

Umění zdravě žít

Biblické úkoly 1993
1. čtvrtletí

Umění zdravě žít

Biblické úkoly — 1. čtvrtletí 1993

Překlad: Aleš Launer

Technická redakce: Jan Pospíšil

Vydalo oddělení sobotní školy ve vydavatelství a nakladatelství
křesťanské literatury ADVENT, Roztocká 5, Praha 6 — Sedlec

Vedoucí oddělení: Milan Hlouch

Praha 1992

ISBN 80 - 85002 - 09 - 4

Úvod

"Zde naleznete největší životní zisk," hlásala velkými písmeny reklama jedné banky. Text pak pokračoval dále už jen drobným písmem a obsahoval velké množství směrnic a omezení. Přes všechna tato omezení a směrnice mělo mnoho lidí zájem investovat své peníze moudrým způsobem.

Kdo z nás kdy vůbec přemýšlel o zdraví jako o investici? Ellen Whiteová považovala dobré zdraví za skutečný "kapitál", a proto radí svému bratru v Kristu: "Zdraví lze získat správnými životními návyky a lze je dobře zúročit. Ale tento kapitál, cennější než kterýkoliv bankovní vklad, může být ztracen..." (4 T 408)

V tomto čtvrtletí se budeme zabývat tematikou zdraví a zásadami, jak tento "kapitál" získat nebo udržet. Budeme se samozřejmě setkávat s různými směrnicemi, ale nechápejme je jen jako omezení, ale jako pomoc, jež přispívá k zúročení našeho "kapitálu" – zdraví.

Studium úkolů sobotní školy nám přinese požehnání a neměli bychom si je nechat jen pro sebe. Hledejme způsoby, jak se o toto požehnání dělit s druhými lidmi. Jako adventisté sedmého dne se můžeme radovat z toho, že si naše církve v roce 1863 uvědomila vzájemný vztah mezi zdravím a duchovním životem. Celosvětový zájem o zdraví, tak jak jej pozorujeme v dnešní době, nám poskytuje dobrou příležitost poukázat druhým lidem na Ježíše, který je původcem života a který udržuje naše tělesné i duchovní zdraví. "Mnozí nemají víru v Boha a ztratili důvěru v člověka. Dovedou však ocenit soucit a pomoc. Když vidí člověka, který k nim přichází, aniž by měl pozemskou chválu nebo ocenění, a slouží nemocným, sytí hladové, obléká nahé, povzbuzuje ztrápené a něžně jim poukazuje na Toho, z jehož lásky a soucit se stal lidským poslem,... jejich srdce jsou pohnuta... Je zažehnuta víra a oni poznávají, že se Bůh o ně stará, a jsou připraveni naslouchat Božímu slovu." (MH 145)

1. úkol

Týden od 27. prosince 1992 do 2. ledna 1993

Proč být zdravý?

1 Moj kap.1-3; Řím 3,23-28; Ezech 36,25-27; Mar 5,25-34; Jak 2,17-26

Základní text

"Zahojím a vyléčím tvé rány, je výrok Hospodinův." (Jer 30,17)

Základní myšlenka

Dobré zdraví je výsledek poslušnosti Božích zákonů, jimiž se řídí příroda i morálka. Kristovo evangelium nás osvobozuje od zvyků, které ohrožují naše zdraví, a dává nám sílu ke zdravému způsobu života.

Proč chcete být zdraví? Je zřejmé, že dobré zdraví usnadňuje život a činí jej krásnějším. Avšak odpověď, kterou dává křesťan, je mnohem hlubší. Ellen Whiteová poukazuje, že "to, co poškozuje zdraví, nezmenšuje pouze tělesnou sílu, ale také oslabuje duševní a morální síly člověka. Ten, kdo má zálibu v nezdravém způsobu života, obtížněji rozlišuje mezi dobrým a zlým, a proto obtížněji odolává zlému..."

"Tělo je jediným prostředkem, jehož pomocí se rozvíjí mysl a duše, a tím se buduje charakter." (MH 128.130)

Právě z tohoto důvodu evangelium nezahrnuje pouze duchovní, ale také tělesné uzdravení. Při studiu úkolu na tento týden pros Pána o sílu k rozvinutí a zachování zdravého způsobu života.

Boží stvoření (1 Moj 1. a 2. kapitola)

Abychom lépe porozuměli tomu, jak nás evangelium osvobozuje od nebezpečných zvyků, jak nám dává sílu ke zdravému způsobu života, musíme se vrátit k počátku stvoření. Každý den stvořitelského týdne si Bůh prohlížel své dílo a označil je za dobré. Avšak poté, co stvořil Adama a Evu, prohlásil, že vše, co stvořil, je velmi dobré.

1. Jak se odlišovali Adam a Eva od ostatního stvoření? 1 Moj 1,26.27

Z celého Božího stvoření pouze Adam a Eva měli schopnost mít vztah k Bohu. Hospodin obdařil Adama a Evu inteligencí v takové míře, v jaké nebyla dána žádnému jinému stvoření. Člověk, který byl stvořen podle Božího obrazu, mohl uvažovat a oceňovat nádherné dílo Božího stvoření v přírodě.

