

BIBLICKÉ ÚKOLY

pro 4. čtvrtletí 1933.

Péče o zdraví a střídmost

Dary třinácté soboty určeny jsou pro Střeñoamerické oddělení.

Biblické úkoly. • Pomůcka ke studování Bible. • Vychází čtyřikrát v roce. • Předplatné Kč 9.— ročně. • Vlastním nakladem vydává
ADVENTNÍ NAKLADATELSTVÍ V BRNĚ-KRÁLOVĚ POLI
TISKEM R. POLÁK A SYN V BRNĚ.

Bohemian. Sabbath School Lessons, Fourth Quarter 1933. .

Ukol 1. — 7. října. Z. s. 17. 29.

Vznešené postavení člověka.

Pamětný verš: 1. Mojž. 1, 26.

1. Jakého původu jest lidstvo? Skt. 17, 29.
2. Pokud jde nazpět biblická zpráva dějin lidstva? Luk. 3, 38.
„Dějinný zápis naší lidské rodiny, jak jest dán od Boha, neuvádí její původ z vývoje zárodků a měkkýšů, nýbrž od velikého Stvořitele. Třebaže z prachu stvořen, byl Adam přece „synem Božím“. (Pat. a pror. 34.)
3. Jak byl člověk původně stvořen? 1. Mojž. 1, 26. 27.
„Svou postavou i povahou měl člověk nésti obraz Boží. Kristus sám jest obraz Otce, ale člověk byl stvořen podle obrazu Božího.“ (Tamtéž.)
4. Na jaký poměr Boží k lidem poukazoval Kristus? Mat. 5, 16. 45. 48; 6, 1. 4. 6. 8. 9.
Pozoruhodné jest, jak často používal Kristus rčení „Otec váš“, „Otec váš nebeský“, „Otec tvůj“ a podobné výroky. Bůh jest Stvořitelem, velikým soudcem a Pánem vesmíru; ale co nejúžeji jest spojen jako Otec se svými dětmi. Toto příbuzenství nám umožňuje pochopiti Boží pravdy a zásady.

5. Jaký byl člověk po stvoření? Kaz. 7, 29.

„Jeho povaha byla ve shodě s vůlí Boží. Svým rozumem mohl chápat věci Boží. Jeho náklonnosti byly čisté; jeho žádosti ovládnuty byly rozumem. Byl svatý a šťastný tím, že nesl obraz Boží a žil v dokonalé poslušnosti vůle Boží.“ (Patr. a pror. 34.)

6. Co praví žalmista o člověku? Ž. 8, 5. 6.

„Stvoření k obrazu a slávě Boží, obdrželi Adam a Eva dary, které byly hodné jejich vznešeného určení. Působnou i souměrnou postavou, krásnými rysy obličeje, vyznařující svým celým vzezřením radost, naději i zdraví, byli svým zevním zjevem obrazem svého Stvořitele. Tento obraz nezjevoval se jenom v tělesné postavě; každá schopnost ducha i rozumu svědčila o slávě Stvořitelově. Obdařeni velikými dary rozumu i ducha, byli Adam a Eva jenom „málo menší než andělé“ ,aby mohli poznávat nejenom divy viditelného vesmíru, nýbrž také chápat mravní odpovědnosti a povinnosti.“ (Erziehung 18.)

7. Co pravil David o svém těle? Ž. 139, 14.

„David prohlásil, že je divně sformován. Poněvadž Bůh nám dal tak předivný příbytek, měli bychom pozorně prohlédnouti každý jeho oddíl. Nejdůležitější jest příbytek srdce a mysli. Místo abychom přebývali ve sklepě domu a požívali nízké, smyslné radosti, měli bychom otevřít krásné komnaty a pozvatí Pána Ježíše, aby přišel a u nás přebýval.“ (Test. VI. 375.)

8. K čemu stvořil Bůh člověka? Izai. 43, 7.

9. Či vlastnictví jsme? Co tedy máme činiti tělem i duchem? 1. Kor. 6, 19. 20.

„Nejsme sami svoji. Jsme draze koupeni utrpením a smrtí Syna Božího. Kdybychom to cele mohli pochopiti, byla by nám jasná veliká odpovědnost zachovati si nejlepší zdraví, abychom mohli Bohu sloužiti, jak to od nás žádá.“ (Counsels on Health 43.)

10. Čím jsme vykoupení? Skt. 20, 28; 1. Petr. 1, 18. 19. *1. Petr. 1, 18. 19.*
 „Pán Ježíš vydal se za nás. Dal mzdu, aby nás vykoupil. Proto nejsme sami svoji. Je to pravda, že všechny síly naší podstaty, našeho těla i ducha, všechno, co máme a jsme, náleží Bohu? Zajisté! A pochopíme-li toto, poznáme povinnost, zachovati se s Boží pomocí v takovém stavu, abychom Jej na zemi mohli oslaviti tělem i duchem, kteréžto věci jsou jeho.“ (Tamtéž.)
11. Čím mají býti naše těla? 1. Kor. 3, 16. *chrámem*
 „Bůh žádá, aby Mu byla vydána těla v oběť živou, nikoli mrtvou anebo umírající. Oběti lidu Izraelského musily býti bez vady; a může-li to býti Bohu příjemné, aby přijal jako oběť člověka, který jest nemocný a zkažený? On nám praví, že naše tělo jest chrámem Ducha svatého, a také nás vybízí, abychom tohoto chrámu dobře dbali, by se stal vhodným příbytkem jeho Ducha. Apoštol Pavel nás napomíná slovy: „Nejste sami svoji. Nebo koupeni jste za mzdu. Oslavujtež tedy Boha tělem svým i duchem svým, kteréžto věci Boží jsou.“ Všichni se mají snažiti, zachovati své tělo v nejlepším zdraví, aby mohli Bohu sloužiti bez úhony a vyplniti své povinnosti v rodině i ve společnosti.“ (Counsels 121.)
12. Jaký rozsudek vyřknut jest nad těmi, kdo těla svá kazí? 1. Kor. 3, 17. *ztracením dušou*
 K přemýšlení: 1. Přispívá můj způsob života k tomu, aby ve mne byl znovuzřízen obraz Boží? 2. Používám možností, které se mi naskytují k mému zdokonalení? 3. Kým jsem ovládán, tělem nebo Duchem?

* * *

Úkol 2. — 14. října. Z. s. 17. 14.

V zdravém těle zdravý duch.

Pamětný verš: Řím. 12, 1.

1. Jak máme milovati Boha? Luk. 10, 27. *Abyste milovali Boha*
 „Milovati Nekonečného a Vševědoucího z celého srdce,¹ ze vsí duše, ze vsí síly i myslí své, znamená největší

rozvinutí všech sil. To znamená, že v celé bytosti, v těle, rozumu i v duši má být znovuzřízen obraz Boží.“ (Erziehung 14.)

2. **Jak v nás působí moc Boží? Filip. 2, 13; Žid. 13, 20. 21.** V lidské podstatě a v lidských schopnostech zjevuje se Bůh skrze Krista a skrze Ducha svatého.
3. **Jak jest Kristus spojen s životem křesťana? Gal. 2, 20.** Používá-li se tohoto verše, bývá často vynecháno rčení „v těle“; ale právě tato slova ukazují, jak musí Kristus ovládnouti a použiti tělo lidské, aby v něm bylo viděti zjevení božského života.
4. **Jak je zdůrazněna myšlenka, že Kristus přebývá v našem těle? 2. Kor. 10, 11.** *milovaní Pane, žijte na těle maximálně, jestliže živý živý byl na smrtelném těle*
„Kristus chce žíti ve svých následovnících a skrze ně působiti.“ (Myšlenky 107.) — Kristus se v nás nemůže zjevit jinak než v našem životě.
5. **Co jest zahrnuto v posvěcení těla? 1. Tes. 5, 23.** *mluvím*
„Posvěcení není nauka, pocit anebo slova, nýbrž živá zásada, která se zjevuje v denním životě. To vyžaduje, aby naše zvyky v jídle, pití a odívání se podporovaly zdraví těla, ducha i duše. Potom můžeme svá těla vydati Pánu jako oběť — nikoli zkaženou převrácenými žádostmi — nýbrž svatou, živou a Bohu libou.“ — „Chceme-li posvětit tělo, duši i ducha, musíme žíti ve shodě se zákonem Božím. Srdce nemůže zůstat Bohu posvěceno, jestliže na újmu zdraví hovíme choutkám v jídle a žádostem.“ (Counsels 67. 69.)
6. **Jak máme oddati svá těla Bohu? Řím. 12, 1.** *+ dle*
„Bůh žádá oběť živou. Pochopíme-li požadavek Boží, poznáme, že musíme býti střídmí ve všech věcech. Jsme stvoření, abychom tělem i duchem oslavovali Boha, nebo Jemu náležíme. Jak to můžeme činiti, když hovíme svým žádostem a oslabujeme tak sílu tělesnou i duchovní? Povinnosti naší jest zachovati si nejlepší zdraví, abychom mohli dosti učiniti požadavkům Božím.“ (Test. II 65.)
7. **Co chce Bůh učiniti z našeho těla? 2. Kor. 6, -16.** *chra*

8. Co tedy máme činit? Jak k sobě stojí čistota a vzdělání povahy? 2, Kor. 7, 1.
9. Jaký spor je mezi tělem a duchem? Gal. 5, 17.
10. K jakým hříchům náleží nestřídmost v jídle a pití? V. 19—21.
11. Co jest praveno o střídmosti? V. 22. 23.
12. Co činí křesťan s vášněmi a žádostmi? V. 24.
13. K čemu napomíná apoštol Petr? 1. Petr. 2, 11.

