

A REFORMÁCIÓ

53. évfolyam 6. szám

Hírnöke



AZ
EGÉSZSÉGÜGYI
ÜZENET

Áldás a
gyülekezetnek
és a világnak

Imaheti felolvasás, 2012. November 30 – December 9.

A REFORMÁCIÓ

Hírnöke

53. évfolyam 6. szám

Tartalomjegyzék

- 1. A gyógyítás és a szombat**
A Nagy Orvos megállapításai a lelki betegségekről. 4
 - 2. A Nagy Orvos**
Isten iránti szeretetünk kifejezi a mások iránti szeretetünket is. 8
 - 3. Indulataink és egészségünk**
A lelki vakoknak szóló mai üzenet szorosán közel áll az efézusi gyülekezetnek adott üzenethez. 12
 - 4. A vegetarianizmus a mai társadalomban**
Keresztényi buzgalmunk megújításának különböző lehetőségei. 17
 - 5. A tökéletes bizalom**
Isten azt szeretné, ha a keresztényi szeretet melegtől lángolna szívünk. 21
 - 6. A tények szemléltetésének előnyei**
A krisztusi szeretetre van szüksége a gyülekezetnek ahhoz, hogy meg bírja mozgatni a világot. 24
 - 7. Örökéletre szóló gyógyítás**
Összefoglalás: Hogyan szerezhetjük vissza az elvesztett első szeretetet? 29
- Vers - Légy Azért** 32



Nagyon hálásak lehetünk az egészség hatalmas ajándékáért. Nem egy olyan kincs ez, ami eleve jár nekünk. A világban ma sokan rettegnek a régi idők félelmetes betegségeitől. Némelyek siralmas fájdalmonak mennek keresztül hirtelen fellépő kíméletlen egészségügyi problémák miatt. Másoknak nap mint nap a nyomasztó, idült betegségek sötét felhőjén kell átküzdeniük magukat, megfosztva minden életörömtől őket.

Imaheti felolvasásunk az egészség megújításáról szól. A megújítás annyit tesz, mint megfiatalodni. Az ifjúság virágzása és frissessége idején szervezetünk új. Általában az új dolgok sokkal jobban működnek. Isten akarata szerint való, az ellenálló, erős és fájdalomtól mentes test, amely a megelevenítő és bennünk lakozó Szentlélek teljességének temploma lehet.

Hogy könnyebben megvalósulhasson ezen cél, ezért irgalmából Urunk az egészségügyi reform üzenetét adta, hogy javunkra szolgáljon. Segíteni szeretné az emberiséget, hogy meggátolja vagy megkönnyítse szenvedéseinket. Imaheti felolvasásunk alkalma ezen csodálatos áldást kívánja elősegíteni

Kérünk benneteket, hogy a magányosan, elszigetelten élő hívőkhöz is juttassátok el a kiadványt – még inkább a betegekhez – bátorítva őket látogatásokkal és imáttal. Viszont az alábbiakról se felejtkeztek el:

- **DECEMBER 8, SZOMBAT: IMA ÉS BÖJT NAP.**
- **DECEMBER 9, VASÁRNAP: ADAKOZÁS ÚJ MISSZIÓ TERÜLETEKRE.**

Bízunk benne, hogy az Imaheti felolvasás egy különleges alkalom lesz az egészség megfiatalításához, mind önmagunk, mind mások számára, hogy így együttesen emelkedhessünk fel Isten Bárányának áldozatával, és a Nagy Orvos az Ő sebeivel gyógyíthasson meg!

A Hetednap Adventista Reformmozgalom Hivatalos Gyülekezeti Kiadványa

„A kor amelyben élünk megújító tevékenységre szólít.”
— Bizonyágítételek, 4. kötet, 488.

Szerkesztő: D. P. Silva
Szerkesztői munkatárs: B. Montrose
Tervezők: B. Balbach,
G. Melynychuk,
D. Lee

A kiadvány eredeti címe:
THE REFORMATION HERALD®
(ISSN 0482-0843)

A kiadvány írásai a Biblia tanításain keresztül gyarapítja azok lelki életét, akik szeretnék jobban megismerni Istent.

Angol nyelven kiadja: Seventh Day Adventist Reform Movement General Conference, P. O. Box 7240, Roanoke, VA 24019, U.S.A. **Web:** <http://www.sdarm.org> **e-mail:** info@sdarm.org

Nyomtatta és terjeszti:

Hetednap Adventista Reformmozgalom
Magyarországi Területe. 2146
Mogyoród, Gödöllői út 201.
www.hnarm.hu, e-mail: info@hnarm.hu
Tel: 30/697-2610

Nyomatás készült: Editura Păzitorul

Adevărului Str. Morii, Nr. 27. 505200,
Făgăraș - Jud. Brașov
Tel. 0268 213714, Fax 0268 214111,
www.azsmr.ro, e-mail: info@azsmr.ro
ISSN 1222-8532

Illusztrációk: Advent Digital Media 4,15, old. Design Pics 26, old; Dreamstime 22, old. Getty images 7, 12, 17, old; istock.com 1,2, old; RF123 3, 12, 21, 22, 24,old. SermonView 8, 10, 29–32, old.

Az egészségügyi üzenet

ÁLDÁS A GYÜLEKEZETNEK ÉS A VILÁGNAK

Igy olvashatunk Megváltónkról: „Bejárá Jézus az egész Galileát, tanítva azok zsinagógáiban, és hirdetve az Isten országának evangéliomát, és gyógyítva a nép között minden betegséget és minden erőtlenséget” (Máté 4:23).

Ezzel az igével összhangban Jézus munkája három fontos részre osztható:

- Tanítani
- Igét hirdetni
- Gyógyítani

Lukács, a szeretett orvos, aki nagy figyelemmel kísérte az egészségügyi dolgokat, Krisztus számcsodáját feljegyezte, amit az emberek gyógyítása érdekében hajtott végre. Semmi kétség afelől, hogy ezek a gyógyítások megannyi ajtó kinyitottak, hogy Krisztus beszélhessen Isten országának evangéliumáról.

„Az Üdvözítő házról házra járt, betegeket gyógyított, bánkódókat vigasztalt, szenvedőket nyugtatott meg és lesújtottakat emelt fel.” – *Apostolok Története*, 248.

Nem véletlen, hogy a „beteget gyógyított” kifejezés az első a felsorolásban. Tény, hogy Krisztus a gyógyítás szolgálatát, mint erős hasító éket használta fel, hogy az embereket elérhesse az örök megváltás üzenetével. Sokkal több időt használt fel az emberek testi betegségek gyógyítására, mint az ige-

hirdetésre. Akik ily módon megtapasztalták gyógyító erejét, azoknak megnyílt szívük a megváltás becses jó hírének elfogadására.

„Az egészségügyi reform elvei ott található Isten szavában. Az egészség evangéliumát szigorúan hozzá kell kapcsolnunk az ige-szolgálathoz, melyet hirdetnünk kell a világnak. Az Úr terve az, hogy az egészségügyi reform gyógyító hatása az örömhír hirdetésére kifejtett utolsó, nagyszerű erőfeszítésnek a része legyen.” – *Medical Ministry*, p. 259.

„Végezzünk egészségügyi misszió munkát, hogy lefegyverezzük az előítéleteket s meg tudjuk közelíteni az embereket, de nem csak egy-két helyen, hanem sokfelé, ahol eddig még nem hirdettük az igazságot. Dolgozzunk evangéliumi egészségügyi misszionáriusokként, hogy a megváltás üzenetével gyógyítsuk a bűntől beteg lelkeket. Ez jobban ledönti az előítéleteket, mint bármi más.” – *Bizonyságtételek*, 9. kötet, 143.

1863-ban az egészségügyi elvek világossága vitte el a hívőket a hármasszó angyali üzenethez. Huszonöt évvel a „Krisztus a mi igaz-

ságunk” üzenete előtt Isten rendkívüli oktatást adott az egészségügyi reformból. Ha Isten népe követte volna ezen világosságot, akkor sokkal jobban előkészültek volna arra, hogy megértsék az 1888-as üzenetet.

Imaheti felolvasásunk ebben az évben Urunk és Megváltónk, Jézus Krisztus példájára összpontosít a megszokottól eltérő módon. Kötelességünk, egyénenként, családonként, gyülekezeti tagokként, hogy kövessük azon világosságot, amit Isten az ő népének már oly régen megadott. Kétség nélkül ezen üzeneten keresztül szeretne Isten előkészíteni bennünket arra, hogy megértsük az örökkévaló evangélium széles voltát, amivel a Jelenések 18:1 versének angyala bevilágítja az egész világot, amely az Úrnak dicsősége. Kövessük hát ezen rendkívüli világosságot, amelyben Isten már oly sok évvel ezelőtt részesített bennünket!



TUE

WED

THU

3

4

5

6



10

11

12

13

14

A gyógyítás és a szombat

Összeállítás E. G. White írásaiból

Sokan vannak, akik megvallják Krisztust, de sosem válnak érett keresztényekké... Azt mondják, hogy semmi mást nem kell tenniük, csak hinni. Krisztus azonban ezt mondta: „Ha valaki jóni akar én utánam, tagadja meg magát és vegye fel az ő keresztyét, és kövessen engem” (Máté 16:24). Jézus megtartotta Isten parancsolatait, a farizeusok azonban kijelentették, hogy megtörte a negyediket, mert meggyógyított egy embert szombaton. Jézus ezzel a kérdéssel fordult a vádoló farizeusokhoz: „Szabad-e szombaton jót tenni, vagy rosszat tenni? az életet megtartani, vagy elveszteni? És kö-

rültekintve mindnyájukon, monda az embernek: nyújtsd ki a kezedet! Az pedig úgy cselekedett és keze oly éppé lón, mint a másik. Azok pedig elteltek esztelenséggel, és beszélgettek egymás közt, hogy mit cselekedjenek Jézussal?” (Lukács 6:9-11). Ahelyett, hogy ez a csoda meggyőzte volna a farizeusokat arról, hogy Jézus Isten Fia, haraggal töltötte el őket, mert a jelenlevők közül sokan dicsőíteni kezdték Istent. Jézus kijelentette, hogy kegyelmes cselekedete szombaton nem volt törvényellenes. A farizeusok viszont azt mondták, hogy törvényellenes volt. Krisztus ezt mondta: „Én megtartot-

tam az én Atyámnak parancsolatait, és megmaradok az ő szeretetében” (János 15:10). Teljes biztonsággal követhetjük tehát Krisztus útját anélkül, hogy megtörnénk a parancsolatokat. – Szemelvények, 1. kötet, 290-291.

Napjainkra szóló felhívás

Az igazi egészségügyi misszió munka elválaszthatatlanul összefügg Isten parancsainak megtartásával, melyek közül külön említi a szombatot, mert ez Isten teremtő tevékenységének emlékműve. A szombat megtartása összekapcsolódik az emberben az Isten erkölcsi képmásának helyreállítási munkájával. Ez az a szolgálat, melyet Isten

népének ma végeznie kell. Ha helyesen végezzük ezt a szolgálatot, gazdag áldásokat hoz majd a gyülekezetre. – *Bizonyságtételek, 6. kötet, 266.*

Az Úr szombatjának megtartóin az irgalmasság és jótékonyág gyakorlásának felelőssége nyugszik. Az orvosi misszió munka kapcsolódik az evangéliumhoz és Isten pecsétje van rajta. – *Welfare Ministry, p. 121.*

Segítsük a tétlen gyülekezeti tagokat!

Krisztus egyháza szolgálatra szerveződött. Jelszava a szolgálat. Tagjai üdvösségük Vezérének irányítása alatt küzdelemre kiképezendő katonák. A keresztény lelkészeknek, orvosoknak, tanítóknak szélesebb körű munkájuk van, mint ahogy azt sokan felismerik. **Nemcsak szolgálniuk kell az embereknek, hanem meg is kell őket tanítani szolgálni.** Nemcsak tanítaniuk kell a helyes elvekre, hanem ki kell képezniük hallgatóikat ezeknek az elveknek a továbbadására. **A meg nem élt, tovább nem adott igazság elveszti életadó képességét, gyógyító erejét. Áldása csak akkor tartható meg, ha másokkal megosztják.**

Isten iránti szolgálatunk egyhangúságát fel kell oldani. Minden gyülekezeti tag végezzen valamilyen szolgálatot a Mestérért. Egyesek nem tudnak oly sokat tenni, mint mások, de mindenki tegyen meg minden tőle telhetőt, hogy visszaszorítsa a világon végigsöprő betegségek és nyomorúság áradatát. Sokan szívesen dolgoznának, ha megtanítanák nekik, hogyan kezdjék el. Oktatni és bátorítani kell őket.

Minden gyülekezet legyen keresztény munkásokat kiképező iskola. Tagjaikat meg kell tanítani bibliaóra tartására, szombatiskolai osztályok vezetésére és tanítására, és arra, hogyan lehet a legjobban segíteni a szegényeken, gondot viselni a betegekről, és hogyan kell dolgozni a megtéretlenekért. Szükség van egészségügyi iskolákra, főzőtanfolyamokra és a keresztény segítő munka különböző ágaira. Nemcsak tanításra van szükség, hanem tapasztalt oktatók melletti tényleges munkára is. A munkát vezessék a tanítók, mások pedig mellettük tanulni

fognak példájukból. A példa értékesebb, mint sok szabály. – *A Nagy Orvos Lábnymán, 95. 96.*

A test, a lélek, és az értelem gyógyítása – mindenki munkája

A próféta-ság lelkének üzenete ma egy felhívás e nép számára, hogy teljes mértékben alakítsák át az egészségügyi misszió munkát, amely az egységesség kulcsa. Úgy tűnik, hogy az üzenetnek ezen része minden mással összekapcsolódik, és az üzenet teljessége megnyilatkozik a világ előtt Krisztus munkájához hasonlóan, ahogyan a gyülekezet minden egyes tagja, könyvárusa, bibliatanítója, tanára, alkalmazottja és lelkésze magára veszi Krisztus szolgálatát a világ előtt, tanítva és gyógyítva az Ő üzenetével. Az ápoló és az orvos már nem elégszik meg csupán a test gyógyításával, hanem dupla szolgálatot végez. A lelkész és a misszió munkás a lélek és a test szükségleteiért is dolgozik, és így a munka egy összevont egészségügyi missziómunkává válik.

„Elérkeztünk az időhöz, amikor minden gyülekezeti tagnak hozzá kell látnia az egészségügyi missziómunkához.” „Krisztus személyesen már nem fog szolgálni itt a földön, városokon, falvakon áthaladva, gyógyítani a betegeket. Ránk bízta, hogy folytassuk az orvosi missziós munkát, amit Ő elkezdett.” – *Loma Linda Messages, p. 37.*

Tanács az orvostanhallgatóknak

Az orvosi szakmában sokan kételkedők és ateisták, akik Isten munkája felébe emelik a tudomány istenét. Viszonylag kevesen vannak azok, akik belépve a világ orvosi egyetemére tisztán és szeplőtlenül jönnek ki onnan. Nem váltak emelkedettebbé, nemesebbé, tisztábbá. Az anyagi dolgok eltakarták a mennyieiket és örökkévalót. Sokak vallási meggyőződése és elve összekeveredett a világi szokásokkal és gyakorlattal, és a tiszta, szennyeletlen hit ritkává vált. Azonban minden tanuló kiváltsága, hogy ugyanazon szilárd, határozott, elvekkel menjen a főiskolába, mint ahogyan Dániel a babilóniai király udvarában, és tanulmányai alatt megtartsa becsületének fényét. Isten ereje és kegyelme mérhetetlen áldozattal szolgál, hogy az ember legyőzhesse

Sátán sugalmazásait és kísértéseit, és makulátlanul megálljon. Az élet, a szavak és a magatartás a legerőteljesebb érv, a legmélyebb felhívás az elővigyázatlanok, a tiszteletlenek és szkeptikusok számára. A kereszténység legnagyobb bizonyítéka legyen az élet és a jellem, hogy úgy ismerjenek az emberek, hogy Jézussal jársz és Tőle tanulsz. Ne csalja meg az egészségügyi tanulókat a gonosz fortélyai vagy annak valamely alattomosága, amelyet választva sokan csalódásba és törbe esnek. Ragaszkodj szilárdan az elvekhez. Tedd fel a kérdést minden lépésnél: „Mit mond az Úr?” Határozottan mondd: „A világhosszút fogom követni. Az igazság Fenséges Urát fogom tisztelni és becsülni.”

Különösen a világi iskolákban egészségügyet tanulónak kell vigyázniuk a gonosz befolyás mocskával szemben, ami folyamatosan körbeveszi őket. Ha tanáraik világi bölcs emberek, valamint osztálytársaik hitetlenek, akiknek nincsen Istentől származó mély gondolataik, sem keresztényi tapasztalataik, akkor abban a veszélyben vannak, hogy ezen hitetlen kapcsolatok hatást gyakorolnak rájuk. Ennek ellenére némelyek úgy végzik el a tanulmányokat, hogy hűségesek maradnak az elvekhez. Ők szombaton nem folytatták tanulmányaikat, és bizonyították, hogy megszerezhetik a kellő orvosi képesítést anélkül, hogy csalódást okoztak volna azok elvárásainak, akik az iskolára biztatták őket.

A világi egészségügyi iskolákban található rendkívüli kísértések miatt kell kezdő és haladó orvosi oktatást létrehozni saját iskoláinkban, keresztény tanítókkal. – *Counsels to Parents, Teachers, and Students, pp. 478, 479.*

A lelkiismeretes szombatünnepelés és az egészségügyi hivatás

A szombat az örök jel, mely az engedelmeskedőt megkülönbözteti a nem engedelmeskedőtől. Sátán nagy hatalommal erőlködik, hogy semmivé és hatástalanná tegye a negyedik parancsolatot; hogy szem elől vesszük Isten jelét...

Kórházainkban könnyen beveszi magát a tiszteletlenség és hanyagság lelkülete a szombatünnepelés

rületeire. Az egészségügyi missziómunkát végző munkások kötelessége Isten szent napjának megszentelésére oktatni az orvosokat, ápolókat és kiségitőket. Különösen az orvosoknak kellene jó példával eljárniuk. Kötelességük jellege természetesen vezeti őket arra, hogy jogosultnak tartsanak szombaton végezni el sok mindent, amit nem kellene. Amennyiben csak lehetséges, az orvos úgy végezze munkáját, hogy szombaton félretehesse szokásos kötelességeit!

A szombat óráiban gyakran hívják az orvosokat és ápolókat a betegek szolgálatára, s olykor lehetetlen pihenniük és az istentiszteleten részt venniük. Soha ne hanyagoljuk el a szenvedők szükségleteit. Az Üdvözítő példát mutatott, hogy helyénvaló szombaton szenvedést enyhíteni. Viszont a halasztható munkát, közönséges kezelést és halasztható műtetteket hagyjuk máskorra. A betegek értsék meg, hogy az orvosoknak és segítőknél szükséges a szombati pihenő. Hadd lássák, hogy a munkások Istent félik, s szentnek kívánják megtartani a napot, melyet az Úr különített el követői számára, jelül közte és közöttük.

Kórházainkban a tanítók és tanulók ne feledjék, hogy sokat jelent nekik is, betegeinknek is a szombat helyes megtartása. Isten megmondta, hogy szentnek tartjuk meg a szombatot. Ez népünk jele, mely félreérthetetlenül bizonyítja, hogy az Úr oldalán állunk.

Most és mindenkor álljunk megkülönböztethető, különleges nép gyanánt, minden világi szemponttól mentesen. Ne szövetkezzünk azokkal, akikben nincs bölcsesség fölismerni Isten követelményeit, melyeket pedig világosan kijelent törvényében. Orvosi intézményeinket alapítsuk hetediknapi adventista intézményként, hogy az evangéliumi egészségügyi missziómunkát képviseljék, egyengetve az utat az Úr eljövele előtt. Tegyük nyilvánvalóvá, hogy a mennyel kívánunk összhangban dolgozni. Tegyük bizonyosságot minden nemzetnek, törzsnek és népnek, hogy Istent szerető s féltő nép vagyunk, olyan nép, mely megszenteli a teremtés emlékünnepeit, mint jelet Isten és engedelmes gyermekei között. Jelet, mely megszentel min-

„Elérkeztünk az időhöz, amikor minden gyülekezeti tagnak hozzá kell látnia az egészségügyi missziómunkához... Senki se várja, hogy távoli területekre hívják, mielőtt mások megsegítéséhez látna. Akárhol vagy, azonnal kezd el.”

ket. Mutassuk ki, hogy hiszünk az Úr közeli eljövételében...

Népünk vigyázzon, nehogy lekicsinyelje a szombat fontosságát, csak hogy hitetlenekkel foghasson össze. Őrizkedjünk a hitünk elveitől való eltávolodástól, úgy tűntetve föl a dolgokat, mintha nem lenne helytelen a világhoz idomulnunk. Reszkessünk attól, hogy bárki tanácsának engedjünk, akármilyen tekintélyes legyen is az illető, ha az ellen dolgozik, amit azért rendelt el Isten, hogy elkülönítse népét a világtól. – *Bizonyosságtételek*, 7. kötet, 73-74.

Az orvosoknak az önmegettagadás és önfeláldozás lelkületét kell gyakorolniuk. Szükségessé válhat ugyan, hogy még a szent szombat óráit is az emberiség szenvedésének enyhítésével töltsék, viszont az ilyen munkáért járó fizetséget az Úr tárházában kell elhelyezni, hogy azt az arra méltó szegényekre költésék, akiknek orvosi segítségre van szükségük, de nem tudják megfizetni. – *Medical Ministry*, p. 216.

A szanatóriumi munka

Csodálatos az a munka, melyet Isten szolgálival neve dicsőségére akar végezni. Isten az élet forrásává tette Józsefet az egyiptomi nemzet számára. Józsefen keresztül megóvta az egész nép életét. Dániel révén pedig Babilon minden bölcsének életét. Ezek a szabadítások szemléltető oktatások, melyek a népek elé tárták, hogy ha összeköttetésbe kerülnek azzal az Istennel, akit József és Dániel imádtak, akkor felajánlja nekik a lelki áldásokat. Így kíván az Úr ma is népének közvetítésével áldásokat árasztani a világra.

