

## *Alimentándonos para crecer*

---

Seguimos con nuestra serie Crece.

Estamos hablando del crecimiento espiritual de los creyentes y dijimos que a diferencia del crecimiento natural, que se da por si mismo, el crecimiento espiritual es producto de la intencionalidad nuestra y del buen manejo de los factores que inhiben el crecimiento como son: **Satanás**, que roba la semilla. **La falta de raíz**, que produce que la planta se seque. **Los problemas, la persecución, las preocupaciones de esta vida, el engaño de las riquezas y los malos deseos.**

Desde la primer semana de la serie dijimos que **el objetivo final de la palabra que recibimos es que crezcamos y demos fruto.**

La primer semana explicamos como se ve un creyente que está creciendo. Y la semana pasada aprendimos que para crecer debemos ser intencionales en buscar alimento espiritual, en añadir suplementos a nuestra fe, en perseguir el propósito de Dios para nuestra vida y en sufrir las penalidades propias de nuestra vida. Cuando somos intencionales en esto, y cuando administramos bien los factores que inhiben el crecimiento crecemos.

Hoy para continuar con nuestra serie, quiero compartirles acerca del alimento que requerimos para crecer. Mi charla se titula: **Alimentándonos para crecer.**

La calidad, la cantidad y la continuidad del alimento espiritual que consumimos influyen para nuestro crecimiento. Un niño que sufre desnutrición no se desarrollará como es debido. ¿Cierto? En lo espiritual ocurre de la misma manera, si estamos desnutridos espiritualmente nuestro crecimiento espiritual se verá afectado.

Si tu observas un creyente que no crece, no madura y no da fruto, seguramente hay problemas de alimentación espiritual

¿Cual es el alimento del creyente? En primera instancia, **La palabra de Dios.** Jesús dijo:

**Mateo 4:4** <sup>4</sup> *Jesús le respondió: —Escrito está: “No sólo de pan vive el hombre, sino de toda palabra que sale de la boca de Dios.”*

Sin embargo, la palabra de Dios la palabra de Dios también viene en pequeñas dosis de verdad en a través de lo que vemos, escuchamos, conversamos y leemos.

Jesús, en oración al Padre dijo:

**Juan 17:17 NVI** <sup>17</sup> *Santificalos en la verdad; tu palabra es la verdad.*

Hablando de la verdad, Jesús dijo:

**Juan 14:6 NVI 6** *—Yo soy el camino, **la verdad** y la vida —le contestó Jesús—. Nadie llega al Padre sino por mí.*

Entonces Jesús es la verdad. Por eso la verdad absoluta le pertenece a Dios y donde haya una dosis de verdad, ya sea en una película, en una canción, en un libro secular o cristiano, o en una conversación informal, etc. Esa verdad contenida allí le pertenece a Dios, y Dios la usa para que aprendamos, para que crezcamos, para que maduremos y para que nos limpiemos.

Quizá puedes leer un buen libro de un autor que no es cristiano, que es ateo, que sus normas morales dejan mucho que desear. Pero en el tema que aborda y la forma en que lo aborda podría arrojar ciertas verdades que tienen el potencial de cambiarte. Estas verdades contenidas en su obra, aunque hayan provenido de una persona no religiosa, son propiedad de Dios, y si las encuentras, te pueden alimentar y Dios las puede usar para confrontar tu vida.

Imagínate que en el libro de un autor no creyente que escribe sobre administración y finanzas, encuentras conceptos que te ayudan a mejorar en lo económico, esas verdades Dios las usa para hacerte crecer. Por esa razón no debemos menospreciar a un autor, o escritor, on un artista por no ser cristiano. Eso sería un acto de arrogancia espiritual y eso no refleja madurez espiritual, refleja mas bien religiosidad o quizá enfermedad espiritual.

Entonces lo que nos alimenta espiritualmente es la palabra de Dios y las dosis de verdad contenidas en la información recibimos las cuales aportan elementos para el crecimiento.

Otro asunto importante es que el alimento espiritual que ingerimos, debe ser de acuerdo a nuestra estatura espiritual para que pueda nutrirnos adecuadamente, y no enfermarnos.

¿Recuerdan aquel caso trágico de la bebé que murió porque su madre adolescente le dio a comer ceviche de camarón en una fiesta? ¿Que paso? Su estómago no estaba preparado para ese alimento. Incluso en el proceso de aprender a comer, primero nos dan leche, luego papilla y luego alimento sólido. Porque el alimento es de acuerdo a nuestro desarrollo, en lo espiritual es igual: el alimento espiritual que ingerimos, debe ser de acuerdo a nuestra estatura espiritual.

por ejemplo, Jesús dijo:

**Juan 16:12 NVI** <sup>12</sup> *»Muchas cosas me quedan aún por decirles, que por ahora no podrían soportar.*

Aquí observamos que Jesús se reservó ciertas verdades e información que los discípulos en ese momento no estaban en condiciones de recibir. Sus vientres espirituales no hubiesen podido tolerar aquel alimento.