„Mnozí se domnívají, že toto napomenutí vztahuje se jenom na výstřednosti; ale ono jde mnohem dále. Jest proti škodlivému uspokojování žádosti a vášni. Varuje před používáním dráždivých a omamujících věcí, jako jest zrnková káva tabák, alkohol a opium. Tyto věci sluší počítati k žádostem, které zhoubné působí na mrav i povahu. Čím dříve jest hověno těmto škodlivým zvykům, tím pevněji budou držeti oběť ve svých poutech a strhovatí ji vždy hlouběji.“ (Counsels 68.)

K přemýšlení: 1. Jak velice poznávám, že jsem vlastnictvím Božím? 2. Není pro mne lepší nechat se vésti od Boha nežli jíti svou cestou?

* * *

Úkol 3. — 21. října. Z. s. 17. 00.

Křesťanův běh o závod.

Pamětný verš: 1. Kor. 9, 24.

1. S čím srovnává Pavel život křesťanů? 1. Kor. 9, 24.
„Aby věřícím v Korintu živě ukázal důležitost mocného ovládní sebe, přísné střídmosti a neunavné horlivosti v službě Kristově, použil Pavel ve svém listě vhodného srovnání křesťanského boje se slavnými závody, které se občas konávaly blízko Korintu.“ (Geschichte d. A. 295.)
2. Co se žádalo od těch, kteří se chtěli účastniti závodů? V. 25a. *saršunlikost*
„Závodníci odříkali se každého požitku, který by byl k zeslabení jejich tělesných sil a přísnou kázní utvrzovali

své svaly, aby byli silní i vytrvalí a v den závodů co nejvíce mohli využítí svých sil.“ (Gesch. d. A. 297.)

3. Jaké srovnání učinil s odměnou? V. 25b.

„Pavel poukazuje na rozdíl mezi porušitelnou korunou závodníků a neporušitelnou korunou slávy, kterou obdrží každý, kdo vítězně dokoná křesťanský běh... Řeční závodníci vynaložili všechny své síly, aby zvítězili. Naše úsilí jest o neocenitelnou korunu věčného života. Čím opravdovější mělo by býti naše závodění, čím ochotnější naše obětování a sebezapírání!“ (Gesch. d. A. 297. 298.)

4. Proč závodíme? V. 24 konec.

abymom dostali cíle
„Oč důležitější jest, aby křesťan, jemuž jde o věčné blaho, své choutky a náruživosti podrobil rozumu a vůli Boží. Jeho pozornost nikdy nesmí býti zaujata radovánkami, požitkem a pohodlím. Všecky jeho zvyky a náklonnosti musí býti pod přísnou kázní. Rozum, osvícen učením slova Božího a veden jeho Duchem, musí míti otče vlády sám.“ (Gesch. d. A. 297.)

5. Co pravil Pavel o sobě? V. 26. 27.

„Aby Pavel nebojoval nadarmo, podroboval se přísně kázní. Slova: „Podmaňuji ětlo své“, znamenají: Přísnou kázní potlačuji všechna přání, žádosti a vášně.“ (Gesch. d. A. 300.)

Pavel kázal jiným mnoho let, ale přece věděl, že by ztroskotal u víře, kdyby své tělo a své přirozené náklonnosti neměl v kázní.

6. Kdo jest svědkem boje křesťanova? 1. Kor. 4, 9.

„Na tomto světě jsou mnozí svědkové boje křesťana. Ne však jenom lidé, ale také Vládce vesmíru a nesčíslné zastupy andělů pohlížejí na tento boj; plní péče pozorují, kdo vítězí a obdrží neuvadlou korunu slávy. Bůh i andělé nebeští s největší účastí sledují sebezapírání, odevzdání a zápas těch, kteří se postavili do řad závodníků.“ (Test. IV. 34.)

7. Co musí býti odloženo k dosažení vítězství? Žid. 12, 1a.

8. Jaké vlastnosti zvláště je třeba? V. 1b.

9. Co Bůh ve své péči učinil? 2. Petr. 1, 3.
10. Co jest dáno k dosažení Božské povahy? V. 4.
11. Jaké ctnosti musíme si osvojit? V. 5—7.
12. V jakém vztahu k sobě jest střídmost a trpělivost? V. 6.
 „Nestřídmy člověk nemůže býti trpělivý. Nejdříve střídmost a potom přichází trpělivost.“ (Test. II. 95.)
 „Zdraví těla musí býti pokládáno za nezbytné ke vzrůstu v milosti a k dosažení úměrné povahy. Není-li správně dbáno o žaludek, je to překážkou k vytvoření správné povahy mravní. Převrácenost v jídle a pití má za následek převrácené myšlení a činy.“ (Test. IX. 160.)
13. Co jest zvláštní známkou poslední církve? Zjev. 14, 12.
 Jelikož trpělivost jest zvláštní známkou poslední církve, a zdraví i střídmost je třeba k dosažení trpělivosti, je to správné a náležité, aby v poslední církvi bylo vybuřováno dílo zdravotnické. „Zdravotní reforma jest odvětvím velikého díla, které má lid připravit na druhý Páně. Ona je tak úzce spojena s trojitým poselstvím andělským, jako ruka s tělem.“ (Christ. Temperance and Bible Hygiene 9.) „Zdravotní reforma náleží právě tak ku přítomné pravdě, jako jiná odvětví evangelia. Žádné odvětví nemůže býti úplné, je-li odděleno od jiných.“ (Test. VI. 327.)
14. Jakého napomenutí máme dbáti? Jak. 1, 4.
 K přemýšlení: 1. Odložil jsem všeliké břímě? 2. Usiluji zbavit se hříšné netrpělivosti? 3. Jsem trpělivý v běhu o závod?

* * *

Úkol 4. — 28. října. Z. s. 16. 47.

Tělesné a duchovní smýšlení.

Pamětný verš: 1. Kor. 10, 11.

1. Jak vznikl první hřích? 1. Mojž. 3, 6.
 „Jelikož naši první rodiče pozbyli ráje neovládaným uspokojováním žádosti v jídle, my jej můžeme znovu-získati jenom tím, pojmeme-li pevně v uzdu všechny tyto

žádosti. Zdrženlivost v jídle a ovládání všech náruživosti uchrání rozum a dá duchovní i tělesné síly, takže člověk všechny své schopnosti podřídí vyšší síle a může rozeznávat správné od nesprávného a svaté od obecného.“ (Test. III. 491.)

2. V čem záleželo první veliké pokušení Ježíšovo? Luk. 4, 1—4. *o žádosti v jídle.*

„Moc žádosti v jídle se ustavičně od Adama až ke Kristu rozmáhala, takže téměř neobmezeně vládla. Lidstvo bylo tak zvrhlé a nemocné, že vlastní silou nemohlo vítěziti. Kristus však pro člověka zvítězil a obstál nejtěžší zkoušku. A v tomto prvním vítězství jsou zahrnuty i jiné věci, které jsou patrné ve všech našich bojích s mocemi temnosti.“ (Des. of. Ag. 117.)

„Ze všech naučení, která můžeme míti z prvního velikého pokušení našeho Pána, není žádné důležitější nad ovládání žádosti v jídle a náruživosti.“ (Tamtéž 122.)

