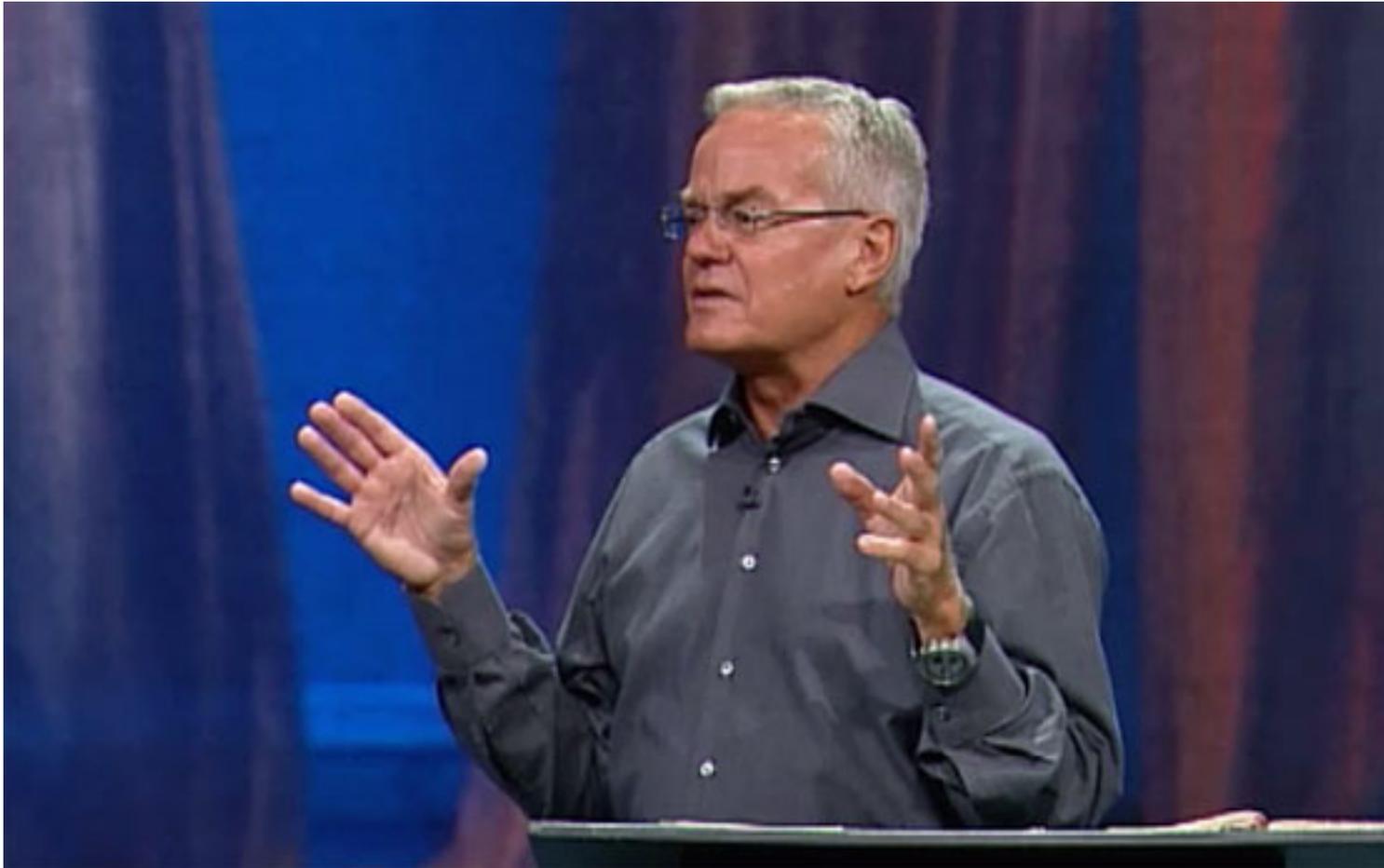


**Bill Hybels, el conocido pastor, escritor y conferenciante de la iglesia Willow Creek, emprende una cruzada contra la mala alimentación de los cristianos, tratándolo como una “cuestión de discipulado”.**



*Bill Hybels*

(EEUU, 25/08/2014) El pastor y escritor Bill Hybels acaba de lanzar su nuevo libro, "*Simplifícate: Diez Prácticas para Descongestionar tu alma*", donde se anima a la gente a llevar vidas más saludables, incluyendo el cuidado de nuestro cuerpo físico.

Hybels, compartió diferentes técnicas para pasar de "agotado a energizado" y otros cambios del estado y la mente. Él reveló que es un seguidor de la *dieta paleolítica* para el bienestar físico.

Este es un moderno régimen dietético conocido como "dieta paleolítica" (*paleodieta*), también conocido como

**dieta del hombre de las cavernas**

. Dicha dieta se centra en el uso de los alimentos disponibles en esa época y se compone principalmente de carne, pescado, frutas, verduras, frutas secas y raíces. Asimismo excluye granos, legumbres, productos lácteos, sal, azúcares refinados y aceites procesados.

El pastor de Willow Creek Community Church sigue una forma modificada de la dieta; come principalmente frutas, carne, frutas secas y verduras.

## UN ASUNTO DEL QUE NADIE HABLA EN LAS IGLESIAS



Hybels dijo a Charisma News en una entrevista publicada la semana pasada, que aunque se conocen los beneficios de una dieta adecuada, la alimentación saludable no se discute a menudo en la iglesia.

“El apóstol Pablo dice en uno de sus escritos, “Glorifica a Dios con tu cuerpo”, recordó. “Los seguidores de Cristo, líderes o no líderes, están destruyendo sus cuerpos por su poca actividad, su mala alimentación, la falta de descanso, y nadie habla de ello, nadie piensa que

hay un problema de disciplado aquí”.

En el 2012 la American Journal of Preventive Medicine predijo en un estudio que, **para el año 2030, casi la mitad de la población estadounidense será obesa**, lo que lleva al aumento de los costos de atención de salud y una menor calidad de vida.

Un estudio de la Universidad de Purdue realizado en el 2006 encontró que **los bautistas tienden a ser el grupo religioso más pesado con una tasa de obesidad del 30%**. En comparación con los judíos, que tienen una tasa de obesidad uno por ciento, mientras que los budistas y los hindúes eran sólo el 0.7% de obesos.

## UN PROBLEMA CULTURAL

El pastor Hybels dijo que esto es un comportamiento culturalmente comprensible, pero es destructivo y no debe ser tolerado.

“Yo digo, ‘El cuerpo es el templo del Espíritu Santo.’ ¿Por qué decimos que eso es imperativo y no se aplica a nosotros?”, resaltó el escritor.

Fuente: Noticiacristiana.com | Adaptado por [Actualidad Evangélica](#)