Az áldásnak a világra árasztásában Isten munkatársa minden munkás, akinek szívében Krisztus él, mindenki, aki a világ elé tárja Isten szeretetét. Egész lényéből a lelki élet árja buzog elő, amikor Üdvözítőjétől áldásokat nyer a továbbításra. Krisztus, mint nagy orvos

jött meggyógyítani az emberi családon a bűn-ütötte sebeket. Lelke, szolgálain keresztül árasztja a bűntől beteg, szenvedő emberiségre a hatalmas gyógyító erőt, mely testre is, lélekre is hat. „Azon a napon” mondja a Szentírás, „kútfő fakad a Dávid házában és Jeruzsálem lakosainak a bűn és tisztátalanság ellen”. (Zakariás 13:1) A kútforrás vize gyógyító hatású. Meggyógyítja mind a testi, mind a lelki nyomorékokat.

Ebből a forrásból folyik Ezékiel látomásának hatalmas folyója. [Ezékiel 47:8-12. Idézve]

Isten a gyógyítás és az élet ilyen folyóinak szánta kórházainkat, amikor hatalma azokon át működik.

Kórházainknak be kell bizonyítaniuk a menny világ iránti jóindulatát. S bár Krisztus nincs jelen szemmel láthatóan az épületben, a munkások mégis maguknak igényelhetik az ígéretet: „ímé én ti veletek vagyok minden napon a világ végezetéig” (Máté 28:20). – *Bizonyosságtételek*, 6. kötet, 227-228.

A Nagy Orvos és Legfőbb Tanító téged hív

A vámszedők és bűnösök helyzete biztatóbb, mint azoké, akik ismerik Isten Igéjét, de nem akarnak engedelmeskedni parancsainak. Aki belátja, hogy bűnös, és nem leplezi bűneit; aki tudja, hogy Isten szemében rombolja lelkét, testét és értelmét, megretten attól a gondolattól, hogy örökre elszakad a mennyek országától. Ráeszmélve betegségére, gyógyulást keres a nagy Orvosnál, aki ezt mondta: „Azt, aki hozzám jő, semmiképpen ki nem vetem” (János 6:37). Az Úr e lelkeket munkásaiként tudja használni szőlőskertjében. – *Krisztus Példázatai*, 188-189.

Elérkeztünk az időhöz, amikor minden gyülekezeti tagnak hozzá kell látnia az egészségügyi hittérítéshez. Óriási kórház a világ, tömve testi és lelki betegségek áldozá-

taival. Mindenféle emberek pusztulnak el a ránk bízott igazság ismeretének hiánya miatt. A gyülekezet tagjai ébredjenek föl, értsék meg felelősségüket az egészségügyi igazságok terjesztése terén. Az igazság által megvilágítottaknak a világosság hordozóivá kell válniuk. Szörnyű hibát követünk el, ha elrejtjük most a fényt. Az Isten népehez szóló üzenet ma ez: „Kelj fel, világosodjál, mert eljött világosságod, és az Úr dicsősége rajtad feltámadt” (Ésaiás 60:1).

Mindenfelé látjuk a nagy világossággal és tudással rendelkezőket, de a jó helyett szántsándékkal a rosszat választják. Nem próbálják tökéletesíteni jellemüket, s egyre rosszabbak lesznek. Isten népe sose járjon a sötétben, hanem a világosságban, mert ők reformátorok.

Az egészségügyi hittérítés sok ajtót nyit meg a valódi reformátor előtt. Senki se várja, hogy távoli területekre hívják, mielőtt mások megsegítéséhez látna. Akárhol vagy, azonnal kezd el; a lehetőségek mindenki keze ügyébe esnek. Fogj abba, amiért téged terhel a felelősség; a családi körökben, szomszédságodban elvégzésre váró munkába. Ne várj buzdításra. Isten félelmében siess, ne késlekedjél, s ne feledd egyéni felelősséged az előtt, aki életét adta érted.

Úgy cselekedjél, mintha Krisztus hangját hallanád személyesen téged szólítani, hogy tegyél meg szolgálatában minden téled telhető. Ne nézd, ki más áll készen. Ha valóban odaszenteled magad, akkor Isten eszközéül használ, hogy másokat az igazsághoz vezess, akiket majd közvetítőkül tud felhasználni, hogy eljuttassa a fényt sok sötétben levőhöz.

Valamit mindenki tehet. Némelek azt hozzák föl kifogásul, hogy kötelességeik, gyermekeik lekötik idejüket és javaikat. Szülők! Gyermekeiteknek segítő kezeteknek kell lenniük, növelve erőket és képességeiket, hogy a Mesterért dolgozhassatok. Szoktassátok rá őket, hogy szenteljék magukat Istennek, mert az ő tulajdonai a teremtés és megváltás jogán. A gyermekek Isten családjának ifjabb tagjai. Tanítsátok őket, hogy testük, értelmük és lelkük minden ereje Istené. Szoktassátok őket, hogy segítsenek

az önzetlen szolgálat különböző területein. Ne engedd, hogy gyermekeid kerékkötővé váljanak. Osszák meg veled testi és lelki terheidet. Amikor másoknak segítenek, saját boldogságukat és hasznavehetőségüket növelik.

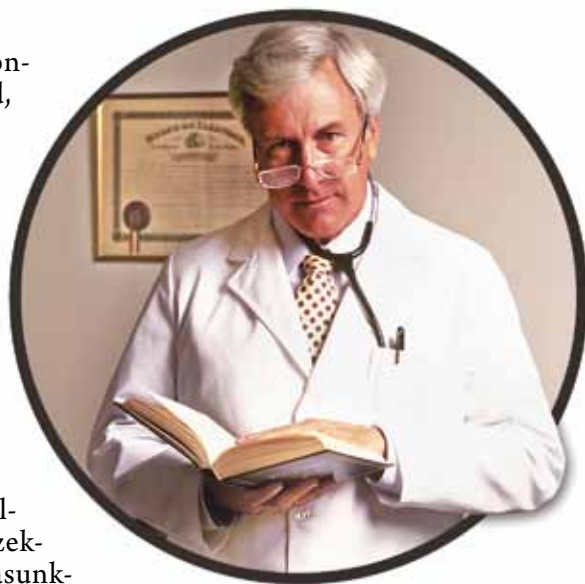
Népünk mutassa meg, hogy szíven viseli az egészségügyi hittérítés ügyét. Készítsék magukat hasznosságra azoknak a könyveknek tanulmányozásával, melyeket ezekről a tárgyakról felvilágosításunkra írtak. Ezek sokkal több figyelemre és nagyrabecsülésre méltók, mint amelyben eddig részesültek. Sok minden azzal a kifejezett szándékkal íratott meg, hogy egészségügyi elveink megvilágítása által mindenki javát szolgálják. Akik tanulmányozzák és gyakorolják az elveket, azokra mind testileg, mind lelkileg nagy áldás vár. Az egészség elvei védelmeznek bennünket a szüntelenül növekvő gonoszástól.

Sokat, kik az egészségügyi hittérítést tanulják, otthoni kötelességeik meggátolják, hogy tanulás céljából összejöjjenek. Az ilyenek sokat tanulhatnak otthon Isten akaratáról és a hittérítő munka e területéről, így növelhetik képességeiket mások megsegítésére.

– *Bizonyságtételek, 7. kötet, 62-64.*

Összefoglalás

Krisztus orvos volt mind a test, mind a lélek számára. Urunk egyben igehirdető, hittérítő és orvos is volt. Gyerekkorától fogva szíven viselt minden tudomására jutott emberi szenvedést. Valóban elmondhatta: Nem azért jöttem, hogy nekem szolgáljanak, hanem hogy én szolgáljak. Minden bajra enyhülést hozott, nyájas szavában gyógyító balsam volt. Nem mondhatták, hogy az Ő munkája csoda volt, mégis erőt, enyhülést, gyógyulást nyújtott a szenvedésben vagy szükségben lévőknek. Élete harminc évén át szerény, szelíd és alázatos volt. Élő összeköttetésben állt Istennel, mert Isten Lelke nyugodott rajta, és bizonyítékot nyújtott minden ismerősének, hogy azért él, hogy az Atya kedvé-



re tegyen, neki szerezzen megtiszteltetést s dicsőséget az élet mindennapi ügyeiben

Jézus eljött a földre, hogy úgy éljen, ahogyan mindenkinek kellene, szerény engedelmesség életét élve. Krisztus mindenki számára adott próbaidőt, hogy olyan jellemet formálhassanak, ami alkalmassá teszi őket a mennyei hajlékok számára, amit számukra készített, és felkér mindenkit, hogy kövesse példáját. Akik valóban Krisztus iskolájának tanulói, azok nem fogják önmagukat dicsőíteni azért mert házaik és földjeik vannak, hiszen az Úr adta azokat az Ő javaiból, hogy gazdálkodjanak vele...

Ha mindenkinek olyan kapcsolata volna az emberekkel amilyen Krisztusnak volt, ha igazán jó cselekedeteket végeznének, nemes lelkűen, kedves és körültekintő fennkölt tetteket, ha mindenki úgy élne ahogyan Krisztus az élet minden területén, és életüket az Ő életéhez erősítenék, akkor nem volna egyetlen elhanyagolt munka sem. Akkor mindenki ugyanazon dolgokat tartaná fontosnak, amiket Krisztus is, és azokról gondoskodna. Egy földi fejedelem iránti hűség még szegénnyé és megalázottá teheti az embert, de a menny Királyának való engedelmesség lehetővé teszi, hogy az isteni hasonlatosságra formáljuk jellemünket. Amikor királyi koronák és dicsőségek válnak semmivé és hullnak porba, akkor a hűségesek az élet koronáját kapják meg, ami soha nem múlik el. – *The Review and Herald, October 24, 1899.*



A Nagy Orvos

Egy összeállítás a Bibliából és a *Prófétaság Lelkéből* Dragan Ivanov megjegyzéseivel

Nem születet még olyan ember a földre, aki ne tapasztalta volna meg a fájdalmat vagy szenvedést. Azontúl, hogy halandó testet és megrontott lelket öröklünk elődeinktől, mindannyian – tudva vagy tudatlanul – tovább gyarapítjuk szenvedéseinket azzal, hogy mi is megszegjük a természeti és az isteni törvényeket. Az embereket a betegségek ma jobban sújtják, mint valaha bármikor, és úgy szenvednek, mintha valami elkerülhetetlen csapás érte volna őket. Minduntalan találkozunk olyan időssel vagy fiatallal, aki valamilyen gyógyszer után vágyakozik, ami enyhítené vagy megszüntetné nehézségeit. Fájdalmukban az emberek felkiáltanak: „Óh én nyomorult ember! Kicsoda szabadít meg engem e halálnak testéből?” (Róma 7:24).

A választ Megváltónkban, Jézus Krisztusban találjuk, akinek küldetését próféta szavai hirdették. Olvassuk el Ésaías 61:1-3 verseket. „Azért jött [Jézus], hogy levegye rólunk a betegség, a nyomor és a bűn terhét. Isten azért küldte, hogy az embernek tökéletes gyógyulást hozzon; hogy egész-

séget, békességet adjon neki, és tökéletessé tegye jellemét.” – *A Nagy Orvos Lábnyomán*, 13.

Krisztus előkészülete a szolgálatra

1. TANULÁSI MÓDSZER.

„Tudományos ismereteit... [Jézus] a természetből gyűjtötte. Tanulmányozta a növények, az állatok és az emberek életét... Jézushoz hasonlóan minden gyermek szert tehet a tudásra.” – *Jézus Élete*, 50.

„Az az orvos, aki Krisztus igazi munkatársa akar lenni, igyekszik munkája minden területén eredményesen dolgozni... Állandóan magasabb szintre, nagyobb tudásra, ügyesre és fokozott tisztánlátásra törekszik.” – *A Nagy Orvos Lábnyomán*, 70.

Mindenki személyes kötelessége, hogy megismerje a testet irányító törvényeket és hogy ragaszkodjon azokhoz. Tisztában kell lennünk az anatómiával és biológiával, és hasonlóképpen a szellemi, fizikai és lelki egészség összefüggéseivel. – *Lásd, Előtted az Élet*, 195.

2. AZ IFJÚKORI FEGYELEM. KRISZTUS FIATALON CSODÁLATOS FEGYELMEZETT-SÉGRŐL ÉS ERŐS JELLEMRELT BIZONYSÁGOT. „A gyermeknek leelőször az engedelmisség leckéjét kell megtanulnia.” – *Előtted az Élet*, 195. Ehhez hasonlóan kell nekünk is tennünk. A fegyelem elengedhetetlen életünk problémáinak és feladatainak megoldásához. Fegyelem nélkül lehetetlen elvégezni bármit is. Önünk és gyermekeink fegyelmezésével tanulhatjuk meg, hogy együttesen miként növekedhetünk a lelkiekben. A kívánságok kielégítésének késleltetése és visszatartása az egyik legfontosabb módszere a nevelésnek. Sokkal jobb a gyermeket úgy nevelni, hogy kívánságairól lemondjon – főleg ha nagy étvágyú – mintsem mindent megadni neki. A bölcs szülő tudni fogja, hogy mikén kapcsolja össze a szigort és az engedékenységet, hasonlóan ahhoz, ahogyan az igazságosság és kegyelem van összhangban egymással.

„Önfegyelmet kell gyakorolnunk mindazoknak, akik Isten munká-

sai akarnak lenni. Önfegyelemmel többet lehet elérni, mint ékesszólással vagy akár a legragyogóbb képességekkel.” – *Krisztus Példázatai*, 230.

3. SZORGALOM ÉS TÖKÉLESEDÉS. „Jézus gyermek- és ifjúkorában dolgozott, ez értelmét és testét is fejlesztette. Nem élt vissza fizikai képességeivel, hanem úgy élt, hogy minden téren a legjobbat nyújthassa, és így tökéletesen megőrizze testi és lelki erőit. Nem volt hajlandó tökéletlen munkát végezni, sőt szerzőségeit is ennek megfelelően kezelte. Tökéletes volt munkásként is, mint ahogy tökéletes volt mindenben jellege. Saját példájával tanítja, hogy szorgalmasnak kell lennünk, munkánkat pontosan és alaposan kell végeznünk... Sokat várt el, tehát sokra vállalkozott.” – *Jézus Élete*, 51-52.

„Mindazoknak, akik Isten munkatársai akarnak lenni, igyekezniük kell minden fizikai és szellemi képességüket tökéletesíteni... Az Úr minden kereszténytől elvárja, hogy minden képességét fejlessze, és életét egyre hasznosabbá tegye... Ne felejtse el, hogy magasabb szintet nem érsz el annál, mint amit magad elé tűzöl. Ezért tűzd magasra a célt, és lépésről lépésre, még önmegtágadás, áldozat és keserves erőfeszítés árán is juss el a fejlődés létráján a legfelső fokra!” – *Krisztus Példázatai*, 227.

Kerüljük a megtévesztő alázatosságot! „Az igazi alázatosság egészen más. Nem jelent szellemi törpességet, a törekvések hiányát, gyáva meghunyászkodást, sem pedig a kudarcától félve a terhek lerázását. Az igazán aláztat ember Isten erejében bízva végrehajtja a mennyi szándékát.” „Azt akarja, hogy szolgálói értelmesebbek legyenek, és tisztábban lássanak, mint a világ fiai.” – *Krisztus Példázatai*, 252. 229.

A Nagy Orvos jellemzői

1. MEGFONTOLTSÁG, KILTARTÁS ÉS EGÉSZSÉG. „Jézus lelkiismeretes, szorgalmas munkás volt... Soha senki nem fáradozott olyan önmérsztő buzgalommal az emberekért, mint Ő. De egészségesen élt” – *A Nagy Orvos Lábnyomán*, 31.

2. JÓINDULAT ÉS EGYÜTTÉRZÉS. „Sajátos módszereivel segített mindazoknak, akiket bánat és megpróbáltatás ért. Tapintattal, szí-

„A mások iránti valódi érdeklődés megnyilvánulásának egyik legjobb módja az, ha meghallgatjuk őket... Másokat meghallgatni és figyelni rájuk, mindig a bennünk lévő szeretetnek a mutatója.”

ves jóindulattal, gyógyulást és erőt nyújtva szolgált a bűnbeteg léleknek.” „Senki, aki hozzá jött, nem távozott elégedetlenül. Könyörülte nem ismert határt.” – *A Nagy Orvos Lábnyomán*, 16. 13. „Viseljük szívünkön mások fájdalmát, nehézségét, baját! Osztózzunk nagyok és kicsinyek, gazdagok és szegények örömeiben és gondjában!” – *Krisztus Példázatai*, 268.

A megértéshez hozzátartozik a mások érzései iránti figyelmesség és az együttérző cselekedet. Valójában ez az egyik legfontosabb előfeltétele a szociális érzékenységnek. A legtöbb munka megkívánja a magas szintű hozzáértést és a szociális érzékenységet, és természetesen az egészségügyi misszió a leginkább.

3. KÖZVETLENSÉG. „[Krisztus] a legegyszerűbb kapcsolatokon igyekezett utat találni az emberekhez.” – *A Nagy Orvos Lábnyomán*, 16. Nekünk, mint Krisztus követőinek, nem szabad elzárkóznunk a közösségi kapcsolatoktól vagy bizalmatlannak lennünk. Az életben sok-sok öröm származik abból. A személyes kapcsolatokon és barátságokon keresztül lehet elérni leginkább az embereket az evangélium megmentő hatalmával.

Az ember társas lénynek lett teremtvén. „És monda az Úr Isten: Nem jó az embernek egyedül lenni; szerezek néki segítőtársat, hozzá illőt” (1Mózes 2:18). Az emberi kapcsolatokat semmivel sem lehet helyettesíteni. Pénz, elismerés, munka, könyv és minden más képtelen kielégíteni ezt az emberi szükségletet. Isten készített egy üres helyet az emberi szívben, amit csak másik ember tölthet be. Nem számít, hogy kevés pénzünk van, és az sem, hogy sikeresek vagyunk-e, ami igazán számít, az a többi ember. Azok élnek teljes életet, akik kapcsolatokat alakítanak ki – aki barátjával együtt nevet, sírhat, tanulhat, küzdhet, játszhat és élhet, aki viszont kedveli őt, és akivel együtt öregednek és halnak meg.

Tanulmányok mutatták ki, hogy akiknek bár egészségre káros szoká-

saik vannak, de széles baráti kötelékük van, lényegesen hosszabb életűek, mint akik egészségesen élnek, de magányosan. Semmi sem fáj jobban, mint a magány.

4. A MAGÁNY MÉRGEZŐ HATÁSA (A KÖZÖSSÉGI KAPCSOLATOK HIÁNYA).

Az elkülönülés (a magány) megkésztet a betegség, a halál kockázatát! Kimutatták, hogy az elszigeteltség hasonlóan befolyásolja az elhalálozást, mint a dohányzás, a magas vérnyomás, magas koleszterin szint, elhízás vagy a fizikai mozgás hiánya. A dohányzás 1,6-szeresére növeli az elhalálozást, míg a magány 2-szeresére. Tehát jóval nagyobb a rizikófaktora. Életünket rövidíti meg a magány, de a társadalmi étellel járó állandó stressz is. Az elhagyatottság érzése az, amikor nincs senki, akivel megoszthatnád legmélyebb érzéseidet, vagy nincs szoros kapcsolatod. – *Lásd: Daniel Goleman, Emotional Intelligence*, p. 170.

5. MÁSOK SZÜKSÉGLETEI IRÁNTI ÉRDEKLŐDÉS.

„[Krisztus] tanításából [az emberek] megéreztek, hogy tökéletesen azonosul érdekeikkel és örömeikkel.” – *A Nagy Orvos Lábnyomán*, 16.

A mások iránti valódi érdeklődés megnyilvánulásának egyik legjobb módja az, ha meghallgatjuk őket. Sok esetben sokkal fontosabb meghallgatni a másikat, mintsem mondani számára dolgokat. Azokat az embereket kedveljük igazán, akik meghallgatnak bennünket. Másokat meghallgatni és figyelni rájuk, mindig a bennünk lévő szeretetnek a mutatója. Hogy igazán képesek legyünk másokat meghallgatni, ahhoz nagyon lényeges, hogy önmagunkat, úgy mond, zárójelbe tegyük, és átmenetileg megfeledkezzünk saját véleményünkről, vágyainkról és a bennünket érő hátráltatásról. Ha ily módon hallgatjuk a hozzánk beszélőt, akkor sokkal jobban átérezzük annak szavait. Mivel a másik meghallgatásához hozzá tartozik, hogy önmagunk-



ról rövid időre megfeledkezzünk, ezért ez a másik teljes mértékű elismerését jelenti. Amikor ez megtörténik, olyankor nagyon bensőséges beszélgetés jön létre. A hallgató részéről olyan nagy energiát igényel ez, amire csak a valódi szeretet képes, valamint a segíteni akarás. Már önmagában az gyógyhatású, ha észreveszed, hogy valaki figyelmesen hallgat téged.

„Jól hallgassátok meg az én beszédemet, és legyen ez a ti vigasztalások helyett” (Jób 21:2).

6. ÖNFELÁLDOZÁS. „Jézus élete az állandó önfeláldozás élete volt. Ezen a világon nem volt otthona, kivéve, amit barátai szeretetből - mint vándornak - nyújtottak neki. Azért jött, hogy a legszegényebbek életét élje értünk, és hogy a nincstelenek és szenvedők között éljen és munkálkodjék.” - *A Nagy Orvos Lábnymán, 14.*

„A világ minden embere között a reformátoroknak kell a legönzettebb, legkedvesebb, legudvariasabb embereknek lenniük.” - *A Nagy Orvos Lábnymán, 102.*

„Az énközpontú életben nem lehet növekedés, sem gyümölcstermés. Ha elfogadtad Krisztust személyes Megváltódnak, akkor igyekezz önmagadat elfelejtve másokon segíteni!” - *Krisztus Példázatai, 40.*

7. TÜRELEM ÉS JÓKEDV. „[Krisztus] mindig türelmes és derűs volt; a szenvedők az élet és a béke hírnökét üdvözölték benne... Amint áthaladt a városokon, olyan volt Ő, mint az élet folyója, amely életet és örömet áraszt... Reménység fakad szívükben [azoknak az anyáknak, akik karjukon beteg vagy haldokló kicsinyeikkel furakodtak át a tömegen], örömkönnyeik peregnek szemükből, amikor elkapják Jézus tekintetét, és belenéznek azokba a szájal-

mat és szeretetet kifejező szemekbe.” - *A Nagy Orvos Lábnymán, 14. 24.*

„Keresztények, akik állandóan szomorkodnak, zúgolódnak és panaszkodnak, helytelen színben tüntetik fel Istent és a keresztény életet. Azt a benyomást keltik, mintha Istennek nem tetszene gyermekeit boldognak látni, és így hamis bizonysgot tesznek mennyei Atyánkról.” - *Jézushoz Vezető Út, 87.*

„A vidám elme jó orvosságul szolgál; a szomorú lélek pedig megszáraztja a csontokat” (*Példabeszédek 17:22*). Semmi sincs oly jó hatással a testi-lelki egészségre, mint a vidám és hálás lelkület.