3. Proč Ezau prodal své prvorozenství? 1. Mojž. 25, 29—34; Žid. 12, 16. 17. *o žádosti v jídle*

„Velmi mnozí lidé jsou podobni Ezauovi. On představuje třídu lidí, jimž se naskytá zvláštní cenné požehnání: věčné dědictví ve věčné slávě; ale oni tolik hověli žádosti v jídle, svým náruvostem a náklonnostem, že potom již nemohli správně poznati cenu věčných věcí.“ (Test. II. 38.)

4. Co přivodilo mnohým z Izraele duchovní chudobu a smrt? 4. Mojž. 11, 4. 5. 31—34; Ž. 106, 14. 15. *maro*

„Bůh dal lidu to, co nesloužilo k nejlepšímu blahu, protože na tom tvrdošijně trvali; nechtěli se spokojiti tím, co se osvědčilo k jejich blahu. Jejich vzpurná přání byla uspokojena, ale jim bylo snášeti následky. Neznali mezí a jejich nestřídmost byla brzy citelně potrestána.“ (Patr. a pror. 383.)

5. Jaké uspokojování žádosti v jídle jest uvedeno mezi hříchy, jež dvakrát přivodily velikou zkázu? Luk. 17, 26—29.

Hřích lidstva před potopou a obyvatelů Sodomy a Gomory nezáležel v tom, že jedli a pili, veselili se, kupovali a prodávali, stavěli a štěpovali, nýbrž v tom, že tyto věci činili svým hlavním předmětem a zapomínali tak na své povinnosti k Stvořiteli. Měli na zřeteli jenom věci své vlastní a na Boha zapomínali. V tom záležel jejich hřích. Podobné okolnosti jsou i nyní. Tyto věci lze viděti nejenom u lidí ve světě, ale také u těch, kteří předstírají, že očekávají na druhý příchod Páně.

6. Jak toho použil Kristus pro dobu poslední? V. 26. 30.
„Kristus nám dal důležité naučení. Zdůrazňuje, jak je to nebezpečné, jídlo a pití činiti hlavní věcí. Ukazuje následky bezuzdného uspokojování žádostí v jídle. Duchovní síly jsou zeslabeny, takže se to nezdá býti hříchem. Zločiny nepůsobí žádných výčitek a náruživosti ovládaří mysl, až všechny dobré zásady a pohnutky jsou vyhlazeny a Bůh jest v porouhání. Kristus pravil, že takové okolnosti budou před jeho druhým příchodem.“ (Christ. Temp. and Bib. Hyg. 12.)
7. Jaká výstraha jest dána věřícím posledních dnů? Luk. 21, 34. *radost světa.*
8. Jak máme pohlížeti na věci, které se staly? Proč jsou napsány? 1. Kor. 10, 11. *figurou k...*
9. Jak jsou nazváni nevěřící Izraelští, kteří se nechali strhnouti svými žádostmi? V. 7. *modlatel*
10. Kam lze dospěti hověním žádosti v jídle? Fil. 3, 18. 19.
11. Co jest povinností křesťana se zřením na tělo a ducha? 1. Kor. 6, 20. *slabosti*
12. Jak Daniel a jeho společníci obstáli ve zkoušce? Dan. 1, 8—16. *solé*
13. Jakých požehnání se jim za to dostalo? V. 17—20. *monochrom*
14. Proč jsou tyto zkušenosti v Bibli? Řím 15, 4. *služebníci*
 „Tytéž veliké pravdy, které byly zjeveny skrze tyto muže, mají býti podle přání Božího zjeveny mládeži a dítkami nynějších dnů. Dějiny Josefovy a Danielovy

jsou ukázkou toho, co Bůh chce učiniti pro ty, kteří se Mu odevzdají a celým srdcem chtějí provésti jeho přání.“ (Erziehung 57.)

15. Proč máme podmaňovati své tělo? 1. Kor. 9, 27.
16. Kdy nejlépe lze osvojit si ^{anglické slovo „habit“} správné zvyky? Přisl. 22, 6. „Daniel a jeho společníci byli věrně vyučeni zásadám slova Božího. Naučili se pozemské obětovati duchovnímu a hledati nejvyššího dobrého a vzali také odměnu. Jejich střídmost a vědomí odpovědnosti jako zástupců Božích přispěli k nejšlechetnějšímu rozvinutí sil tělesných i duchovních.“ (Erzieh. 55.) *o mláďatě*

K přemýšlení: 1. Jaký význam má pro mne to, co jest napsáno? 2. Co by se asi bylo stalo, kdyby Daniel a jeho společníci nebyli bývali pochopili důležitost správného rozhodnutí? 3. Byly změněny zásady vzdělání povahy?

* * *

Úkol 5. — 4. listopadu. Z. s. 16. 34.

Dokonalý vzrůst křesťana.

Pamětný verš: 1. Tes. 5, 23.

1. Jak jest vylíčen vzrůst Ježíšův? Luk. 2, 40.
„Ve své tělesné i duchovní podstatě řídil se Kristus Božským pořádkem vzrůstu a chce, aby mládenci i dívky činili totéž.“ (Gleichnisse 83.)
2. Co praví Písmo o mládí Ježíšově? V. 52.
„Když Ježíš ve svém dětství i mládí pracoval, vyvíjel se jeho rozum i tělo. Svých tělesných sil nepoužíval lehkomyslně, nýbrž tak, že zdraví zůstalo nedotčeno a On po každé stránce mohl vykonávati nejlepší práci.“ (Des. of Ag. 72.)
„S horlivostí a obětavostí, jaké není rovno, snažil se vždy lidem dobře činiti. Přes to však byl jeho život životem zdraví. Tělesně i duchovně byl bez poskvrny, jak obětovní beránky byl představován. Tělesně i duchovně byl

† vzorem, jakým podle vůle Boží mělo býtí veškeré lidstvo skrze poslušství jeho zákona.“ (Fussp. 53.)

3. Jak měli rodiče vychovávatí Jana podle rady andělovy?

Luk. 1, 15. *bez afajného násilie*

„Touha po bohatství a láska k blahobytu byla za dnů Janových velmi veliká. Smyslné radosti, hodování a pití byly příčinou tělesných utrpení i zvrhlostí, otupovaly duchovní schopnosti i smysl k poznání hříchu. Jan měl býtí reformátorem. Svým zdrženlivým způsobem života a prostým oděvem měl býtí výčitkou prostopášnosti tehdejší doby. Proto bylo rodičům Janovým dáno naučení o střídmosti od anděla s nebe.“ (Des. of Ag. 100.)

„Tělesné vychování jakožto příprava pro jeho dílo, bylo tak důležité, že byl poslán nejvznešenější anděl s poselstvím, aby poučil rodiče.“ (Fussp. 385.)

4. Co jest praveno o tělesném i duchovním vzrůstu Janově?

Luk. 1, 80. *možl a jocihoval se v duchovním*

„Jan měl vyjítí jako posel Hospodinův a přinéstí lidem světlo Boží. Musil jejich smýšlení dáti jiný směr. Musil jim ukázati svatost požadavků Božích, i to, že potřebují dokonalé spravedlnosti. Takový posel musí býtí svatý; jeho tělo musí býtí chrámem Ducha Božího, v něm přebývajícího. Aby mohl splniti svou úlohu, musí mítí zdravé tělo a duchovní sílu. Proto bylo nutné, aby panoval nad svými žádostmi a náruživostmi.“ (Des. of Ag. 100.)

5. V čí moci měl Jan konati své dílo? V. 17.

„Jan přišel v duchu a v moci Eliášově, aby konal dílo jako on. Kdyby jej byli Židé přijali, bylo by se to splnilo. Pro ně však nebyl Eliášem. Proto nemohl pro ně vykonati dílo, pro které přišel.“ (Des. of Ag. 135.)

6. Co pravil Kristus o Janovi? Mat. 11, 11—14.

7. V duchu kterého proroka má se státí příprava na druhý advent? Mal. 4, 5.

„Po mnohá léta Pán obracel pozornost svého lidu na zdravotní reformu. Ona jest velikou odvětví díla, které připravuje na příchod Syna člověka. Jan Křtitel přišel

v duchu a v moci Eliášově, aby připravil Pánu cestu a lidu aby poukázal na moudrost Spravedlivého. On představoval ty, kteří žijí v posledních dnech, jímž Bůh svěřil zvěstování svatých pravd, aby připravili cestu pro druhý příchod Kristův. Jan byl reformátor. Anděl Gabriel přišel přímo s nebe a Janovým rodičům dal naučení zdravotní reformy." (Test. III. 61. 62.)

