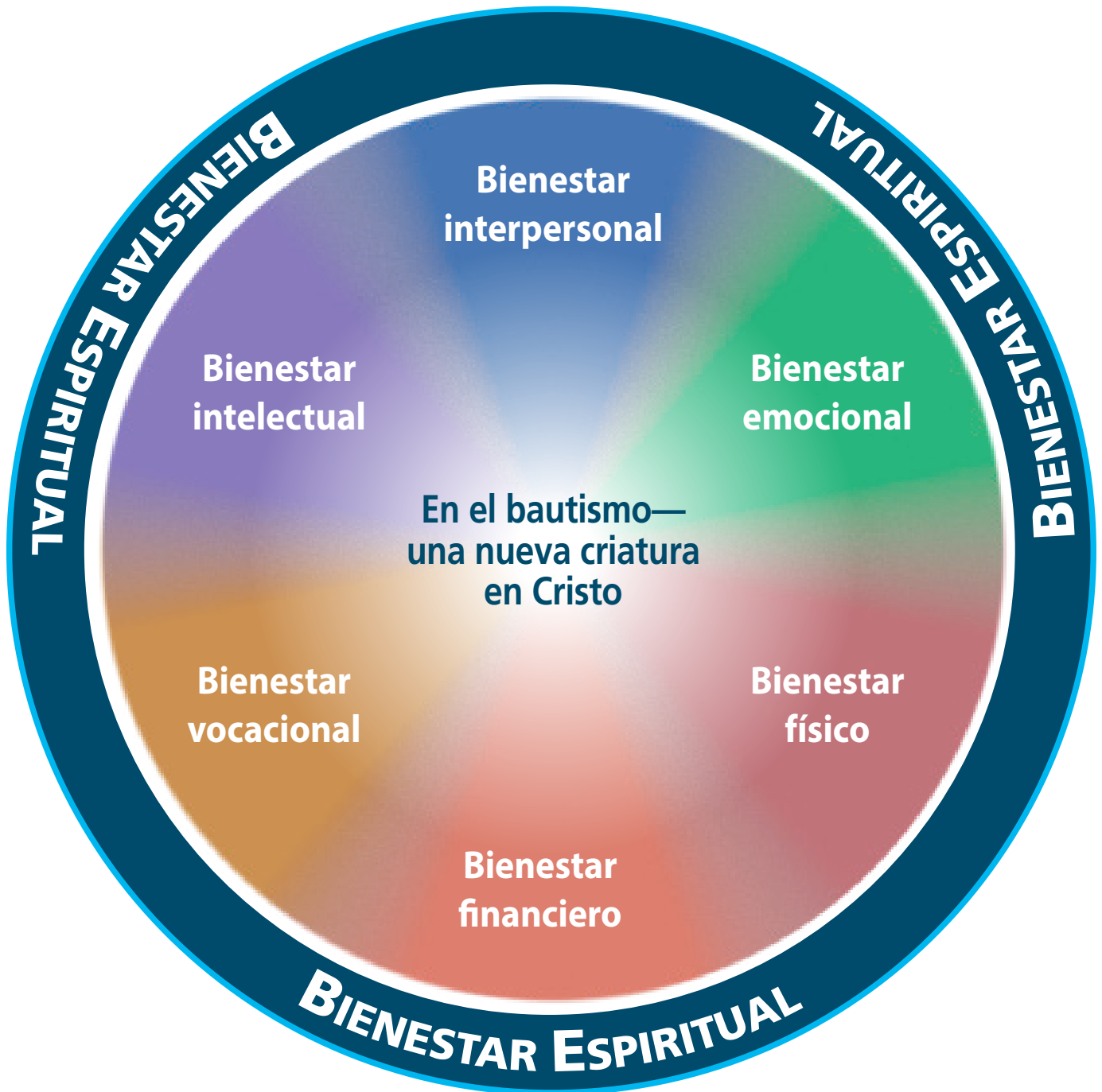


La Rueda de la Salud



"De modo que si alguno está en Cristo, ya es una nueva creación; atrás ha quedado lo viejo: ¡ahora ya todo es nuevo!" 2 Corintios 5:17

