



Número 32



Fechas importantes:

- ▶ **17 de diciembre**, reunión de graduación de este semestre.
- ▶ **1 de enero**, fecha límite para enviar solicitudes nuevas.
- ▶ **6 de febrero**, comienza el primer semestre del 2017.

PARA MÁS INFORMACIÓN,
Visite: www.etcmx.org
e-mail: oficina@etcmx.org
Llame: (55) 8501-8776

ALIENTO—Para correr la carrera

*Hay una carrera hoy, ¡Aleluya!
Y la forma de poder ganar. [...]
Gracia da para correr, ¡Aleluya!
Y se obtiene al mirarlo a Él.*

*¡Sí, mirad! ¡A Él mirad!
¡A Jesús sólo hoy mirad!
Y atrás no mires más, ¡Aleluya!
¡Deja todo y mira sólo a Él!*

Himnos, #302 (1 y 5)

Sus oraciones y las de la iglesia son muy apreciadas. Les pedimos que oren por:

1. Más jóvenes que vengan por un corto plazo este semestre, que el Señor los traiga de toda la región de México, Centroamérica y el Caribe.
2. Que el Señor haga "correr" las buenas nuevas del ETC en México para el beneficio de todos los santos en las iglesias en la región.
3. Que cada uno de los que participan en el ETC entren en la realidad del Cuerpo de Cristo.
4. El equipo de especialistas en diseño y construcción del nuevo edificio.

Un VIDEO sobre:
"Un día en la vida de entrenamiento"

¡VÉALO en
www.etcmx.org!

Desde el ministerio
en cuanto al ETC

Llevar una vida saludable

“En séptimo lugar, debemos aprender a llevar una vida saludable [...] En mi juventud nunca recibí orientación en cuanto a cómo [...] tener una buena salud [...] Después de esto, estuve gravemente enfermo de tuberculosis. Había arruinado mi cuerpo hasta ese grado [...] Les mencionaré aquí algunos puntos sencillos, con la esperanza de que todos los podamos recordar [...] los he practicado la mayoría del tiempo y, por eso, hasta hoy continuo muy saludable. Además, ustedes deben hacer al menos media hora de ejercicio cada día. Cualquier clase de ejercicio es provechoso. Ustedes pueden practicar boxeo con un contrincante imaginario, o pueden salir a correr o a caminar. Además, no es necesario ceñirse a tantas reglas; simplemente mueva su cuerpo un poco. Después de comer, saque unos diez minutos para caminar. Caminar es de hecho el mejor ejercicio. Yo dedico al menos media hora para caminar cada día. Cada vez que no me siento bien, me paro y salgo a caminar un poco, y después de quince minutos vuelvo a sentirme bien [...] Por último, por causa de nuestra salud física, no debemos tener altercados”. *La economía de Dios y el misterio de la transmisión de la Trinidad Divina*, págs. 170-174

*Noviembre, 2016

*No sale en julio ni enero

TESTIMONIOS de los que corren perseverantemente:

- ¿O ignoráis que vuestro cuerpo es templo del Espíritu Santo? (1 Co. 6:19a) Durante el entrenamiento he recibido la ayuda para comer bien e ingerir suficientes líquidos para tener una larga vida—D. L.
- Como mayordomo del Señor he aprendido a cuidar de mi cuerpo, comer saludable en toda manera posible, a fin de guardar el testimonio de nuestro Señor Jesús. He aprendido a ejercitar mi espíritu a fin de que mis días en esta tierra puedan prolongarse y pueda ser de utilidad en las manos del Señor—I. E. C.
- Si, pues, coméis o bebéis, o hacéis cualquier otra cosa, hacedlo todo para la gloria de Dios (1 Co. 10:31). En el ETC he experimentado que puedo hacerlo todo para la gloria de Dios; comer saludablemente y adecuadamente en las porciones apropiadas, hacer ejercicio mínimo tres veces cada semana y dormir las horas que mi cuerpo necesita. Gracias al Señor aquí recibimos orientación para llevar y tener una vida saludable en pro de los intereses de nuestro Amado—C. L.
- Al estar más saludable estoy más atento a las clases y más activo para las diferentes tareas, pero sobre todo a estar más abierto a Él ya que por medio de permanecer poco a poco en esta Persona maravillosa me ha restringido y sigue restringiéndome en la salud y otras áreas—G. T.
- He adquirido la práctica de salir a correr 4 días a la semana por 30 minutos junto con mis compañeras, tomar agua, dormir 8 horas al día y comer frutas y verduras todos los días. Esto me ha ayudado a rendir más en cada clase y actividad que tenga que realizar—S. R. A.
- Hacer ejercicio es muy importante, ya que mantiene el cuerpo saludable y vigorizado. El ejercicio y la alimentación me mantienen activo y listo para poder servir al Señor—S. C.

PEPITAS DE ORO: ¡CORRIENDO CON PERSEVERANCIA!

“Corramos con perseverancia la carrera que tenemos por delante”, He. 12:1.

La vida cristiana es una carrera. Después de ser salvos, todos los cristianos deben correr la carrera para ganar el premio, no para obtener la salvación en un sentido común, sino un galardón en un sentido especial. El apóstol Pablo corrió la carrera y ganó el premio. (Nota 5 de He. 12:1)



¡CORRIENDO
POR



EL PREMIO!

He. 12:1;
1 Co. 9:24

¡VENGA POR UN TIEMPO CORTO, DE AL MENOS UNA SEMANA, AL ETC! ¡LE INVITAMOS!
¡Participe de un pre-sabor del ETC!

Para preguntas y ver cuáles fechas puede venir llame o escriba a oficina@etcmx.org