8. Jak dokonale musíme být připraveni na příchod Páně?
1. Tes. 5, 23. *Yamby's wife*

9. Jak cele musí křesťan všechny síly těla i ducha dát Bohu?
Řim. 12, 1. 2.

„V dobách starého Izraele byla dobře prohlédnuta každá oběť, která byla Bohu přinesena. Byla-li na ní nalezena nějaká vada, nebyla přijata; neboť Bůh přikázal, že oběť má být „bez vady“. Tak je přikázáno křesťanům, aby vydávali těla svá „v oběť živou, svatou a Bohu libou“. K tomu je ovšem třeba, aby všechny síly byly v nejlepším stavu. Všecko, cožkoli zeslabuje tělesnou nebo duchovní sílu, činí člověka neschopného k službě svému Stvořiteli. Může mít Bůh zalíbení na něčem, co není neilepší?“ (Gr. Kampf 564.)

10. Co se musí státi, chceme-li dosáhnouti posvěcení? 2. Kor. 7, 1. *reštorovati se.*

K přemýšlení: 1. Jest zapotřebí dbáti zdravotních zákonů?
2. Zabývá se adventní hnutí otázkou zdravotní jenom nahodile?

* * *

Úkol 6. — 11. listopadu. Z. s. 16. 24.

Škodlivé nápoje.

Pamětný verš: Přísl. 20, 1.

1. Jakou naději nemohou mít opilci? 1. Kor. 6, 10.

„Mnozí, kteří si zvykli na opojné nápoje, jsou ve smutném postavení. Mozek jest nemocen; síla vůle zeslabena. Přání, pokud se to týká jejich moci, není k ovládnutí. Nelze jim

to vysvětliti a nemohou býti přesvědčeni, aby si zvolili cestu sebezapření. Okusili jednou opojný nápoj a vymizelo všecko pomýšlení na následky.“ (Fussp. 350.)

2. **Která slova týkají se těch, kteří vyrábějí anebo prodávají opojné nápoje? Jer. 22, 13—17.**

„Tyto verše ukazují dílo těch, kteří vyrábějí anebo prodávají opojné nápoje. Jejich obchod způsobuje jenom neštěstí a nepravost. Za peníze, které běrou, nedávají nic rovnocenného. Každý peníz, který vyzískali, stal se kletbou tomu, kdo jej přinesl.“ (Fussp. 343.)

3. **Který výrok Boží vztahuje se na takové osoby? Izal. 1, 15.**

4. **Co jest praveno o těch, kteří dávají opojné nápoje jiným? Abak. 2, 15.**

„Piják může býti schopen lepších věcí: jsou mu svěřeny dary, jimiž může uctíti Boha a světu býti ku požehnání; ale jeho spolulidé položili mu osídlo, a jeho ponížením se sami povznegli. Oni sami žili v blahobytu, zatím co ubohé oběti, které oloupili, upadli do chudoby a bídy. Bůh to však bude vyhledávati z ruky toho, kdo přispěl k tomu, aby pijan uveden byl do zkázy. Ten veliký Vládce vesmíru, který na nebesích kraluje, nepustil se zřetele první příčiny opilství ani jeho poslední následky. Bůh, který pečuje o vrabečky a odívá trávu na poli, nepomine ty, které stvořil k svému obrazu a vykoupil svou vlastní krví. On zapisuje všechny zlomyslnosti, které způsobují zhoubu a bídu.“ (Fussp. 347.)

5. **Jmenuj utrpení opilcovy. Přísl. 23, 29. 30.**

„Zastánci střídmosti zameškávají své povinnosti, jestliže naučením a příkladem, hlasem i perem svého vlivu neuplatňují ve prospěch úplné střídmosti.“ (Diener d. E. 343.)

6. **Jaké naučení dostal Aron a jeho synové po smrti Nádaba a Ablu? 3. Mojž. 10, 8—11.**

„Nádab a Abiu by se byli toho hříchu nedopustili, kdyby se byli před tím neopili vínem. Věděli, že je zapotřebí nejopatrnější a nejvznešenější přípravy, než vstoupí do

svatynč, kde se zjevovala přítomnost Boží; ale svou nestřídmostí stali se nehodni tohoto svatého úřadu. Jejich myšlenky byly zmateny a mravní poznávání ztupeno, takže nemohli rozeznávat mezi svatým a obecným.“ (Patr. a pror. 361.)

7. **Jaké neštěstí přivodila nestřídmost a prostopášnost v Babyloně? Dan. 5, 1—5.**
8. **Jaké důležité naučení dostala od anděla matka Samsónova? Soud. 13, 14.**

„Zvyky matky mají na dítě vliv dobrý anebo špatný. Má-li na zřeteli blaho svého dítěte, musí mít sama zásady, musí se cvičiti ve střídmosti a sebezapírání... Nestřídmost rodičů způsobuje, že dětem nedostává se tělesné síly a duchovní i mravní zdatnosti. Pijáci a kuřáci tabáku mohou na své děti přenést svá neukojitelná přání, svou rozohněnou krev a své podrážděné nervy.“ (Patr. a pror. 566.)

„Nestřídmost má svůj počátek často v rodině. Zaživací ústrojí jest zeslabeno používáním koření a nezdravých pokrmů a tak přichází žádost po dráždivějších pokrmech. Žádost po dráždidlech přichází vždy častěji a odporování bude vždy těžší.“ (Fussp. 334.)
9. **Jak se máme chovati k věcem škodlivým? Kol. 2, 21.**

„Co se týká čínského čaje, zrnkové kávy, tabáku a nápojů alkoholických, jest nejlépe nedotýkati se jich, ani okoušeti. Čaj, káva a podobné nápoje působí jako alkohol a tabák a kdo si na ně zvykl, je to pro něho těžké odvyknouti tomu, jako pro pijana a kuřáka. Ti, kdož se pokouší vzdáti se těchto draždidel, budou je nějakou dobu postrádati a tím trpěti. Ale vytrváním zvítězí nad touto žádostí a nebudou pocílovati ztráty. Budou potřebovati nějakou dobu, aby se zotavili ze škody, kterou utrpěli; ale dejte jim k tomu příležitost a oni se potom vzbodí a budou svou práci dobře a ochotně vykonávati.“ (Fussp. 342.)
10. **Jak důrazná výstraha jest dána proti škodlivým nápojům? Jaké jsou následky? Přisl. 23, 31. 32.**

„Není třeba poukazovati na škody, které utrpí pijan. Všude potkáváme pijany — lidské vraky — s těkavými zraky, ale jsou to lidé, za něž Kristus také umřel a také nad nimi andělé pláče. Jsou skvrnou naší vychloubačné vzdělanosti. Jsou hanbou, kletbou a zkázou každé země.“ (Fussp. 330.)

11. Jak se zjevuje jejich pravá vlastnost? Přísl. 20, 1.

„K draždidlům a omamujícím věcem náleží mnohé, které — buď jako pokrm nebo nápoj — dráždí žaludek, otravují krev a rozrušují nervy. Používání jich jest přímé zlo. Lidé si žádají takových draždidel, neboť jejich působení jest na nějakou dobu příjemné. Ale potom přichází působení další. Nepřirozená draždidla svádí vždy k nestřídmosti a způsobuje onemocnění těla.“ (Fussp. 325.)

12. Jak pevně drží opojné nápoje své otroky, ač způsobují bídu? Přísl. 23, 35.

„Nikdy nebylo dáno vhodnějšího obrazu o snížení a otroctví obětí opojných nápojů. I když pocítí svůj bídný stav, nemají síly, aby se vysvobodili z osidel; dají se zase v to.“ (Fussp. 330.)

13. Jaké napomenutí je dáno křesťanům posledních dnů? Řím. 13, 11—14.

K přemýšlení: 1. Má býti opilec předmětem pohrdání a posměchu anebo lásky a soucitu? 2. Jak se mám osobně chovati k střídmosti? 3. Jak mám bdíti proti každé nestřídmosti?

* * *

Úkol 7. — 18. listopadu. Z. s. 16. 14.

Jísti ku posílení.

Pamětný verš: Fil. 4, 5.

1. Proč máme jísti? Kaz. 10, 17.

„Bůh nám dal hojný výběr zdravých pokrmů a každý by měl voliti to, co ze zkušenosti a zdravého úsudku osvědčilo se pro něho jako nejlepší.“ (Fussp. 301.)

