



EL TEMPLO DEL ESPÍRITU SANTO

TEMA 19

EN LA BIBLIA, LA SALUD ES TAMBIÉN UN ASUNTO ESPIRITUAL



DIOS DEJÓ UN MENSAJE PARA
QUE TUVIÉSEMOS VIDA EN

ABUNDANCIA

1 CORINTIOS 10:31

**SI, PUES, COMÉIS O BEBÉIS O HACÉIS OTRA
COSA, HACEDLO TODO PARA LA GLORIA
DE DIOS.**





SOMOS LO QUE
COMEMOS



DIOS PIDE QUE CUIDE SU CUERPO Y LO
MANTENGA LIMPIO, PARA SER TEMPLO DEL
ESPÍRITU SANTO

ÉXODO 15:26

LES DIJO: «SI ESCUCHAS ATENTAMENTE LA VOZ DE JEHOVÁ TU DIOS, Y HACES LO RECTO DELANTE DE SUS OJOS, DAS OÍDO A SUS MANDAMIENTOS Y GUARDAS TODOS SUS ESTATUTOS, **NINGUNA ENFERMEDAD** DE LAS QUE ENVIÉ SOBRE LOS EGIPCIOS **TRAERÉ SOBRE TI**; PORQUE **YO SOY JEHOVÁ, TU SANADOR.**