2. Jaké bylo zdraví prvního lidského páru?

Lze si jen těžko představit, že by Adam a Eva byli nějak slabí a špatně urostlí. Ve skutečnosti "člověk vyšel z Boží ruky dokonalý jak po stránce tělesné, tak po stránce duchovní." (4 T 29)

3. Jakou úlohu měl zákon při stvoření a před pádem do hříchu?

"Bůh stanovil zákony, jimiž se řídí nejen živé bytosti, ale i všechny přírodní jevy. Vše je ovládáno pevně stanovenými zákony, jichž nelze nedbat. Avšak zatímco v přírodě je všechno řízeno přírodními zákony, podléhá člověk jako jediný... zákonu mravnímu." (Patriarchové a proroci, str. 27)

"Celá příroda se řídí zákony... Na poslušnosti těchto zákonů závisí pořádek a soulad v přírodě." (Myšlenky z hory blahoslavenství, str. 41)

Pokud Adam a Eva poslouchali Boží morální zákon, mohli se těšit zdravím a štěstím.

4. Co pro tebe osobně znamená skutečnost, že tě Bůh stvořil podle svého obrazu? Jaký vztah máš k Bohu?

Nevěrní, nešťastní, nemocní, ztracení (1 Moj 3. kapitola)

Po dobu, co byli věmi Božím zákonům, mohli se Adam a Eva těšit zdravím, štěstím a věčnému životu. 1 Moj 3. kapitola však popisuje nevěrnost prvního lidského páru a potřebu najít pro ně způsob záchrany.

- 1. Mnozí lidé vtipkují, když hovoří o Adamovi a Evě a o jezení ovoce ze stromu poznání dobra a zla. Jaký hluboký smysl se však skrýval v přestoupení Božího zákazu? 1 Moj 2,16.17; 3,1-6**

Tím, že si zvolili cestu nedůvěry vůči Bohu, ukázali Adam a Eva, že satanův slib je pro ně lákavější než vztah k jejich Stvořiteli.

- 2. Prostuduj si verše ukazující na následky rozhodnutí Adama a Evy. 1 Moj 3,7-13.16-19.23.24**

- 3. Jaké zaslíbení nacházíme v 1 Moj 3,15?**

Prorocký výrok "mezi tebe a ženu položím nepřátelství" chápala vždy křesťanská církev jako předpověď příchodu Vysvoboditele. Další část verše "mezi símě tvé a símě její" se vztahuje na spor mezi satanovými následovníky (1 Jan 3,10) a Kristem, který je oním potomkem (Zj 12,1-5; Gal 3,16.19).

Verš 1 Moj 3,15 nám vlastně podává první zprávu o velkém sporu, který začal v nebesích (Zj 12,7-9), pokračuje na zemi, kde satan opět utrpěl porážku (Žid 2,14), a který skončí satanovým zničením na konci tisíciletí (Zj 20,10).

Po pádu do hříchu závisel vztah Adama a Evy k Bohu na jejich víře v zaslíbení budoucího Spasitele. V Kristu jsou satan a hřích poraženi a lidstvu je udělena síla k poslušnosti Božích přírodních a morálních zákonů, na nichž závisí i naše zdraví.

- 4. Přemýšlej o tom, jakou útěchu a posilu znamenalo pro Adama a Evu zaslíbení Spasitele. Jakou naději přináší toto zaslíbení tobě?**

Opět v souladu

(1 Moj 2,17; Řím 3,23-28; 1 Kor 6,19.20)

Adam a Eva zvolili cestu nevěry. "Božská láska však pojala plán, jak lidstvo vykoupit. Porušení Božího zákona si žádalo život hříšníka. V celém vesmíru byl pouze jediný, kdo se mohl zasadit ve prospěch člověka. Protože božský zákon je právě tak svatý jako Bůh sám, mohl pouze jediný, jenž je rovný s Bohem, dosáhnout odčinění hříchu. Pouze Kristus mohl vysvobodit padlého člověka z prokletí zákona a uvést jej opět v soulad s nebem." (Patriarchové a proroci, str. 36)

1. Jak tento plán záchrany působí v životech jednotlivých lidí? Řím 3,23-28

Bůh na nás hledí jako na spravedlivé, jestliže vírou přijímáme, že Kristus zaplatil za naše hříchy. Potom nám Kristus, který přebývá v našem srdci, uděluje svoji moc (Gal 2,20), a tak nás uschopňuje zachovávat Boží zákony, desatero i zákony týkající se zdraví. Spasení je dokonalý dar. Bůh nám odpouští hříchy, pak mění naše srdce a duševně, tělesně a duchovně nás obnovuje.

"Svět dnes potřebuje to, co potřeboval před devatenácti sty lety – zjevení Krista. Je potřeba vykonat velké reformní dílo; pouze milostí Kristovou může být toto dílo tělesné, duševní a duchovní obnovy vykonáno." (MH 143)

2. Z jakého důvodu máme podle apoštola Pavla dbát i o naše tělo? 1 Kor 6,19.20 O jakém výkupném se zmiňuje verš 20? 1 Petr 1,18.19
3. Co můžeš udělat pro to, abys lépe "svým tělem oslavoval Boha"?
4. Jestliže víš, že tvé tělo patří Bohu, které zvyky bys měl změnit?

Tajemství úspěchu (Jak 2,17-26; Ezech 36,25-27)

1. Jestliže se "stáváme spravedlivými vírou bez skutků zákona", jaké místo má v našem životě poslušnost Božích přírodních a morálních zákonů? Jak 2,17-26

Zdravý způsob života nás nespasí (Gal 5,4). Avšak věříme-li skutečně v Krista, Duch svatý nám pomůže vybudovat takové zdravotní zvyky, abychom byli stále svěží a plni síly.