2. Na co nemáme zapomínati při jídle? Přisl. 23, 1.

„Naše tělo jest stavěno z pokrmů, které požíváme. Tkanivo se stále opotřebovává; kdekoliv pohybem těla spotřebováno bylo tkanivo, jest nahrazeno potravou. Každé ústrojí těla vyžaduje něco z naší potravy a všechno musí dostati své. Předivný jest postup, jak potrava proměňována jest v krev, která zbudovává rozličné části těla. To se děje ustavičně a každý nerv, sval a tkanivo jest oživováno a posilováno.“ (Fussp. 299.)

3. Co nemá býti při jídle rozhodující? V. 3. (Chuf.)

„Mají býti voleny takové potraviny, které dávají tělu potřebné látky. V této volbě není chuť spolehlivým vůdcem. Ona byla zkažena špatnými zvyky při jídle. Často žádá pokrmy, které jsou zdraví škodlivé. Společenský zvyk také nemůže býti spolehlivým vodítkem. Mnohé nemoci a mnohá utrpení lze z velké části přičísti všeobecným chybám v jídle.“ (Fussp. 299.)

4. Je střídmost strádání anebo nedostatek? Ž. 103, 5.

5. Je to převrácenost těšiti se z jídla? Kaz. 2, 24; 3, 12. 13.

„Učte se vařiti prostě, ale tak, aby pokrmy byly výživné a zdravé.“ (Test. I. 681.)

6. Kterých tří zásad máme dbáti při jídle?

1. „Dobré věci země jísti budete.“ Iz. 1, 19. Kdo chce jísti a píti k chvále Boží, bude se „pevně a rozhodně zastávati práva. Ve styku s bratřími nebo s jinými lidmi neuchýlí se od zásady, a nezamešká zároveň zjeviti šlechetnou trpělivost Kristovu. Upadnou-li zastánci zdravotní reformy do výstřednosti, není divu, že jiní o tom nechťí nic slyšeti. Naše náboženství bylo tím často uvedeno do špatné pověsti a svědkové takové nesprávnosti sotva mohou dospěti k tomu, aby v reformaci viděli něco dobrého. Kdo je přemrštěný, může v několika měsících nadělati více škody, nežli by za celý život mohl napravit. Takoví lidé konají dílo, které se satanu líbí.“ (Counsels on Health 153.)

2. „Nasyčení jsme“. 2. Par. 31, 10. Bůh pečoval, aby

kněží i lid měli dostatek. Když Kristus nasytil pět tisíců, pečoval, aby měli dosti a drobty aby byly sebrány. Prává reформа zdravotní dbá o potřeby těla. Tělo musí mít dostatek pokrmů. Nemůžeme býti živi vzduchem, ani býti zdravými, nemáme-li vydatné pokrmy." (Test. II. 538.)

3. Nejez mnoho. Přísl. 23, 21. Moudrý muž uvádí žráče s opilcem a praví, že oba zchudnou. Mnoho jísti, škodí tělu." Chraňme se přejedení třeba zdravými pokrmy. Tělo nemůže potřebovati více, než co je třeba pro jednotlivá ústrojí těla; přílišným jedením zatěžuje se ústrojí." (Erziehung 213.)

7. Čeho má býti při jídle dbáno mimo střídmosti? Kaz. 10, 17.

8. S jakým smýšlením máme požívati denní chléb? Skt. 2, 46. 47a.

„Mnozí se stále obávají, že jejich pokrmy, ať jakkoli prosté a zdravé, mohly by jim škoditi. Těm pravím: Nedomnívejte se, že vaše pokrmy by vám mohly škoditi; vůbec na to nemyslete. Jezte podle svého nejlepšího úsudku a jestliže iste prosili Pána, aby požehnal pokrmy ku posílení vašeho těla, věřte, že Otec nebeský slyší vaše modlitby a upokojte se." (Fussp. 327.)

9. Co Bůh pro nás učiní, budeme-li Mu stále sloužiti? 2. Mojž. 23, 25.

10. Co máme stále zjevovati? Fil. 4, 5.

„Přestupování zákona přírodního nepůsobí zhoubně jenom na přestupníka, nýbrž trpí tím i jiní kolem něho. Žije-li někdo v ustavičné rozčilenosti, jak rychle stává se netrpklivým! Bez zvláštního úsilí nemůže klidně mluvit, ani jednati. Šíří nepříjemné ovzduší. Jak potom někdo může říci: Co je komu do toho, co jím a pijí." (Counsels 119.)

K přemýšlení: 1. Nač máme při jídle předem pamatovati, když pokrm je určen pro posílení? 2. Usiluji o střídmost života?

Nejlepší strava.

Pamětný verš: 1. Mojž. 1, 29.

1. Co je prazdrojem všeliké potavy? 1. Mojž. 1, 11. 12.
2. Co bylo lidem původně dáno za pokrm? 1. Mojž. 1, 29; 3, 17. 18.
„Ovoce obilí a zelenina, připraveny jednoduchým způsobem bez koření a omastku jsou nejzdravější stravou. Takové pokrmy dávají člověku sílu a ostrovtip, jako žádné jiné pokrmy dráždivé.“ (Counsels on Health 115.)
3. Kdy bylo člověku dovoleno jísti maso? 1. Mojž. 9, 3. (Po potopě.)
„Před tím nedovolil Bůh člověku požívatí pokrmy ze zvířat. On si přál, aby lidstvo cele se živilo plodinami země. Nyní však, kdy rostlinstvo bylo zničeno, dovolil člověku jísti maso z čistých zvířat, která byla zachována v korábu.“ (Patr. a pror. 99.)
4. Co činili lidé před potopou, ačkoliv Bůh dal směrnice pro správné pokrmy? Mat. 24, 37. 38.
5. Jaký byl následek takového hýření? 1. Mojž. 6, 5. 11—13.
„Po pádu však člověk šel raději cestou svých vlastních žádostí hříšných a příčinou toho rychle se rozmáhala bída a zkáza. Nebylo dbáno svazku manželství ani práva vlastnického. Kdo si žádal manželky anebo vlastnictví svého bližního, bral je násilím, a lidé jásali nad svými činy násilnými. Kochali se z toho, že mohli zabíjeti zvířata; a požívání masa za pokrm činilo je ještě ukrutnější a krvežíznivější a dospěli tak daleko, že s užasnou lhostejností pohlíželi na život člověka.“ (Patr. 85.)
„Kdo se oddává požívání masa, pití kávy a čaje a hýření, rozsvívá símě, z něhož bude sklízeti hoře a smrt. Plníme-li žaludek nezdravými pokrmy, jest posilována chuť, která bojuje proti duši a podporuje nízké náklonnosti. Jestliže se v člověku rozmáhá stránka zvířecí, mizí duchovní

smýšlení a mysl jest neschopna poznati pravdu.“ (Counsels 575. 576.)

6. Co zvlášť bylo zapověděno při jedení masa? 1. Mojž. 9, 4.

7. Co bylo později opět zdůrazněno? 3. Mojž. 17, 10—14.

8. Jak bylo pohlíženo na přestoupení tohoto rozkazu? 1. Sam. 14, 32—34.

Jísti s krví bylo pokládáno za veliký hřích proti Bohu, za nějž bylo potřeby zvláštního pokání a oběti.

9. Jak první křesťané chovali se k tomuto příkazu? Skt. 15, 28. 29.

10. Jak bylo obmezeno požívání masa? 3. Mojž. 11, 46. 47.

„Rozdíl mezi čistými a nečistými pokrmy nebyl pouhý obřad a libovolné ustanovení, nýbrž byl učiněn ze zdravotního důvodu. Na zachovávání tohoto rozdílu valnou měrou záleží předivná schopnost životní, kterou se po tisíciletí vyznačoval národ židovský.“ (Patr. 567.)

11. Jaké maso zvlášť jest nevhodné k jídlu? 3. Mojž. 11, 7. 8.

„Ačkoliv vepřové maso mnoho se požívá, přece jest velmi škodlivé. Bůh nezakázal Izraelským požívání vepřového masa, protože by byl chtěl ukázati svou moc, nýbrž proto, že se nehodí za pokrm. Vepře nestvořil Bůh k jídlu. Maso zvířete, jehož přirozeným živlem jest nečistota a které požívá všeliké odporné věci, nemůže býti zdravé.“ (Counsels 116.)

„Maso nebylo nikdy nejlepším pokrmem; proti jeho požívání jest nyní činiti dvojnásobné námitky, když nemoci mezi zvířaty tak velice se rozšířily. Ti, kteří jedí maso, sotva vědí, co požívají.“ (Fussp. 313.)