El Apóstol Pablo en la misma tónica escribió:

**1 Corintios 3:1-3** <sup>1</sup>*Yo, hermanos, no pude dirigirme a ustedes como a espirituales sino como a inmaduros, apenas niños en Cristo. <sup>2</sup> Les di leche porque no podían asimilar alimento sólido, ni pueden todavía, <sup>3</sup>pues aún son inmaduros. Mientras haya entre ustedes celos y contiendas, ¿no serán inmaduros? ¿Acaso no se están comportando según criterios meramente \*humanos?*

¿Que está diciendo Pablo? Que hay ciertas verdades que no se pueden transmitir, si la estatura espiritual de los oyentes no es la adecuada. Pablo discernió la inmadurez espiritual de los creyentes debido a las divisiones, la falta de unidad y el mal manejo de los conflictos. En base a eso Pablo percibió inmadurez y falta de crecimiento espiritual; y se reservó ciertas verdades espirituales que podría haberles

compartido.

Por otro lado, Jesús hablando de los siervos a cargo de la casa de Dios antes de su venida, dijo:

**Mateo 24:45** <sup>45</sup> *¿Quién es, pues, el siervo fiel y prudente, al cual puso su señor sobre su casa para que les dé el alimento a tiempo?*

Los pastores tenemos la responsabilidad de cuidar y seleccionar el alimento espiritual que compartimos con la congregación y darlo a tiempo. Que importante es que los creyentes confíen en el alimento que reciben de sus pastores. Y en sus etapas iniciales, cuando su discernimiento no está muy desarrollado eviten aquello que pudiera confundirlos o desviarlos.

En CFAL, tenemos alimento adecuado de acuerdo a la estatura espiritual de cada quien, organizado en distintos cursos.

Esta es la verdad central que me gustaría que recordaran: ***El creyente que se alimenta correctamente crecerá espiritualmente.***

¿Como podemos alimentarnos correctamente para crecer?

**Aliméntate directamente de la palabra de Dios.**

No hay nada que pueda sustituir la nutrición espiritual que te da la palabra de Dios; ni escuchar música cristiana, ni escuchar predicaciones. La meditación personal en la palabra de Dios es insustituible.

No debes preocuparte por leer toda la Biblia, debes preocuparte por leerla todos los días. No te preocupes por entenderla, preocuparte por alimentarte de ella. Ya irás entendiendo con el tiempo, por ahora léela, aliméntate de ella. El apóstol Pedro dice:

**1 Pedro 2:2** *2 deseen con ansias la leche pura de la palabra, como niños recién nacidos. Así, por medio de ella, crecerán en su salvación, 3 ahora que han probado lo bueno que es el Señor.*

Nota que el Apóstol nos da una orden: deseen con ansias; es decir, tu y yo podemos provocar, o estimular el deseo por la palabra de Dios.

Igual que en el ámbito natural la pérdida del apetito es una alerta de que algo no está bien, en lo espiritual de la misma manera, la falta de

interés por la palabra de Dios nos habla de que algo no está bien espiritualmente en el creyente con inapetencia de la palabra de Dios. Si has perdido el apetito por la palabra de Dios, algo no está bien dentro de ti.

¿Porque se pierde el apetito por la palabra de Dios? Por períodos prolongados de ayuno de la palabra; es decir, si se pasa el tiempo, días semanas y meses sin ir a la palabra de Dios, se puede perder el apetito.

También puede ser que tienes poco en las cosas de Dios y en tu vida nunca se te inculcó el meditar en la palabra de Dios. Ese fue en el caso de los creyentes que venían de contextos paganos.

En ambos casos se debe estimular el deseo por la palabra de Dios siendo intencional en ir a ella, y así entre mas nos alimentamos de ella, mas querremos. Entablando conversaciones con personas que si van a la palabra de Dios con frecuencia y así al escucharlos expresar su pensamiento bíblico nos influyan. Estableciendo el hábito de escuchar predicaciones para así estimular el apetito por la palabra de Dios.

Si ha pasado mucho tiempo y no tenemos interés por alimentarnos de la palabra de Dios, definitivamente algo no está funcionando bien y debemos sanarlo.

¿Como podemos alimentarnos correctamente para crecer?

### **Selecciona la información que consumes.**

En el ámbito natural, cuando has comido ya no tienes apetito. En lo espiritual es igual; si estas llenándote de otro tipo de alimento no vas a tener hambre de la palabra de Dios. Pero igual que en el ámbito natural comer mal puede que inhiba tu apetito, pero no te está nutriendo.

Entre toda la información que consumes en redes sociales, en la música que escuchas, en los programas de televisión que vez, en las conversaciones que mantienes, hay verdad que te alimenta, o mentiras que te enferman. A veces consumimos demasiada comida chatarra espiritual. Es basura dañina para nuestro espíritu y nuestra alma pero igual te hacen

experimentar una sensación de saciedad temporal. Y no te nutre espiritualmente.