Krisztus munkamódszere

1. JÉZUS A SZEGÉNYEK ÉS GAZDAGOK SZÜKSÉGLETEIÉRT SZOLGÁLT. „Jézus - miatt a szegényeknek szolgált - kereste, miként közelítse meg a gazdagokat... Krisztus nem ismert el semmilyen nemzetiségi, rangbeli vagy vallási különbséget.” - *A Nagy Orvos Lábnymán, 14. 24.*

„Sokat beszélünk és írunk az elhanyagolt szegényekről; vajon ne szenteljünk-e valamilyen figyelmet az elhanyagolt gazdagoknak is? ... Gazdagok ezrei éheznek és szomjúhozják a lelki táplálékot...”

Keresnünk kell azokat, akik a társadalom magas osztályaihoz tartoznak, méghozzá gyengéd szeretettel és testvéri tisztelettel. Az üzletembereknek, a közéleti szereplőknek, a tudományos készültségű kutatóknak, a nagytehetségű férfiaknak, az evangéliumi tanítóknak, akik még nem hallották a napjainkban szóló különleges igazságokat, nekik kell elsősorban meghallaniuk a hívást.” - *Evangélizálás, 258.*

2. MONDANIVALÓJÁT A KÖRÜLMÉNYEKHEZ ÉS IDŐSZERŰSÉGHEZ SZABTA. Krisztus kegyelmének üzenete mindig az adott hallgatóságra szabott volt.

3. A MISZIÓMUNKÁBAN TAPINTATRA VAN SZÜKSÉG. „Nem sok haszna van annak, ha az általunk rossznak minősített szokások támadásával próbálunk másokat megreformálni. Az ilyen törekvésekből sokszor több kár származik, mint haszon. A samáriai asszonnyal való beszélgetésekor Jézus nem becsmérel-

te Jákób kútját, hanem valami jobbat kínált... Ez szemlélteti azt a módot, ahogyan nekünk is dolgoznunk kell.” - *A Nagy Orvos Lábnymán, 101.*

4. „ISTEN AZT AKARJA, HOGY ELŐSZÖR A SZÍVET NYERJÜK MEG.” - *Idézve: A Nagy Orvos Lábnymán, 102.* Az emberben lévő indulatokról van itt szó. Amikor az engedelmség a szívből fakad, akkor „az ő parancsolatai pedig nem neheznek” (*1 János 5:3*). Az egész keresztény élet a nyugalom és a csendes öröm élete, függetlenül a nehézségektől. Ilyenformán, missziós törekvéseink alatt, különösen az elején, Krisztust emeljük fel, ne a szabályokat, előírásokat vagy tantételeket.

„Az az ember, aki pusztán kötelességérzetből próbálja megtartani Isten parancsolatait - azért mert ez követelmény - soha nem fogja érezni az engedelmség örömét... Az igazi engedelmség egy belső elv megvalósítása.” - *Krisztus Példázatai, 60.* Az egészségügyi evangélizáció a szívet fogja meg.

5. KRISZTUS IDŰNKÉNT FÉLREVONULT, ÉS IMÁVAL GYŰJTŐT ÚJRA ERŐT. „A Megváltó, aki teljesen mások szolgálatára szentelte életét, szükségét érezte annak, hogy olykor szakadatlan munkálkodásával és az emberek bajainak kezelésével felhagyva Atyja felé forduljon, nála megpihenjen, vele zavartalanul beszélgessen.” - *A Nagy Orvos Lábnymán, 33.*

„Világunkat eddig még soha nem tapasztalt feszültség uralja. A szórazásban, a pénzszerzésben, a hatalomért való versengésben, a létért való küzdelemben egy rettenetes erő köti le az emberek testét, lelkét és elméjét. Ebben az örült rohanó sietésben szól Isten és megparancsolja, hogy jöjjünk el és lépünk közösségre Vele. 'Csendesedjétek és ismerjétek el, hogy én vagyok az Isten' (*Zsolt 46:11*).” - *Előtted az Élet, 258.*

Krisztus munkamódszerének gyógyító hatása

1. A MEGBOCSÁTÁS. Krisztus a megbocsátás üzenetét hirdette. „Sokan azok közül, akik Krisztus segítségét kérték, saját maguk okozták betegségüket. Krisztus mégsem fordult el tőlük... A fizikai betegségtől szenvedők ezrei sóvárognak ma

„A legboldogtalanabbak földünkön azok, akik nem tudnak megbocsátani. Akik elkeseredve keresik a megbosszulást, azok immunrendszere meggyengül”

– a gutaütöthöz hasonlóan – erre az üzenetre: 'Megbocsáttattak a te bűneid'. Betegségük oka a bűntéher a maga nyugtalanságával és kielégítetlen vágyaival. Csak akkor könnyebülhetnek meg, ha a lélek Orvosához fordulnak. Az a békesség, amit csak is Ő adhat, megleveníti lelküket, és meggyógyítja testüket. – *A Nagy Orvos Lábnyomán, 44. 46.*

2. ADNI ÉS KAPNI – MINDKETTŐ GYÓGYERŐ. Megnyugtató öröm önt el bennünket, ha megbocsátunk valakinek. Mennyei eredetű ez. De ez még nem minden. Csodálatos látni azt, hogy a megbocsátás ugyanezen mennyei érzése tölti el azt is, aki a megbocsátást kapta. A legboldogtalanabbak földünkön azok, akik nem tudnak megbocsátani. Akik elkeseredve keresik a megbosszulást, azok immunrendszerük meggyengül és negatív indulataik károsan befolyásolja egészségüket.

3. AZ ÖRÖM. Orvosi kutatások kimutatták, hogy a „negatív indulatok olyan mérgezőek, mint a dohányzás és emelik a vér zsír szintjét, és ezzel együtt a szívbetegségek rizikófaktorát. A hosszú ideig tartó szomorúság és borúlátás, valamint az állandó, feszültségnek, aggodalomnak, elégedetlenségnek, cinizmusnak és kétségeknek kitett emberek, kétszeresen sebezhetőbbek a modern betegségek által.” – *Goleman, op. cit., p. 161.*

4. A KÖNYÖRÜLET. Krisztus kegyelme és könyörületessége gyógyulást jelentett a betegeknek és szenvedőknek. Az orvosi munka lényeges és elengedhetetlenül fontos jellemzője ez.

5. A SZERETET. „Az a szeretet, amellyel Krisztus árasztja el az ember egész lényét, éltető erő. Gyógyításával megérint minden létfontosságú szervet – az agyat, a szívet, az idegeket. Ezzel lényünk legmagasabb rendű képességeit tevékenységre serkenti. Számúzi a lélekből a bűnt és a bánatot, az aggodást és a gondot, amelyek felörlik életere-

jét. Ez a szeretet derűt és nyugalmat hoz; olyan örömet ültet a lélekbe, amelyet semmiféle földi dolog nem tud elrontani: a Szentlélek öröme – gyógyító, éltető örömet.” – *A Nagy Orvos Lábnyomán, 70.*

A tudósok mára felismerték, hogy az oxytocin agyi hormon (a „szeretet” hormon) leginkább a homloklebenyben képződik, ahol a legnagyobb számban található az oxytocin receptorok. Ezen vegyület köthető össze a valódi szeretettel és hűséggel. Amikor működésbe lép a homloklebenyben a „szeretet folyamata”, akkor a romboló hatású indulatok – mint a például gyűlölködés és a kapzsiság – eloszlanak. Isten kezének munkája ez az emberi természetben. „És az ő neve homlokukon lesz” (*Jelenések 22:4*).

6. BIZODALOM ÉS REMÉNY-SÉG. „[Krisztus] Reményt akart ébreszteni a legdurvábbak, a legkevésebbé ígértesek szívében is; arra biztatta őket, hogy ők is feddhetlenné és ártatlanná válhatnak, olyan jellemre téve szert, amely Isten gyermekeiként hirdetné őket.” – *A Nagy Orvos Lábnyomán, 17.*

Tanulmányokkal igazolták, hogy amikor valakit bizalom tölt el, akkor a fehérvérsejtek és az immunrészecskék megszorodnak a vérkeringésben. Ennek pontosan az ellenkezője történik, amikor kétségek és negatív érzelmek törnek fel bennünk.

7. AZ IMA. Amikor bizalommal imádkozunk, hogy sóhajtásunkra egy magasabb hatalom válaszoljon, akkor a szervezetünkben, az értelmünkben egy lelki nyitottság és egy kémiai változás kezdődik el, amely a gyógyuláshoz szükséges. A Mindentható Isten természetfölötti energiával és gyógyítással itatja át az elmét és a szervezetet. Ima közben az agy idegsejtjei mennyei energiával töltődnek fel.

8. JÓTÉKONYSÁG ÉS ÖNFELÁLDOZÁS. Kutatásokkal támasztották alá, hogy az adakozó hosszabb ideig él, mint akik elfogad-

ják mások ajándékait és szolgálatát. Az önfeláldozóak és segítőkészek a hosszú életűek.

„Míg a zárkózottság elősegíti a depressziót, addig a mások megsegítése távol tartja tőlünk azt, hogy csak a saját problémáinkba merüljünk, hiszen ez arra ösztönöz bennünket, hogy osztozzunk mások fájdalmain. A kutatások szerint a jótékonyági munka – a rászoruló, a szenvedő, a betegek segítése – a leghatásosabb módja a jó természet kialakításának, és a leghatékonyabb gyógyszere a depresszióknak. Sajnálatosan, ez a munka a legritkább is.” – *Goleman, op. cit., p. 72.* Alapjában véve nem más ez, mint az Úrtól kapott egészségügyi üzenet, amit Ésaiaison keresztül adott nekünk. (*Lásd Ésaías 58:7-11*)

Befejezés

Az evangélium egészségügyi vonatkozásai: „Az az ember, aki elfogadja a tiszta evangéliumot és az általa kínált erőt, meggyógyul bűn okozta betegségeiből.” – *A Nagy Orvos Lábnyomán, 17.* „És feltámad néktek, akik féltitek az én nevemet, az igazságnak napja, és gyógyulás lesz az ő szárnyai alatt” (*Malakiás 4:2*). Mind az, amit e világ megadhat, képtelen arra, hogy egy megtört szívet meggyógyítson, hogy a lelki békét helyreállítsa, hogy eloszlassa az aggodalmat és hogy eltávolítsa a betegséget. Hírnév, nagy értelmi képesség vagy találat, mind képtelenek arra, hogy megvigasztaljanak egy megtört szívet vagy helyrehozzanak egy tönkrement életet.

Nem azok a legsikeresebb orvosok és egészségügyi dolgozók, akik drága kezeléseket adnak, vagy azt állítják, hogy mindenre tudnak megoldást. Nem azok, akik a legjobb egyetemeken kaptak diplomát, sem akik a nagynevű kórházakban dolgoznak. Hanem azok a legsikeresebb egészségügyi dolgozók, akik ismerik, hogy betegeknek miként lehet a legjobban bemutatniuk Teremtőjüket. Egyedül csak Ő, aki megalkotta a mi emberi szervezetünket, tud adni maradandó gyógyulást.

Krisztus az emberiség valódi Nagy Orvosa és rajta kívül nincs gyógyulás!

Indulataink és egészségünk



Írta: Liliane Balbach



Miért aggódunk? Miért leszünk indulatosak? Miért válunk szomorúvá? – tesz fel a kérdést a felkavart emberek. – „Minden a feleségem miatt van. Ő hozott ki a sodromból.” – vagy – „Munkatársaim bosszantottak fel.” – Némelyek lelkészüket, gyülekezetüket hibáztatják problémáik miatt, míg mások a körülményeket. – „Ha több pénzem lenne, akkor nem aggódnék ennyire” – mondta John. A tények megmaradnak, míg itt élünk e földön, hogy azok az emberek akiket szeretünk és akikkel kapcsolatban vagyunk, nem tökéletesek és a körülményeink sem. Ezért kell megtanulnunk, hogy Isten segítségével miként győzhetjük le rossz érzéseinket, indulatainkat.

Isten az Ő hasonlatosságára teremtett bennünket. Lelki és gondolkodó emberi lényeknek alkotott minket, indulatokkal és érzelmekkel. Édenben Ádámnak tökéletesen kifejlett szervezete és értelme volt. Minden képessége összhangban volt egymással. Minden indulata, szava és cselekedete megegyezett Teremtőjének akarásával. Az olyan pozitív érzelmek töltötték el a szívét, mint például a szeretet,

öröm, buzgalom, béke és meglepődöttség. Bűnbeesésével megjelentek a negatív érzelmek – félelem, bűnösség, gyűlölet, harag, szorongás, elégedetlenség és bánat. Isten Igéje és a tudomány kimutatja, hogy a pozitív és negatív érzelmek hatással vannak a fizikai, szellemi és lelki egészségre.

„A test és a lélek között nagyon szoros kapcsolat van. Amikor az egyiket valamilyen hatás éri, a másik is megérzi. A lélek állapota sokkal nagyobb hatással van az egészségre, mint ahogy azt sokan gondolják. Számos betegség depresszió következménye. Bánat, aggodás, elégedetlenség, bűntudat, bűnös állapot, gyanakvás – mind örli az életerőt, és kaput nyit az összeomlásnak és a halálnak.” – *A Nagy Orvos Lábnymán*, 167.

Másrésről a „bátorság, remény, hit, rokonszenv, szeretet előmozdítja az egészséget, meghosszabbítja az életet. Az elégedettség és vidámság gyógyír a testnek, erő a léleknek. A vidám (az örvendező) elme jó orvosság-

gul szolgál’ (Példabeszéd 17:22).” – *A Nagy Orvos Lábnymán*, 167. Ezért van az, hogy a Magatartási Orvostan fő témája ma az Érzelmi Intelligencia (ÉI).

Az érzelmek egészségre gyakorolt hatása

Mi is az az érzelmi intelligencia? Ez egy képesség arra, hogy valaki felismerje, használja, megértse és irányítsa érzelmeit a pozitív irányba. Adottság kérdése a mások érzelmeinek felismerése, kapcsolataink kezelése vagy céljaink eléréséhez önmagunk buzdítása. Vagyis a magas Érzelmi Intelligenciával (ÉI) bíró emberek uralkodni tudnak érzelmeiken és indulataikon. Ezek az emberek becsületesek, megbízhatóak és képesek a változtatásra, mivel széles látókörűek, önmagukkal és másokkal szemben ésszerű elvárásaik vannak.

A tudomány ma igazolja – ami a Bibliában évezredekkel ezelőtt megíratott – hogy az állandó stressz és a negatív indulatok befolyásolják a különböző betegségek – rák, depresszió, szív problémák, cukorbetegség, tuber-

kulózis, ízületi gyulladás, magas vérnyomás, fekély, AIDS – elleni küzdelmet, kezelést és felgyógyulást.

Még a kisebb betegségekre is – mint például a fejfájás, allergia, meghűlés, PMS, bőrkiütés, köszvény – háttal van a stressz és az érzelmeink.

„A bánatos és aggódó arc nem orvosolhat egyetlen bajt sem, hanem mérhetetlen kárt okozhat. De a vidámság és a remény beragyogja mások ösvényét is, és életek ezek azoknak, akik megnyerik, és egész testöknek egészség” (Példabeszéd 4:22).” – Boldog Otthon, 363. Most nézzünk meg néhány tanulmányt, amelyek az érzelmeink és betegségek közötti kapcsolatot mutatják be:

FOKOZOTT FÁJDALOM – A nők számára az idegesség és komor gondolatok fokozott fájdalmat idézhetnek elő függetlenül attól, hogy szenvednek-e fibromyalgia (krónikus fájdalom szindróma) betegségben. – *Arthritis Care & Research*, vol. 62, Issue 10, pp. 1370–1376, October 2010.

RÁK – A negatív érzelmeink kockázati tényezőt jelentenek a rák kialakulásához. Egy kínai tanulmány szerint a különböző negatív érzelmeink a vastagbélrák fő kockázati tényezői között szerepelnek, mint például a táplálkozás, a családi öröklődés valamint a lassú emésztési folyamat mellett. – *Chinese Journal of Clinical Oncology*, vol. 1, 2004 – vol. 5, 2008.

AGYVÉRZÉS – A düh és más negatív indulatok agyvérzést idézhetnek elő. Akik már átestek agyvérzésen, nagy valószínűséggel dühösesek voltak, vagy más negatív indulat volt bennük legalább két órával az eset előtt. – *Science Daily*, December 21, 2004.

„A kirobbanó indulatoknak való engedés veszélyezteti az életet. Sokan hálnak meg a düh és indulatkitörésektől. Sokan dührohamszerű szokatják magukat. Megakadályozhatják ezt, ha akarják, de akaraterőt követel változtatni a helytelen úton.” – *Értelem Jellem Egyéniség*, 2. kötet, 341.

SZÍVBETEGSÉG – Szoros kapcsolat van a szívbetegség kialakulása és a fokozott mértékű gyakori idegesség, szorongás és depresszió között. – *American Journal of Cardiology*, 2003, October 15; 92(8):901-6.

DEPRESSZIÓ – A már szívinfarktuson átesett és depressziótól

szennedők tízszer valószínűbben hálnak meg egy következő szívinfarktuban az elsőt követő 18 hónapban belül, mint a depressziótól nem érintettek. – *Circulation*, 1995 February 15; 91(4):999-1005.

LASSÚ SEBGYÓGYULÁS – Az Ohioi egyetem kimutatta, hogy akik nem tudják fékezni hirtelen felindulásukat, azoknak sokkal lassabban gyógyulnak a testi sérüléseik. – *Brain, Behavior and Immunity*, December 8, 2007.

Míg a negatív indulatok és érzelmeink károsítják egészségünket, addig a pozitív javítják az egészséget és az ellenálló képességet. A higgadt gondolatok és érzelmeink kedvező befolyást gyakorolnak a vérkeringésre, emésztésre, bélmozgásra, és a hormonháztartás megfelelő egyensúlyának fenntartására. Az alábbi indulatok tartoznak ebbe a csoportba: türelem, szeretet, vidámság, megelégedettség, nyugalom, kedvesség, megértés és önuralom. Az ilyen gondolatok fokozzák a vér és antitestek termelődését, valamint erősítik a csontokat és izomzatot. – *Thrash, Agatha, M.D., Counseling Sheets*.

Isten Igéje ezért tanít bennünket újra és újra arra, hogy legyünk vidámak és pozitívak. „A vidám elme jó orvosságul szolgál; a szomorú lélek pedig megszárazítja a csontokat” (Példabeszéd 17:22). „A vidám elme megvidámítja az orcát; de a szívnek bánatja miatt a lélek megszorodik” (Példabeszéd 15:13). A vidámság jó a szívnek, az agynak és a csontoknak is.

„A vidámság és a tiszta lelkiismeret jobb minden orvosságnál, és hatásos tényező lesz egészségünk helyreállításában.” – *Az Én Életem Ma*, június 22.

A csontok egészségi állapota

Miért nagyon fontosak a csontok egészségünk szempontjából? A fehérvérsejtek, amik lényegesek az immunrendszer számára, a csontvelőben képződnek. A test minden részébe oxigént szállító vörösvérsejtjeink szintén a csontvelőben képződnek. Ezenkívül még a vérlemezkék is itt termelődnek, amik a véralvadást alakítják. Ezért írja fel számunkra a Nagy Orvos az immunrendszer megerősítésére a legjobb gyógyszert, a vidám szívet. A kedves és vidám szavak is hozzátartoznak a csontjaink és immunrend-

szerünk megerősítéséhez. „Lépesmész a gyönyörűsége beszédek; édesek a léleknek, és meggyógyítói a tetemeknek” (Példabeszéd 16:24).

Ezzel szemben a **bűn**, csakúgy, mint a **szomorúság**, **békétlenség** és **szorongás**, negatívan befolyásolja egészségünket és immunrendszerünket. Dávid mondja: „Könyörülj rajtam, Uram, mert szorongattatom; elsenyved a búbanat miatt szemem, lelkem, testem. Mert bánatban enyészik életem, és sóhajtásban múlnak éveim; bűnöm miatt roskadoz erőm, és kiasznak csontjaim” (Zsoltárok 31:10-11).

A biokémia és az érzelmeink

Milyen hatással vannak a negatív érzelmeink szervezetünkre? Biokémiai állapotunkat befolyásolják érzelmeink. Az egészséges és tápláló étel fogyasztásával valamint a rendszeres mozgással a szervezet biokémiája megváltoztatható, irányítható. De el tudjátok-e képzelni, hogy gondolataink szintén érintik a biokémiai állapotot? A bennünk megfogalmazódott és ki nem mondott gondolataink ténylegesen megváltoztatják a mirigyek, az izomzat és idegek működését. A pszichológusok rájöttek, hogy a gondolataink befolyásolják érzelmeinket is. Azonban ez már évezredek óta tudott dolog Isten Igéjéből. Bölcs Salamon mondja: „Mert mint aki számítgatja a falatot magában, olyan ő” (Példabeszéd 23:7). Így egyértelmű a következő: „Rossz gondolatokat, rossz érzelmeink követnek; gondolatok és érzelmeink összessége pedig a jellemet alkotják.” – *Üzenet az Ifjúságnak*, 56.

Tévhitelmeink

Nem kell, hogy az érzelmeink játszanak velünk. Isten Igéje segít nekünk, hogy kezelni tudjuk a levertséget, idegességet, félelmet, indulatoságot és képessé tesz arra, hogy öröm, béke és szeretet legyen bennünk.