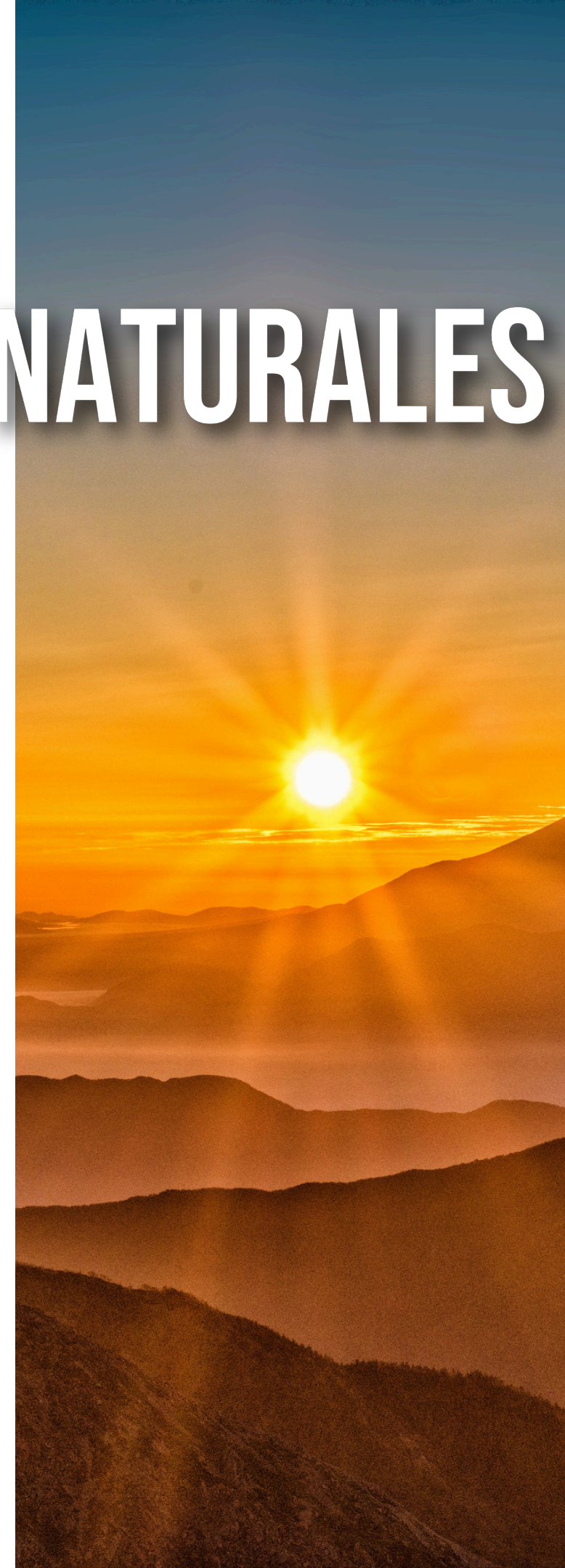
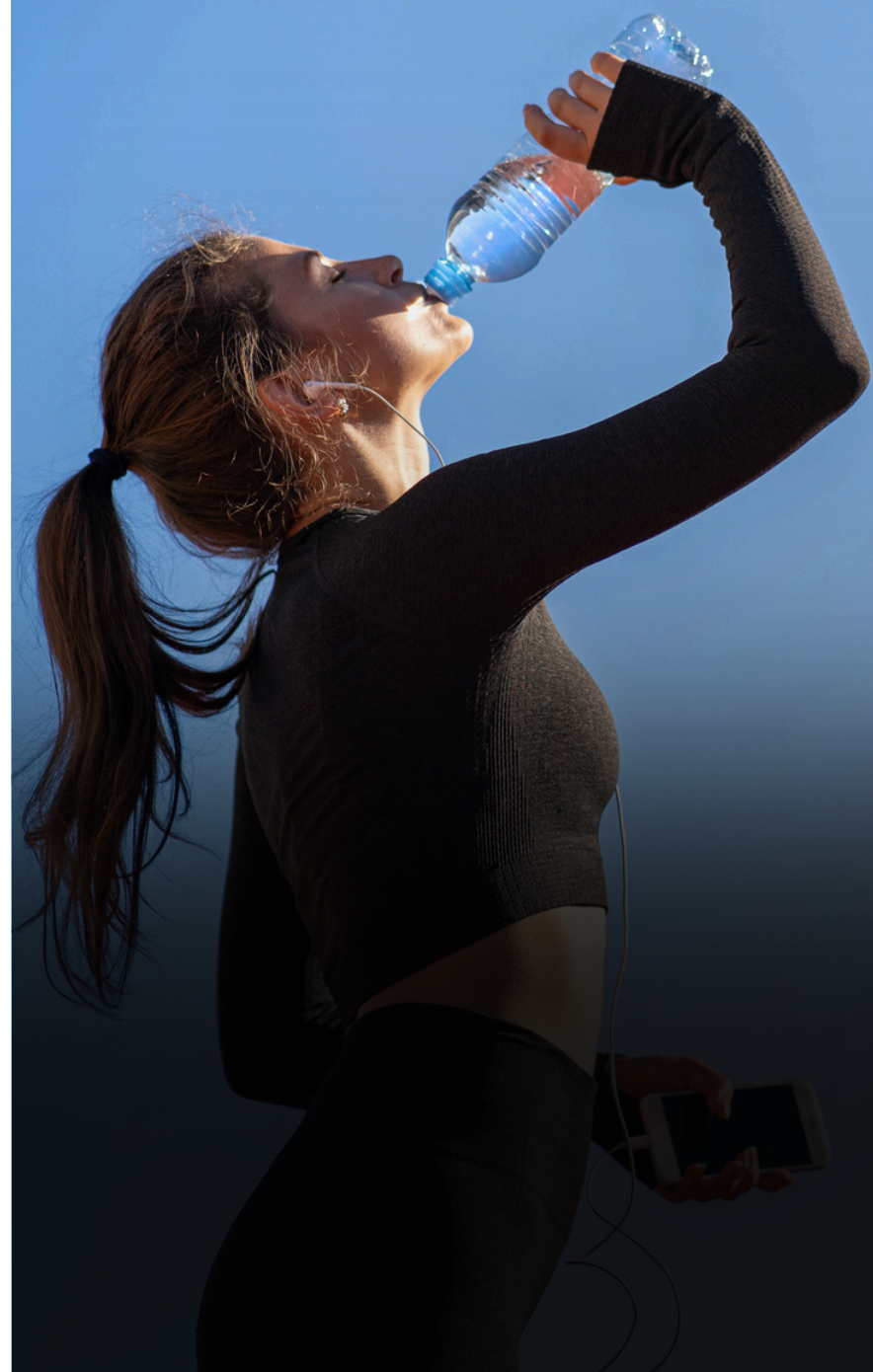


A top-down view of various fruits including a yellow bell pepper, a bunch of red grapes, a yellow lemon, and a green lime, all resting on a light-colored wooden surface with a visible grain. The text is centered over the lower half of the image.