Adventisté sedmého dne věří, že chování a duchovní život jsou vzájemně úzce propojeny. Člověk si však spasení nemůže získat správným chováním. Křesťanské jednání je spíše přirozeným ovocem spasení a je založeno na tom, co už Kristus pro lidstvo vydobyl na kříži.

2. Jak můžeme získat ochotu k plnění Božích zákonů? Ezech 36,25-27
3. Jaké opatření učinil Bůh, aby nově obrácený křesťan získal vládu nad svým tělem? 1 Kor 6,11

Ve verši 1 Kor 6,11 nacházíme tři důležité myšlenky týkající se obrácení: (1) obmytí (křest na znamení změny srdce), (2) ospravedlnění (odpuštění, Bůh prohlašuje člověka za spravedlivého) a (3) posvěcení (obdržení moci k novému životu).

Přebývá-li v srdci člověka Duch svatý, projeví se to poslušností. Toto umožňuje naše víra v Ježíše Krista. V Řím 6,4 vysvětluje apoštol Pavel, že křtem jsme pohřbeni s Kristem, abychom vstoupili na cestu nového života. To však neznamená, že nás nový život ospravedlňuje. Ve skutečnosti nás Duch svatý uvádí v soulad s Kristem a jeho zákonem, včetně zákonů týkajících se našeho zdraví.

4. Myslíš si, že je pro křesťana snadnější vybudovat si zdravý životní styl, protože mu Duch svatý může dát sílu k poslušnosti Božích zákonů, než pro nevěřícího člověka?

Dotkni se Ježíšova roucha (Mar 5,25-34)

Boží plán záchrany v sobě zahrnuje i obnovu našich tělesných sil a schopností. Svojí pozemskou službou Pán Ježíš prakticky představil i tuto stránku Božího plánu. Evangelia zaznamenávají 35 zázraků, z toho 19 se týká nemoci nebo zdravotního postižení. Avšak tyto zvláštní události nejsou jedinými, kdy Ježíš projevil starost o lidské zdraví. (Viz například Mat 4,23.24; 14,35.36; Mar 1,30-34.)

"Ježíš věnoval více času uzdravování nemocných než kázání. Jeho zázraky svědčily o pravdivosti jeho slov, že přišel zachránit, ne zatratit." (MH 19)

1. **V Mar 5,25-34 nacházíme jeden z oněch 19 zázraků týkajících se nemoci či zdravotních problémů. Co tento příběh vypovídá o vztahu víry a zdraví?**

Pán Ježíš chtěl, aby lidé poznali, že ne dotyk ale víra, uzdravila ženinu nemoc. Věřit v to, že pouhý dotyk uzdravil ženu, by znamenalo být pověřčivý.

2. **Co vypovídá ženino chování o povaze víry?**

Naše činy ukazují na naši víru. To, co děláme, vypovídá druhým lidem, že "nestačí věřit o Kristu; musíme věřit v něho. Jediná víra, která nám prospěje, je taková víra, která se přidržuje Krista jako osobního Spasitele... Pravá víra je život. Živá víra znamená vzrůst síly, naprostou důvěru, již se duše stává vítězí silou." (Touha věků, str. 241)

3. **Pročti si Mat 4,23.24; 14,35.36 a Mar 1,30-34; 5,25-34. Představ si sebe v podobné situaci. Z čeho bys chtěl být Kristem uzdraven? Je tvá víra taková, aby tě mohl uzdravit?**

Doporučené studium

Spasení v sobě zahrnuje nejen tělesnou, ale i duchovní obnovu. Tuto skutečnost měj na paměti, když budeš studovat následující texty: Luk 9,56; Jan 10,10; 1 Kor 6,19.20; Žid 7,25; 2 Petr 3,9. V knize Touha věků si prostuduj kapitulu "Dotyk víry" (str. 239-242).

Evangelium nás osvobozuje od návyků ohrožujících naše zdraví a pomáhá nám budovat zdravý životní styl. Je však pravda, že někteří lidé, bez ohledu na jejich způsob života, jsou k určitým nemocem náchylnější než druzí lidé. Také se může stát, že člověk má zdravotní těžkosti vlivem okolností, jež jsou mimo jeho kontrolu. (Například v životě Ellen Whiteové se zdravotní těžkosti projevily jako následek úrazu, který utrpěla, když jí bylo devět let.) Je možné být zachráněn z hříchů podle Božího plánu, a přesto prožívat nemoci, protože až do Kristova návratu nebude nikdo z nás zcela osvobozen od možnosti onemocnět.

Diskusní otázky

1. Jaké ujištění nám dává následující citát pro období, kdy nám ne vlastní vinou selže zdraví?

"Tvoje mysl může být často zachmuřená kvůli bolesti. Tehdy se nesnaž přemýšlet. Víš, že tě Ježíš miluje. On rozumí tvou slabost. Jeho vůli můžeš konat prostě tím, že spočíneš v jeho náručí." (MH 251)
2. Můžeš vyprávět svými slovy, jak nás evangelium Ježíše Krista osvobozuje od návyků ohrožujících naše zdraví? Jakým způsobem nám dává sílu budovat zdravý způsob života?
3. Úkol na tento týden má název "Proč být zdravý?". Jak bys po týdnu studia odpověděl na tuto otázku?

Shrnutí

Jako křesťané toužíme vést zdravý život, protože nás Ježíš Kristus zachránil a protože naše tělo je jediným prostředkem, jehož pomocí se dozvídáme o Bohu. Plán záchrany zahrnuje úplnou obnovu našeho života a dává nám možnost budovat dobré zdravotní zvyky.

