



God and Me: Bible Keys to Good Health
Io e Dio: Soluzioni bibliche per una buona salute

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)

Obbedisci le regole di Dio per la salute spirituale

Osserva dunque i suoi statuti e i suoi comandamenti che oggi ti do, affinché abbia prosperità tu, e affinché tu prolunghi i tuoi giorni. (Deuteronomio 4,40)



Eat Right

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)

Mangia nel modo giusto

Sia dunque che mangiate, sia che beviate, sia che facciate qualche altra cosa, fate tutto alla gloria di Dio. (1 Corinzi 10:31)

Se trovi miele mangiane il necessario; se ne mangi troppo, dovrai vomitarlo. (Proverbi 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)

Fai esercizio fisico

I desideri del pigro lo portano alla morte. (Proverbi 21,25)

L'uomo saggio è pieno di forza, chi ha scienza accresce la sua potenza. (Proverbi 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)

Dormi le giuste ore

In pace mi coricherò e in pace dormirò,
perché tu solo, o Signore, mi fai abitare al
sicuro. (Salmi 4,8)

Ai suoi diletta Egli dà riposo. (Salmi 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)

Mantieni una relazione positiva con gli altri.

Vestitevi di sentimenti di misericordia, di benevolenza, di umiltà, di mansuetudine, di pazienza. Sopportatevi gli uni gli altri e perdonatevi a vicenda, se uno ha di che dolersi di un altro. (Colossesi 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)



Mantieni un punto di vista positivo

Un animo sereno favorisce la guarigione, uno spirito depresso toglie la vita. (Proverbi 17,22)

Prendete in considerazione tutto quel che è vero, buono, giusto, puro, degno di essere amato e onorato; quel che viene dalla virtù ed è degno di lode. (Filippesi 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)

Stabilisci una buona relazione con Dio

Tutti quelli che confidano nel Signore ricevono forze sempre nuove: camminano senza affannarsi, corrono senza stancarsi, volano con ali di aquila. (Isaia 40,29–31)

www.freekidstories.org

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