

Dios Su Menú

Na diferente okashon, i dor di diferente medio, Dr. Octavio Cervantes a ekspresá su preokupashon pa e klase di kuminda ku nos tin kustumber di kome. E médiko aki, investigando i opservando pa mas ku 20 aña, a produsí un lista di kuminda ku ta pèrhudisial pa salú di hende, partikularmente salú di muchanan chikitu, inkluiendo esnan ku no a nase ainda.

Molusko ta forma parti di su lista di kumindanan pèrhudisial: kreft, kangreu, kabaròn, koncha, karkó, mòsel, sekát, uster. Esakinan ta okashoná hopi problem ku alergía. Dr. Cervantes tambe ta deskurashá komementu di turtuga, kolebra di awa, i vários piská: buní, masbango, mulato, sardinchi, bakiou, i tribon.

E lista ta inkluí vários bestia ku mayoria di nos tin fis pa kome, manera kabai, buriku, pushi, kachó, kangarú, konènci, sapu, i kolebra. Ma Dr. Octavio Cervantes no ta keda sin mensioná un bestia ku hopi di nos ta kome ku smak, esta yuana. E sòpi di yuana ku nos ta kere ta duna forsa, di bèrdat ta pèrhudiká nos salú a lo largo. Sanger ta un otro kuminda ku e médiko aki ta insistí ku nos mester eliminá di nos dieta diario.

Ma e bestia ku ta "e enemigu number 1 di salú," segun Dr. Cervantes, ta porko. Pa presevá bo salú, e ta boga pa eliminá tantu e karni di porko komo tur produkto derivá di e bestia aki for di bo menú. Segun su kalkulashon, si tur hende na nos isla stòp di kome karni di porko, esei lo redusí e demanda pa konsulta médiko diario pa 60%! Dr. Cervantes ta yega na e konklushon aki pasobra den nos komunidat e motibu prinsipal ku hende ta bishitá nan médiko ta pa motibu di iritashon, i esaki ta kousá pa gran parti dor di karni di porko.

Diferente kuminda derivá di karni di porko ku mester ser eliminá ta ham, mortadèl, spam, wòrs, spèki, sosèshi, hòtdòg, pòrchòp, spèreps, sùlt, i rabu. I Dr. Cervantes ta boga pa evitá res, un produkto di porko. Esaki ta difisil pasobra hopi panaderia i restorant ta usa res. Eiskrim tambe por kontené res.

Ta bon pa evaluá bo menú i tuma pasonan konkreto (maske por ta penoso) pa baha man na kuminda ku Dr. Cervantes i otro médiko ta deskubriendo ta pèrhudiká bo salú, i remplas'é ku alimentashon saludabel.

Ta notabel ku e lista aki no a originá ku médikonan di awendia. Beibel a preskribí un menú kasi identiko 3.000 aña pasá. Esun ku a krea nos, sa kiku nos mester kome pa mantené nos salú.

Den Lei di Moises (Levítiko 11), Dios a pèrmití Israel di kome solamente animalnan ku ta "herkauwer" i tin pata partí na dos. Esei ta ekskluí entre otro porko. Dios a pèrmití nan pa kome solamente piská ku tin hala i skama. Esei ta skrap tribon, kreft, èts. di e lista di kuminda. Pa loke ta trata paranan, Dios a lista sierto para ku ta prohibí, partikularmente e kategoria di "roofvogel." Ademas, Lei di Moises a prohibí komementu di rèptil i insektonan ku eksepshon di sierto tirakochi.

Ma segun Skritura, e mandamentunan aki no ta na vigor mas. Kristu a kumpli ku lei, i p'esei awendia nos tin libertat pa kome kualké kuminda. "Tur loke Dios a krea ta bon, i nada no ta di despresiá si hende kom'è ku gradisimentu" (1 Timoteo 4:3-4).

Ma tin un eksepshon; un kuminda ku Dios a prohibí tur hende di tur era di kome. El a duna e prohibishon aki miles di aña promé ku Lei di Moises a eksistí (Génesis 9:4), den e Lei di Moises mes (Levitiko 3:17; 7:26; 17:10-14; 19:26; èts.), i despues ku Lei di Moises no tabata na vigor mas (Echunan 15:20,29; 21:25). E prohibishon ei ta regardá e komementu di sanger.

Maske e mandamentunan ku ta regardá kuminda no ta na vigor mas, tòg ta sabí pa evitá di kome loke Dios a prohibí. Méskos ku hopi otro mandamentu den Lei di Moises, ta un echo probá pa médikonan awendia, ku obediensia na e leinan aki ta resultá den mihó salú. Esei pa kolmo ta presis loke Dios a primintí: "Si bo paga bon tinu na bos di SEÑOR bo Dios...i warda tur Su statutonnan, lo Mi no laga ningun dje malesanan ku Mi a pone riba e egipsionan bin riba bo; pasobra Ami, SEÑOR, ta bo Sanadó" (Exodo 15:26). Pues, awendia, maske nos no ta bou Lei di Moises, nos lo tin mihó salú si nos kome segun Dios Su menú.