Západ slunce: 16.08

2. úkol

Týden od 3. do 9. ledna 1993

"Nepostihnu tě žádnou nemocí..."

2 Moj 6,7; 3 Moj 11,43-45; 1 Kor 6,19.20; 10,31; 1 Jan 3,2.3

Základní text

"Jestliže opravdu budeš poslouchat Hospodina, svého Boha, dělat, co je v jeho očích správné... a dbát na všechna jeho nařízení, nepostihnu tě žádnou nemocí... Neboť já jsem Hospodin, já tě uzdravuji." (2 Moj 15,26)

Základní myšlenka

Minulý týden jsme se zabývali tematikou obnovy zdraví, jež je součástí plánu záchrany. Tento týden budeme uvažovat o naší úloze v uskutečňování tohoto cíle.

Přibližně v době, kdy se narodil Mojžíš, napsal kdosi Ebersův papyrus, egyptskou příručku první pomoci. Například pro odstranění třísky doporučoval přikládání krve z žížal a oslího hnoje. Potírání vlasů směsí rozdrcených oslích zubů s medem uváděl jako prevenci před vypadáváním vlasů. Mojžíš byl patrně dobře obeznámen s Ebersovým papyrem, protože "byl vychován ve vší egyptské moudrosti" (Skut 7,22).

Když Bůh vysvobodil izraelský národ, dal mu zcela jiný soubor zdravotních směrnic spolu se zaslíbením, které nacházíme ve verši 2 Moj 15,26. Tento týden se budeme zabývat některými z těchto zdravotních rad společně s určitými novozákonními principy, které Bůh dal pro ochranu našeho zdraví.

vedu vás z Egypta do země, kterou jsem vám slíbil, a vy budete svobodní a ne budete otroky. (2 Moj 6,7; 3 Moj 11,43-45)

1. Jaký vliv v tělesné a duchovní oblasti mělo na Izraelity více jak stoleté otroctví v Egyptě?

Po tolika letech otročiny se Izraelité necházeli v takovém stavu, že je Bůh musel znovu vzdělat a poučit o tom, co je to pravý život. Zákony, které jim dal na Sinaji, se týkaly všech jejich povinností vůči Bohu i bližnímu. Tyto zákony zahrnovaly: (1) deset Božích přikázání, jež vyjadřují Boží charakter a jsou neměnná, protože Bůh se nemění (Mat 5,18.19; Mal 3,6); (2) ceremoniální zákony, jež poukazovaly na Golgotu a Kristovou smrtí pozbyly platnost (Kol 2,14-17; Žid 7,12); (3) občanské zákony, jež byly praktickým rozvedením Desatera ve společenských podmínkách starověkého Izraele jako národa a (4) zdravotní zákony, jimiž chtěl moudrý Stvořitel chránit zdraví a život národa (2 Moj 15,26; 23:25; 5 Moj 7,15). Protože jsou tyto zákony založeny na povaze a požadavcích lidského těla, jejich principy nepozbývají platnost ani Kristovou obětí na kříži. Principy, které přispívaly k dobrému zdraví před 3500 lety mohou i v dnešní době přinést stejně dobré výsledky.

"Národ, který vyšel z otroctví s jeho nečistými a nezdravými zvyky, byl na poušti podroben velmi přísnému výcviku před tím, než mohl vstoupit do Kanánu." (MH 277) "Budete mi království mužů, pronesl jsem vám."

2. Proč Bůh chtěl, aby byli Izraelité zdraví? 3 Moj 11,43-45; 2 Moj 19,6

3. Přečti si verš v 2 Moj 6,7 a uvažuj nad dvěma předpisy z Ebersova papyru, které jsou uvedeny v úvodu tohoto úkolu. Myslíš, že takové lékařské rady mohly být součástí "břemene egyptského otroctví"?

4. Přemýšlej o svých vlastních zdravotních návycích. Myslíš, že jsou pro tebe některé z nich břemenem, kterého tě chce Bůh zbavit?

Učinná karanténa (3 Moj 13,1-4)

Izraelité se měli stát svatým národem, protože Bůh je svatý. Jestliže měli být jeho lidem, museli vyzařovat Boží povahu. Proto jim Bůh dal své zákony a jeho milost jim pomáhala tyto zákony uvádět do praktického života.

I když se konkrétní uplatnění některých starozákonních zdravotních předpisů během času měnilo, principy těchto zákonů zůstávají stále stejné.

1. Jaký zdravotní princip nacházíme ve 3 Moj 13,1-4?

"na sedm dní uzavřít" = karanténní opatření

"Zdá se, že myšlenka dát do karantény ty, kteří jsou zasaženi nakažlivými nemocemi, má původ u židovského národa; toto ochranné opatření jim bylo dáno samotným Bohem." (1 BC 763)

3 Moj 13. kapitola patrně popisuje nejen malomocenství, ale kožní choroby obecně, protože: (1) příznaky nemocí uvedené v 3 Moj 13 nejsou symptomy malomocenství; (2) zákony týkající se ceremoniálního očišťování předpokládají, že se někteří lidé napadení "malomocenstvím" rychle uzdraví a (3) v době, kdy lékařská věda jako taková neexistovala, by bylo pro kněze velmi obtížné určovat diagnózy rozličných kožních chorob, které byly v mnohém ohledu podobné a pro něž neexistovaly určité názvy. Mojžíš zcela určitě zahrnul tyto příbuzné choroby pod jeden obecný název, který je do češtiny překládán slovem "malomocenství".

