



God and Me: Bible Keys to Good Health
Deus e eu: Dicas bíblicas para a boa saúde

Obey God's Rules

If you obey all the decrees and commands I am giving you today, all will be well with you ... I am giving you these instructions so you will enjoy a long life. (Deuteronomy 4:40)

Obedeça às regras de Deus para a saúde espiritual

Se obedecerem a todos os decretos e mandamentos que hoje lhes dou, tudo irá bem com vocês ...e vocês terão vida longa. (Deuteronômio 4:40)



Eat Right

Not everything is good for you...So whether you eat or drink, or whatever you do, do it all for the glory of God. (1 Corinthians 10:23,31)

Do you like honey? Don't eat too much, or it will make you sick. (Proverbs 25:16)

Coma direito

Nem tudo traz benefícios...Portanto, quer vocês comam, quer bebam, quer façam qualquer outra coisa, façam para a glória de Deus. (1 Coríntios 10:23,31)

Se você encontrar mel, coma só o suficiente; não coma demais para não vomitar. (Provérbios 25:16)





Exercise Right

Lazy people will cause their own destruction. (Proverbs 21:25)

A wise man is strong; yea, a man of knowledge increases strength. (Proverbs 24:5)

Exercite-se direito

O desejo do preguiçoso o mata. (Provérbios 21:25)

Um varão sábio é forte, e o varão de conhecimento consolida a força. (Provérbios 24:5)



Sleep Right

When I go to bed, I sleep in peace,
because, LORD, you keep me safe. (Psalm
4:8)

God gives rest to his loved ones. (Psalm
127:2)

Durma bem

Em paz me deitarei e dormirei, pois tu,
Senhor, me guardas em segurança. (Salmo
4:8)

Deus dá aos seus amados o sono. (Salmo
127:2)



Maintain Positive Relations with Others

Show mercy to others. Be kind, humble, gentle, and patient. Don't be angry with each other, but forgive each other. (Colossians 3:12-13)

Mantenha um relacionamento positivo com os outros.

Vistam-se de misericórdia, de bondade, de humildade, de delicadeza e de paciência. Não fiquem irritados uns com os outros e perdoem uns aos outros, caso alguém tenha alguma queixa contra outra pessoa. (Colossenses 3:12-13)

Maintain a Positive Outlook

A cheerful heart is good medicine, but a broken spirit saps a person's strength. (Proverbs 17:22)

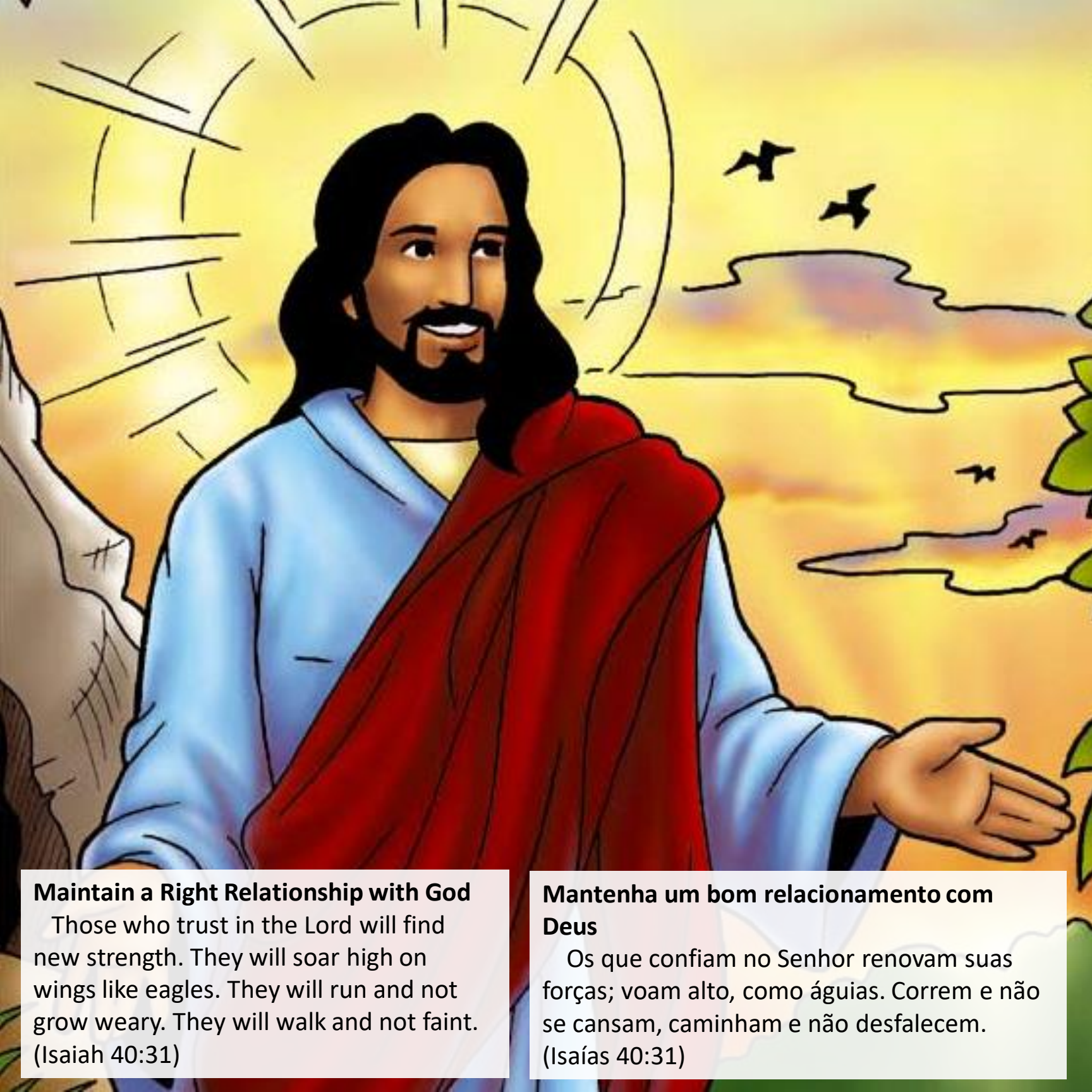
Fix your thoughts on what is true, and honorable, and right, and pure, and lovely, and admirable. Think about things that are excellent and worthy of praise. (Philippians 4:8)



Mantenha uma perspectiva positiva.

O coração alegre é um bom remédio, mas o espírito abatido consome as forças. (Provérbios 17:22)

Concentrem-se em tudo que é verdadeiro, tudo que é nobre, tudo que é correto, tudo que é puro, tudo que é amável e tudo que é admirável. Pensem no que é excelente e digno de louvor. (Filipenses 4:8)



Maintain a Right Relationship with God

Those who trust in the Lord will find new strength. They will soar high on wings like eagles. They will run and not grow weary. They will walk and not faint. (Isaiah 40:31)

Mantenha um bom relacionamento com Deus

Os que confiam no Senhor renovam suas forças; voam alto, como águias. Correm e não se cansam, caminham e não desfalecem. (Isaías 40:31)

www.freekidstories.org

Art © Aurora Productions; used by permission. Text courtesy of Activated magazine and The Bible.