



“La salud que solo Dios puede dar”

Más cerca de la Dios

Por: Psic. Ninfa Palomec Velásquez/Asoc. Istmo, Énfasis en salud – sábado 5 de abril

Propósito: Conocer la salud en distintas áreas de nuestra vida, Dios es el único que puede dar una salud auténtica.

Sugerencia: Colocar el título en grande y alrededor del título colocar letreros o dibujos que muestren la salud mental, salud física, salud espiritual, salud social, salud emocional, salud general.

Cada participante puede llevar el letrero del área de la salud que le corresponda hablar (mental, física, etc.).

Servicio de canto (8:45 – 9:00)

Himno #3 “Unidos en espíritu”, #293 “¿Quieres ser salvo de toda maldad”, #349 “Gran gozo hay en mi alma hoy”.

Introducción

El ser humano busca obtener salud en general, que le permita tener una visión completa de bienestar en las diferentes áreas como la física, emocional, mental, social, familiar o económica, pero muchas veces olvida la salud espiritual, la cual, por regla general, se deja al último, a pesar de que esta es una de las más importantes para mejorar nuestra calidad de vida de manera significativa, por eso, en el programa de hoy vamos a recordar o conocer de qué manera nos proporciona mayor bienestar.

A) ACTIVIDAD CONGREGACIONAL 9:00 – 9:30

Bienvenida

La salud es un concepto complejo que abarca muchas dimensiones de nuestro bienestar, pero se complementa si decidimos llegar a tiempo al lugar adecuado con nuestro médico de médicos que es Cristo Jesús, quien en este momento nos da la bienvenida a la clínica de salud, y desea que cada uno de nosotros regale una sonrisa a la persona que está a nuestro lado.

Himno de alabanza

Alabar a Dios nos ayuda a mejorar nuestra **salud emocional**, ya que nos aleja del estado de ánimo triste y depresivo, por eso, juntos entonemos a una sola voz como el coro celestial el himno # 317. “En el hogar do nunca habrá”

Lectura bíblica

El estudio de la palabra de Dios nos reconforta y nos proporciona sanidad, leamos juntos la lectura bíblica que encontramos en 3ª. Juan 2.

Oración de rodillas

La buena **salud mental** es esencial para nuestra calidad de vida, pero puede verse afectada por diferentes factores, pero Dios por medio de la Biblia nos dice que, si un miembro padece, todos los miembros se duelen con él, y si un miembro recibe honra, todos los miembros con él se gozan. Vamos entonces a gozarnos en el señor agradeciendo de rodillas.

Nuevo horizonte

La buena **salud social** es importante para nuestro bienestar en general, ya que nos permite tener un sentido de pertenencia y conexión con los demás, lo cual puede reducir el estrés y mejorar nuestra salud mental. Escuchemos ahora el Nuevo Horizonte.



Himno de alabanza o canto especial

Desarrollar habilidades de manera constante nos permite tener un corazón y una mente sana, las investigaciones centradas en la música y su efecto en el cerebro han arrojado como resultado que estos efectos ayudan en el tratamiento de ciertas enfermedades como dolor crónico, Parkinson y enfermedades cardiovasculares, por eso les invitamos a alabar a Dios con gran alegría. Himno # 558

Misionero mundial

Contar nuestra experiencia de vida ayuda a nuestra **salud general** ya que otros pueden ver cómo obra nuestro Dios en nuestra vida, de qué manera nos da salud, cómo es que derrama sus bendiciones sobre nosotros, y cómo nos proporciona el bienestar que tanto anhelamos, por eso estemos atentos a la carta misionera.

Informe secretarial

La **salud física** no es solo ausencia de enfermedad, implica también la funcionalidad adecuada de nuestro organismo. Esto comprende la capacidad de realizar actividades cotidianas sin limitaciones físicas, la resistencia a las enfermedades y la capacidad de recuperarse frente a los traumas físicos. Por eso, veamos cómo está marchando nuestra salud como iglesia en el informe secretarial.

Repetición del versículo para memorizar de la semana

Salud espiritual significa tener una conexión con algo más grande que nosotros mismos, ese algo es nuestro Dios, y es a través del estudio diario de su palabra que podemos conocerle y conectarnos con él, cuando memorizamos versículos bíblicos mejora nuestra capacidad de encontrar significado y propósito de vida, además de que nos ayuda a vivir en armonía con los demás y con el mundo que nos rodea.

B) ACTIVIDAD EN EL GRUPO PEQUEÑO 9:30 – 10:10

Confraternización y registro de tarjeta
Repaso de la lección

C) ACTIVIDAD CONGREGACIONAL 10:10 – 10:45

Capacitación Primero la Misión
Crecimiento Integral
Clausura de Escuela Sabática

Himno final

Hay muchas personas que necesitan salud espiritual, es nuestro privilegio compartir con ellos la salud que gozamos como cristianos que esperamos la segunda venida de nuestro Dios, entonemos el himno # 568

Conclusión

Nuestra salud es importante, y así como vimos durante el programa, debemos tener un completo bienestar, es decir, una salud integral que considere todos los aspectos del ser humano, recordando y reconociendo que solo nuestro padre Dios nos puede ayudar día a día en este propósito, por tanto, busquémosle primeramente a Él. Si la salud espiritual tiene prioridad en nuestra vida, la salud mental y emocional podrían venir por añadidura y, a su vez, esto ayudará en la prevención de enfermedades físicas. Si practicamos los 8 remedios naturales, nuestra salud en general podría restablecerse o mantendremos bajo control algunas enfermedades crónicas con la ayuda de Dios.

Recordemos que la salud es un estado dinámico que cambia a lo largo de la vida influyendo factores ambientales, genéticos y de comportamiento, por tanto, el mantenimiento de la salud requiere un enfoque de toda la vida.

Oración final