2. Ježíš pohlížel na malomocenství jako na symbol hříchu (viz Touha věků, str. 176). Jak se můžeme chránit před hříchem? V jakém smyslu se máme varovat styku s hříšnými lidmi? Proč hovoříme o tom, že hřích je nakažlivý?

"Plán vykoupení počítá s naším úplným vysvobozením z moci satanovy. Kristus zbavuje kající duši hříchu." (Touha věků, str. 213)

Obílené hroby (4 Moj 19,11-19; Mat 23,25-27)

1. Jaké další rady pro zajištění dobrého zdraví obdrželi Izraelci od Boha? 4 Moj 19,11.14.16-19 *důležitá ustanovení -> umývání po 7 dnů
očisťovací vodou s popelem ze společné krávy*

V dnešní době považujeme téměř za samozřejmé, že umývání se vodou zabráňuje šíření nemocí. Ne vždy tak tomu bylo v minulosti. Ve 40. letech minulého století se stal Dr. Semmelweis přednostou porodnického oddělení ve Vídni. Každé ráno se prováděly pitvy pacientek, které zemřely během předešlých 24 hodin. Poté, aniž by si umyli ruce, odcházeli lékaři na porodnické oddělení, kde vyšetřovali ženy. Veškerá vyšetření prováděli bez použití gumových rukavic. Protože následkem této praxe umírala každá šestá pacientka, Dr. Semmelweis nařídil, aby si všichni lékaři po provedené pitvě umyli ruce a teprve potom přistoupili k vyšetřování pacientek. Za tři měsíce po tomto nařízení se podstatným způsobem snížil počet umírajících pacientek.

2. Z čeho obvinili zákoníci a farizeové Ježíše a jeho učedníky? Mat 15,1-3

"Proč tvoji učedníci porušují tradici otců (=starců). Vždy si před jídlem umývají ruce!"

Již v době před Kristem proměnili Židé mnoho svých zákonů v bezduché ceremonie. Tak tomu bylo i v případě nařízení týkajících se očisťování. Pán Ježíš se svým odpůrcům snažil poukázat na to, aby nikdy nezapomněli, že smyslem Božích zákonů je samotný Kristus. Jestliže zachováváme některé přikázání prostě proto, že "je to tradice", stáváme se pokrytci. Když ztratíme ze zřetele důvod, proč něco činíme, stáváme se "obílenými hroby", o kterých se Pán Ježíš zmiňuje v Mat 23,27.

3. Prostuduj si Mat 23,25-27 a uvažuj o tom, proč se řídíš některými zdravotními zásadami, kterým na základě bible věří adventisté sedmého dne.

*Je to proto, že se chceš dostat do nebe?
Nejsi strach z Boha?*

Boží ideál

(1 Moj 1,26.27; 2,20-24; 3 Moj 18,1-6.20.22)

1. Boží nařízení pro vysvobozené otroky z Egypta se týkala i sexuálních vztahů. Uvažuj nad Božím ideálem, jenž je vyjádřen v následujících verších: 1 Moj 2,20-24; Mat 19,3-6; Žid 13,4.

*"Naučitel at mají v
oči a naučitel
je si vědomi, neboť
a učitel bude součástí i*

"Stvořitel spojil ruce bezhříšného páru a řekl: Proto opustí muž svého otce i matku a přilne ke své ženě a stanou se jedním tělem (1 Moj 2,24). Tím ustanovil manželský svazek pro všechny Adamovy potomky až do konce času. A to, co věčný Otec označil za dobré, je ustanovení, které má sloužit lidstvu k největšímu požehnání a k nejvyššímu rozvoji." (Myšlenky z hory blahoslavenství, str. 52)

2. Boží nařízení ve 3 Moj 18 naznačují, jak daleko lidstvo odpadlo od Božího ideálu. V této kapitole věnuj pozornost především veršům 6.20.22 a 23.

*"nedržet ucho" přibývá -> tedy podíl
ke homosexualita
ke sodomie (stýž se zvířaty)*

Tyto zvrácené způsoby mají za následek tělesné i duševní nemoci. Statistické údaje týkající se pohlavní choroby moderní doby jsou ohromující. Jedna západní země oznámila, že v období 1980 – 1991 dosáhl počet případů AIDS čísla 152 326. Odhaduje se, že 70 – 85% těchto případů bylo způsobeno sexuálním kontaktem s nakaženou osobou (jednalo se o homosexuály, bisexuály a osoby střídající své sexuální partnery). Odborníci v oné zemi odhadují, že každé dva roky se počet případů AIDS zdvojnásobí.

3. Prostuduj si Zj 19,2.7.9. Proč je v bibli použito obrazu manželského vztahu pro popis vztahu mezi Kristem a církví? Proč je duchovní odpadnutí označeno slovem "smilství", které zahrnuje všechny hříšné sexuální praktiky?

1. Či snad uvidíte, že vaše tělo je chráněno Duchem svatým, který u
všech přebývá a jež máte od Boha? Nepatříte sami sobě!
Chrám slávy ↑ (1 Kor 6,19.20; 10,31; 1 Jan 3,2.3) *že vás ži
votnost*

dyž jíte či pijete či vůbec něco děláte, všechno
čestě Bohu.

*Proto my - žijte
osobně Bohu*

Když Bůh vyvedl Izraelce z Egypta, dal jim rady, aby mohli být zdraví a tak mohli lépe představit světu Boží charakter. Nový zákon se nezabývá tak podrobně zdravotními předpisy jako Starý zákon. Některé verše však obsahují obecné principy, které můžeme uplatnit i v dnešní době.