12. Jak jest odměňováno zachovávání příkazů Božích? 5. Mojž. 6, 24. 25.

„Láska Boží k jeho tvorstvu jest něžná i přísná. On dal zákony přírodní, ale jeho zákony nejsou libovolné požadavky. Každé přikázání zákona mravního nebo zdravotního obsahuje zaslíbení anebo naň poukazuje. Jsme-li

jich poslušni, budou naše kroky provázeny požehnáním; neplníme-li je, přichází neštěstí. Prikázání Boží mají jeho lid táhnouti k Němu blíže. Nechá-li se jeho lid od Něho vésti, uchrání jej od zlého a povede k dobrému; nikdy však jej nebude nutiti.“ (Test. V. 445.)

K přemýšlení: 1. Není to samozřejmé, že ten, který stvořil člověka, dal mu také nejlepší pokrmy? 2. Změnila se povaha lidstva?

* * *

Úkol 9. — 2. prosince. Z. s. 16. 02.

Izrael dřívější a nyníjší.

Pamětný verš: Řim. 15, 4.

1. Kde jsou zapsány dřívější zkušenosti lidu Božího? Řim. 15, 4 .
2. Jaké naučení můžeme z nich mít? 1. Kor. 10, 6. 7.
3. Proč reptali Izraelští brzy po vyjítí z Egypta? 2. Mojž. 16, 3.
4. Jak dal Bůh svému lidu denní chléb? V. 4. 14. 15.
5. Jaké chuť byla mana? V. 31.
6. Co jest o ní praveno? Neh. 9, 15; Ž. 78, 24. 25.
7. Jak dlouho byli Izraelští syceni manou? 2. Mojž. 16, 35.
8. Jak reptali nad tím, co jim dal Bůh? 4. Mojž. 21, 5.
9. Po čem Izraelští zvlášť bažili? 4. Mojž. 11, 13.
„Bůh mluvil skrze dějiny lidu Izraelského, jimž k vlastnímu jejich dobrému nedal masa. Sytil je chlebem nebeským. Oni však povolovali žádostem zemským. A čím více vzpomínali na hrnce masa v Egyptě, tím více nenáviděli pokrm, který jim dal Bůh, aby je zachoval při zdraví tělesném i duchovním. Toužili po hrcích masa, jako to činí mnozí nyní.“ (Test. VI. 372.)
10. Jak Bůh splnil přání Izraelských? Jak projevilsvou ne-
libost nad jejich reptáním? V. 31—34.

„Jelikož Pán volil pro člověka v ráji potravu, ukázal, co jest nejlepším pokrmem; totéž naučení dal Izraelským, volbou, kterou pro ně učinil. Vyvedl je z Egypta a pečoval o jejich vychování, aby byli lidem jeho vlastnictví. Skrze ně chtěl svět požehnati a poučiti. Opatřoval je nikoli masem, nýbrž manou, chlebem nebeským, který k tomu byl nejlepší. Jenom pro jejich nespokojenost a pro nářek o maso egyptské poskytli jim na krátkou dobu stravu masitou. Ta však přinesla tisícům nemoc a smrt.“ (Fussp. 316.)

11. Co musili zakusiti pro své reptání? Ž. 106, 13—15.
12. Co jest praveno o žádosti Izraelských? Ž. 78, 17. 18. 30—32.

Vzpurné smýšlení Izraelských a reptání proti tomu, co jim Bůh dal, jest nazváno hříchem. Jedni masa samo nemůže býti nazváno hříchem. Co Bůh s určitým obmezením dovolil, a co podle naučení a řízení Božeho činili svatí mužové i sám Kristus, neměli bychom nikdy nazývati hříchem. Obmezení a předpisy o požívání masa byly dány k tělesnému a duchovnímu dobru lidu. Maso nebylo dáno místo původně od Boha určené lepší stravy. Protože se mezi zvířaty vyskytuje stále více nemoci, jest požívání masa pochybné. — „Masité pokrmy škodí našemu tělu, a my bychom jim měli odvykatí. Kdo může míti stravu rostlinnou (vegetarskou), ale raději hoví svým vlastním náklonnostem a jí i pije, co se mu líbí, bude ponenáhlu nedbalejší v učeních, která Pán dal o jiných bodech přítomné pravdy; pozbude pochopení pro pravdu a zcela jistě bude sklízeti to, co rozséval... Nečiníme žádných předpisů o pravdě, ale víme, že v zemích, kde je hojně ovoce, zeleniny a ořechů, masitá strava není pravým pokrmem pro lid Boží.“ (Test. IX. 156. 159.)

13. Proč ještě Bůh dal Izraelským zákony zdravotní? 3. Mojž. 20, 7. 8. 25. 26.
14. Co jest praveno o lidu Božím? 1. Petr. 2, 9—11.
„Ti, kteří Bohu slouží upřímně a opravdově, budou zvlášt-

ním lidem, odděleným od světa. Jejich pokrmy nebudou připraveny tak, aby vyhovovaly hýření anebo zkažené chuti, nýbrž aby sloužily ku posílení těla i ducha.“ (Counsels 50.)

15. Co má mít lid Boží i v době posledního pronásledování?

Iz. 33, 16.

„Dítky Boží budou žítí tímto zaslibením. Když země postižena bude hladem, budou syceni.“ (Des. of Ages. 122.)

K přemýšlení: 1. Jsou zkušenosti lidu Izraelského k naučení pro nás? 2. Co jsem se z nich osobně naučil? 3. Jest můj nynější způsob života dobrou přípravou pro poslední soužení?

* * *

Úkol 10. — 9. prosince. Z. s. 15. 59.

Střídmost ve všem.

Pamětný verš: 1. Kor. 9, 25.

1. Na co také vztahuje se střídmost mimo v jídle a pití?

1. Kor. 10, 31.

„Co se týká lidského zdraví, nic nemá býti vykonáváno lhostejně. Naše věčné blaho záleží na tom, jak v nynějším životě použijeme svého času, svých sil a svého vlivu.“ (Test. VI. 375.)

2. Co bylo jedno z prvních opatření, která Bůh učinil pro člověka? 1. Mojž. 2, 15.

„Adamovi a Ěvě bylo dáno užitečné zaměstnání, jako požehnání ku posílení těla, ke vzdělání rozumu a povahy.“ (Erzieh. 21.)

3. Co Bůh učinil pro člověka po pádu? 1. Mojž. 3, 17.

„Když Adam pro svou neposlušnost vyhnán byl z krásného domova a přinucen zápasiti s odporující mu půdou, aby si vydobyl denní chléb, právě tato práce, ačkoli rozdílná od příjemného zaměstnání v zahradě, byla ochranou před pokušením a zdrojem štěstí. Ti, kteří na práci, jež třeba přináší únavu a bolest, pohlížejí jako na kletbu, jsou v bludu.“ (Patr. 39.)

4. Jaký dostatek svedl obyvatele Sodomy k hříchu? Ezech. 16, 49.
5. Co určil Bůh k blahu člověka? 1. Mojž. 3, 19.
„Život námahy a starostí, který měl býti údělem člověka, byl mu určen z lásky. Byla to škola, kde měli býti položeny hranice uspokojování žádostí i naruživostí a nastati mělo ovládnutí sebe. Byla to část velikého úmyslu Božího k znovuvzdělání člověka ze zkaženosti a znehodnocenosti hříchu.“ (Patr. 49.)
6. Co praví kazatel o pracujícím? Kaz. 5, 12.
7. Co je také důležitého pro člověka mimo práce? Mark. 6, 31.
„Bůh si přeje, aby všichni znali zákony zdravotní a používali svůj rozum v práci pro Něho k zachování života, který On jim dal. Služebníci Kristovi nemají býti lhostejní k svému zdraví. Nemají tak dlouho pracovat, až jsou vyčerpáni a neschopni další práce. Práce dvou dnů nesmí býti vykonána v jednom dni. Konečně se ukáže, že ti, kteří opatrně a moudře pracovali, vykonali právě tolik, jako ti, kteří své tělesné i duchovní síly vypotřebovali tak, že v době nouze žádné neměli.“ (Diener 218.)
8. Co věděli učedníci o spánku? Jan 11, 12. 13.
Spánek je k posílení tak potřebný, že lékař sotva dovolí vzhuditi nemocného, když spí. Spánek jest pro něho to nejlepší.
9. Co jest praveno o těch, kteří mnoho spí? Přisl. 6, 9—11.
10. Jak byla zdůrazněna osobní čistota u hory Sinai? 2. Mojž. 19, 10. 11.
„O nutnosti osobní čistoty bylo dáno nejdůtklivější naučení. Dříve nežli se lid u Sinaje shromáždil, aby z úst Božích slyšel oznámení zákona, byl vyzván, aby umyl sebe a vypral roucha svá. V blízkosti Boží nebyla trpěna žádná nečistota.“ (Fussp. 283.)
„V ležení i okolo něho byla veliká čistota a přísný pořádek. Byli dány předpisy, týkající se zdraví. Každý, kdo

byl nějak poskvrněn, nečistý, nesměl vstoupiti do ležení. Tato pravidla byla nezbytná, aby tak veliké množství zachováno bylo při zdraví a bylo nutno zachovati dokonalý pořádek a čistotu, aby se Izrael mohl těšiti z přítomnosti Boží." (Patr. 376.)