Magatartásunk, viselkedésünk hátterében hitünk milyensége áll. Érzelmeink, indulataink olyanok, ahogyan önmagunkban vélekedünk körülményeinkről, és ez megnyilatkozik szavainkban és viselkedésünkben is. Gondoljunk csak bele, hogy miként ítélkezünk önmagunkban! Amikor azt gondold, hogy egyik hittestvéred a gyü-

lekezetben rosszat akar neked, és függetlenül attól, hogy ez igaz-e, vagy nem, őt akkor úgy fogod kezelni, mint ellenségedet. Saját meglátásunk lehet igaz, de téves is. A tévhiedelmek igaznak tűnnek annak, aki folyton azokat ismételteti önmagának. Jakab apostol leírja, hogy honnan származnak ezek az ártalmas gondolatok: „Ez nem az a bölcsesség, amely felülről jó, hanem földi, testi és ördögi. Mert ahol irigység és czivakodás van, ott háborúság és minden gonosz cselekedet is van” (Jakab 3:15.16). Az általunk kigondolt tévhiedelmek közvetlen a hazugság atyjától származnak. Kételkedés nélkül fogadja el azt földi természetünk, és mint a romlott étel, úgy lelki méregként hatnak ezen szavak, és okoznak szívfájdalmat és szenvedést. A szellemi mérgek ezen tápláléka képes elpusztítani bennünket ha nem küzdünk ellenük Isten erejével.

További lehetőségei annak, hogy megmérgezzük gondolatainkat és beteges képzelődéseink legyenek, a regények olvasása, az internet helytelen használata, gondolatainkat felizgató filmek nézése, negatív indulatok szabadjárá engedése. „Ezrek kerültek az örültek házába, mert lelküket a regényolvasás kizökkentette egyensúlyából, úgy, hogy a légvárépítés és bánatos szerelmsóvár érzélgősség vált úrrá felettük.” – *Üzenet az Ifjúságnak*, 208.

„Országunkban egy befolyás sem **mérgezi** meg erősebben a **képzeletet**, **semmisíti meg** a **vallásos befolyást**, **tompítja el** az élet csendes élvezetei és józan valóságai iránti **szeretetet**, mint a **színházi szórakozás**. A jelenetek szeretete egyre jobban növekszik, ahogyan a részegítő italok utáni vágy is erősödik a fogyasztás során. Az az egyetlen biztos dolog, ha kerüljük a színház, a cirkusz és minden kifogásolható szórakozóhely látogatását.” – *Boldog Otthon*, 433.

A legjobb könyv a Biblia, amely ép gondolkodást és kiegyensúlyozott érzelmeket eredményez, jó ítélőképességhez segít, bátortást ad, valamint igazi örömet és békét szerez nekünk. Jeremiás mondja: „Ha szavaidat hallattad, én élveztem azokat; a te szavaid öröömre váltak nekem és szívemnek vígasságára; mert a te nevedről ne-

veztetem oh Uram, Seregeknek Istené” (Jeremiás 15:16). „A Biblia a könyvek Könyve. Életet és egészséget ad neked. Az az idegek megnyugtatója, az értelem szilárdságához juttat és az elveket megerősíti.” – *Counsels on Sabbath School Work*, p. 22. Kedves barátom, te mennyi időt töltesz Isten Igéjének olvasásával, más olvasmányokkal szemben?

Tehát ha uralkodni szeretnénk érzelmeink és tetteink felett, akkor kezdjünk el kiküszöbölni minden mérgező táplálékot szellemi étrendünkől és fogyasszuk a mennyből származó Élet Igéjét. Jézus azt is megadja miként tegyük ezt: „És megismeritek az igazságot, és az igazság szabadokká tesz titeket” (János 8:32). Isten Igéjének igazsága – tanulmányozva azt és engedelmeskedve annak – megmutatja tévhiedelmeinket és segít megszabadulnunk a keserűségtől, szomorúságtól, sértődöttségtől, haragtól, félelemtől, túlérzékenységtől és gyanúsítgatástól.

Gondolataink megelőzik érzelmeinket és indulatainkat. Ha naponta tápláljuk gondolatainkat Isten Igéjével, akkor uralkodni tudunk gondolatainkon, érzelmeinken és cselekedeteinken. Három lépés van itt felsorolva, hogy pozitívak lehessünk és örömteljesek az Úrban.

- Ismerjük fel tévhiedelmeinket.
- Távolítsuk el őket.
- Tegyük helyükbe a valóságot.

Néhány példa az általános tévedésekről és hogy miként helyettesíthetjük a valósággal.

TÉVEDÉS: Mindig nyugtalan és zavart vagyok.

VALÓSÁG: Jézusra helyezek minden gondot, mert Ő tudja miként bánjon velük. Ezután megköszönöm Neki, hogy válaszolt imámra és együttműködök Vele. „Semmi felől ne aggódjatok, hanem imádságotokban és könyörgésekben minden alkalommal hálaadással tárjátok fel kívánságaitokat az Isten előtt. És az Istennek békessége, mely minden értelmet felül halad, meg fogja őrizni szíveiteket és gondolataitokat a Krisztus Jézusban” (Filippi 4:6.7).

TÉVEDÉS: Bűneim bocsánatá-

ért fohászodom, de nem érzem, hogy meghallgatna Jézus.

VALÓSÁG: „Mégvárjuk-e, hogy úgy érezzük, hogy megtisztultunk? Dehogyan várjuk. Krisztus ígérete: 'ha megvalljuk bűneinket, hű és igaz, hogy megbocsássa bűneinket és megtisztítson minket minden hamisságtól' (1 János 1:9)... Ne várj csodás érzelmekre, mielőtt elhiszed, hogy Isten meghallgatott. Az érzelmek nem mérvadóak, mert változékonyak, mint a fellegek.” – *Értelem, Jellem, Egyéniség*, 1. kötet, 82.

TÉVEDÉS: Attól félek, hogy feleségem rákos betegsége nem reagál a kezelésekre és meghal.

VALÓSÁG: A legjobb kezelést kapja és mindent megteszünk gyógyulása érdekében, hogy a legjobb természetes gyógymódokhoz jusson. A Nagy Orvos kezébe helyezzük sorsát. „Mert nem félelemnek lelkét adott nekünk az Isten; hanem erőnek és szeretetnek és józanságnak lelkét” (2 Timótheus 1:7).

TÉVEDÉS: CSALÁDUNKAT ANNYI NEHÉZSÉG ÉRTE, HOGY MÁR NEM BÍROM TOVÁBB.

VALÓSÁG: Elviselem, mert tudom, hogy Isten mér rám minden próbát, Ő engedi meg, és segítségével el tudom viselni vagy megadja a kiutat is. „Nem egyéb, hanem csak emberi kísértés esett rajtatok: de hű az Isten, aki nem hágy titeket feljebb kísértetni, mint elszenvedhetitek; sőt a kísértéssel egyetemben a kimenekedést is megadja majd, hogy elszenvedhesétek” (1 Korinthus 10:13).

TÉVEDÉS: Lehetetlenség boldognak lenni egy olyan emberrel, mint Jack.

VALÓSÁG: Boldog lehetek, még akkor is, ha Jack nem úgy bánik velem, mint ahogyan szeretném. Az én örömem az Úrtól van. „Te tanítasz engem az élet ösvényére, teljes öröm van tenálad; a te jobboldon gyönyörűségek vannak örökké” (Zsoltárok 16:11).

Igen, Ő képes rá!

Érzelmeinket mi nem tudjuk uralni, de Isten igen! Hogyan? „Nem tudsz uralkodni az indulataidon és érzelmeiden úgy, mint szeretnéd, de **uralkod-**

ni tudsz az akaratodon, s ezzel teljes változást hozhatsz életedbe! Ha átengeded Krisztusnak az akaratodat, életed el lesz rejtve Krisztus által Istenben, s olyan erővel szövetkezel, amely minden fejedelemség és hatalmasság felett áll. Erőt nyersz majd Istentől, amely szorosán az Ő erejéhez rögzít, s új világosság, mégpedig az élő hit világossága válik elérhetővé számodra.” – *Bizonyságtételek, 5. kötet, 375.*

Amikor alárendeljük akaratunkat Krisztusnak, akkor az Ő Lelke irányít bennünket, és képesek leszünk a változtatásra. Akaratunk és az Ő ereje által megtapasztalhatjuk, hogy „**És ne szabjátok magatokat e világhoz, hanem változzatok el a ti elméteknek megújulása által**” (Róma 12:2). „Amikor Isten Lelke átveszi az uralmat a szív felett, átalakítja az életet. Az ember elveti a bűnös gondolatokat, lemond a gonosz cselekedetéről; szeretet, alázatosság és béke lép a harag, irigység és összeférhetetlenség helyébe. A bánatból öröm lesz, az arcon égi fény tükröződik.” – *Jézus Élete, 135.* Ez történik, ha hit által alárendeljük magunkat Istennek.

A bölcsesség és önuralom példája

Ha olyan híreket kapnál, hogy valaki annyira indulatos lett férjeddal szemben, hogy meg akarja ölni őt és alkalmazottait is, akkor mit tennél? Ledermednél a félelemtől? Hívnád a rendőrséget vagy Istenhez kiáltanál bölcsességért? Ezzel a helyzettel kellett szembesülnie Abigailnak. Férjének egyik szolgálója jött a hírrel, hogy Dávid 400 emberrel elindult, hogy megölje férjét, Nábált, és a hozzá tartozó minden férfit. Dávid és emberei Párán pusztájában tartózkodtak és kifogytak az élelmiszerből és minden készletükből. Mivel a birkanyírás ideje volt ez, valamint a vendégszeretet időszaka is, ezért Dávid tíz embert küldött Nábálhoz, a jómódú gazdálkodó emberhez, hogy kérjenek élelmiszert tőle. Dávid jóindulatú választ várt, azért a jótéteményért cserében, amit ő tett Nábál szolgálóiért és nyájáért. Azonban Nábál durván elutasította az ifjakat: „Kicsoda Dávid és kicsoda Isainak fia... Vegyem azért kenyereket és vizemet és az én levágott

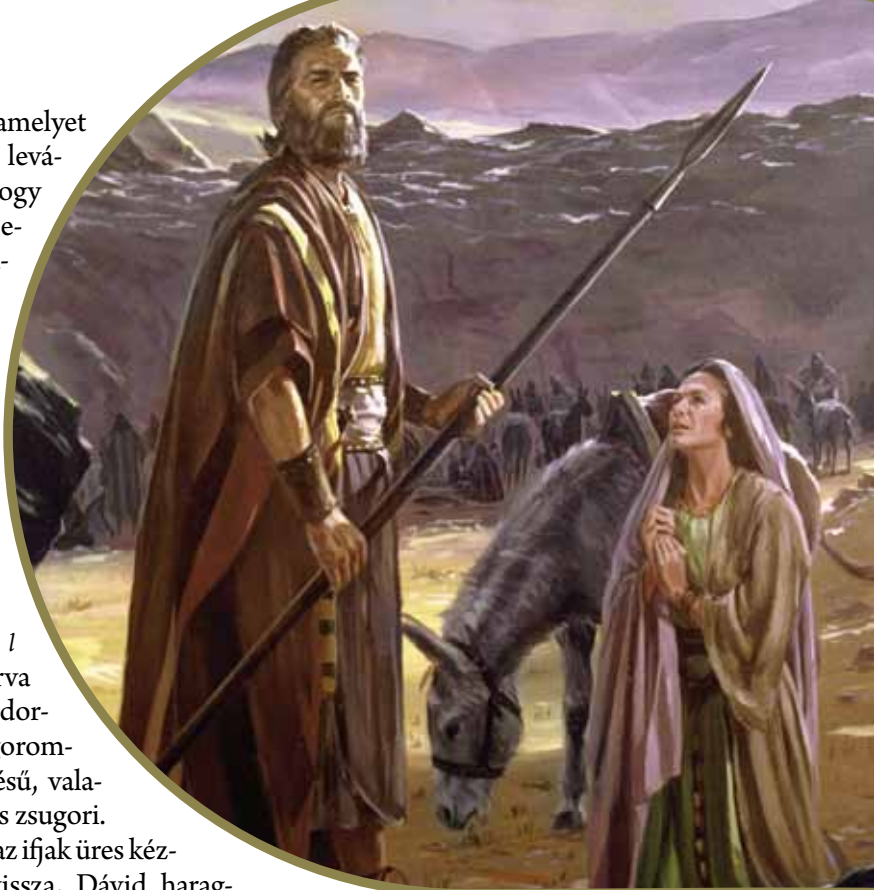
marhám, amelyet nyíróimnak levágtam, hogy olyan embereknek adjam, akikről azt sem tudom, hova v a l ó k ?” (1 Sámuel 25:10.11).

N á b á l „durva és rossz erkölcsű vala” (1 Sámuel 25:3). A durva ember modortalan és gromba viselkedésű, valamint önző és zsugori.

Amikor az ifjak üres kézzel tértek vissza, Dávid haragja dühkitörésbe torkollott. Megragadta kardját és megparancsolta embereinek, hogy kövessék őt, és indult, hogy megbüntesse Nábált, aki nemet mondott kérésére. Indulatos volt és bosszúvágyó. Ennek a Dávidnak a tette, olyan volt-e, mint aki az Isten szíve szerint való ember? „Ez a lobbanékony elhatározás nagyon hasonlított Saul jelleméhez s nem Dávid természetét tükrözte. Isai fiának még tanulnia kellett a türelmet a szenvedések iskolájában.” – *Patriárkák és Proféták, 619.*

Milyen tévhitben ringatta Dávid önmagát? Talán úgy vélte, hogy ha nem jut azonnal élelemhez, akkor hamarosan meghal embereivel együtt. Elfelejtkezett arról az igazságról, amelyről ő maga is írt, hogy Isten gondoskodik minden szükségletünkről. Hite megmutatásának nagy-szerű lehetőségét szalasztotta el, valamint hogy saját szemével lássa amint Isten megnyitja a menny kapuit neki és embereinek.

Ki állította meg Dávidot, hogy ne kövessen el gyilkosságot? Isten Abigailt használta fel, „aki igen eszes és szép természetű asszony volt”. Nábál egyik szolgálója titokban elszökött és beszámolt Dávid korábbi jótettéről Nábál szolgálóival szemben, és Dávid jelenlegi kéréséről, valamint Nábál elutasításáról. Dávid úton volt embereivel, hogy végezzen Nábállal és



házanépével. Abigail gyorsan és nagyon bölcsen cselekedett. Nem esett pánikba a félelemtől. Úgy gondolom, hogy bölcsességért fohászkozhatott és hitte, hogy Isten megóvja családját, ha ő is megteszi a saját részét.

Férjének nem mondott semmit, de szolgálóival nagy mennyiségű étel-met küldött Dávidnak. Minden bizonnyal jól felszerelt éléskamrája volt, hogy 200 kenyeret tudott küldeni, valamint 2 tömlő bort, 5 juh, 5 mérték pergelt búzát, 100 kötés aszúszőlőt, és 200 kötés száraz fűgét. Ezután számárra ült és sietett Dávidhoz. Amikor meglátta Dávidot le-szállt a számárról, meghajtotta magát előtte és arccal a földre borult.

Abigail tisztelettel és alázattal szólt Dávidhoz. Tizennégyszer nevezte „uram”-nak.

Nem férjét hibáztatta, hanem önmagát és bocsánatért könyörgött.

Szép szavakkal próbálta lebeszélni Dávidot a gyilkosságról.

„A felzaklatott érzéseket Abigail kedves szavakkal igyekezett enyhíteni, sőt férje érdekében is szót emelt. Minden kérdés és büszkeség nélkül, de bölcsességgel és Isten iránti szeretettel

telve, Abigail nyilvánvalóvá tette csatládja iránt való odaadását. Világossá tette Dávid előtt, hogy férje szívtelen magaviselete Dáviddal szemben nem valami bölcs és előre kigondolt személyes sértés akart lenni, hanem egyszerűen Nábál szerencsétlen és önző természetének megnyilvánulása volt csak.” – *Pátriárkák és Próféta*k, 619-620.

Abigail a tervét az Úr szándéka-ként adta elő.

„Most pedig, óh uram! él az Úr és él a te lelked, hogy az Úr akadályozott meg téged, hogy gyilkosságba ne esél, és ne saját kezdeddel szerezz magadnak elégtételt. Most azért olyanok legyenek ellenségeid, mint Nábál, és valakik az én uramnak megrontására törekednek’ (1 Sámuel 25:26). Abigail nem az ő, hanem az Úr szándékának vallotta azt, amellyel Dávidot el akarta téríteni tervétől és Istennek adott érte dicséretet.” – *Pátriárkák és Próféta*k, 620.

Abigail finoman sejtette Dáviddal, hogy mit kellene tennie.

„Bocsásd meg azért a te szolgálóleányodnak vétkét; mert az én uramnak bizonyára maradandó házat épít az Úr, mert az Úrnak harcait harcolja az én uram, és gonoszság nem találta-tik te benned a te életedben’ (1 Sámuel 25:28). Abigail burkoltan rámutatott, hogy mit kell Dávidnak tennie. Az Úr harcait kell vezetnie. Nem kell arra törekednie, hogy bosszút álljon személyes sérelmeiért még akkor sem, amikor árulóként üldözik.

Honnan volt Abigailnak ilyen bölcsessége? Hogyan tudott olyan okosan megválaszolni azon nyomban? „Abigail kegyessége virágillatként öntudatlanul megmutatkozott arca kifejezésében, szavaiban és mozdulataiban. Isten Fiának lelkülete lakozott benne. Szavai, amelyek teljesek voltak kegyelemmel, jósággal és békességgel, mennyei befolyást árasztottak... ‘Boldogok a békességre igyekezők: mert ők az Isten fiainak mondatnak’ (Máté 5:9). Bizony sokkal több ehhez hasonló izraeli asszonynak kellene lenni, akik lecsillapítanak a felkorbácsoló érzelmeket, megakadályoznak az elhamarkodott indítékokat és higadt szavakkal, jól irányított bölcses-séggel meggátolják a gonoszságo-

kat.” – *Pátriárkák és Próféta*k, 620-621.

Mi tett Dávid? Hallgatva a helytálló érvelését és feddését ennek az állhatatos asszonynak visszatért jó ítélőképessége „és reszketett, mikor arra gondolt, mi lehetett volna a következőm-nye meggondolatlan szándékának...

Dávid szenvedélyének lángja kialudt befolyásának és érvelésének hatására. Meggyőződött, hogy nem cselekedett bölcsen és elvesztette uralmát saját lelke fölött.” – *Pátriárkák és Próféta*k, 620. 621. Dávid az Urat magasztalta, amiért elé küldte Abigailt, hogy bölcs tanácsot adjon neki. „Alázatos szívvel fogadta el a feddést, összhangban saját szavaival ‘Ha igaz fedd engem: jól van az; ha dorgál engem: mintha fejem kenne’ (Zsoltárok 141:5). Dávid hálát adott és áldást mondott, mert Abigail helyes tanácsot adott neki. Sokan vannak olyanok, akik megfeddésük türelmes elhordozását dicséretre méltónak tartják. Kevesen vannak, akik szívük hálájával fogadják el a dorgálást és áldják azokat, akik igyekeznek megmenteni őket a gonosz cselekedetektől.” – *Pátriárkák és Próféta*k, 621.

Nábál teljesen megfélemedezett ostoba beszédéről és tettéről, pedig nagyon közel volt a halálhoz. Amikor Abigail hazaért férje részeg volt és úgy mulatozott, mint egy király. Abigail – bölcsen – semmit nem mondott a nap eseményeiről. Másnap reggel mesélte el neki mindazt, ami előző nap történt, amikor Nábál tiszta fejjel kelt fel. Arca úgy halványodott elfelé, ahogy ostobaságát kezdte megérteni. A Biblia így írja: „és elhala az ő szíve ő benne, és olyanná lőn, mint a kő” (1 Sámuel 25:37). Talán szívinfarktus érthette. Tíz nappal később az Úr büntetéseként meghalt Nábál. Ezen lenyűgöző történet példázza számunkra, hogy Dávid téveszméje majdnem gyilkosságba sodorta őt. Abigail bölcsessége és bátorsága ebben az életveszélyes helyzetben, bizonyította, hogy ő többet ért, mint egy seregnyi hadvezér. Megmentette házanépét a haláltól és megakadályozta Dávidot és embereit a vérontástól. Abigail Krisztus hű szolgálóleánya volt, magára vette a felelősséget olyan dologért, amit nem ő követett el, bocsánatért könyörgött miközben ő nem volt bűnös, és engesztelő áldozatot vitt ajándékba. Az Úr adjon nekünk is ha-

sonló bölcsességet, kedvességet és önruralmat, hogy mi is békességet teremthessünk otthonunkban, munkahelyünkön és gyülekezetünkben.

A mai nap egy új nap

Kedves testvérek, tudatában vagyunk-e annak, hogy ingadozó indulataink miatt fáj Krisztus szíve? „Isten gyermekei ne legyenek érzelmek, indulatok rabjai. Ha ingadoznak remény és félelem között, megsomorítják Krisztus szívét, hiszen Ő szeretetének félreérthetetlen bizonyítékát adta. Krisztus azt akarja, hogy megalapozódjanak, megerősödjenek s meggyökerezzenek legszentebb hitükben. Akarja, hogy ezt a munkát végezzék, amellyel Ő megbízta őket, akkor szívük az Ő kezében szent hárfákként rezdülnek, mert minden hang, minden húr dicséretet és hálát zeng Neki, Akit Isten küldött, hogy elvegye e világ bűneit.” – *Bizonyságtételek a Lelkészeknek*, 247.

Kedves olvasó, milyenek a te gondolataid és indulataid? Milyen hangokat ütsz meg gondolataidban – a hála, a dicsőítés, az öröm, a meglepettség és bizalom húrjainak kellemes összhangján játszol-e? Vagy pedig a kétely, a bánat, a harag, a félelem és elégedetlenség hamis hangjainak engedsz utat életed fölött, tönkretéve ezzel a szent hárfát, amit Isten bízott reád?