1. Jaký vztah mají verše 1 Kor 6,19.20 a 10,31 ke zdravotní tématice (a) všeobecně a (b) k tvému zdraví osobně? Co je míněno slovy "všecko činite k slávě Boží" (1 Kor 10,31)?

Když Mojžíš žádal Hospodina, aby mu ukázal svoji slávu, Bůh řekl: "Všechna má dobrota přejde před tebou." Když Hospodin kolem něho přecházel, zavolal: "Hospodin, Hospodin! Bůh plný slitování a milostivý, shovívavý, nejvyšší milosrdný a věrný, který osvědčuje milosrdenství tisícům pokolení, který odpouští vinu, přestoupení a hříchy..." A Mojžíš rychle padl k zemi a poklonil se. (2 Moj 33,19; 34,6-8) Jestliže pochopíme, tak jako Mojžíš, co znamená Boží charakter, také se před Bohem v úctě skloníme a budeme jej chválit. (Viz CT 30.) I náš zdravý životní styl může světu představit Boží charakter.

2. Jaký vztah mají verše 1 Jan 3,2.3 ke zdravotní tématice a k veršům 3 Moj 11,44.45?

Jestliže chceme být podobnější Kristu, musíme Duchu svatému dovolit, aby nás očistil od všeho, co nás odděluje od Krista. To se vztahuje i na všechny zvyky, které otupují naše smysly, a tím nám brání poznat Boží vůli.

Diskusní otázky

1. Reprezentuješ Pána Ježíše svým způsobem života? Co pro tebe znamená skutečnost, že jsi Kristovým vlastnictvím, za které zaplatil výkupné? Uvažuj nad veršem 1 Petr 2,9.
2. Jak bys odpověděl člověku, který:
 - (a) tvrdí, že některé části bible (například zdravotní předpisy dané Izraelcům) nejsou důležité a nemají pro dnešní dobu žádný význam?
 - (b) omlouvá své nezdravé návyky poukazováním na to, že bible se o nich konkrétně nezmiňuje a neodsuzuje je?

Shrnutí

Když Bůh osvobodil Izraelce z otroctví, dal jim své zákony, mezi něž patří i zdravotní nařízení. Tato nařízení, společně s novozákonními principy, jež se obecně týkají zdraví, nám představují zdraví jako důležitou stránku života křesťana.

3. úkol

Týden od 10. do 16. ledna 1993

Před 130 lety

Iz 58,12-14; Zj 1,2; 19,10; 14,6-12

Základní text

"Co bylo od věků v troskách, vybudují ti, kdo z tebe vzejdou, opět postavíš, co založila minulá pokolení. Nazvou tě tím, jenž zazdívá trhliny a obnovuje stezky k sídlům." (Iz 58,12)

Základní myšlenka

Tak jako Bůh poučil Izraelce o zdravotních principech krátce poté, co je vyvedl z Egypta, poučil také první adventisty na počátku jejich cesty víry.

Rok 1863 působí na mnohé lidi zašlým dojmem asi jako zažloutlé stránky staré rodinné bible po prababičce. Ale svět před 130 lety oplýval radostnými i smutnými okamžiky, jak je tomu i v dnešní době. Podepsáním prohlášení o zrušení otroctví osvobodil Abraham Lincoln otroky v Americe a James Plimpton předvedl kolečkové brusle s úmyslem najít jedinečné rozptýlení a zábavu pro veřejnost ve válkou zmítané zemi. Téhož roku začali londýnští dělníci budovat metro a na Novém Zélandu byla dokončena stavba první železnice.

Roku 1863 obdržela žena chatrného zdraví vidění od Boha, jež se týkalo zdravotní reformy. V době, kdy svět věděl málo o Božích zákonech chránících zdraví a vlastně se o ně ani nezajímal, mělo toto vidění mimořádný význam.

Budování toho, co bylo v troskách (Zj 14,6-12; Iz 58,12-14)

Vidění Ellen Whiteové o zdravotní reformě navazovalo na bohatý odkaz bible týkající se lidského zdraví. Před několika tisíci lety dal Bůh osvobozenému izraelskému národu své zdravotní zákony, které během více než stoletého otroctví v Egyptě upadly v zapomnění. Vynikající zdraví národa se mělo stát světlem pro okolní modlářské národy a mělo je vést k pravému Bohu. Z bible však také víme, jak Izrael v této věci zklamal a jak nesplnil Boží záměr. Teprve 3. června 1863 – v době, kdy byla Amerika zmítána občanskou válkou – Bůh opět zvláštním způsobem oznámil svoji vůli týkající se našeho zdraví.

1. **Které dva biblické texty byly, mimo jiné, základem adventního hnutí?**
Zj 14,6-12; Iz 58,12-14
2. **Prorocství ve zmíněných dvou textech popisují lid, který zachovává Boží přikázání. Proč můžeme na základě předchozího studia říct, že tato přikázání v sobě zahrnují i Boží zdravotní zákony?**

Poselství textů Zj 14,6-12 a Iz 58,12-14 vyzývá všechen lid, aby zachovával Boží přikázání. Bez poslušnosti se nelze zalíbit Bohu. Poslušnost jde ruku v ruce s "Ježíšovou vírou". Tyto verše jsou aktuální zvláště pro poslední dobu, o které Izaiáš píše: "Zhanobena je země svými obyvateli, neboť přestoupili zákony, změnili nařízení, porušili věčnou smlouvu. Proto pozře zemi prokletí, kdo v ní přebývají, budou pykat." (Iz 24,5.6)