11. Jak máme přistupovati k Bohu? Žid. 10, 22.

„Bůh žádá nyní čistotu srdce i těla právě tak, jako tehdy. Když těm, kteří putovali pouští a téměř ustavičně byli na čerstvém vzduchu, Bůh přikazoval takovou čistotu, pak nežádá méně od nás, kteří bydlíme v domech, kde se usazuje nečistota a je nezdravo.“ (Counsels 82.)

12. Jak to bude působiti na naši mysl, když těla svá dáme Bohu? Řim. 12, 2.

„Jen málokterí chápou, jakou moc má mysl nad tělem. Mnohé nemoci, které přicházejí na lidstvo, vznikají v mysli a mohou býti vyléčeny jenom tehdy, když je mysl zdravá. Je mnohem více lidí v mysli nemocno, než jak si myslíme.“ (Counsels 349.)

13. Jak působí na člověka starost a jak radost? Přísl. 12, 25; 15, 13.

„Na mysli nemocní jsou všude. Devět desetin všech nemocí, jimiž lidstvo trpí, lze tomu přičísti.“ (Counsels 324.)

14. Jak působí veselost? Přísl. 17, 22.

„Vzmužilost, naděje, víra, soucit a láska přispívají k zdraví a prodlužují život. Spokojená mysl a veselý duch jsou zdravím pro tělo a silou pro ducha.“ (Fussp. 243.)

15. Kde lze nalézt pokoj? Mat. 11, 28.

„Slova našeho Spasitele: Pojdte ke mně... já vás občerstvím, jsou božským předpisem k uzdravení utrpení tělesného i duchovního.“ (Fussp. 117.)

K přemyšlení: 1. Mám obsáhlý anebo obmezený názor o střídmosti? 2. Mohu říci, že žiji podle zdravotního pravidla, když se zdržuji jenom něčeho? 3. Lze bez Pána učiti se právě střídmosti?

* * *

Pravá reformace.

Pamětný verš: Přisl. 4, 18.

- 1. Proč musil Boží lid za dnů králů Judských mnoho trpěti? Oz. 4, 6.**
„Náš nebeský Otec vidí politování hodný stav lidstva, z nichž mnozí nevědomky nedbají zásad zdravotnických. Z lásky a soucitu nechává zářiti světlo zdravotní reformy. On zvěstuje svůj zákon i tresty, které přináší, aby všichni mohli poznati, co jest pro ně nejlepší. Činí svůj zákon tak jasný a vyvyšuje jej, že jest jako město na hoře ležící. Všecky rozumné bytosti mu mohou rozuměti, jestliže chtějí.“ (Counsels 21.)
- 2. Co musí předcházeti zdrženlivosti? 2. Petr. 1, 5. 6.**
„Jelikož zákony přírodní jsou zákony Boží, jest naši povinností bedlivě je studovati. Máme věděti, jaký jest jejich požadavek vzhledem našeho těla a podle toho se řídit. Nevědomost v těchto věcech jest hříchem.“ (Test. VI. 369.)
- 3. Co předpokládá apoštol, že víme? 1. Kor. 6, 19.**
„Vysvětlovati zákony přírodní a vésti k jejich následování, jest dílo, které jde s trojandělským poselstvím. Nevědomost není omluvou pro přestoupení zákona. Světlo jasně září a nikdo nemusí býti v nevědomosti, neboť Bůh sám učí lid. Jest svatou povinností všech, aby dbali zkušností, které jim Bůh dal vzhledem zdravotní reformy. On si přeje, aby se zastávali tohoto předmětu a lid aby byl povzbuzen k jeho zbadání, neboť pokud mužové a ženy setrvávají v hříšných, nezdravých a nervy ničících zvycích, nemohou oceniti svaté pravdy.“ (Counsels 21.)
- 4. Co činí člověk moudrý? Přisl. 15, 7.**
„Všichni, kteří zvěstují neoblíbené pravdy, měli by vésti rozumný život a býti opatrní, aby se vystříhali všech výstředností... Mají se snažiti pokud lze nejvíce přiblížiti se těm, které chtějí reformovati, aby jim pomohli

dostati se na výši, kde jsou sami. Budou-li si tak počinati, půjdou cestou, kde pravdu, kterou zastávají, budou moci přijmouti také jiní. Ti potom doznají, že zdravotní reforma jest věci rozumu.“ (Test. II. 377.)

5. **Jakou odpovědnost mají ti, kteří přijali světlo? Efez. 5, 8.**
„Ti, kteří znají pravdu, mají vznešenou odpovědnost. Jejich skutky musí se shodovati s jejich vírou; musí býti vytříbeni, posvěceni a připraveni pro dílo, které v závěrečných dnech poselství rychle má býti vykonáno. Nesmí mařiti čas ani síly k uspokojení žádostí v jídle.“ (Test. IX. 154.)
6. **Co zůstává při těch, kteří nenásledují světla? Jan 15, 22.**
„Je důležité, abychom chodili v světle, dokud je máme. Kdo vyznává, že věří v zdravotní reformu, ale v denním životě činí proti jejím zásadám, škodí sobě a zanechává převrácený dojem na věřící i nevěřící.“ (Test. IX. 154.)
7. **Co následuje po zavržení světla? Jan 12, 35. 36.**
8. **Čím se má vyznačovati pravý vzrůst křesťana? Přísl. 4, 13.**
„Blížíce se skonání věků, musíme k zdravotní reformě a křesťanské střídmosti zaujmouti vyšší stanovisko a předkládati ji určitěji a rozhodněji.“ (Test. VI. 112.)
„Při vyučování o zdravotní reformě a všech ostatních odvětvích evangelia, musíme přijmouti lidi tak, jací jsou. Teprve když se naučili připravovati pokrmy zdravé, chutné, výživné a laciné, smíme se odvážiti vésti je v zdravotnictví dále.“ (Test. VII. 135.)
„Bylo mi vždy znovu ukázáno, že se Bůh snaží vésti nás krok za krokem zpět k svému původnímu úmyslu, aby se člověk živil přírodními plodinami země. Mezi těmi, kteří očekávají na druhý příchod Páně, požívání masa časem přestane. Maso nebude žádnou částí jejich stravy. Tento cíl máme míti vždy na zřeteli a stále k němu spěti.“ (Counsels 450.)
9. **Komu musí každý dáti počet? Řím. 14, 11. 12.**

- 10. Proč není správné souditi se navzájem? V. 4. 10.**
„K zdravotní reformě náleží zdravý rozum lidský. Tento předmět má býti důkladně uvážen a nikdo nemá souditi jiného, protože jeho počínání si ve všech věcech neshoduje se s jeho. Není možné dáti nezměnitelné pravidlo, podle něhož by se měli všichni řídit. Nikdo si nesmí mysliti, že všichni se musejí řídit podle něho. Všichni nemohou jísti stejné věci. Pokrmy, které jsou pro někoho chutné a zdravé, nemohou chutnati jinému, ba mohou mu škoditi.“ (Fussp. 325.)
- 11. Co máme činiti místo souzení jiných? V. 13.**
„Svým příkladem a vlivem musíme podporovati reformu. Musíme se zdržeti od všech věcí, které by otupovaly svědomí anebo sváděli k pokušení. Nesmíme otevřítí žádné dveře, kterými by satan měl přístup k člověku stvořenému k obrazu Božímu.“ (Test. V. 360.)
- 12. Co by nikdo neměl zapomínati? V. 7.**
- 13. Jaký zřetel máme míti na jiné? V. 15. 21; 1. Kor. 8, 13.**
- 14. Co má rozhodovati v našem činu? Řím. 14, 22. 23.**
„Poukazujete-li na Svědectví, nesmíte je viucovati. Čte-li Svědectví, nepřidávejte k ním vlastních slov, neboť pak nemůže posluchač rozeznati slova Páně od slov vašich vlastních. Dejte pozor, abyste slova Páně nepoužívali urážlivě. Toužíme po reformě, a jelikož nevidíme, co bychom si přáli, dovolujeme zlému duchu, aby nakapal do našeho kalichu žluče a tím ztrpčujeme jiné. Našemi nešťastně volenými slovy jsou raněni a postavují se proti.“ (Test. VI. 122.)
- 15. Co jest praveno o království Božím? V. 17.**
- 16. Jakou cestou máme jíti? V. 19.**
Jest důležitější sám býti křesťanem, než chtítí jenom reformovati jiné. Žádné odvětví našeho poselství nemá vzbuzovati trpké pocity anebo vésti k rozštěpení. Každá náklonnost souditi jiné, nebo je vydati posměchu a pohrdání, jest nekřesťanská a neshoduje se s duchem pravé reformace.