A mai nap egy új nap lehet. Még ma megváltoztathatjuk agyunk biokémiáját és elkezdhetjük helyreállítani szellemi, testi és lelki egészségünket. Még ma kezdjük el gondolatainkat teljes értékű természetes étellel táplálni, Isten Igéjével! Utasítsuk el azt mérgező ételt, amit Sátán és a média próbál tányérunkba tenni! Ha átadtuk életünket Krisztusnak, akkor a körülményektől függetlenül, minden nappal, minden órával, magabiztosabbak leszünk. Pál apostollal együtt élhetjük át a valódi örömet: „Örüljete az Úrban mindenkor; ismét mondom, örüljete!” (*Filippi 4:4*).

A VEGETARIANIZMUS A MAI TÁRSADALOMBAN

Írta: Alisdair Pow



A múltban sokan gúnyolódtak és nevettek azon, hogy a helytelen táplálkozási szokások miatt betegség alakulhat ki. A régies gondolkodásuk még ma is jelentéktelennek mondják az étrend és táplálkozás előnyeit a betegség megelőzés szempontjából. Napjain társadalmában még azok számára is szükséges tanítani az egészség alapjait, akik a helyes táplálékot, étrendet és életmódot választották. A múlt évszázad folyamán a tisztálkodási szokások nagymértékű fejlődése miatt a fertőző betegségek rendkívüli módon visszaszorultak. Ma más dolgokkal kell szembesülnünk: olyannal, amire a világ még nem készült fel, annak ellenére, hogy előre meg lett jövendölve Isten népe számára.

Mi okozza a világon végigsöpörő modern ragályos betegséget? Először is olvassuk el a jövendölést: „A mindenféle uralkodó betegségek és szenvedések nagy részben az étrendben mutatkozó általános hibáknak tulajdoníthatók.” – *Gyermeknevelés*, 265. Ellen White állítása azt fejezi ki, hogy a betegségek legtöbbje, amivel most kell szembe néznünk, az étrendnek és az életmódnak köszönhető nem pedig a járványoknak.

Figyeljük meg azt a nyilatkozatot, amit a World Health Organization (WHO) tett közzé a weboldalán 2011. június 20-án: „A négy legfőbb betegség, amelyek nem-fertőzőek – a

szív és érrendszeri megbetegedések, a rosszindulatú daganatok, az idült tüdő problémák és a diabetes – okozzák 5-ből 3 ember halálát világszerte, és gerjesztenek társadalmi-gazdasági nehézségeket minden országban, különösen a fejlődő nemzeteknél.” A világ hatvan százaléka ebben a négy, nem-fertőző betegségben hal meg.

2011 április 27-én egy WHO jelentésben ez állt: „Ma a nem-fertőző betegségek a okozzák a legtöbb halálos esetet és növekvő tendenciát mutatnak... 2008-ban 36,1 millió embert hunyt el szív betegségben, agyvérzésben, idült tüdőbajban, rák és diabetes megbetegedésekben.” A WHO igazgatója kijelentette, hogy: „Nem túlzás azt állítani némely ország körülményeiről, hogy olyanok, mint egy közelgő katasztrófa. Egészségügyi, társadalmi és legfőképpen nemzetgazdasági katasztrófa.” Ugyanebben a jelentésben a WHO nyilatkozik a legtöbb elhalálozást okozó betegségek legnagyobb kockázati tényezőiről: „A [nem fertőző]betegségek ezen négy csoportjára vezethető vissza az elhalálozások 80%-a, és osztoznak a négy legáltalánosabb kockázati tényezőn.

1. DOHÁNYZÁS
2. MOZGÁSHIÁNY
3. TÚLZOTT ALKOHOLFogyasztás
4. ROSSZ TÁPLÁLKOZÁS

Nem mástól kapod el a szív, a rák, a tüdő vagy a cukorbetegséget. E négy betegség egy dologban közös: mindegyik úgynevezett életmód-betegség. Úgy ismertek, hogy a hiányos étrend, valamint az életmód helytelen szokásai miatt alakulnak ki, mint ahogyan a próféta lelke is bemutatja azt. A legnagyobb gondot az okozza, ahogyan az ember saját szervezetével törődik. Szinte biztosra vehető a halálos betegség kialakulása, ha beszívjuk a dohány mérgező füstjét, ha nem mozgunk, ha alkoholos tartalmú italok mérget isszunk, ha egészségtelen, nem tápláló és kimondottan kártékony táplálékot fogyasztunk. Mind ezen veszélyt jelentő tényezők saját döntéseinkből származnak, abból, hogy miként törődünk szervezetünkkel. Van, aki úgy dönt, hogy dohányzik, van, aki a mozgásszegény életmódot választja, van, aki az alkohol mellett határoz és van, akinek a választása az egészségtelen ételeket fogyasztására esik. Viszont, ha így van, akkor kit lehet hibáztatni saját betegséünkért? Csakis önmagunkat és önbecsülésünk, önuralmunk hiányát. Figyeljük meg, ahogyan a próféta lelke előrelátja ezen valós állapotokat, és ahogyan Isten figyelmezteti népét a magasabb színvonal képviselőre a világgal szemben: „A világosságban, melyet olyan régen (1863) kaptam, az Úr elém tárta, hogy mértéktelenség fog eluralkodni a vilá-

gon riasztó mértékben, s Isten népének feltétlenül emelkedett álláspontot kell elfoglalnia szokásaik és cselekedeteik megreformálása területén.” – *Hogyan Étkezzünk*, 426.

A betegség legfőbb okai

Túlzás volna azt állítani, hogy a betegségek minden esetben a helytelen életmódra vezethetők vissza. Még Isten azon nagyszerű férfiai is, mint Jób és Elizeus betegség viselői voltak, annak ellenére, hogy ilyen okok lennének nekik tulajdonítva. Az ihletés tolla mindazonáltal egyértelművé teszi, hogy bizonyos dolgokat mi is megtehetünk – számunkra is befolyásolható tényezőket – amik nagymértékben befolyásolják a valószínűségét annak, hogy el kell-e viselnünk valamely gyakori betegséget.

Tekintsük át röviden, hogy az Úr miként tárta fel az elhalálozás három nagy veszélyt jelentő tényezőjét Ellen White számára, sokkal előbb, mint ahogyan a tudósok felismerték volna ezeket.

1. Dohányzás

„A dohány a legálmokabb és legveszélyesebb méreg, mely először izgatja, majd megbénítja az idegrendszert. Több mint veszélyes ez, mert csak nagyon lassan fejti ki hatását a szervezeten, eleinte alig észrevehetően. Tömegek esnek áldozatául mérgező befolyásának. Kétségtelenül öngyilkosságot követnek el ennek a lassú mérregnek használói.” – *Temperance*, p 57.

2. Mozgáshiány

„A tétlenség a betegség melegágya. A mozgás élénkíti és kiegyensúlyozza, a tétlenség pedig lassítja a vérkeringést, és gátolja, hogy végbemajenjenek az anyagcsere-folyamatok.” – *A Nagy Orvos Lányomán*, 164.

3. Az alkohol káros hatása

„Évről évre millió és millió liternyi szesz ital fogy el. Rengeteg pénz költenek boldogtalanság, szegénység, betegség, züllöttség, kék, bűncselekmények és halál vásárlására. Az italárus nyereszkezdésből olyan árut szolgáltat áldozatainak, amely aláása mind szellemi, mind fizikai egészségüket.” – *A Nagy Orvos Lányomán*, 232.

Most pedig vizsgáljuk meg a negyedik veszélyt jelentő körülményt, a hiányos táplálkozást, amely a világ

lakosságának majdnem kétharmadát érinti. Nem mindenki dohányzik, nem mindenki mozog keveset, és nem mindenki fogyaszt alkoholt, viszont a negyedik veszélyt jelentő tényező mindenkit érinthet, hiszen mindenki fogyaszt valamilyen élelmiszert. Ezért van az, hogy az elfogyasztandó élelmiszer az, ami a legnagyobb kockázati tényezőt jelentti egészségünkre vagy betegségeinkre tekintettel. Amit megesszünk az vagy az egészségünkre szolgál, vagy a betegséget segíti elő. Tekintsük meg a WHO egy másik érdekes kijelentését az emberiségről. Eben a nyilatkozatban táplálkozási javaslat van az egészséges étrendhez és az egészségtelen élelmiszerek elleni figyelmeztetés, amelyek fogyasztása megbetegedésekhez vezetnek: „Egy egészségtelen étrend a legnagyobb kockázati tényezője a krónikus betegségek kialakulásának, beleértve a szív- és érrendszeri betegségeket, a rákos megbetegedéseket, a cukorbetegséget, és amik a túlsúlyossághoz kapcsolhatók. Kimondottan javasolt, hogy az egészséges étrend tartalmazzon: több gyümölcsöt, zöldséget, hüvelyes terméseket, dióféléket és gabonaműt; továbbá csökkentse a só, a cukor és a zsiradék fogyasztást. Szintén tanácsos a telítetlen zsiradék választása a telített helyett és az úgynevezett transz-zsírak elkerülése.”

A világ jelentősebb egészségügyi szakemberei által közzétett javaslatokat minden ember számára szólnak szerte a világon. Függetlenül attól, hogy földünk északi vagy déli részén élünk, függetlenül attól, hogy a harmadik világ valamely országában vagy egy gazdag nyugati államban lakunk, függetlenül kortól, nemzetiségtől, bőrszíntől vagy körülményektől – az alapelvek mindig ugyanazok maradnak. Az előbbi étrendbeli javaslat nem csupán a különböző húsokat nem említi – mint például, disznó, marha, birka, csirke vagy hal – hanem kihagyja a tejtermékeket is, a tejet, a sajtot, a joghurtot, de még a tojást is. A gyümölcsök, zöldségek, hüvelyesek, diófélék és gabonaműek azok, amelyek a fogyasztásra ajánlott táplálékok csoportjába tartoznak. Ez azt jelenti, hogy a WHO által javasolt legmegfelelőbb élelmiszerek egyben mind megtalálhatók a vegán és vegetáriánus étrendben. Mindez arra emlé-

keztet engem, ami a Prófétaság Lelke által megíródott az Advent nép figyelmeztetésére: „Hogy megtudjuk, melyik a legjobb táplálék, tanulmányozzuk Isten eredeti tervét, amelyben az ember eredeti étrendét megállapította. Ő, aki az embert teremtette és tisztában van szükségleteivel, jelölte ki Ádámnak a megfelelő táplálékot... A Teremtőnk által számunkra kiválasztott étrend gabonaművekből, gyümölcsökből, diófélékből és zöldségekből áll.” – *Gyermeknevelés*, 264. Még mielőtt a világ elkezdett volna azon gondolkodni, hogy milyen fajta élelmiszer segíthetne megátolni a betegségeket, az Úr ki nyilatkoztatta azt Ellen White által. Az Úr kijelentette, hogy a vegán és a vegetáriánus étrend tartalmazza a legmegfelelőbb táplálékot ahhoz, hogy gátat vessünk a legyengülésnek, a betegségnek és az elhalálozásnak ezen utolsó napokban.

Figyeljük meg az Úr akaratát arra vonatkozóan, hogy milyen étrendet válasszunk: „Az Úr ismételtén kijelentette nekünk Szentleke által, hogy lépésről-lépésre akar bennünket eredeti szándékához visszavezetni és pedig: hogy az ember a föld terményeiből éljen. Akik várják az Úr eljövételét, a húsevést egészen el fogják hagyni... Különösen azok, akik betegápolással foglalkoznak, éljenek csupán gyümölccsel, gabonaműekkel és zöldségekkel. Ha magunk ezen alapelvek szerint élünk, s mint igaz keresztények fékezzük és neveljük ízlésünket, akkor Istennek tetsző befolyást gyakorolunk másokra is.” – *Keresztény Életmód*, 128-129.

„Haladjunk előre értelmesen az étrend egyszerűsítése terén. Isten gondviselése folytán minden ország termel olyan élelmiszert, ami kellőképpen táplálja a szervezetet.” – *Hogyan Étkezzünk*, 90. Étkezésünket alkossa különféle gyümölcsök, zöldségek, hüvelyesek, gabonaműek, diófélék és magvak, mivel ezekben található meg az életerő.

Megfontolandó dolog

Mi fog történni akkor, ha Isten népe elfogad egy ilyen egyszerű vegetáriánus étrendet? A WHO elmondása szerint csökkenni fog a kockázata annak, hogy olyan általánossá vált betegségben halljunk meg, mint a szív-, a rákos-, a tüdő- és cukorbetegség. Mit jelentett ki az Úr

erről nekünk: „Az Úr elem tárta, hogy mértéktelenség fog eluralkodni a világon riasztó mértékben, s Isten népének emelkedett álláspontot kell elfoglalnia szokásaik és cselekedeteik megreformálása területén... Megmutatta nekem, hogy megreformált étrendet kíván adni parancsolattartó népének s hogy amint elfogadták azt, betegségek és szenvedéseik jelentős mértékben csökkenni fognak. Azt is elem tárta, hogy ez egy fokozatosan fejlődő folyamat lesz.” – *Counsels on Health*, p. 531.

Isten az Ő nagy szeretetéből és gyelméből a valaha felfedezett legfejlettebb gyógyszert adja az Advent népnek, a betegségmegelőző étrendet. A reformtrendszerű megoldás arra, hogy könnyítsen emberek millióinak szenvedésén és betegségén. Nem a gyógyszeres dobozban találsz meg az egészséget, de nem is az injekcióban, hanem azt mondja az Úr, hogy az általa készített és kimondottan a szervezetünk számára teremtett táplálékban van az igazi egészség. Az orvostudomány világszerte dollármilliókat költ évente betegségek kezelésére és gyógyításának kutatására. Ezek és ezek tanulnak tudósok, kutatók, kémikusok, orvosok, hogy az emberiséget sújtó betegségekre bámulatos gyógymódot találjanak. És ennek a hihetetlen nagy erőfeszítésnek az ellenére, mind több és több ember betegszik meg évről-évre szív és érrendszeri bántalomban, rákos elváltozásokban, cukorbetegségben és tüdő elégtelenségben.

A világ fülét hegyezi a legfrissebb gyógyszerészeti fejlesztésekre és áttörésekre. Viszont, sajnálatos módon, senki nem kíván hallgatni egy képzetlen nőre, aki életében soha nem tanulta az orvoslás vagy a gyógyszerészet semmilyen formáját sem. Senki sem figyel olyanra – aki a vitaminok és antioxidánsok felismerése előtt élt réges-régen – aki azt mondta, hogy Isten nem egy pirulába helyezett el mindenféle csodálatos kezelést, hanem egy almába, a brokkoli egy ágába, egy mandulába, egy babszembe, egy szezámmagba vagy egy gabonaszembe. A vitaminok, ásványvizek, antioxidánsok, enzimek, betegségmegelőző kémiai anyagok, valójában már sokkal régebben lettek teremtve. Már jóval korábban kutatták és megtervezték azokat, már jóval korábban előkészítették és nagy mennyiségben

előállították azokat, és már jóval korábban csomagolták és mindenki számára elérhetővé tették azokat. Ennek megnevezése: táplálék – az igazi, régimódi, egészséges vegetáriánus élelmiszer! A tudomány csupán felfedezi, amit Isten már megteremtett! Van valami, amit Isten a táplálékba helyezett el, és amit a gyógyszerek pirulái soha nem tudnak biztosítani: az életerőt. Az Istentől kapott táplálék telve van életadó, tápláló bőséggel, hogy megátolja a legyengülést és megbetegedést. Nem azért van betegség, mert Isten nem gondoskodott elegendő tápláló élelmiszerről, hanem leginkább azért, mert az emberek nem akarják azt fogyasztani.

Másik figyelmeztetés is szerepelt a WHO által kiadott étkezési javaslatban, a cukor, a só és a zsiradék fogyasztásnak csökkentése, és abból is leginkább a transzzsíroké. Amikor arra vagyunk figyelmeztetve, hogy csökkentsük a cukor és só fogyasztását, akkor a világ úgy állítja be ezeket, mint amik inkább a betegséget segítik elő és nem az egészséget. Amikor arra vagyunk figyelmeztetve, hogy használjunk kevesebb szaturált (telített) zsírt, ami nagymennyiségben az állati eredetű élelmiszerekben fordul elő, valamint transzzsírokat, amik leginkább sült ételekben találhatóak, mint például csipszekben és más készételekben, akkor ezeket is úgy ítélik meg, hogy csak a betegséget segítik elő. A táplálkozás ezen információi a világ számára teljes mértékben újdonságok, viszont Isten népe számára a próféciák beteljesedését jelenti. Szeretném ismételtelen felhívni a figyelmet azon intésekre, amiket Isten adott az ihletés tollán keresztül:

1. A TÚL SOK CUKOR. „A cukor bőséges használata – bármilyen formában – eldugítja a szervezetet, ezért sok esetben betegséget okoz.” – *Keresztény Életmód*, 60.

2. A TÚL SOK SÓ. „Ételeinket mi már csak szerényen sózzuk meg és félretettünk minden más fűszert.” – *Hogyan Étkezzünk*, 427.

3. A TÚL SOK TELÍTETT ÁLLATI EREDETŰ ZSIRADÉK. „A húst zsírszagot árasztva szolgálják fel, mert így felel meg a romlott ízlésnek. Fényűzéseként fogyasztják, mind a vért, mind az állati zsírt. Az

Úr azonban külön utasításokat adott, hogy egyiket se együk. Miért? Mert fogyasztásuk beteges vérkeringést idéz elő az ember szervezetében. Az Úr rendkívüli utasításainak semmibe vevése különböző nehézségeket és betegségeket hozott az emberekre... Ha azt adják szervezetüknek, amiből az nem tud jó vért előállítani és nem táplálja a testet, akkor el kell viselniük Isten szava semmibe vételének következményeit.” – *Hogyan Étkezzünk*, 346.

4. A TÚL SOK SÜLT ZSIRADÉK. „Véleményünk szerint a sült burgonya [csipsz] nem egészséges, mert több-kevesebb zsiradékot vagy vaját szív magába készítéskor.” – *Hogyan Étkezzünk*, 286.

„Sz. testvér, fontold meg alaposan, mit eszel és mit iszol, hogy ne legyen továbbra is beteges a tested. Táplálkozz rendszeresen, és csak olyan ételt fogyasszál, amiben semmi zsiradék nincs.” – *Hogyan Étkezzünk*, 310-311.

„A fűszer-, a hús- és mindenféle zsiradéktól mentes étrend áldásnak bizonyulna számodra.” – *Hogyan Étkezzünk*, 311.

„Gyümölcs és gabonafélék, zsiradéktól mentesen és a lehető legtermészetesebb állapotban készítve el – ez legyen a táplálék azok asztalán, akik azt állítják, hogy az elváltozásra készülnek.” – *Hogyan Étkezzünk*, 311.

Nem fogsz találni hitelt érdemlő tudományos útmutatást, amely valakinek azt javasolná, hogy növelje a cukor, só vagy az állati eredetű telített zsiradékot és a transzzsírt. Nem fogsz találni egy tárgyilagos, hihető táplálkozási javaslatot, amely arra biztatna, hogy fogyassz több marha-, sertés-, csirke és birkahúst, vagy sajtot, tejet és így tovább, annak érdekében, hogy csökkentsd a kockázatát a szív-, rák-, tüdő- és cukorbetegség kialakulásának. Hogy miért nem? Egyszerűen azért, mert nagyon jól tudja mindenki, hogy elsősorban pontosan ezek az élelmiszerek növelik a betegség kialakulásának kockázatát.

Némelyek azt mondják, hogy halat kell enni, mivel gazdag a telítetlen zsírokban, amely csökkenti az egyik kockázati tényezőt. Az igaz ugyan, hogy gazdag a telítetlen zsírokban, mint például az omega-3 olajokban, viszont az is igaz, hogy magas a koleszterin tartalma, ugyanannyi, mint a csirkének. Továbbá az is igaz, hogy

a legtöbb hal sok higanyt tartalmaz és más szennyeződések, amelyek a szennyezett vizekből szívódnak fel. „Sok hal annyira fertőzött lett a vizek szennyeződése következtében, hogy a betegség okozójává vált. Ez különösen ott igaz, ahol a halak a nagyvárosok szennyvízcsatornáikhoz férkőzhetnek. A csatornák tartalmából táplálkozó halak azonban távoli vizekbe is eljuthatnak, és ott is kihalászhadják őket, ahol tiszta és friss a víz. Így ha táplálkozásra használják a halat, betegséget és halált hozhatnak olyanokra, akiknek fogalmuk sincs a veszélyről.” – *Hogyan Étkezzünk*, 346. Félrevezetés azt ajánlani, hogy fogyasszanak halat, mivel tartalmaz egy tápláló anyagot, hiszen ugyanakkor tartalmaz káros alkotóelemeket is. Ez olyan mintha azt mondanánk, hogy „Snickers” csokit kell enni, mert sok benne a mogyoró, holott tartalmaz csokoládét, tejterméket és cukrot is. Ez egy teljesen ellentmondó dolog. A zsíradékok és olajok legjobb formái, amelyek semmi mást nem tartalmaznak csak egészséges anyagokat, mindazok, amik a növényi eredetű vegetáriánus étrenden alapulnak. Mint például a lenmag és a dió, amik gazdagok az omega-3 telítetlen zsírsavakban és egyik sem tartalmaz káros anyagokat, mint a hal. Ellenben van bennük egy sor további esszenciális tápanyag, amelyek csak erősítik a szervezetet mindenféle hátrány nélkül. Egy kiegyensúlyozott, tápláló vegán vagy vegetáriánus étrend a védelemi fegyverek egész arsenáljával szerel fel bennünket a mai modern idők négy legfőbb ellenségével szemben, miközben nekünk semmi más dolgunk nincs, csak annyi, hogy fogyasszuk el azokat.

Vészes lemaradás

Isten hitvalló népeként napjaink kihívása számunkra nem abban van, hogy túl gyorsan, túl előrehaladottan hirdetjük az igazságot a világ számára, hanem abban van, hogy lemaradunk. A világ fújja a kürtöt, hirdetve a vegán étrendhez tartozó élelmiszerek fogyasztásának előnyeit, és közben mit hirdetünk mi? Elöl haladunk-e vagy hátul kullogunk? Hirdetjük-e a hármass angyalai üzenet jobb kezét – az egészség és a boldogság jobb kezét? Vagy pedig inkább vétközünk, zúgolódván az Úr utasításai ellen, mint ahogyan Izráel gyermekei is

tették? „Most pedig a mi lelkünk elped, mindennek híjával lévén; szemünk előtt nincs egyéb mint manna” (4 Mózses 11:6).