3. **Do jaké míry je naše země znečištěna (zhanobena)? V čem porušují obyvatelé země Boží zdravotní zákony? Jaký je následek tohoto způsobu života a vztahu ke zdravotním zákonům?**
4. **Jak může poselství o zdravotní reformě pomoci obnovit to, "co bylo od věků v troskách"?**

Vaše dcery budou prorokovat (Joel 3,1-5 [2,28-32 kral.]; Zj 1,2; 19,10)

Průkopníci adventního hnutí se odvolávali na knihu Joel 3,1-5 (2,28-32 kral.), a tak zdůvodňovali svoji víru, že Bůh obdaří církvev ostatků darem proroctví. Poukazovali na verš 4 (2,31 kral.) a tvrdili, že se tento dar znovu objeví "dříve než přijde den Hospodinův, veliký a hrozný".

- 1. Které novozákonní texty podporují víru v dar proroctví, kterou měli adventní průkopníci? Zj 1,2; 19,10 (Srovnej s 1 Kor 1,4-8.)**

Vidění o zdravotní reformě obdržela Ellen Whiteová 6. června 1863, nejméně dva týdny po zasedání Generální konference, které se týkalo celkové organizace církve. Proto také lépe organizovaní adventisté světicí sobotu mohli toto nové pojetí střídmosti a zbožnosti lépe uvádět do praktického života.

- 2. Přečti si zprávu Ellen Whiteové o tomto vidění a povšimni si dvojího úkolu, který Bůh dává církvi. Pokus se jej zformulovat vlastními slovy.**

"Viděla jsem, že je to svatá povinnost dávat si pozor na své zdraví a povzbuzovat druhé k jejich odpovědnosti... Naší povinností je stavět se proti nestřídmosti všeho druhu – nestřídmosti v práci, jídle, pití, v užívání drog (používání léků) – a ukazovat na Boží velký lék: vodu, čistou měkkou vodu pro nemoci, zdraví, čistotu i pro potěšení... Poznala jsem, že ve věci zdraví bychom neměli mlčet, ale že bychom v tomto směru měli působit na myšlení lidí.

"Není správné, ani Bohu milé porušovat zákony zdraví a potom ho žádat, aby se o naše zdraví staral a uchránil nás od nemoci, jestliže žijeme v pravém opaku k našim modlitbám." (3 SM 280)

- 3. Je i v dnešní době naší povinností, abychom žili zdravě a hovořili o zdraví s ostatními lidmi? Proč?**

Velký rozsah vidění (1 Kor 3,16.17)

1. Arthur L. White, vnuk Ellen Whiteové, psal o různých hlediscích vidění z roku 1863. Při čtení jeho slov si podtrhni různé oblasti, jichž se vidění týkalo.

"Lidstvo, které se odvrátilo od Boží vůle a zavedlo do svého jídelníčku maso, velmi utrpělo. Nestřídmost v jídle a pití a oddávání se nízkým vášním otupilo jemné smysly; užívání alkoholických nápojů zatemnilo rozumové schopnosti člověka. Tabák byl v jakékoliv formě pomalým jedem; čaj a káva měly stimulační účinek a jejich vliv byl podobný tabáku. V souladu s porušenou chutí se dostávaly do žaludku tučné zákusky spolu s nezdravými věcmi, způsobovaly bolest a přinášely různé nemoci. Bylo třeba vzdorovat takové chuti a střídme užívat zdravých potravin. Jezení vepřového masa bylo vždy zapovězeno a je stále škodlivé; Bůh zakázal užívání i některých jiných zvířat. Rodiče vedli své děti k nezdravému způsobu stravování, a to způsobilo velké utrpení.

Zhoubné bylo i používání drog (léků) – strychnin, opium, rtuť a chinin měly na svědomí milióny životů. Při léčbě nemocí se mělo lidem napomoci používáním přírodních prostředků – čistého vzduchu, čisté vody a jednoduché stravy, jež jsou obecně prospěšné. Toto by přineslo rychlou a bezpečnou léčbu. Zvláště prospěšná byla voda, avšak jen málokdo zažil její účinek na zdraví. Mnozí lidé zůstali v neomluvitelné nevědomosti a divili se, proč je lidstvo tak slabé a žije tak krátce. Byli mnozí, kteří zanedbávali tělesnou čistotu... Domy měly být stavěny s ohledem na sluneční svit. Pokoj, zvláště ložnice, měly být dobře větrány. Důležitým činitelem byl i zdravý oděv. Nemocné tělo má vliv na mozek, a tak satan vítězí ve svém zničujícím díle – v snaze dovést lidskou rodinu k tomu, aby se sama zničila vlivem špatných návyků." (RH z 6.června 1968, str. 3.4)

2. Nyní si z podtržených slov sestav vlastní seznam toho, co je třeba činit. Jak můžeš tyto rady uvést do svého života?

Změna situace (3 Jan 2)

Před rokem 1863 bylo zdraví adventistů všeobecně velmi špatné. Z časopisu Review and Herald víme, že v roce 1862 zemřelo 63 adventistů, většinou mladí lidé do 40 let. Následující informace nám tuto situaci dokonale vykreslují.

Annie, sestra Uriáše Smitha, zemřela ve věku 27 let. Nathaniel, bratr Jakuba Whitea, zemřel ve věku 21 let a jeho sestra Anna ve věku 26 let. Robert Harmon, bratr Ellen Whiteové, zemřel, když mu bylo 27 let. Kdyby Bůh v zimě 1853/54 neuzdravil Ellen Whiteovou z vážné srdeční choroby a hrozící rakoviny oka, byla by zemřela ve věku 27 let.