„Naši pracovníci měli by býti nejnezištnější, nejpřívětivější a nejzdvořilejší ze všech lidí na světě.“ (Fussp. 161.)
„14. kapitola k Římanům jest také hlasem Božím k těm, kteří se zabývají zdravotní reformou... Pán chce, aby jeho církev byla dokonalé tělo, nikoli jenom ruce, ne tělo bez rukou, nýbrž tělo a ruce, a každý činný člen jest částkou velikého celku. Jako pravice spojena je s tělem, tak zdravotní reformace a dílo lékařské spojeno je s trojitým poselstvím andělským a jako pravice má účinně zastávati tělo pravdy.“ (E. G. W. Review and Herald, 20. VI. 1899.)

K přemýšlení: 1. Jest má stezka vždy jasnější? 2. Rozlišuje se má horlivost k určitým učením od mé horlivosti k duším? 3. Jakou horlivost zjevují a jak jsem ochoten k zachraňování jiných?

* * *

Úkol 12. — 23. prosince. Z. s. 16. 01.

Zdroj zdraví.

Pamětný verš: 3. Jan. 2.

1. Jak žalmista uznává uzdravující moc Boží? Ž. 103, 1—3.
Bůh neuzdravuje všechny lidi z jejich nemocí; ale každé opravdové uzdravení přichází od Boha. Nezapomínejme, že uzdravení těla jest požehnáním Božím. Křesťané uznávají, že Bůh odpouští hříchy; ale v tělesném utrpení mnozí hledají pomoc jinde a k Bohu jdou až naposledy.
2. Co pravil sám Bůh? 2. Mojž. 15, 26.
„Ve svých dívech zjevuje Spasitel moc, která ustavičně působí k posílení a uzdravení člověka... Je-li některá část těla zraněna, nastává ihned uzdravení, přírodní síly začínají své dílo k uzdravení, které je způsobováno mocí Boží. Všecka uzdravující síla přichází od Něho. Bůh to jest, který uzdravuje.“ (Fussp. 114.)
3. Co jest praveno o díle Kristově? Kdo byl s Ním? Skt. 10, 38.

„Kristus použil více času k uzdravování nemocných nežli ke kázání.“ (Fussp. 21.)

4. Jaký rozkaz dal Kristus svým učedníkům, dvanácti i sedmdesáti? Luk. 9, 1. 2; 10, 8. 9.

„Kristus jest Spasitelem světa. Když žil zde na zemi, věnoval se zvláště nemocným a trpícím. Když rozeslal své učedníky, dal jim rozkaz uzdravovati nemocné a také kázati evangelium... Nejdříve bylo pečováno o zdraví těla, aby byli připraveni pravdu přijmouti ve své mysli.“ (Counsels 33. 34.)

5. Co jest obsaženo v posledním rozkaze Ježíšově k jeho učedníkům? Mark. 16, 18b.

6. Co pravil Kristus o mínění, že Bůh tresce za hříchy nemocí? Jan 9, 2. 3.

„Židé všeobecně věřili, že hřích je potrestán v tomto životě. Na každé utrpení bylo pohlíženo jako na odplatu za nesprávnost, které se dopustil postižený sám anebo jeho rodiče. Jest pravda, že všeliké utrpení přichází z přestupování zákona Božího, ale tato pravda byla překroucena. Satan, původce hříchu a všech jeho následků, svedl lidi k domnění, že nemoc a smrt přicházejí od Boha jako libovolný trest za hřích. Proto ti, kteří upadli do nouze a bíd, byli také pokládáni za veliké hříšníky.“ (Des. of Ages 470.)

7. Kdo je původce utrpení? Luk. 13, 16; Skt. 10, 38.

„Nemoc, utrpení a smrt jsou dílem nepřátelské moci. Satan jest ničitel, Bůh obnovovatel.“ (Fussp. 114.)

8. Jak se má Bůh k utrpení lidu? Pláč Jer. 3, 33.

„Náš nebeský Otec nenechá libovolně lidi trpěti. On není původcem nemoci ani smrti, ale je zdroj života. On chce, aby lidé byli poslušni jeho zákonů a molili žítí.“ (Diener 213.)

9. V čem nemá zalíbení? Ezech. 18, 32.

10. Jak Pavel poukazuje na vztah mezi příčinou a účinkem? Gal. 6, 7. 8.

11. Jak Spasitel poukazoval na příčinu nemoci? Jan 5, 14. *... když*
12. Za jakou podmínkou chtěl Bůh Izraele uchrániti od nemocí? 2. Mojž. 15, 26. *... pokud*
13. Jak jest odměňováno ostříhání přikázání Božích? Přísl. 4, 20—22.

K přemýšlení: 1. Mám tělesné i duchovní požehnání Boží?
 2. Nemám toho požehnání, protože neostříhám zákon Boží?
 3. Způsobuji si nemoc? 4. Nezapomínám na zdroj zdraví?

* * *

Úkol 13. — 30. prosince. Z. s. 16. 06.

Dokonalé uzdravení.

Pamětný verš: Jak. 5, 16.

1. Jak zachází Bůh se svými dětmi? Jakou přednost a jakou radu dává? 5. Mojž. 30, 15. 19.
2. Co jest nám zajištěno, učiníme-li správnou volbu? 5. Mojž. 32, 46. 47.
3. Kde jest naše naděje na uzdravení? Mal. 4, 2.
4. Jak dobrotivě osvědčuje se Bůh i přestupníkům? Ž. 107, 17—20.
 „Bůh jest nyní právě tak ochoten nemocné uzdravit, jako tehdy, když Duch svatý mluvil skrze žalmistu tato slova. Také Kristus jest tímž soucitným lékařem, jako v době svého života zde na zemi. V Něm jest léčivý balsám pro každou nemoc a uzdravující moc v každé slabosti. Jeho nynější učedníci mohou se za uzdravení nemocných modliti právě tak, jako učedníci tehdejší. Uzdravení přijde, neboť „modlitba víry uzdraví neduživého“. Máme moc Ducha svatého a tiché ujištění víry, v nichž se můžeme dožadovati zaslíbení Božích.“ (Fußp. 230.)
5. Jakou naději Bůh dává nemocným? Jak. 5, 14. 15.
6. Čím mají naše modlitby vynikati? Luk. 22, 42.

7. Co svědčí, že všechny nemocné děti Boží nebudou uzdraveny? Zjev. 14, 13.
„Ne všichni nemocní budou uzdraveni. Mnozí budou v Pánu uloženi k odpočinku... Není-li tedy někdo uzdraven, nemáme se domnívati, že se mu nedostává víry.“ (Fussp. 234.)
8. Čím musí býti provázena účinná modlitba? Jak. 5, 16.
9. Z čeho vysvítá, že také můžeme použití přírodních prostředků? Izai. 38, 21; Luk. 10, 33. 34.
10. Jaký příběh svědčí, že uzdravení víry nemusí se státi ihned? Mark. 8, 22—25.
11. Z kterého příběhu poznáváme, že uzdravení jest hledati jenom u pravého Boha? 2. Král. 1, 2—6.
12. V jakém stavu jest mnohý nemocný? Skt. 10, 38.
13. Jaký příklad dokonalého uzdravení jest zapsán? Luk 17, 11—19.
14. Jak můžeme pomáhati jiným k uzdravení? Izai. 58. 6—8.
„Jedna z největších překážek k uzdravení nemocných jest, když oni svou pozornost obrácejí sami na sebe. Mnozí churaví se domnívají, že každý má s nimi cititi a jim pomáhati; zatím však by jim bylo třeba, aby se odvrátili od sebe a myslili na jiné. Izai. 58 nabízí lék pro nemoc těla i duše. Chceme-li míti zdraví a pravou radost života, musíme následovati pravidel zde uvedených.“ (Fussp. 261.)

* * *