Némelyek így kiáltanak fel: „Én szeretem a húst, a sajtot, a vaját, a tejet és a tejfölt. Szeretem a tojást, a csokoládét, a cukrot és a süteményt. Szeretem a fűszereket, a sót és a sültet. Ha mindezek elveszitek előlem, akkor az én lelkem elped, és szemem előtt nem lesz egyéb, mint manna – a zöldség, a hüvelyesek, a gabonane-műek a diók és a magvak.” Tudod jól, hogy ez az igazság. Ha ezeket vennék el tőlünk, akkor tényleg semmink se lenne. Ez a semmi tömítené el az ereinket és „juttatna” szívbetegségekhez. Ez a semmi rombolná sejtjeinket és szerezne rákos megbetegedéseket. Ez a semmi tenné tönkre szöveteinket és lennénk tőle tüdőbetegek. Ez a semmi pusztítaná szervezetünket és okozna cukorbetegséget. Ha követjük az Úr tanácsait, és csak az általa javasoltakat fogyasztjuk, akkor nem leszünk betegek, és nem kerülünk kapcsolatba a végidő ezen borzalmas betegségeivel.

A Biblia nagyon világosan fogalmaz: „Ne tévelyegjétek, Isten nem csúfoltatik meg; mert amit vet az ember, azt aratádjja is. Mert aki vet az ő testének, a testből arat veszedelmet; aki pedig vet a léleknek, a lélekből arat örök életet” (Galata 6:7.8). Amit az Úr egyszer kijelentett az nem fog változni. Viszont magunknak fel kell tennünk a kérdést: Hajlandó vagyok-e megváltozni? Hajlandó vagyok-e egészségesen élni és étkezni? Hajlandó vagyok-e elősegíteni a betegek szenvedéseinek enyhítését, amelyek nagyon kínozzák az embereket napjainkban? Hajlandó vagyok-e a Léleknek vetni az által, hogy azon az úton haladok, amelyet az Úr jelölt ki az étrendre vonatkozóan? Vagy olyan vagyok-e, mint a régi Izráel, és a testnek vetek, azáltal hogy mindent megesezek, amit csak kívánok és szeretek? A választás a mi kezünkben van: vagy a test kívánságainak engedünk, vagy a világosságnak, mely a Lélek által ki van nyilatkoztatva előttünk. Az Úr hozzánk is kiált ma, mint ahogyan a régi Izráellel is tette: „Bizonyosságul hívom ellenetek ma a mennyet és a földet, hogy az életet és a halált adtam előtökbe, az áldást és az átkot: válaszd azért az életet, hogy élhess mind te, mind a te magod” (5 Mózses 30:19).

Ki áll az Úr mellé és lesz igazi reformátor? Ki bátorodik fel közülünk és tüzi ki célul, hogy az egészséges életmód előjárója legyen? Ki hajlandó közülünk felemelni a trombitát és hirdetni a világ számára az egészségügyi üzenet áldásait, még mielőtt a világ hirdetné mindazt nekünk? „Csak ha értelmesen fogjuk fel az egészséges életmód elveit, akkor ébredünk rá a helytelen étkezésből fakadó veszedelmekre. Akik korábbi tévedéseiket felismerve felbátorodnak, hogy megváltoztassák szokásaikat, azok tapasztalni fogják, hogy a megújulás folyamata küzdelmes és kitartást igénylő. De ha egyszer kialakult a helyes ízlés, akkor rájönnek, hogy az előzőleg ártalmatlannak tekintett ételek, lassan de biztosan, az emésztési zavarok és más betegségek alapjait fektették le.” – *Hogyan Étkezzünk*, 24. Tedd fel a kérdést magadnak és őszintén válaszolj rá: Egészséges vagyok? Úgy étkezem-e, mint ahogy azt az Úr elvárja tőlem? Vagy pedig nem figyel rám senki, mivel engedek a test kívánságának és ízlésének.

„Isten szakadatlan fejlődést vár el népétől. Vegyük tudomásul, hogy értelmi fejlődésünk és lelki megszentelődésünk legfőbb akadálya az étvágy kielégítése. Sokat beszélünk az egészségügyi reformról, mégis sokan étkeznek helytelenül. A testi és szellemi erőtlenség oka az étvágy bűnös kielégítése, s ez a gyökere a betegségeknek és korai halálnak. Aki megtisztult lélekre törekszik, ne feledje, hogy Krisztus hatalma meg tudja fékezni az étvágyat.” – *Bizonyosságtételek*, 9. kötet, 106.

Az Úr azt várja el tőlünk, hogy emeljük fel a trombitát és hirdessük az egészséges étrend és életmód előnyeit, szavainkkal és személyes tapasztalataink által. A gyülekezet minden tagja érezze magát elhivatottnak erre, minden gyülekezet legyen fényhordozó a betegség sötét világában! Ébredjen fel mindenki az Úr hívására! „Azért akár esztek, akár isztok, akármit cselekesztek, mindent az Isten dicsőségére míveljétek” (1Korinthus 10:31). Ámen.

A TÖKÉLETES BIZALOM

Összeállította a Bibliából és a Prófétaság Lelkéből, valamint magyarázatokat fűzött hozzá: Leslie Bauer

A „bizalom” egy nagyon érdekes szó – és ha igazán megértjük, akkor egy örökidőre szóló lenyűgöző tapasztalatot eredményez. A tökéletes bizalom még érdekesebb, mivel teljességet és hiánytalanságot feltételez, ami nincs meg a hétköznapi bizalomban.

Előfordul, hogy némely kifejezés lelki értelmét jobban megértjük, ha megnézzük, hogy az élet más területén milyen jelentőséggel bír. Figyeljük meg például, hogy mit jelent a „bizalom” az üzleti életben, vagy jogi szemszögből. A szót főnévi alakjában használják a szerződésekben, amikor egy tulajdonos, egy megbízó átruházza egy vagy több vagyontárgy – mint például egy autó, vagy egy ház – tulajdonjogát, vagy használati jogát egy vagy több megbízottra, hogy fenntartsa és megóvja azt, egy vagy több haszonélvező érdekeit képviselve

Más szóval kifejezve, valaki átadja bizonyos dolgok feletti tulajdonjogot valaki másnak, hogy vigyázzon rá és gondoskodjon róla a tulajdonos hasznát figyelembe véve. Például a szülők készíthetnek egy meghatalmazási szerződést az ingatlanjuk bérbeadására vonatkozóan, hogy értékét megőrizték, míg a gyerekek elég idősek nem lesznek ahhoz, hogy az örökségüket átvegyék. A megbízottaknak ideiglenes tulajdonjoguk van az ingatlanon, míg a megbízó által adott feltételeket a gyermekek el nem érik.

A megbízottaknak olyan felelősségük van az ingatlanért, mintha a saját tulajdonuk volna. Tudjuk-e önmagunkra és egészségünkre vonatkoztatni ezen hasonlatot? Bízott-e ránk Isten olyant, amire vigyáznunk kell, amit meg kell őriznünk? Az Ő megbízottjai vagyunk-e?

„Avagy nem tudjátok-é, hogy a ti testetek a bennetek lakozó Szent Léleknek temploma, amelyet Istentől nyertetek; és nem a magatokéi vagytok? Mert áron vétettetek meg; dicsőítsétek azért az Istent a ti testetekben és lelketekben, amelyek az Istenéi” (1 Korinthus 6:19. 20).

Igen. Testünket azért kaptuk, hogy vigyázzunk rá és gondoskodjunk róla. Miért? Mert nem a miénk. Az Isten tulajdona. Ő megvásárolta és ránk bízta, hogy védjük s óvjuk. Viszont képtelenek vagyunk megóvni azt egymagunk. Annyit tehetünk, hogy kérjük, hogy állítsa helyre bennünk az Ő képmását, és vegye kezébe testünk örökéletre való felkészítését.

„Az élet Isten ajándéka. Testünket azért kaptuk, hogy az Őt szolgáljuk vele. Isten akarata, hogy megbecsüljük, és vigyázzunk reá. Éppúgy rendelkezünk testi, mint szellemi adottságokkal. Érzéseink és indulataink testünkől fakadnak, ezért semmi olyat nem szabad tennünk, amivel megrontanánk ezen reánk bízott tulajdont. Szervezetünket a leg-

jobb fizikai állapotban és lelki befolyás alatt kell tartanunk, hogy talentumainkat a lehető legjobb módon használhassuk fel.” – *Counsels on Health*, p. 41.

A teljes, a tökéletes

A „tökéletes” szó jelentését a jogi környezetben úgy értelmezhetjük, mint egy teljes vagy hiánytalan tulajdonjog igény bejegyzése egy ingatlanon.

Ez a magyarázat meglehetősen érdekessé válik, ha egy megbízással van összevonva. Egy mindenre kiterjedő meghatalmazás, egy jogerős megbízás (hogy őrizzük meg testünket az Ő szolgálatára) megköveteli a kifogástalan bánásmódot. Hát nem olyan-e ez, mint egy jogerős meghatalmazás, amit Isten is elvár tőlünk?

„Nem tudjátok-é, hogy ti Isten temploma vagytok, és az Isten Lelke lakozik bennetek? Ha valaki az Isten templomát megrontja, megrontja azt az Isten. Mert az Istennek temploma szent, ezek vagytok ti” (1 Korinthus 3:16.17).

„Amikor az ember megfeledezik arról a tényről, hogy képességei és mindaz, amivel csak bír, Isten tulajdona, olyankor hűtlenül kezeli Isten javait. Hűtlen sáfár ő,

aki arra indítja Istent, hogy hűségesebb kezekre bízva javait. Isten elvárja azoktól, akikre rábízta javait, hogy megbízhatóan bánjanak azokkal, hogy a világ láthassa, hogy a bűnösök megmentése érdekében munkálkodnak. Azt kéri mindazoktól, akik azt vallják, hogy az Ő felügyelete alá tartoznak, hogy jellemben ne tüntessék fel Őt hamis színben... Áldásait naponta kitölti ránk... Dicsőítsük Őt azáltal, hogy másoknak is átadjuk azt, amit bőségesen kaptunk Tőle!" – *In Heavenly Places*, p. 302.

Mit foglal ez magába?

Az élet azon nagy jelentőségű volta, ahogyan Isten azt reánk bízta, a következő idézetben van kihangsúlyozva a Szentírásban: „Mert nekünk mindnyájunknak meg kell jelenünk a Krisztus ítélőszéke előtt, hogy kiki megjutalmaztassék a szerint, amiket e testben cselekedett, vagy jót, vagy gonoszt” (2 Korinthus 5:10).

Ez az egészségre is vonatkozik. Isten egyértelmű utasításokat adott a mai nemzedéknek arról, hogy miként gondoskodjunk testünk tempomáról annak érdekében, hogy megóvjuk egészségünket és elmélyítsük lelkiségünket. Nagyon fontos ismereteket adott a Bibliában és a Prófétaság Lelkében számunkra, ami segít az egészségünk megtartásában és helyreállításában. Ha követjük az általa felállított és tőlünk elvárt szabályt, akkor learathatjuk a

számunkra félretett csodálatos isteni áldásokat. Fontoljuk meg a táplálkozásra és mértékletességre adott tanításait! Naponta próbára vagyunk téve az étvágyon keresztül. A menny figyeli, hogy miként követjük Istennek útmutatásait.

„Gabonafélék és gyümölcsök a lehető legegyszerűbben és zsírmentesen elkészítve – ez legyen a táplálék azok asztalán, akik azt állítják, hogy az elváltozásra készülődnek!” – *Hogyan Étkezzünk*, 277.

„Gabonafélék, gyümölcsök, diófélék és zöldség képezik azt az étrendet, amelyet a Teremtő választott számunkra. Ezek az ételek, a lehető legegyszerűbben és legtermészetesebben elkészítve a legegészségesebbek és a legtáplálóbbak. Olyan erőt kölcsönöznek, olyan szívósságot, olyan szellemi élénkséget, amelyet a bonyolultabb és serkentő étrend nem nyújt.” – *Hogyan Étkezzünk*, 76.

Ahogy láthatjuk, Isten biztosította a megfelelő táplálékot a testünk és lelkünk megóvásához. Ennek az étrendnek a választása egy folyton fejlődő folyamat, amely felfelé ívelő, hiszen a régi szokások meg kell hogy változzanak.

„Azt a világosságot kaptam, hogy nemsokára mindennemű állati termékről le kell mondanunk. Még a tejet is el kell majd vetnünk. Gyors ütemben szaporodnak a betegségek. Isten átka sújtja a földet, mert az ember átkozottá tette azt.” – *Hogyan Étkezzünk*, 312.

„Sok anya olyan asztalt terít, ami csapda családjának. Húsételek, vaj, sajt, díszes sütemények, csípős ételek és fűszerek – mindebből korlátozás nélkül vehet az öreg, a fiatal.

Ezek aztán megteszik a magukat, hogy lerontsák a gyomrot, felizgassák az idegeket és megrontsák a szellemi képességeket. A vérképző szervek képtelenek ilyesmiből jó vért előállítani. Az ételbe főzött olaj vagy zsír megnehezíti a táplálék emésztését. A

sajt hatása veszedelmesen ártalmas.” – *Hogyan Étkezzünk*, 323.

Talán jobban megértjük a következő idézetből Isten erőfeszítésének komolyságát, hogy megőrizze egészségünket.

„Hallgassanak-e az emberek a figyelmeztetésre? Megbecsülük-e a fényt, vagy pedig az étvágy és az alantas szenvedélyek rabszolgái lesznek? Krisztus a szolgaságnál magasztosabbat tár elénk, amiért fáradozhatunk. Többet, mint hogy mit eszünk, mit iszunk és mivel ruházódunk. Az emberek annyira túlzásba viszik az evést, az ivást és az öltözködést, hogy ezek bűncselekményekké válnak, az utolsó napok megjövendölt bűnei, és Isten eljövételét megelőző jelek közé tartoznak. Időt, pénzt, erőt, ami pedig mind az Úr – de amit miránk bízott – mind elpazarolják az öltözködés fölösleges túlzásaira, a romlott étvágy fényűzéseire, ami csak csökkenti az életerőt, sőt szenvedést és romlást hoz. Lehetetlenség Istennek tetsző élő áldozatul adnunk a testünket, ha bűnös vágyaink kielégítése következtében tele vagyunk romlással és betegséggel.” – *Hogyan Étkezzünk*, 61.

„A féktelen kicsapongás és a nyomában járó betegség, romlás, amely már Krisztus első adventjekor elterjedt volt, újra láthatóvá válik – megnövekedett mértékben – második eljövetele előtt. Krisztus elmondta, hogy a világ állapota azokban a napokban olyan lesz, mint az özönvíz idején, vagy Sodomában és Gomorában. Az emberi szív gondolatai, minden elképzelése állandóan gonosz. Ezeknek a félelmetes időknek a küszöbén élünk most, és jól meg kell jegyeznünk Megváltónk böjtjének tanulságait! Csak Krisztus kimondhatatlan szenvedése által mérhetjük fel a féktelen élvezet-hajhászásban rejlő gonoszt. Krisztus példája mutatja, hogy csak akkor reménykedhetünk az örök életben, ha étvágyunkat, szenvedélyeinket alárendeljük Isten akaratának.” – *Jézus Élete*, 93. 94.

„Sokféleképpen gyakorolhatjuk a gyógyítás művészetét, de a menny csak egyetlen utat helyesel.”

Egy stabil meggyőződés

Előfordulhat, hogy betegség ér bennünket. Sok esetben ez a mi hanyagságunk miatt történik meg. Viszont az Istenbe való kapaszkodásnak is a lehetősége lehet, mint ahogyan Elizeussal történt.

„Elizeus munkája lezárult a Joásznak adott tanáccsal és bátorítással. Az, akire teljes mértékben szállt az Illésen megnyugvó Lélek, élete végéig hűségesnek bizonyult. Soha nem ingadozott. Sohasem vesztette el a Mindenható erejébe vetett bizalmát. Mindig hitben ment előre; akkor is, amikor úgy tűnt, zsákutcába jut. Isten pedig megtisztelte bizalmáért, és megnyitotta előtte az utat.

Isten nem adta meg Elizeusnak, hogy kövesse mesterét a tüzes szekéren. Az Úr megengedte, hogy hosszadalmas betegségben szenvedjen. Az emberi gyengeség és szenvedés hosszú órái alatt hite erősen kapaszkodott Isten ígéreteibe, és mindig maga körül látta a vigasztaló és békét hozó mennyei követeket.” – *Próféták és Királyok*, 164.

Attól függetlenül, hogy mi váltja ki a betegséget, kedvező alkalom lehet az arra, hogy Istenhez térjünk az Ő biztos segítségért és vigaszért. Nem más ez, mint a „bizalom”.

Együttműködés Isten tökéletes tervével

„Mert én élek – mondja Jézus – ti is élni fogtok’ (János 14:19). Ez az az élet, amit meg kell ismertetnünk a betegekkel. Mondjuk el nekik, hogy ha hisznek a gyógyító Krisztusban, ha az egészség törvényeinek engedelmességgel és istenfélelemmel, tökéletes szentségre törekedve együttműködnek vele, Krisztus megeleveníti őket. Ez a test és lélek gyógyításának igazi tudománya.” – *A Nagy Orvos Lábnymán*, 169.

A test és lélek gyógyítás ezen igazi tudománynak megvan a maga helyénvaló eljárása, mint ahogyan említve is lett. Arra vagyunk készítetve, hogy vizsgáljuk azt meg. Isten iránti engedelmességünk mértéke kifejezi a bölcsességébe és erejébe vetett bizalmunk mértékét. Ne feledjük, hogy tökéletes bizalmat kell ápolnunk és nem csupán részlegest. Leginkább abban a kérdésben, hogy Isten számára a gyógyítás mely formája elfogadható.

„Sokféleleppen gyakorolhat-

juk a gyógyítás művészetét, de a menny csak egyetlen utat helyesel: Isten gyógyszerei a természet egyszerű eszközei, amelyek nem merítik ki és nem gyengítik el a szervezetet. Friss levegő, tiszta víz, tisztaság, helyes táplálkozás, tiszta élet és Istenbe vetett szilárd hit – ezekre a gyógyszerekre van szüksége a betegeknek. Ezek a gyógymódok azonban a világ szemében fokozatosan elavulttá válnak, mert a hozzáértő alkalmazásuk olyan eljárást igényel, amelyet az emberek nem értékelnek. A friss levegő, a testedzés, a tiszta víz és a tiszta, kellemes helyiségek különösebb költségek nélkül mindenkinek rendelkezésére állhatnak, a gyógyszerekért azonban drága árat kell fizetnünk – nem csak azért, mert pénzbe kerülnek, hanem a szervezetre tett romboló hatásuk miatt is.” – *Bizonyságtételek*, 5. kötet, 324. Ebben az idézetben szerepelnek azok a paraméterek, amelyek által Isten munkálkodik a ránk bízott test gyógyításán. Ő a természet egyszerű dolgait használja fel (az egészség 8 alapszabályát) a gyógyításhoz és figyelmeztet bennünket azok ellen, amiket Ő nem tud el elfogadni – a gyógyszereket.

Miért ártalmasak a gyógyszerek? Ahhoz, hogy erre a kérdésre választ kapjunk, először azt kell megértenünk, hogy mi is a betegség.

„**A betegség a természet erőfeszítése, amellyel a szervezet igyekszik megszabadulni az egészség törvényeinek áthágása miatt létrejött állapotól.**” – *A Nagy Orvos Lábnymán*, 78.

„Akiik gyakorlattá teszik a tablettakészítmények fogyasztását, bűnt követnek el értelmük ellen és veszályba sodorják a teljes hátralévő életüket.” – *Szemelvények*, 2. kötet, 270.

A betegség nem más, mint hogy szervezetünk próbálja önmagát meggyógyítani abból, amit mi követtünk el ellene. A betegség egy gyógymód, amit a butaság gyakorta gyógyszerekkel megállít. A tiszta levegő, napfény, víz és a többi mindennapos áldások által működő természetet segíti Isten munkája. – lásd: *A Nagy Orvos Lábnymán*, 78.

„Az embereket meg kell tanítani arra, hogy a gyógyszerek nem gyógyítanak. Az igaz, hogy néha pillanatnyi enyhülést hoznak, és úgy tűnik, hogy használatuk eredménye-

ként a beteg meggyógyul. Ez azért van így, mert a természetnek van elegendő életeréje a méreg eltávolítására, és a betegség okozta állapot kijavítására. Az egészség helyreáll a gyógyszer ellenére. De a legtöbb esetben a gyógyszer csak megváltoztatja a betegség formáját és helyét. Gyakran úgy tűnik, hogy a szervezet egy időre legyőzi a méreg hatását, de következményei a szervezetben megmaradnak, és egy későbbi időszakban nagy kárt okoznak.

A mérgező gyógyszerek alkalmazásával sokan élethosszig tartó betegséget szereznek maguknak, és sokan meghalnak, akiket természetes gyógymóddal meg lehetett volna menteni. Mérgeket tartalmazó sok, úgynevezett gyógyszer mind a lelket, mind a testet romboló szokásokat és vágyakat kelt. Sok, gyógyszerkülönlegességnek nevezett népszerű csodaszer, sőt még orvosok által javasolt mérgek is szerepet játszanak a társadalmat oly rettenetes átokkal sújtó alkoholizmus, ópiumfüggőség, morfinizmus alapjának lefektetésében.

Csak akkor lehet reménykedni a dolgok megjavulásában, ha az emberek megismerik a helyes elveket. Tanítsák meg őket az orvosok arra, hogy a gyógyerő nem a gyógyszerekben van, hanem a természetben! A betegség a természet erőfeszítése, amellyel a szervezet igyekszik megszabadulni az egészség törvényeinek áthágása miatt létrejött állapotól. Betegség esetén meg kell állapítani, hogy mi a kórokozó. Az egészségre káros körülményeken változtatni kell, a rossz szokásokat el kell hagyni, majd a természetet a tisztátalanságok eltávolításában és a megfelelő állapot helyreállításában támogatni kell.” – *A Nagy Orvos Lábnymán*, 78.

