Restaurando Mi Vasija



SEMANA 4
RESTAURANDO EL TEMPLO: SALUD Y PRESENCIA

Contenidos:

- El cuerpo como morada del Espíritu Santo
- Limpieza interior: cuerpo, mente y emociones
- Movimiento consagrado: Moviéndome en Cristo

Presentado por:

Alejandra Rodríguez Villegas
A SU IMAGEN

® Restaurando mi vasija
www.asuimagenalerodriguez.com

Propósito de la Semana

Consagrar el cuerpo como templo vivo del Espíritu Santo, aprendiendo a cuidarlo con hábitos de salud, nutrición y movimiento que honren la presencia de Dios en nosotras.

Esta semana no buscamos perfección corporal, sino presencia, orden interior y docilidad al Espíritu Santo, para que nuestra salud sea fruto del amor y no de la exigencia

Puntos Clave

EL CUERPO COMO MORADA DEL ESPIRITU SANTO

El cuerpo no es solo materia: es santuario, habitación sagrada, espacio donde Dios

LIMPIEZA INTERIOR

cuerpo, mente y emociones

MOVIMIENTO CONSAGRADO: MOVIÉNDOME EN CRISTO

El movimiento se vuelve oración cuando nace del amor. No nos movemos para castigarnos, sino para honrar la vida que Dios puso en nosotras.

® Restaurando mi vasija
www.asuimagenalerodriguez.com

VERDAD CENTRAL

Cuidar mi cuerpo no es vanidad ni exigencia, sino un acto de adoración.

Mi cuerpo es templo del Espíritu Santo; cuando lo cuido con amor, orden y gratitud, honro la presencia de Dios que habita en mí.



® Restaurando mi vasija
www.asuimagenalerodriguez.com

Raíz Espiritual

La esencia de nuestra transformación espiritual

"¿No sabéis que vuestro cuerpo es templo del Espíritu Santo, que está en vosotros y que habéis recibido de Dios, y que no os pertenecéis? Habéis sido comprados a gran precio: ¡Glorificad, por tanto, a Dios en vuestro cuerpo!"
1 corintios 6,19-20

nuestro cuerpo ya no nos pertenece porque ha sido redimido por Cristo. No somos dueños absolutos de nuestra vida corporal; somos custodios de un templo que Dios mismo ha elegido habitar.



® Restaurando mi vasija
www.asuimagenalerodriguez.com

DIGNIDAD SAGRADA

PROCESO

Dios no separa el cuerpo del espíritu, sino que creó a la persona humana como una unidad sagrada de cuerpo, mente y espíritu. Por eso, glorificar a Dios en el cuerpo significa vivir una espiritualidad encarnada, donde cada dimensión de la vida participa en la presencia de Dios.



® Restaurando mi vasija
www.asuimagenalerodriguez.com

Limpieza interior: cuerpo, mente y emociones

Así como Jesús purificó el templo, el Espíritu Santo nos invita a limpiar nuestro interior

Temas Clave

HIGADO

símbolo de purificación

INTESTINO

Puede manifestarse, símbolo de eliminación

MENTE

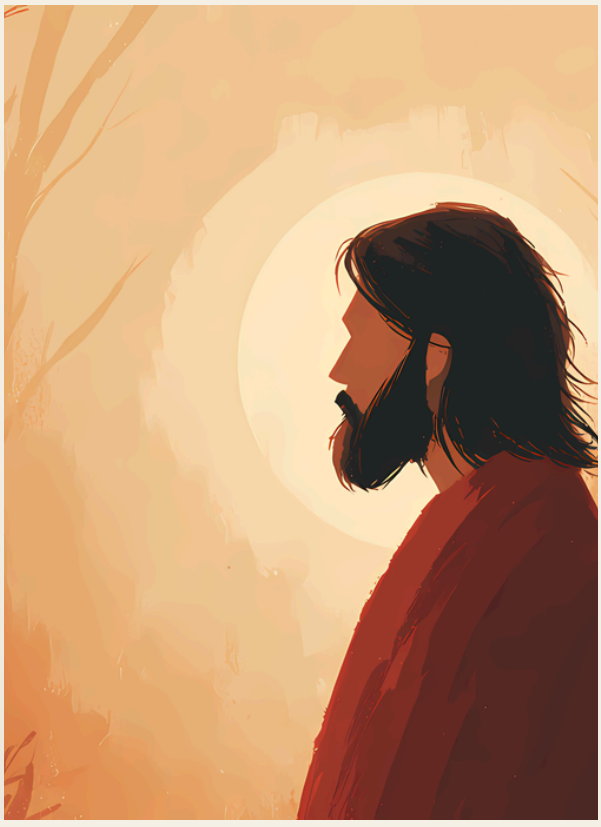
·centro del gobierno del alma

LA LIMPIEZA INTERIOR NO ES CASTIGO, ES RESTAURACIÓN. CUANDO SOLTAMOS EXCESOS FÍSICOS Y CARGAS EMOCIONALES, LA PAZ VUELVE A CIRCULAR.

Ejercicio Espiritual

Activación del cuidado amoroso

"Padre amado, Hoy consagro mi cuerpo como templo de Tu Espíritu. Renuncio al juicio, al abandono y a la autoexigencia. Recibo Tu presencia que habita en mí. Enséñame a cuidarme desde el amor y no desde la culpa. Que cada célula glorifique Tu nombre. En el nombre de Jesús, Amén."



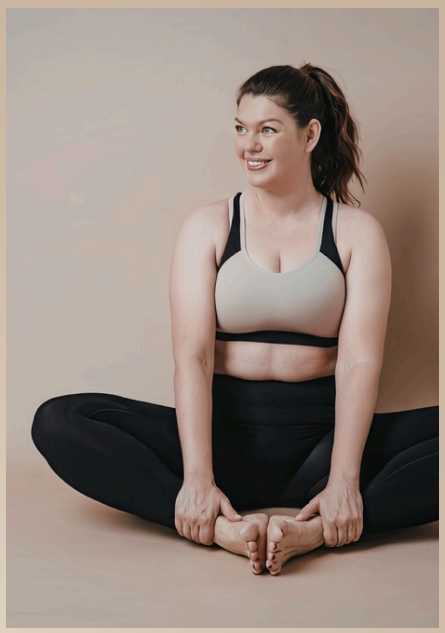
® Restaurando mi vasija
www.asuimagenalerodriguez.com

Movimiento consagrado: Moviéndome en Cristo

"Porque en Él vivimos, nos movemos y existimos."
(Hechos 17,28

El movimiento se vuelve oración cuando nace del amor. No nos movemos para castigarnos, sino para honrar la vida que Dios puso en nosotras.

Caminar, estirarte, bailar, nadar o ejercitarte puede ser un acto de adoración si lo ofreces conscientemente.



® Restaurando mi vasija
www.asuimagenalerodriguez.com

Proclamación de la Semana

Renovar la mente y transformar el cuerpo

> “Mi cuerpo es templo del Espíritu Santo. Lo honro, lo cuido y lo consagro con amor. Camino, respiro y me muevo en Cristo. Hoy vivo en equilibrio, presencia y gratitud.”

Escucha y proclama el material que te deje en la seccion de Proclamaciones



Momento Selah

Restaurar la mirada.

Haz silencio. Respira profundo. Coloca una mano sobre tu corazón

Di en tu interior:

“Espíritu Santo, habita en mí. Mi cuerpo es Tu morada.”

Permanece unos instantes recibiendo Su paz.



® Restaurando mi vasija
www.asuimagenalerodriguez.com