La Rueda de la Salud

Como hijos santificados de Dios, respondemos a lo que Dios ha hecho por nosotros en Jesucristo a través de una mayordomía adecuada de todo lo que hemos recibido. Entre esas bendiciones se encuentran los diversos componentes de nuestra salud, representados en la rueda de la salud. Nuestros esfuerzos por mejorar nuestro bienestar personal, entonces, son parte de nuestra vida santificada ya que debemos crecer en “todos los aspectos en aquel que es la cabeza, es decir, Cristo” (Efesios 4:15). Hasta que nos encontremos cara a cara con Dios, con su ayuda y guía nos esforzamos para estar bien en todas las áreas de la rueda de la salud, para poder así servir bien a quienes están bajo nuestro cuidado.

BIENESTAR INTERPERSONAL

Dios nos creó como seres sociales. La relación que tenemos con él se transfiere a nuestra relación con los demás. En nuestras comunidades nos tomamos tiempo para nutrir la relación con nuestra familia, amigos y compañeros de trabajo, a través de la interacción, de juegos, y del perdón.

BIENESTAR EMOCIONAL

Estar emocionalmente bien significa conocer toda la gama de las emociones humanas, reconocer cuáles son apropiadas para cada circunstancia, y saber expresarlas adecuadamente. Igualmente importante es saber respetar y honrar los sentimientos y las emociones de los demás.

BIENESTAR FÍSICO

Debido al pecado, nuestros cuerpos no son perfectos. Aún así, honramos nuestro cuerpo como un regalo de Dios, manteniéndolo tan saludable como es posible en medio de las enfermedades y de nuestras imperfecciones. Para ello lo nutrimos con alimentos y bebidas saludables, lo mantenemos en buen estado físico haciendo ejercicio en forma regular, y respetamos su necesidad de descanso.

BIENESTAR FINANCIERO

En la medida en que somos bendecidos por el fruto de nuestro trabajo, consideramos nuestras conductas y valores con respecto a las finanzas: somos buenos administradores, ahorramos para la jubilación, gastamos sólo de lo que tenemos, y compartimos con los necesitados.

BIENESTAR VOCACIONAL

En nuestro llamado desempeñamos nuestras tareas diarias con alegría sirviendo en la capacidad en la que Dios nos ha llamado, descubriendo y utilizando todos los dones que nos ha dado, y representándolo en las experiencias diarias de nuestra vocación. Todo esto lo hacemos para la gloria de Dios, y para ayudar a que este mundo sea un lugar mejor.

BIENESTAR INTELECTUAL

Nuestras mentes se embarcan en un aprendizaje de por vida. Así como ejercitamos nuestros cuerpos para servir a Dios, continuamente ejercitamos nuestras mentes manteniéndonos curiosos, haciendo preguntas, buscando respuestas, explorando nuevas responsabilidades, y descansando la mente al final del día para mantenerla fresca.

BIENESTAR ESPIRITUAL

Abarcando todos los otros aspectos, debemos reconocer que nuestra búsqueda de bienestar no es posible sin la justicia que es nuestra por gracia, a través de la fe en Jesucristo. Sólo a través del sacrificio redentor de Cristo por nosotros buscamos nutrir nuestra relación con él a través del estudio de su Palabra, de la oración, devoción, y adoración. Por gracia él nos concede “justicia, paz y gozo en el Espíritu Santo” (Romanos 14:17).

En este camino de bienestar terrenal pedimos la guía y bendición de Dios en nuestra búsqueda de cuidado y alimento apropiado de todo nuestro ser, para que podamos ser administradores fieles y llevar adelante la misión y el ministerio para el cual hemos sido llamados.

*“Esta vida, por lo tanto, no es devoción, sino el proceso de ser devoto;
no es salud, sino mejorarse; no es ser, sino convertirse; no es descanso, sino ejercicio.
Ahora no somos lo que seremos, pero estamos en camino.”*

– Martín Lutero, Defensa y explicación de todos los artículos (AE 32:24)