HIGIENE MORAL E FÍSICA III João 2

Este assunto tem muito que ver com o nosso êxito, nossa saúde, nossa influência, nossa aparência, nossa força física, mental e espiritual.

**I – Higiene Moral e Espiritual.**

1. Cuidado com os pensamentos.

a) Como o homem pensa, assim ele é. - Prov. 23:7.

b) Quanto ao mais, nisso pensai. - Filip. 4:8.

2. Cuidado com:

a) Os olhos. - I João 2:15, 16; Prov. 23:31-33.

b) Os ouvidos. - Mat. 13:16; Prov. 18:15.

c) A boca. - Sal. 141:3; Prov. 15:4.

Prov. 4:23.

P.P. 460: "Temos todavia uma obra a fazer a fim de resistirmos à tentação. Aqueles que não querem ser presa dos ardis de Satanás devem bem guardar as entradas da alma; devem evitar ler, ver, ou ouvir aquilo que sugira pensamentos impuros. A mente não deve ser deixada a divagar ao acaso em todo o assunto que o adversário das almas possa sugerir. 'Cingindo os lombos do vosso entendimento', diz o apóstolo Pedro, 'sede sóbrios, ... não vos conformando com as concupiscências que antes havia em vossa ignorância; mas, como é santo Aquele que vos chamou, sede vós também santos em toda a vossa maneira de viver.' I Ped. 1:13-15."

**II – Higiene Física.**

Perder a saúde é perder a coisa mais importante, depois do caráter.

1. Higiene interna.

a) Nossa alimentação.

(1) A comida. - Gên. 1:26.

(2) A bebida-água. - I Cor. 10:31.

b) Nosso sangue e eliminação. - Gên. 9:44; Lev. 17:11,14.

2. Higiene exterior.

a) Nosso corpo – Templo de Deus.

(1) Cristo engrandecido. - Filip. 1:20.

(2) Tem que ver com sal. - I Cor. 9:27.

(3) Um corpo vivo. - Rom. 12:1.

b) Nossa roupa (sinal do pecado).

(1) Vestidos de salvação. - Isa. 61:10.

(2) Não ricamente vestidos. - Mat. 11:8.

c) Nossa casa: (onde moramos).

(1) "Qual é minha casa?" - II Saiu. 7:18.

(2) "Que viram em tua casa". - II Reis 20:15.