

Lección 2

EL BIENESTAR FÍSICO Y ESPIRITUAL

Daniel 1.8-17; 1 Timoteo 4.7-8

«Ejercítate en la piedad; porque el ejercicio corporal para poco es provechoso, pero la piedad para todo aprovecha, pues tiene promesa de esta vida presente, y de la venidera».

1 Timoteo 4.7b-8

EL
DISCÍPULO

Marzo / Agosto 2026





OBJETIVOS

- Reflexionar en torno a la importancia de cultivar y fomentar la salud integral y cómo ésta se vincula como parte de nuestro compromiso hacia el prójimo.
- Identificar las acciones que debemos seguir cuando nuestros principios y valores se ven amenazados en medio de contextos adversos y hostiles. Evaluar la actitud y la determinación de Daniel ante las exigencias de los cambios culturales y religiosos debido a la imposición de una nueva realidad histórica, social y política.
- Analizar los consejos que Pablo da a Timoteo para el alcance de una auténtica salud física y espiritual.



VOCABULARIO

- FÁBULAS PROFANAS: En el contexto de Timoteo se refiere a cuentos o narraciones supersticiosas o culturales, las cuales se decía que se transmitían por «viejas» a las nuevas generaciones.



TEXTO BÍBLICO: Daniel 1.8-9

RVR

8 Daniel propuso en su corazón no contaminarse con la porción de la comida del rey ni con el vino que él bebía; pidió, por tanto, al jefe de los eunucos que no se le obligara a contaminarse.

9 Puso Dios a Daniel en gracia y en buena voluntad con el jefe de los eunucos;

VP

8 Pero Daniel se propuso no contaminarse con la comida y el vino del rey, y pidió al jefe del servicio de palacio que no le obligara a contaminarse con tales alimentos.

9 Por obra de Dios, el jefe del servicio de palacio vio con buenos ojos a Daniel,



TEXTO BÍBLICO: Daniel 1.10-11

RVR

10 y el jefe de los eunucos dijo a Daniel: —Temo a mi señor el rey, que asignó vuestra comida y vuestra bebida; pues luego que él vea vuestros rostros más pálidos que los de los muchachos que son semejantes a vosotros, haréis que el rey me condene a muerte.

11 Entonces dijo Daniel a Melsar, a quien el jefe de los eunucos había puesto sobre Daniel, Ananías, Misael y Azarías:

VP

10 pero le dijo: —Tengo miedo de mi señor, el rey. Él me ha dicho lo que ustedes deben comer y beber, y si los ve con peor aspecto que los otros jóvenes, serán ustedes la causa de que el rey me condene a muerte.

11 Daniel habló entonces con el mayordomo a quien el jefe del servicio de palacio había encargado el cuidado de Daniel, Ananías, Misael y Azarías, y le dijo:



TEXTO BÍBLICO: Daniel 1.12-13

RVR

12 —Te ruego que hagas la prueba con tus siervos durante diez días: que nos den legumbres para comer y agua para beber.

13 Compara luego nuestros rostros con los rostros de los muchachos que comen de la porción de la comida del rey, y haz después con tus siervos según veas.

VP

12 —Ruego a usted que haga una prueba con estos servidores suyos: ordene usted que durante diez días nos den de comer solamente legumbres, y de beber solamente agua.

13 Pasado ese tiempo, compare usted nuestro aspecto con el de los jóvenes alimentados con la misma comida que se sirve al rey, y haga entonces con nosotros según lo que vea.



TEXTO BÍBLICO: Daniel 1.14-15

RVR

14 Consintió, pues, con ellos en esto, y probó con ellos durante diez días.

15 Y al cabo de los diez días pareció el rostro de ellos mejor y más robusto que el de los otros muchachos que comían de la porción de la comida del rey.

VP

14 El mayordomo estuvo de acuerdo, y durante diez días hizo la prueba con ellos.

15 Pasados los diez días, el aspecto de ellos era más sano y más fuerte que el de todos los jóvenes que comían de la comida del rey.