Bölcsen kell eljárunk az Isten által ránk bízott dolgokban, hogy viszonozásul olyan bizalom fejlődjön ki bennünk, amely minden próbát elvisel, mely utunkat keresztezi. Így mindennapos gyakorlattá és szokássá válik, hogy Istentől várjunk testi, lelki és szellemi segítséget és erőt.

„És feltámad néktek, akik féltitek az én nevemet, az igazságnak napja, és gyógyulás lesz az ő szárnyai alatt, és kimentek és ugrándoztok, mint a hízlalt tulkok” (*Malakiás 4:2*).

A tények magukért beszélnek

Írta: Susan L. Lausevic

Van-e gyülekezetünknek sok rádió-TV műsora, nagy forgalmú kiadója, hírneves szónokai vagy drága reklámhadjáratok, hogy tömegeket érhesünk el páratlan üzenetünkkel? Természetesen nincsenek ilyenek.

Látva más szervezetek hosszú sorát, akik a felsoroltakat mind használják, milyen előrelépésünk van nekünk? Ugye ti is szerettek előrehaladni, amikor nagy munkába fogtok? Keresed-e a lehetőségeket, hogy az embereknek bizonyítást tehess? Gyakorlatiasabb módját keresik-e az emberek a keresztségnek? Milyen módszer használt Krisztus? Úgy teszünk mintha lerokkant gyülekezet lennénk, vagy erőnlen kezű?

Mi van nekünk, amit arra használhatnánk, hogy több és több embert elérhessünk? Nem találkoztam

még olyannal, akit ne érdekelt volna saját egészsége. A betegek képesek az egész világot bejárni, hogy gyógyulást találjanak. Egységük helyreállításának segítségével, lehetőség nyílik számunkra, hogy más igazságra is megtaníthassuk őket.

Az egészségügyi misszió értelme

Mi Isten akarata az emberek egészségére vonatkozóan? „Hogy életök legyen, és bővüljenek” (János 10:10). „Minél szorosabb összhangba kerülünk Isten eredeti tervével, annál kedvezőbben tudjuk biztosítani testi, lelki és szellemi egészségünket.” – *Boldog Otthon, 115.*

A rákos megbetegedések, a szívinfarktus és az autoimmun betegségek azok, amik a legtöbb elhalálozást okozzák világszerte. Az em-

berek mindenhol új betegségekkel szembesülnek, amiket a tudomány képtelen kezelni, átfogó új kutatások és technikai fejlesztések nélkül. Ily módon bennünket is érhetnek váratlan egészségügyi problémák illetve krónikus megbetegedések. Dollármilliókat költenek gyógyszerekre a betegség elterjedése elleni elkésredett küzdelemben. Naponta rengeteg ember halálozik el, és sokan a gyógyulás reménye nélkül élik életüket. Talán Isten arra kér téged, hogy segíts az embereknek, hogy ne legyenek részesei ezen szörnyű dolgoknak. Ő szeretne mindenkit az áldások forrásához irányítani.

„Ha helyesen végezzük, akkor az egészségügyi tevékenység behatoló ék lesz, mely utat készít más igazságok előtt. Amikor teljességében fogadjuk be a harmadik



angyal üzenetét, akkor majd megadjuk az egészségügyi megújulásnak is az öt megillető helyet az egyházterület tanácsaiban, a gyülekezet tevékenységében, a családi körben, az asztalnál s a háztartás összes ügeiben. **Akkor a jobb kéz majd szolgálni és védeni fogja a testet.**” – *Bizonyságtételek, 6. kötet, 327.*

Hogyan munkálkodott Jézus?

Ha megnézzük Krisztus eredményes szolgálatát, akkor azt látjuk, hogy a gyógyítás volt munkájának a legfőbb része. „Az est beálltával pedig vivének hozzá sok ördögöst, és egy szóval kiüzé a tisztátalan lelkeket, és meggyógyít vala minden beteget” (Máté 8:16). A valóságban „szolgálatá során Jézus több időt szentelt gyógyításra, mint prédikálásra.” – *A Nagy Orvos Lábnymán, 14.* Ezzel kihangsúlyozza, hogy foglaljuk el helyünket mi is az egészségügyi misszióban!

A tanítványok Jézus példáját követték

Apostolok Cselekedetei harmadik részében olvashatunk egy olyan sikerről, amire mindenki számíthat, aki egészségügyi missziót végez. Gyógyítási munkájuk ezen legelső tapasztalatában egy ember meggyógyult. Péter és János az Urat képviselték munkájukkal. (Lásd: *Apostolok Cselekedetei 3:1-7.*)

A következő versek bemutatják, hogy a gyógyulásnak milyen hatása volt az emberi lelken, mely az igazi Gyógyító felismeréséhez vezette őt el. „És felszökvén, megállta és jár vala és beméne ő velök a templomba, járálva és szökdelve és dicsérve az Istent.” (8. vers) Látszik, hogy az embert nagyon felkavarta a gyógyulása – örömmel ugrott fel és Isten nevét dicsőítve.

A történet folytatása élénk tárja, hogy milyen gyorsan és hatékonyan terjed a szóbeszéd. „És látá őt az egész nép, hogy jár és dicséri az Istent: És megismerék őt, hogy ő volt az, aki alamizsnáért ült a templomnak Ékeskapujában; és megtelének csodálkozással és azon való álmétkodással, a mi történt vala ő vele. Mikor pedig ragaszkodék Péterhez és Jánoshoz az a sánta, aki meggyógyult, az egész nép álmétkodva összefuta ő hozzájok a tornácba, mely Salamonénak nevezetik.” (9-11. vers)

A fejezet folytatásában (12-26. vers) egy olyan kivételes alkalom jön létre az ige hirdetésére, amilyen még soha azelőtt nem volt és az egészségügyi misszió munkása az élet fontos dolgairól beszélhet. Péter a bűnbánatról beszélt nekik és annak szükségességéről, hogy fogadják el Jézust, mint feltámadott Megváltót.

A hirtelen jött gyógyítás által egy új és kivételes alkalom adódott a bizonyságtételekre. Apostolok Cselekedetei 3. fejezetében arról találunk leírást, ahogyan Péter és János a sánta embert meggyógyítja.

A hirtelen jött gyógyítás nagyon figyelem felkeltő volt és hatalmas érdeklődés támadt.

Péter apostol az emberek figyelmét a gyógyító erő valódi forrására tudta irányítani – Jézus Krisztusra.

Nem arra használta fel ezen alkalmat, hogy elbeszélgesse az emberekkel a természetes gyógymódokról, hanem tanúbizonyságot tett az igazságról. A jelenvaló igazságot tárta így eléjük.

Ha valaki ezt elfogadta, akkor így módon a teljes igazságot elfogadta – testileg, lelkileg és szellemileg is.

Az egyszerű gyógymódok elsajátítása

Ahányszor lehetőség nyílik az egészségügyi evangélizációra, felmerül a következő kérdés: Mit tudunk elmondani az embereknek? Milyen tananyagot kellene bevenni a misszió iskola tantervébe? „Az Úr az Ő nagy kegyelméből és páratlan szeretetéből, arra buzdítja emberi eszközeit, hogy a misszióiskolásoknak csak úgy legyen befejezett az oktatásuk, ha megtanulták a betegek és gyengélkedők ápolását. Ha ezt fontosnak tartották volna a misszió munka oktatásában, akkor az elhalálozottak közül még sokan ma is élhetnének. Megtanulták-e, hogy miként kezeljék a test betegségeit, az ok és okozat összefüggéseit? Az emberi test ismeretein keresztül sok tanulatlan embert elérhetnek, akikhez másként nem tudnának eljutni.” – *Counsels on Health, p. 536.*

Egy munkás akkor tud a leghatékonyabb eszközzé válni a lélekmentésben, ha az egyészségről mély gyakorlati ismeretekkel rendelkezik. Ez egyértelműen nagyon elősegíti a tanúbizonyság tételét, különösen a fejlett országokban. 2010-ben a Genfi

evangélizáció egészségügyi összejevetellel kezdődött. Jóllehet nem került sor arra, hogy gyógyítsunk valakit, de hasznos tanulmányok hangzottak el egészségügyi szakemberektől. Később a proféciákról szóló szemináriumok hallgatóinak körülbelül fele ezen az első egészségügyi összejevetelen is ott volt. Ez mutatja, hogy a hasító ék milyen sikeres volt és az evangélium hirdetésében nagy hasznunkra vált.

A testi betegségek gyógyításával elérni az embereket

Az emberek sokkal inkább a fizikai problémáikra keresik a megoldást, mintsem a lelkiekre. Csak nagyon kevesen ismerik fel lelki betegségeiket és szükségleteiket. Amikor egészségügyi szórólapjainkkal segítjük őket, akkor gyakorta út nyílik a lelki és szellemi gyógyítás irányába is. A bizalmukat így elnyerjük és érzékenyülnek látva a mi jó egészségünket. Meglepően sokan szenvednek a stressztől és depressziótól. Ilyenkor nagyon fontos a gyengéd lelki vezetés, hogy helyreállhassanak.

Az Úr hírnöke így ír erről: „Akik hiszik az igazságot, ne csupán gyakorlatilag valósítsák meg az egészségügyi reformot, hanem tanítsák is szorgalmasan másoknak, ugyanis eszköze lesz annak, hogy az igazságot hitetleneknek feltárjuk. Ebből majd arra fognak következtetni, hogy **ha egészségügyi és mértékletességi vonalon ilyen helyes eszméket képviselünk, akkor lennie kell figyelemre méltó dolognak hitvallásunkban is.** Ha az egészségügyi reform tekintetében hanyatlunk, akkor sokat veszítünk a kívülállókra gyakorolt befolyásunkból.” – *Evangélizálás, 240.*

Tegyük fel a kérdést magunknak: „Tudja-e a világ, hogy valójában kik is vagyunk?” Miért? Tényleg hirdetjük a hármass angalyi üzenetet teljes egészében? Gyakoroljuk-e és hirdetjük-e az egészségügyi üzenetet?

Baráti kapcsolatok kialakítása

Napi tevékenységeid közben találkozhatsz olyannal, aki megfázott, fáj a gyomra, vagy kisebb sérülése van és akkor egy hasító éket használhatsz az evangélium számára. Mindenkinek van valamilyen egészségügyi problémája.



Nem csupán az egészség elveit és a gyógyítás mikéntjét kell tanulmányoznunk, hanem a napjainkra és korunkra szóló isteni igazságot és üzenetet is ismerünk kell.

örömeiben elmondta gyógyulását és új életmódját családjának és barátainak.

Szájról-szájra – a legjobb cégér

Ha Isten egyszerű gyógy módjait használod, akkor az emberek rendbe jönnek és elmondják másoknak is. Milyen célja is van ennek a hasító éknek? „Ha helyesen végezzük, akkor az egészségügyi tevékenység beható ék lesz, mely utat készít más igazságok előtt.” – *Bizonyságtételek, 6. kötet, 327.* „Az orvos-misszionáriusi munka az evangélium munkájának útját egyengeti.” – *A Nagy Orvos Lábnymán, 92.* Ma ez az igazság ajtaja.

A világban ma nagyon sokan végeznek természetes úton gyógyítást. Ők is hasító éknek használják habár hamis tanítások számára. Nagyon gyakori, hogy a természet gyógy módjain keresztül elfogadtatva az egészségügyi üzenetet megtévesztik az embereket misztikus elméletekkel, kezdve a New Age [nyú éjdzs] filozófiájával, a keleti vallásokon át, az egészen egyértelmű spiritizmusig.

Sokan teljesen vegán módra táplálkoznak, mint például a muszlimok, a buddhisták, a New Age [nyú éjdzs] mozgalom tagjai, valamint az úgynevezett Lélek Gyógyítók (nem keresztény hitűek és nézetűek). Arra tanítják az embereket, hogy tartsák be a szervezet bizonyos működési törvényeit, és ez figyelemfelkeltően hat. Habár mint hasító ék ezen tanítások, de teljesen ellentétesek Krisztus evangéliumával. Már csak ezen az egy területen nagyszámú hallgatóságot veszítünk el. Nem csupán az egészség el-

veit és a gyógyítás mikéntjét kell tanulmányoznunk, hanem a napjainkra és korunkra szóló isteni igazságot és üzenetet is ismernünk kell. Nem az a célunk, hogy csupán egészséges bűnösökké tegyük az embereket. A nyugati országokban némely népszerű egyházban az egészségügyi üzenet sokkal elfogadottabbá válik, ahogyan az „egészség, gazdagság és jó mód” közkedvelt üzenetét hirdetik a karizmatikus tanítók, óriási mennyiségű pénzt ömlesztve így az egyházakba.

Bizonyságtételük szavai

Amikor a „Nyers és Életerős Táplálék Intézete”-ben dolgoztam Atlantában (USA, Georgia), mint vastagbél gyógyász, mélyen érintett a 10 napos program lefolyása. A levezető (aki rákos megbetegedésből kezelte ki önmagát) bemutatta, hogy olvasta a Bibliából, hogy Dániel és társai 10 napos étrendi próbán vettek részt. Akik ezután bizonyították mindenkinek a 10 napos méregtelenítő kúrájukat, amit nyers kosztal, életerős táplálékkal és gyümölcslevekkel értek el. Elképesztő volt hallani ezektől az emberektől, ahogyan beszéltek az élet minden területéről, és ahogyan saját gyógyulásukról pozitív és lelkesítő bizonyítékokkal szolgáltak. Bátran meghívták barátait, hogy jöjjenek és kóstolják meg az ételeket. Mindig előkészített helyen rendezték meg és sokan jelentkeztek a következő alkalomra is. Bizonyságtévesük volt a legnagyobb hírverésük.

Testvérek, így kellene nekünk is munkálkodnunk. Ezek vannak, akik alig várják az ilyen munkát. A saját szavakkal elmondott hírverés a legjobb még mindig. Mikor használjuk ki végre már a kapott

Elmondok néhány tapasztalatot. Egyszer egy fiatal lány jött hozzám bőr panaszokkal (ekcéma), miután elvégzett egy kúrát és megváltoztatta étrendjét bőr problémái teljesen eltűntek. Néhány hónap elteltével meglátogatott rendelőmben és nem a betegségekkel kapcsolatban akart velem beszélni, hanem tanácsomat kérte életének bizalmas ügyeihez. Bizalmát először az egészségügyi üzenettel nyertem el.

Egy másik alkalommal egy idős hölgy keresett meg miután azzal szembesült, hogy el kell távolítani a vastag belét és élete hátralevő részét úgy kell eltöltenie, hogy kívülre vezetik azt egy tasakba. Néhány hónapra keresztül hetente jött hozzám, hogy elsajátítsa az étrend megváltoztatást, a vastagbél megtisztítását és a tornát. Ő fokozatosan megújult és szoros barátságot kötöttünk. Vegetáriánus lett és sokszor meghívott otthonába. Családját és barátait is megismertette új életmódjával. Végül férjével együtt (aki lelkész) meghívott minket egy vacsorára, hogy megismerhessük férjét (aki egy gazdag és köztiszteltben álló üzletember). Soha nem került sor az operációjára és ma olyan egészséges, mint még soha ezelőtt. Olyan ő, mint Apostolok Cselekedeteiben a nyomorék ember, aki

előnyöket, és hirdessük az evangélium és az egészségügyi üzenetet a türelmetlen, szomjas népnek? „Azok az ajtók, amelyek zárva maradnak azok előtt, akik csak prédikálják az evangéliumot, megnyílnak az értelmes misszionárius orvos előtt. Isten a testi szenvedések enyhítése által eléri az emberek szívét.” – *Evangélizálás*, 240.

„Láttam az Úr gondviselése által, hogy az egészségügyi misszió lesz a nagyszerű hasító ék, amin keresztül a betegekhez férkőzhetünk.” – *Counsels on Health*, p. 535.

„Az orvosi missziómunka az evangélium úttörő munkája, az ajtó, amelyen át az evangélium bemenegetelt talál sok otthonba... Az egészségügyi reform elveinek szemléltetése nagyban hozzájárul az evangéliumi munkákkal szemben tanúsított előítélet eloszlatásához. A Nagy Orvos, az orvosi missziómunka megalapítója megáldja mindazokat, akik igyekeznek másokkal is közölni a jelenkori igazságot.” – *Counsels on Health*, p. 497.

„Végezz orvosi misszió munkát, így kapcsolatot teremthetsz az emberekkel. Előkészíti az utat az igazság határozottabb hirdetésére. Rájössz, hogy a testi szenvedés enyhítése alkalmat nyújt, hogy lelki ínségüket enyhítsd... A test és a lélek érdekében végzett krisztusi munkával való egyesülés jelenti az evangélium igazi hirdetését.” – *Evangélizálás*, 240.

„Amikor teljességében fogadjuk be a harmadik angyal üzenetét, akkor majd megragadjuk az egészségügyi megújulásnak is az őt megillető helyet az egyházterület tanácsaiban, a gyülekezet tevékenységében, a családi körben, az asztalnál s a háztartás összes ügyeiben. Akkor a jobb kéz majd szolgálni és védeni fogja a testet.” – *Bizonyágtételek*, 6. kötet, 327.

Növekszik-e az egészségügyi ismeretünk?

Fontos-e, hogy lelki életünk fejlődjön? A válasz teljesen egyértelmű. **Egészségünk is van-e olyan fontos, mint lelki életünk?** „Szeretett barátom, kívánom, hogy mindenben jól legyen dolgod, és légy egészséges, amint jó dolga van a lelkednek” (3 János 2).

Az egészségügy területén ma sokkal több ismeretünk van, mint 100 évvel ezelőtt. A nyugati társadalom-

ban számtalan szervezet segíti a betegség elleni küzdelmet az életmód és étrend megváltoztatásával. Nagyon népszerűvé váltak az egyszerű nyerskoszt-méregtelenítő programok, ahogy terjed a gyógyításban elért sikerük bizonyítékai. A világban sokan messze előbbre járnak az egészségügyi üzenet terjesztésében, mint mi, akik már ismerjük ezt több mint 100 éve. Tudtátok-e hogy 2009-ben körülbelül 407.200.000 vegán étrendű volt a földön? Sok páciensem költ nagy összegeket különböző egészségügyi kezelésekre, hogy méregtelenítsen és úrrá legyen a gyengélkedésen. Nagyon egyszerűen folynak ezek a programok, hasonlóan azokhoz, amik Prófétaság Lelkében található.

„**A táplálkozási reformot lépésről lépésre kell megvalósítani.** Az állatbetegségek terjedésével a tej- és tojásfogyasztás egyre nagyobb veszélyt rejt magában. Igyekezni kell egészséges és olcsó ételekkel pótolni őket. Tanítsuk mindenfelé, miként kell – amennyire csak lehet – tej és tojás nélkül tápláló és ízletes ételeket készíteni!” – *A Nagy Orvos Lábnyomán*, 221. Ez 106 évvel ezelőtt íródott. Gyarapszik-e egészségügyi ismereted és megvalósítod-e azt a gyakorlatban?

„A világ minden részén gondoskodás történik majd, hogy helyettesíteni tudjuk a tejet, a tojást. Az Úr majd közli velünk, mikor eljön az ideje, hogy lemondjunk erről a kettőről. Azt szeretné, ha mindnyájan annak tudatában élnénk, hogy kegyelmes mennyei Atyánk van, aki minden területen tanítani fog bennünket. Az Úr majd megadja népének a táplálkozáshoz szükséges ügyességet és szakértelmet a világ minden részén. Megtanítja őket, hogyan használják fel a föld termékeit az élet fenntartására.” – *Hogyan Éttezzünk*, 316.

„Az Úr olyan helyzetbe kívánja hozni népét, hogy hozzá se nyúljanak, meg se ízleljék a kimúlt állatok húsát. Egyetlen orvos se írjon elő tehát ilyet, aki ismeri a jelennek szóló igazságot. Nincs biztonság a kimúlt állatok húsának fogyasztásában, s **rövid idő múlva a tehéntejet is ki fogják iktatni** Isten parancstartó népének étrendjéből. Rövid időn belül semmi sem lesz biztonságos, ami az állatvilágból

származik. Akik szaván fogják Istent, s teljes szívükből engedelmessékednek parancsainak, azokat meg fogja áldani.” – *Hogyan Éttezzünk*, 364. Ez 1898-ban íródott, közel 114 évvel ezelőtt. Nem gondolod, hogy Isten túlságosan is régóta figyelmeztet bennünket prófétáján keresztül azon dolgokra, amikről ma a tudományos kutatások kimutatják, hogy ártalmasak az egészségre?

Napjaink kutatásainak eredményei...

Mit mond néhány kutató a tehéntejéről?

„A tehéntej egy egészségtelen, a beteg állatoktól származó folyadék, amely nagy mennyiségben tartalmaz veszélyes és betegséget okozó összetevőket, és erősen negatív hatással van mindenkire, aki fogyasztja.

Bármely (hagyományos és 'organikus') tehéntej 59 féle hormont tartalmaz, valamint rengeteg zsírt, koleszterint, valamint allergiát okozó anyagot.

A tehéntejtek többségében kimutathatóak a vegyszerek, a dioxin (200-szor több mint a biztonságos határérték), 52-szer erősebb antibiotikumok, a vér, a genny, az ürülék, baktériumok és vírusok. (A tehéntejben mindazon dolgok megtalálhatók, amit az állat elfogyaszt... többek között még a nukleáris kísérleti robbantások által kibocsátott radioaktív szennyeződések is.)” – *Dave Rietz, "Dangers of Milk and Dairy Products—the Facts", July 2002.*

Így ír egy másik kutató: „Először is tekintsük át a szakirodalmat. 1988 és 1993 között több mint 2.700 tanulmányban foglalkozott a tejjel a 'gyógyászat' címszó alatt. Ebből 1.500 cikk kimondottan a tejjel foglalkozik. Tehát nem vagyunk tudományos információ hiányában ebben a témában. Az 1.500 cikkből több mint 500-at átvizsgáltam, kizárva azokat, amelyek csak az állatokkal foglalkoztak, továbbá az ezoterikus kutatásokat és a lényegtelen tanulmányokat.

