

¿Puede salir algo bueno de una enfermedad?

«Y sabemos que a los que aman a Dios, todas las cosas les ayudan a bien» (Romanos 8:28).



¿Puede salir algo bueno de estar enfermo?



Yo no sentí nada bueno con ese dolor de cabeza.

«La prueba de vuestra fe produce paciencia» (Santiago 1:3).



Pero, durante nuestra recuperación, vimos algunos programas interesantes.



Y disfrutamos haciendo manualidades. Eso es bueno.





Mientras estaba enfermo, tuve tiempo para reflexionar en algunas cosas que sucedieron últimamente.



¡Corre más rápido, Blas! ¡Nos estás haciendo perder!



Últimamente, me dejo las verduras en el plato.

He estado pensando en lo importante que son los hábitos que nos ayudan a permanecer saludables y a recuperar la salud cuando nos enfermamos.



Tengo que disculparme con Blas. Aunque no es un corredor muy rápido, posee muchas otras habilidades.



Come alimentos saludables.



Duerme suficiente.



Vístete de acuerdo al clima.



Bebe abundantes líquidos.



¿Y recuerdas lo que aprendimos en la clase de salud y bienestar? El sistema inmune de nuestro cuerpo se fortalece tras pasar una enfermedad. Cuando estamos enfermos, nuestro sistema inmunitario desarrolla defensas contra esa enfermedad.



Estuve pensando que Jesús comprende lo que es sentirse enfermo. La Biblia nos dice que en ocasiones Él se sentía cansado¹ o tenía hambre². Y sufrió mucho dolor en la cruz.

El apóstol Pablo enseñó: «Porque no tenemos un sumo sacerdote que no pueda compadecerse de nuestras debilidades, sino uno que fue tentado en todo según nuestra semejanza, pero sin pecado»³.



Eso es muy alentador. ¡Y los relatos de la Biblia de cómo Jesús curaba a los enfermos también nos animan mucho!



¡Así es!
La próxima vez que enfrentemos la misma dolencia, nuestro cuerpo usará las defensas que desarrolló la última vez que pasamos esa enfermedad para superarla más fácilmente en el futuro o rechazarla por completo.

Jesús está contigo para ayudarte a que te recuperes. Pídele que te ayude a ponerte bien y que aprendas de las experiencias positivas que tiene para ti. ¿Se te ocurre algo que hayas aprendido de una enfermedad?

¹ V. Juan 4:6.
² V. Marcos 11:12.
³ Hebreos 4:15.