TEXTO BÍBLICO: Daniel 1.16-17

RVR

16 Así, pues, Melsar se llevaba la porción de la comida de ellos y el vino que habían de beber, y les daba legumbres.

17 A estos cuatro muchachos, Dios les dio conocimiento e inteligencia en todas las letras y ciencias; y Daniel tuvo entendimiento en toda visión y sueños.

VP

16 Así pues, el mayordomo se llevaba la comida y el vino que ellos tenían que comer y beber, y les servía legumbres.

17 A estos cuatro jóvenes, Dios les dio inteligencia y entendimiento para comprender toda clase de libros y toda ciencia. Daniel entendía además el significado de toda clase de visiones y sueños.



TEXTO BÍBLICO: 1 Timoteo 4.7-8

RVR

7 Desecha las fábulas profanas y de viejas. Ejercítate para la piedad,

8 porque el ejercicio corporal para poco es provechoso, pero la piedad para todo aprovecha, pues tiene promesa de esta vida presente y de la venidera.

VP

7 Pero no hagas caso de cuentos mundanos y tontos. Ejercítate en la piedad;

8 pues aunque el ejercicio físico sirve para algo, la piedad es útil para todo, porque tiene promesas de vida para el presente y para el futuro.



RESUMEN

- Nuestra responsabilidad como creyentes debe estar orientada en identificar e implementar aquellos deberes hacia el prójimo, la familia y la comunidad, hacia Dios y la humanidad en general que nos impone la fe en nuestro Señor Jesucristo.
- El amor, la lealtad y la obediencia al Señor no se pueden dividir o fraccionar. Es un sentimiento que involucra la totalidad de la vida.
- El autor de la epístola de Santiago no percibe una fe auténtica y verdadera sin la práctica de la misericordia impulsada por el amor. La fe intelectual o teórica no le sirve bien a nadie, ni al que la proclama ni a quien va dirigida.



RESUMEN

- La dignidad del ser humano no debe ser violentada bajo ninguna circunstancia y sí valorarla como iguales, creados a imagen y semejanza de Dios (Génesis 1.26-27).
- Un pueblo o una nación saludable y educada de manera integral y en todas sus dimensiones debe ser la aspiración de un buen gobierno y sus instituciones. Los fundamentos y principios sociales de la iglesia y de la sociedad en general deben descansar principalmente en estos dos asuntos.
- La acción y la participación humana no puede ni debe estar ausente en el proceso milagroso de la fe.



RESUMEN

- Desde que se conoce la historia humana, la práctica de abusos de poder, invasión e imposición de usos y costumbres de las naciones fuertes contra las débiles ha sido un fenómeno que no se ha podido erradicar a pesar de la evolución y el desarrollo que se ha alcanzado en todas las prácticas del quehacer y pensamiento humano.
- Una relectura del discurso de Jesús, contextualizado en nuestras realidades, nos conduciría hacia un mayor compromiso con los principios sociales de la iglesia.



RESUMEN

- Las creencias y los principios de la fe de la persona, tribu o nación constituyen terreno sagrado el cual ninguna fuerza exterior tiene derecho a intervenir para imponer la suya.
- La creación de espacios de tolerancia, justicia, respeto y convivencia en una sociedad divergente debe ser fundamental en la búsqueda de la paz entre los pueblos y las personas que los forman.
- Una sociedad enferma resulta disfuncional, lo que nos obliga a la búsqueda e implementación de programas orientados hacia el alcance de un sistema de salud integral que sea justo y equilibrado para todas las personas por igual.
- La fe auténtica no intoxica ni discrimina; en cambio, afirma la esperanza para transformar el dolor en fuerza habilitadora para seguir adelante pese a las circunstancias.



ORACIÓN

Padre y Señor de las naciones, ayúdanos a velar por el bienestar físico y espiritual de nuestra iglesia y nuestra sociedad. Permite que tu mirada tierna y compasiva se torne a este mundo que se descompone en medio del dolor de las luchas fratricidas y entre pueblos hermanos. Danos fuerza y sabiduría para luchar contra el odio, el discrimen y la injusticia. Afirma en nosotros la vocación del servicio al prójimo y renuévanos cada día en el perdón que ofrece tu amor y tu gracia. En el nombre de Cristo oramos, amén.