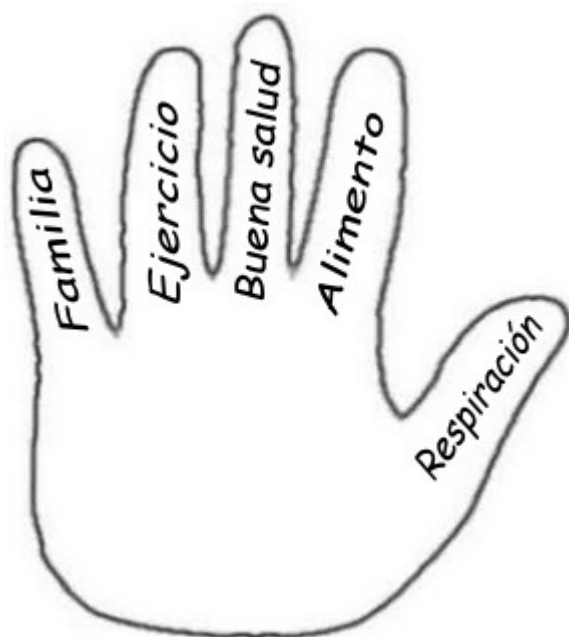


## 5 Elementos para Crecer Bien



Cuando nace un bebé, todos se emocionan. ¡Hay gozo! Tenemos una visión de lo que ese pequeño bebé pueda llegar a ser un día.

Para llegar a ser un adulto maduro y productivo hay unos elementos importantes que se necesitan.

El niño tiene que *respirar* para seguir con vida.

También, necesita *alimento* apropiado para su edad y su capacidad.

Para llegar a la madurez, la *salud* física es importante. Un niño enfermizo siempre se desarrolla con limitaciones.

El *ejercicio* contribuye al desarrollo de una persona fuerte y con agilidad.

El ambiente positivo de una buena *familia* contribuye al desarrollo personal y social del bebé.

Al confiar en Cristo, Dios le da a uno vida nueva, vida espiritual. (Juan 3:3; 5:24) Existe una nueva relación con Dios como Padre (Romanos 8:14-16), nuevos intereses en conocerlo (Filipenses 3:7-11), nuevas perspectivas para entender la vida (Colosenses 3:1-17), nuevas fuerzas para obedecer lo que Dios nos pide (Filipenses 2:12, 13) y un nuevo ambiente social de personas que también ama a Cristo (Hebreos 10:24,25).

La respiración corresponde a la *oración*, la expresión libre del corazón comunicándose con Dios (Mateo 6:9-13; Hebreos 4:14-16). Uno puede orar como si fuera con la respiración.

El alimento espiritual viene de la *Biblia*, la Palabra de Dios que tiene tanto leche (1 Pedro 2:1,2) como comida sólida (Hebreos 5:13, 14), alimento apropiado para cada persona.

La buena salud se mantiene por *obedecer* lo que Dios nos pide (Miqueas 6:8), *confesar* nuestros pecados (1 Juan. 1:7.10) y *cambiar* nuestras actitudes y acciones (Colosenses 3:12-17).

El ejercicio se hace al *resistir* la tentación a hacer lo malo (Santiago 1:12). Al *hablarles* a otros de Cristo, tomamos pasos de fe (Mateo 28:29-31, 20; Hechos 1:8)

Buscar la compañía de otros que también siguen a Cristo nos provee el apoyo de una *familia* de fe (Gá. 6:10).