Por eso debemos aprender a seleccionar el alimento espiritual que consumimos. No todo te conviene. Debemos aprender a seleccionar entre toda esa información. ¿Qué te conviene escuchar y ver? ¿Qué aporta a tu crecimiento espiritual? ¿Qué te vuelve mejor persona y qué no? Quizá debemos bajarle al consumo de facebook, de Instagram, de televisión de chisme y espectáculo. Bajarle al consumo de telenovelas o series que no aportan nada a tu vida espiritual, al contrario, fomentan aspectos a los que deberíamos renunciar. Es tiempo mal invertido y nos consume tiempo que podríamos utilizar en la palabra de Dios.

Incluso en la predicación de la palabra de Dios y los canales de televisión cristianos, y los canales de youtube cristianos no todo nos conviene. Pablo dice:

**1 Tesalonicenses 5:20-21** *20 No menospreciéis las profecías. 21 Examinadlo todo y retened lo bueno.*

¿Que nos dice el Apóstol Pablo? Que seleccionemos la información que consumimos. Porque el trasfondo del predicador, influye en su predicación. No todo es verdad con el potencial de hacerte crecer, hay información que no te va a beneficiar en tu salud espiritual: canales de Youtube que se dedican a la crítica y a fomentar el morbo etc. Eso no te conviene verlo. O predicadores que atacan a otras iglesias, predicadores etc. Tampoco te conviene verlo porque no te va a nutrir, te va a enfermar de incredulidad, de sospecha etc..

Hace tiempo, cuando viajaba mucho en la música, tuve problemas severos: No podía cantar, siempre estaba enronquecido, tenía muchas flemas etc. Yo pensé que me había dañado mis cuerdas bucales por tanto cantar y predicar. Cuando fui al doctor y me revisó, él me dijo que mis cuerdas vocales estaban bien. que mi problema era mi alimentación, y mis hábitos alimenticios. Es decir, lo que comía y a la hora que lo comía me estaba enfermando. Aprendí que no todo lo rico es sano, y que no podía comer todo lo que quisiera, a la hora que lo

quisiera porque me enfermaba, y si no quería empeorar, yo debía ser mas selectivo en lo que consumía. Si no quieres empeorar en tu vida espiritual, tu también debes ser mas ***Selectivo en lo que consumes.***

¿Como podemos alimentarnos correctamente para crecer?

### **Busca alimento de acuerdo a tu estatura espiritual.**

En la medida que crecemos, maduramos y cambiamos de actividades en esa misma medida vamos buscando alimento adecuado. Si empiezas a hacer ejercicio tu alimentación debe modificarse y viceversa.

En cuanto a nuestro desarrollo espiritual es lo mismo, debemos aprender a buscar alimento espiritual de acuerdo a tu momento en la vida, y de acuerdo a tu momento en tu caminar con Dios y de acuerdo a tu nivel de responsabilidad.

Hubo un momento en mi vida donde todo lo que leía a parte de la Biblia era inspiracional; me estimulaba leer biografías e historias de cristianos apasionados por Dios. Me estimulaba leer libros que fomentaran mi deseo de orar. Después, cuando identifiqué mi don de liderazgo empecé a leer mucho sobre liderazgo. Cuando empecé la iglesia leía mucho sobre el funcionamiento y la vida d ella iglesia. Cuando me iba a casar leía libros sobre el matrimonio y la vida en pareja. Cuando fui Padre, sobre la paternidad. Y así sucesivamente, he buscado alimento espiritual a parte de la escritura de acuerdo al momento en el que estoy.

También he tenido períodos de leer solo la Biblia. Y también he tenido períodos de leer solo el alimento proporcionado por los cursos de estudios bíblicos. etc. de acuerdo a tu estatura espiritual, de acuerdo a tu nivel de responsabilidad, de acuerdo a tu momento en la vida es el alimento espiritual que debes buscar. Pero, igualmente debes ser selectivo y observar todo a través de los lentes de la palabra de Dios. llamar a los músicos.

hoy aprendimos que la calidad, la cantidad y la continuidad del alimento espiritual que consumimos influyen para nuestro crecimiento. También aprendimos que nos alimentamos de la palabra

de Dios y las dosis de verdad que detonan crecimiento en nosotros. Y aprendimos que si nuestro apetito por la palabra de Dios está inhibido, debemos estimular el deseo por la palabra de Dios. Y por ultimo, aprendimos que debemos ***Alimentarnos directamente de la palabra de Dios***, nada puede sustituir la palabra de Dios en nuestra vida. Debemos ***Seleccionar la información que consumimos*** ; no todo nos conviene. Y ***debemos buscar alimento de acuerdo a nuestra estatura espiritual***

Cantar.