**LAS LEYES DE DIOS SOBRE LA
SALUD SON ATEMPORALES**



8 REMEDIOS NATURALES



DESCIERANDO
EL FUTURO



1. RELACIONAMIENTOS DE **AMOR**



DIOS NOS CREÓ

PARA RELACIONARNOS CON ÉL

A young woman with dark hair is smiling and looking upwards, with a white towel draped over her shoulders. She is wearing a grey athletic tank top. The background is a soft-focus green, suggesting an outdoor setting. The text '2. EJERCICIO FÍSICO' is overlaid on the right side of the image.

2. EJERCICIO FÍSICO

A man with a beard is lying down, looking up, wearing a light blue button-down shirt. In the background, a round white table holds a meal with a bowl of soup, a glass of water, and some bread. The scene is dimly lit with a warm, orange glow.

NO FUIMOS CREADOS PARA EL
SEDENTARISMO



PREVIENE ENFERMEDADES

MEJORA LA CALIDAD DE VIDA

PREVIENE LA DEPRESIÓN

AUMENTA LA FUERZA FÍSICA

FORTALECE EL SISTEMA CARDIOVASCULAR

MEJORA LA SALUD ÓSEA

AUMENTA LA CALIDAD DEL SUEÑO

REDUCE EL DOLOR CRÓNICO

PROMUEVE SENSACIÓN DE BIENESTAR

DESCIFRANDO
EL FUTURO

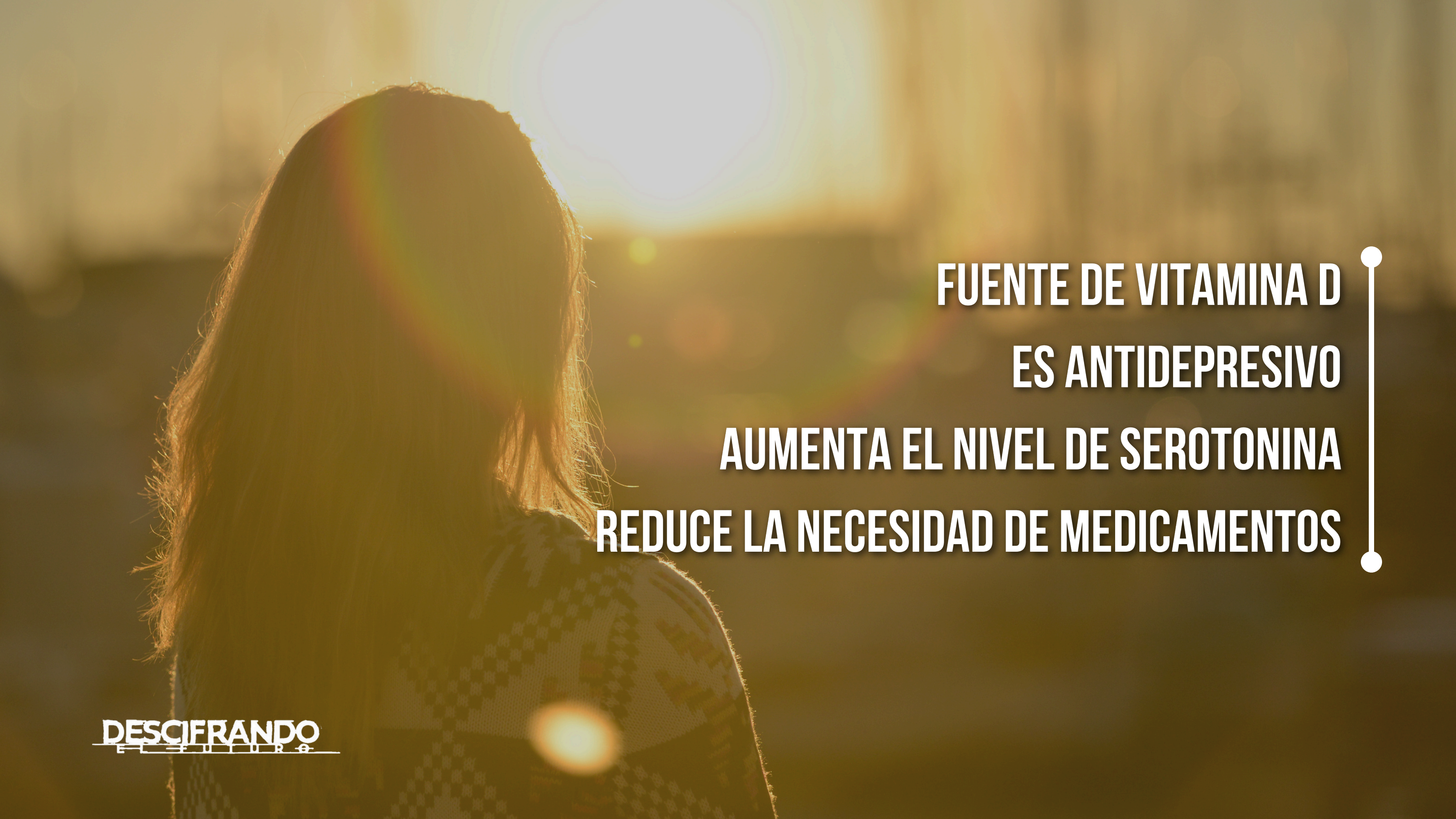
3. AIRE FRESCO

FORTALECE EL SISTEMA INMUNOLÓGICO
MEJORA EL FUNCIONAMIENTO DEL SISTEMA DIGESTIVO
AYUDA A LA CIRCULACIÓN DE LA SANGRE
DESARROLLA EL PROCESO DE LA MEMORIA
AYUDA CON EL PENSAMIENTO RÁPIDO Y LOS REFLEJOS