Hogyan foglalhatnám össze ezeket a cikkeket? Még a borzalmas minősítésnél is rosszabbak egy picivel. Először is, egy szerző sem beszélt a tehéntejéről úgy, mint egy mellékhatás nélküli kiváló ételről és mint 'teljes értékű étel'-ről, mint ahogy azt az ipar elhitette velünk. A beszámolók

leginkább ezekről szóltak: bélgörccs, bélfertőzés, belső vérzés, vérszegénység, allergiás reakciók csecsemőknél és gyerekeknél, valamint fertőzések, mint például szalmonella. Még ijesztőbb a szarvasmarha fehérvérűség vírusától való félelem, vagy a BIV (bovine immunodeficiency vírus) nevű szarvasmarha AIDS-szerű vírusától, valamint a gyermekkori cukorbetegség előidézésével való kapcsolatától. A tejben levő vérrrel és fehér (genny) sejtekkel, valamint a benne levő kémiai anyagok, permetek egész sorával is foglalkoztak. Gyermeknél ezek a problémák merültek fel: allergia, fül- és mandula fertőzés, ágybavizelés, az asztma súlyosbodása, bélvérzés, görcsök, és gyermekkori cukorbetegség. A felnőtteknél a problémák inkább a szívbántalmak és ízületi gyulladás, allergiák, homloküreg gyulladás, és a sokkal komolyabb fehérvérűség, valamint a lymphoma-ban és rákban való közreműködése.” – Robert M. Kradjian M.D., *The Milk Letter: A Message to My Patients*, (<http://www.afpafitness.com/articles/articles-and-newletters/research-articles-index/nutrition-wellness/the-milk-letter-a-message-to-my-patients/>).

Mit mondhatunk a tojásról? Itt egy példa rá az ABC (éjbszi) 2010 augusztus 18-i híreiből. A következő felírat volt olvasható: „A 380 millió visszarendelt tojás nagy részét csupán két nappal korábban szállították az üzletbe.” Arról szólt a beszámoló, hogy az USA egyik legnagyobb tojás termelője 228 millió tojást visszarendel mivel kapcsolatba hozható az állomány szalmonellás megbetegedésekkel. – <http://www.abcnews.go.com/Business/egg-recall-expands-expert-salmonella-outbreak-worst-20/story?id=11434997>. S mindent a hírek legelejére a főhelyre betéve közölték. Ekkor megértettük, hogy valamilyen formán változtatnunk kell étkezési szokásainkon. Tehát a kérdés az, hogy egészségügyi szemléletünk fejlődik-e? Van-e valami nyeresége annak, ha nem lépünk előre?

Isten milyen embereknek szeretne látni bennünket? „Ha az izraeliták engedelmeskedtek volna a kapott rendelkezésnek, és okultak volna belőle, ők lettek volna a világ előtt az egészség és jólét példaképei. Ha mint nép az Úr terve szerint éltek volna, védve lettek vol-

Ahogy közeledünk az idők végéhez, egyre magasabbra, majd még magasabbra kell emelkednünk az egészségügy megújulásának és keresztény mértékletességnek kérdésében. Határozottabban és meggyőzőbben kell hirdetnünk ezeket.

na a más nemzeteket sújtó betegségtől. Minden más népnél erősebbek lettek volna fizikailag és élelkebbek szellemileg. Ők lettek volna a föld leghatalmasabb népe.” – *A Nagy Orvos Lábnymán*, 197.

Összefoglalás

Én üdvözülni szeretnék, és tudom, hogy te is. Mindenkinek ez a szíve vágya. Jézusról a haldokló világ számára szóló bizonyágtevésünk célja, hogy embereket mentünk meg. Isten akaratát valósítjuk meg, ha az egészségügyi missziót véghezvük. „Hogy megismerjék e földön a te útadat, minden nép közt a te gyógyításodat” (*Zsoltárok 67:3 – angolból*).

„**Az orvosi hittérítés az evangélium jobb keze.** Isten ügyének előbbre viteléhez van erre szükség. Mikor ennek segítségével férfiakat és nőket vezetünk az élet helyes szokásai fontosságának belátására, az igazság megmentő hatalma nyilvánvaló lesz.” – *Bizonyágtevételek*, 7. kötet, 40. Ha komolyan vesszük ezt a munkát, akkor mivel fogunk még rendelkezni azokban a városokban és országokban, ahol Isten műve már megalapozódott? „Minden városban, ahol gyülekezetünk alakult, orvosi rendelőkre is szükség van.” – *Bizonyágtevételek*, 6. kötet, 113.

A természetes gyógymódok között sok olyan terület van, amit el kell sajátítanunk. Talán gyülekezetből némelyek könnyen tanulnak és szerezik meg a szükséges képzést, hogy egy kis rendelőt lehessen nyitni. En megtettem ezt és széles sugárút nyílt előttem, hogy az emberekkel kapcsolatba lépjek. Az élet minden területéről vannak pácienseim. Némelyek gazdagok és híresek, mások külföldről jönnek és sokan szegények és betegek. Szívemet és tudásomat adom nekik és sok-sok áldást kapok rajtuk keresztül. Másokat

gyógyítani, az sohasem egyirányú dolog. Több ismeretre teszel szert és számos módon gyógyulsz te is.

Ismerve e világnak végét mit kell nekünk tennünk? „Ahogy közeledünk az idők végéhez, egyre magasabbra, majd még magasabbra kell emelkednünk az egészségügy megújulásának és keresztény mértékletességnek kérdésében. Határozottabban és meggyőzőbben kell hirdetnünk ezeket. Igyekezzünk szüntelen nevelni az embereket, nemcsak beszédünkkel, de tetteinkkel is. Az elvekkal karöltve hirdetett gyakorlat mindig is mély benyomást tesz.” – *Bizonyágtevételek*, 6. kötet, 112.

Ezen Imaheti felolvasás alatt, arra kérünk téged, hogy siettesd kéréseddel mennyei Atyánkat, hogy értesse meg népével az egészségügyi munka szükségességét. Jó lenne, ha olyanokkal tudnál együtt dolgozni, akiknek jártaságuk van valamilyen egészségügyi területen, mint például, gyógyítás, természetes gyógymód, ápolás, masszázs, vastagbél vízterápia, gyógynövény kezelésben, vagy esetleg nyitni egy egészségügyi létesítményt, természeti kezeléssel foglalkozó rendelőt, vegetáriánus éttermet, főző tanfolyamot. Imádkozunk kell azért is, hogy azok leg-többje, akiket az egészségügyre oktatunk, tovább is tuják adni azokat a hármass anglyali üzenettel együtt, hogy ne csak az egészséges életre készítsünk elő embereket itt e földön, hanem az eljövendőkre is. Ezenfelül kérjük, hogy fohászodjatok a lelkészekért is, hogy átérzhessék az egészségügyi munkásokkal való együttműködés szükségességét és hogy az egészségügyi üzenetet belevonják minden evangélizációs programba. Használjuk fel előnyösen ezen tényeket, hogy a jobb kéz megnyithassa a harmadik anglyali üzenet nagyszerű igazságának útját.

Örökéletre szóló gyógyítás

Írta: Elias de Souza

Gyorsan elrepült huszonöt év, de ez úgy bennem maradt, mintha ma lett volna. Ezen a napos nyári reggelen dolgozni mentem a kórházba, hogy egy újabb nehéz napnak lássak neki. Az iroda asztalán vagy húsz páciens kartonja volt kiterítve, akik kezelésre voltak előjegyezve a hét elejére.

Kértem Istent, hogy áldásai legyenek a munkán. Ez a nap is olyan nak tűnt, mint a többi, de egy olyan tapasztalatra tettem szert, amely rányomta bélyegét életemre mindörökké. Az aznapi kezelték között volt egy beteg, akinek rendkívüli élettörténete volt. A hölgy közel


harmincöt éves volt, egyedülálló, akit kemény, rideg és uralkodó természetű édesanyja egyedül nevelt fel, amiért kapcsolatát meg is szakította vele az állandó veszekedések miatt. A hölgy egy állami hivatalnál dolgozott és időnként hátfájalmat érzett. Egy vizsgálat eredményeként mell kisebbítő plasztikai beavatkozást javasolt az orvos. A beavatkozást követően az orvos közölte vele, hogy egy kis csomót találtak nála, amiből mintát vettek további vizsgálatokhoz és megígérte, hogy amint meg van az eredmény azonnal tudatja vele. Ettől kezdve a szerencsétlenségek sorozata indult el. Az orvos szabadságon volt, amikor meglett az eredmény, és amikor egy

hónappal később visszajött és kielemezte az eredményt, csak akkor ismerte fel, hogy a csomó egy agreszív emlőrák.

A beteggel való néhány sikertelen kapcsolatfelvétel után az orvos úgy gondolta, hogy a hölgy minden bizonnyal elköltözött és nem hagyta meg senkinek új címét, hogy betegsége mibenlétét tisztázni lehessen. Két évvel később a hölgy érezte, hogy valami nincs rendben egészségével, de már túl késő volt. A tüdők és a máj érintve voltak már a rosszindulatú károsodástól. Hallgatva történetét arra következtettem, hogy a velem szemben ülő ember, a betegségtől elgyengülve, könnyes szemekkel, arcán a bánat, düh és csalódottság keverékének kérdésével – Miért pont én? – többet kíván, mint fizikai gyógyítást.

„Az értelem és a test közötti kapcsolat nagyon szoros. Ha az egyik megsérül, akkor a másik is megérzi azt.”





Örökéletre szóló kezelést igényelt.

Abban a reményben, hogy elcsigázott lelkét Jézus lábaihoz helyezi, két hónapos munka után kemény szíve kezdett meglágyulni. Hosszú-hosszú vonakodás után, anya és lánya megbékéltek. Egyik reggel, ahogy vizitelni léptem be a kórterembe, a hölgy felült az ágyában, nyugodt arckifejezéssel, amely egy belső békét sugárzott. Felnézett rám s így szólt. „Szeretnék megkeresztelkedni.” A Hitalapelvek áttanulmányozása után nekem jutott az a kiváltság, hogy megkeresztelhettem. Rá három napra, az örökélet áldott reménységével szenderedett nyugalomra az Úrban. Örökévaló gyógyuláshoz jutott.

A test, a lélek és az értelem gyógyítása

A gyógyítási folyamat teljes elsajátítását, három részben tudjuk elvégezni: a szervezet gyógyítása, az értelem gyógyítása és a lélek gyógyítása. Az egyik egészsége függ a másiktól. Ahhoz hogy megértsük a lélek gyógyítását figyelembe kell vennünk a kapcsolatot két fontos terület között: a test és a gondolatok kapcsolatát. Az ihletés így mondja: „Az értelem és a test közötti kapcsolat nagyon szoros. Ha az egyik megsérül, akkor a másik is megérzi azt. Az értelem állapota befolyásolja a szervezet egészséges működését is.” – *Counsels on Health*, p. 28.

Az agy az a szerv, ahol az értelem, indulatok és érzések találhatóak. Abban a pillanatban, amint a hit megérinti, mozgásba lendülnek a központi idegrendszer különböző részei, és a szervezet reagál rá. Az agykéreg értelmezi a hit pozitív ösztönzését és továbbítja azt a hipotalamuszba, amely parancsot ad ki a mandulának a hormonszabályozására, miközben idegrendszeri közvetítőket termel és küld a vegetatív idegrendszerhez. A vegetatív idegrendszer a szervezet minden részébe elviszi a hit pozitív ingerét, amely befolyást gyakorol a szövetekre és szervekre. Ha hiszünk, ha imádkozunk, akkor azt nem csak gondolatainkban tesszük, hanem a test, a lélek és az értelem együtt. „Mint ahogyan gondolkodik magában, olyan ő” (*Példabeszéd 23:7. angolból*). Ez az idézet semmi kétséget nem hagy a felől, hogy gondolkodásmódunk képes átfórnálni bennünket. Pál apostol arra vágyott, hogy hasonlóná le-

gyen Krisztushoz, állandóan Reá tekintve, míg lényének minden sejtje Isten képmását nem tükrözte vissza és végül elmondhatta, hogy: „Élek pedig többé nem én, hanem él bennem a Krisztus; amely életet pedig most testben élek, az Isten Fiában való hitben élem, aki szeretett engem és önmagát adta érettem” (*Galata 2:20*). A gyógyymód (átalakulás) a hit által serkentett értelemről indul. „És ne szabjátok magatokat e világhoz, hanem változzatok el a ti elméteknek megújulása által” (*Róma 12:2*). Ebből kifolyólag „minden féltett dolgnál jobban őrizd meg szívedet, mert abból indul ki minden élet” (*Példabeszéd 4:23*).

Gyógyulás a bűnből

Jézus munkájának legnagyobb részét a betegek odaadó gyógyítása tette ki. Kivétel nélkül mindenki elérte célját, aki gyógyulásra vágyott betegségéből. Jézus annyira együtt érző volt a szenvedőkkel, hogy még azok is meggyógyultak, akik nem kérték tőle. Ő kérdezte tőlük: „Akarsz-e meggyógyulni?” (*János 5:6*).

„Jézus mindenkin segített, aki Hozzá jött, de azokat is szerette volna megáldani, akik nem jöttek.” – *Jézus Élete*, 213.

Jóllehet a szervezetet érintette a gyógyítás, de Krisztus leghőbb vágya az volt, hogy a lelket gyógyítsa meg a bűnből és ne csak a testet. „Krisztus szolgálatának minden mozzanata messze ható szándékot jelzett. Többet jelentett magánál a cselekedetnél. Így volt ez a bélpoklos esetében is.” – *Jézus Élete*, 213.

„Krisztus cselekedete – a leprás megtisztítása borzalmas betegségéből – azt a munkáját példázza, hogyan szabadítja meg a lelket a bűntől. A Jézushoz jövő férfi 'poklossággal teljes' (*Lukács 5:12*) volt. A betegség halálos mérge átjárta egész testét. A tanítványok meg akarták akadályozni, hogy Mesterük megérintse, mert aki bélpoklost érintett, maga is tisztátalan-ná vált. Bár Jézus kezét a leprásra helyezte, mégsem lett tisztátalan. Érintéséből életadó erő származott. A bélpoklos megtisztult. Így van ez a bűn poklosságával is: mélyen gyökerezik, halálos, és emberi erővel lehetetlen megtisztítani. 'Minden fej beteg, és minden szív erőtlen. Tetőtől talpig nincs e testben épség, csupa seb és dagadás és kelevény' (*Ésaiás 1:5.6*). Jézusra azonban, bár az emberek között lakozott, nem ragadt át a fertőzés. Jelenléte gyó-

gyító erőként hat mindig a bűnösre. Aki csak lába elé borul, és hittel mondja: 'Uram, ha akarod, megtisztíthatsz engem' (Máté 8:2), hallani fogja a választ: 'Akarom, tisztulj meg' (Máté 8:3).

Néhány esetben Jézus nem nyújtotta azonnal a kívánt áldást, a gyógyulást. A leprás esetében azonban, amint a kérés elhangzott, rögtön teljesítette. Amikor földi áldásokért imádkozunk, lehet, hogy a válasz késik, vagy Isten valami mást ad, mint amit kértünk. Nem így van, ha a bűntől való szabadulásért könyörgünk. Az Ő akarata az, hogy megtisztítson minket a bűntől, gyermekeivé fogadjon, képessé tegyen szent életet élni." – *Jézus Élete*, 214.

Örökérvényű gyógyulás

„Ha megvalljuk bűneinket, hű és igaz, hogy megbocsássa bűneinket és megtisztítson minket minden hamisságtól' (1 János 1:9).

Krisztus a kapernaumi gutaütött meggyógyításával újra ugyanazt az igazságot tanította. Azért művelte ezt a csodát, hogy megmutassa bűnbocsátó hatalmát... Betegsége bűnös életének következménye volt, szenvedését még a lelkifurdalás is súlyosbította. Jóval ezelőtt a farizeusokhoz és az orvosokhoz fordult, remélte, hogy enyhülést talál lelki gyötrelmeire és testi fájdalmára. Ám azok hűvösen gyógyíthatatlannak nyilvánították, elhagyták – viselje Isten haragját...

A bénult férfi teljesen magatehetetlen volt, s mivel kilátástalannak ítélte, hogy bárhonnan is segítséget kapjon, kétségbeesés lett úrrá rajta. Ekkor hallott Jézus csodás munkálkodásáról. Elmondták neki, hogy Krisztus ugyanolyan bűnösöket és tehetetleneket gyógyított meg, mint ő, még a leprások is megtisztultak. Barátai, akik mindezeket elmondták neki, bátorították: higgye, hogy ő is meggyógyulhat, ha Jézus-hoz viszik. Ám reménysége lelohadt, amikor eszébe jutott, hogyan kezdődött betegsége...

De nem is annyira a testi gyógyulásra vágyakozott, mint inkább a bűn terhétől való szabadulásra. Ha megláthatná Jézust, és megbizonyosodhatna a menny megbocsátásáról és békéjéről, megelégedne akár az étellel, akár a halállal, Isten

akarata szerint. A haldokló így kiáltott: Ő, bárcsak színe elé járulhatnék! Nem volt vesztegetni való idő, lesoványodott testén már a bomlás jelei mutatkoztak. Megkérte barátait, vigyék ágyastól Jézushoz, amit azok örömmel meg is tettek. A házban azonban, ahol az Üdvözítő volt, valamint a környéken, olyan rengetegen gyűltek össze, hogy a beteg és barátai számára lehetetlenné vált, hogy elébe járulhasson vagy akár csak hallótávolságon belül kerüljön." – *Jézus Élete*, 214. 215.

„Támadt egy ötlete: barátai felvitték a ház tetejére, megbontották a tetőt, és leengedték Jézus lábához. A beszélgetés megszakadt: a Megváltó a gyászos arcra nézett, látta a rászégeződő esdeklő tekintet. Megértette a helyzetet – Ő vonzotta magához ezt a megzavart, kételkedő lelket. A gutaütött még otthonában volt, amikor a Megváltó már meggyőződést ültetett belé. Midőn megbánta bűneit, és hitt Jézus gyógyító hatalmában, akkor áldotta meg először vágyakozó szívét a Megváltó életadó kegyelme, Jézus figyelte, hogyan növekszik a hit első megvillanása azzá a meggyőződéssé, hogy Ő a bűnös egyedüli mentője. Látta, hogyan lesz a meggyőződés mind erősebb, ahogyan e férfi a színe elé törekszik.

Most a Megváltó szavai zeneként hatoltak a szenvedő fülébe: 'Ember, megbocsáttam neked a te bűneid' (Lukács 5:20).

A kétségbeesés terhe legördül a beteg lelkéről, a megbocsátás békéje nyugszik meg rajta, és árad szét arcán. Eltűnt a testi fájdalom, egész lényé átváltozott. A tehetetlen gutaütött meggyógyult, a bűnös vétkező bocsánatban részesült." – *Jézus Élete*, 216.

„Ó, Krisztus csodálatos szeretete, amely lehajol, hogy meggyógyítsa a bűnöst, a beteget! Az istenség megszanja a szenvedő emberiséget, és orvosolja bajait! Ó milyen csodás erő mutatkozott meg az ember fiainak! Ki kétkelhet a megváltás üzenetében? Ki becsülhetné le az irgalmas Üdvözítő kegyelmét?" – *Jézus Élete*, 217.

Felelősségünk

Földi szolgálata idején az Úr Jézus szóval és példamutatással is ta-

nította, képezte tanítványait az örökéletre szóló gyógyítás tudományára. Célokot tűzött ki, csoportokat alakított, majd kettesével elküldte őket a következő utasítással: „Elmenvén e széles világra, hirdesétek az evangéliumot minden teremtésnek" (Márk 16:15).

Megtanította őket, hogy miként tudják teljesíteni megbízásukat:

„És gyógyítsátok a betegeket, akik ott lesznek, és mondjátok nekik: Elközelített hozzátok az Isten országa" (Márk 16:15).

„Az emberek elérésében csakis Krisztus módszere ér el igazi sikert. Az üdvözítő úgy elegyedett az emberek közé, mint aki javukat akarja. Bebizonyította előttük szánakozását, gondoskodott szükségleteikről s megnyerte bizalmukat, majd pedig felszólította őket: 'Kövessetek engem!' " – *Hogyan Éttezzünk*, 405. 406.

„Az evangélium és az egészségügyi misszió együtt haladjon előre. Kapcsoljuk össze az evangéliumot a tényleges egészségügyi reform elveivel." – *Hogyan Éttezzünk*, 389.

„Elérkeztünk ahhoz az időhöz, amikor minden gyülekezeti tagnak hozzá kell látnia az egészségügyi misszió munkájához. Inség van a világban, telve a testi és lelki betegségek áldozataival. Mindenféle emberek pusztulnak el a ránk bízott igazság ismeretének hiánya miatt. A gyülekezet tagjainak ébredniük kellene, hogy megérthessék felelősségüket ezen igazságoknak a terjesztése terén." – *Hogyan Éttezzünk*, 403.

Az Úr segítsen meg bennünket, hogy betölthessük ezen megbízást!



Légy Azért

Légy tűz hideg szobában,
Gyertya a sötét éjszakában,
Sziget a végtelen óceánban,
Árnyék, perzselő forrásban.

Légy azért, ki mindent remél,
Akkor is, ha nincs már esély.
Ne vess mikor mindenki sír,
Összeesnél? Fégy úgy, ki mindent kibír.

Légy hűs forrás a sivatagban,
Köszikla, dúló szélviharban,
Csendes otthon, e zavaros világban,
Egyetlen virág a tüskebozótban.

Légy bátor, hol mindenki fél,
Mosolyogj, még ha bánat is ér.
Légy jó e bűnös világban,
Szolga az úri társaságban.

Légy oroslán, ha baj van,
Békegalamb a háborúban,
Bárány üvöltő farkasok között,
Híd a mély szakadék fölött.

Légy bár számkivetett,
Kin mindenki csak nevetett,
Hisz szenvedéssel van kirakva,
A mennyország keskeny útja.

Legyél az, ki jól tudja,
Bár te lettél a világ gúnyja,
De a kitaszítottak e durva keresztje,
A halál szakadékán átívelő híd az öröklétre.