4. LUZ SOLAR





**FUENTE DE VITAMINA D
ES ANTIDEPRESIVO**

**AUMENTA EL NIVEL DE SEROTONINA
REDUCE LA NECESIDAD DE MEDICAMENTOS**

5. REPOSO

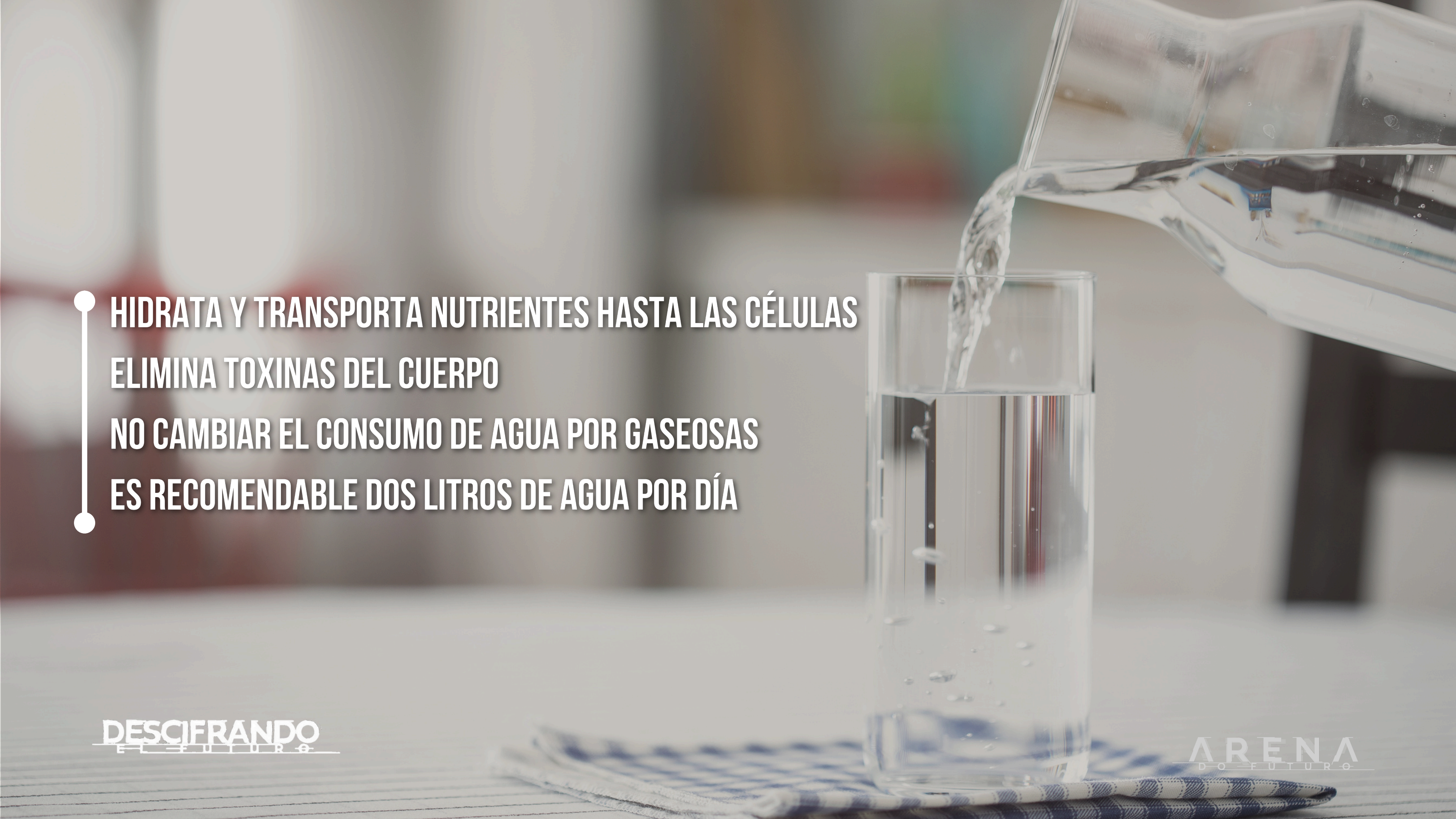
DIARIO Y SEMANAL

LA EXPOSICIÓN DIGITAL EN EXCESO ALTERA NUESTRA CAPACIDAD DE DESCANSO





6. AGUA



**HIDRATA Y TRANSPORTA NUTRIENTES HASTA LAS CÉLULAS
ELIMINA TOXINAS DEL CUERPO
NO CAMBIAR EL CONSUMO DE AGUA POR GASEOSAS
ES RECOMENDABLE DOS LITROS DE AGUA POR DÍA**

7. TEMPERANCIA





ABANDONE VICIOS Y HÁBITOS PERJUDICIALES A LA SALUD

PROVERBIOS 20:1

**EL VINO ES ESCARNECEDOR,
LA SIDRA ALBOROTADORA;
NINGUNO QUE POR SU CAUSA YERRE ES SABIO**





8. ALIMENTACIÓN

DIETA ORIGINAL DE DIOS
GÉNESIS 1:29

GÉNESIS 1:29

DESPUÉS DIJO DIOS: «MIRAD, OS HE DADO TODA PLANTA QUE DA SEMILLA, QUE ESTÁ SOBRE TODA LA TIERRA, ASÍ COMO TODO ÁRBOL EN QUE HAY FRUTO Y DA SEMILLA. DE TODO ESTO PODRÉIS COMER.





CARNES LIMPIAS CARNES IMPURAS LEVÍTICO 11

3 JUAN 2

AMADO, YO DESEO QUE TÚ SEAS
PROSPERADO EN TODAS LAS COSAS, Y QUE
TENGAS SALUD, ASÍ COMO PROSPERA TU
ALMA.





¡DIOS

QUIERE QUE SEAS FELIZ!

¡SIGA LAS ORIENTACIONES
QUE ÉL TE DA!

DESCIFRANDO
EL FUTURO