Naši průkopníci, kteří před rokem 1863 nedávali pozor na své zdraví, pak učinili velmi rychlý pokrok. Tehdy ještě nevěděli, že je zdraví úzce spjato s náboženstvím a že Bůh brzy povede svůj lid do nové a užitečné zkušenosti. Do roku 1863, kdy Ellen Whiteová obdržela vidění týkající se zdraví, byli přední kazatelé adventního hnutí většinou nemocní z vyčerpání nebo špatného trávení. Samotná Ellen Whiteová bojovala o své zdraví po třech záchvatech mrtvice. Vidění o zdravotní reformě tedy přišlo v pravý čas!

1. Co svědčí o tom, že dnešní církve i svět potřebují více poznání ve zdravotní oblasti? Co je třeba zlepšit ve způsobu našeho života?
2. Uzdravuje Bůh nemocné, i když se neřídí jím známými zdravotními zásadami?

Uskutečňování Božího plánu (1 Kor 9,25)

Jak rychle přijala církev zdravotní zásady naznačené ve vidění z roku 1863? Ellen Whiteové o tom píše: "Ve vidění, které jsem obdržela v Rochesteru (stát New York) 25. prosince 1865 mi bylo ukázáno, že lid světící sobotu nejedná podle světla, které mi Bůh dal ohledně zdravotní reformy, a že je před ním ještě velké dílo..."

"Bylo mi ukázáno, že máme poskytnout budovu pro ty, kteří strádají, a pro ty, kteří touží dozvědět se, jak pečovat o své tělo, aby zabránili nemocem." (1 T 485.489)

Z tohoto důvodu čtvrté výroční zasedání Generální konference schválilo následující usnesení: "Uznáváme zdravotní reformu, představenou ve svědectví sestry Whiteové, jako úkol, který na nás Bůh v této době vložil, a slibujeme, že chceme žít v souladu s těmito principy a že se budeme ze všech sil snažit, abychom poukázali na jejich význam i jiným lidem." (RH z 22. května 1866)

V roce 1866 církev začala vydávat svůj v první zdravotní časopis a bylo založeno první sanatorium v Battle Creeku.

Když v roce 1901 uvažovala Ellen Whiteová o uplynulých letech, napsala: "Ve světle, které mi bylo dáno předtím (1863), mi bylo ukázáno, že nestřídmost bude ve světě převládat znepokojující měrou a že každý z lidu Božího musí zaujmout jasné stanovisko, pokud jde o reformu zvyků a praxe. Pán mi předložil celkový plán. Bylo mi ukázáno, že Bůh dá svému lidu, který zachovává přikázání, reformu stravování a že když ji přijmou, budou jejich nemoci a utrpení velmi zmenšeny. Bylo mi ukázáno, že toto dílo bude pokračovat." (CD 481.482) Dílo skutečně pokračovalo. V současné době má církev asi 167 nemocnic a sanatorií, 17 továren na potraviny a 340 ambulancí a klinik.

Adventní hnutí poukázalo na velké pravdy bible, a tak zahájilo reformu, jejíž cílem je i obnova lidského zdraví.

- 1. Je něco, co bys rád změnil ve svých zdravotních zvycích, abys mohl uskutečnit Boží plán zdravotní reformy osobně?**

Doporučené studium

Prostuduj si text Iz 58,6-10 a uvažuj, v jakém smyslu je zdravotní poselství součástí osvobozování "ujařmených" (verš 6) a nasycování "ztrápených" (verš 10).

Několik výzkumů naznačuje, že osobní zvyky (životní styl) velkou měrou ovlivňují zdraví člověka. Dvanáct let trvající výzkum se 7000 lidmi se zabýval vztahem mezi úmrtností a nekouřením, úplnou nebo částečnou abstinencí, tělesným cvičením, jedením snídaně, nejezením přesnídávek, udržováním správné tělesné hmotnosti a spaním 7-8 hodin denně. Muži, kteří se řídili méně než třemi ze sedmi výše uvedených zdraví prospěšných zvyků, měli úmrtnost čtyřikrát vyšší než muži, kteří se řídili všemi sedmi. U žen byla úmrtnost dvakrát vyšší. Z tohoto i z mnoha jiných výzkumů můžeme vidět, že rady, které Bůh dal našim adventním průkopníkům, se v průběhu let prokázaly jako pravdivé.

Diskusní otázky

1. Při poukazu na svá vidění, týkající se zdraví, používala Ellen Whiteová frázi "bylo mi ukázáno". Tím dávala na vědomí, že Bůh ji dal uvedenou radu. Co si myslíš o tom, že Bůh k nám promlouvá takovým způsobem? Jaké svědectví to vydává o Božím charakteru?
2. Adventisté věří, že byli Bohem povoláni, aby zachovávali jeho svatý zákon a přinesli světu poslední varovné poselství. Je tato víra výsledkem:
 - (1) osobního (soukromého) výkladu bible;
 - (2) pýchy;
 - (3) fanatismu;
 - (4) Boží prozřetelnosti nebo
 - (5) samotných požadavků biblického proroctví?

Shrnutí

První tři úkoly tohoto čtvrtletí nám vysvětlují, proč je Boží zdravotní poselství důležité. Bůh dal církvi ostatků, stejně jako Izraeli, svá zvláštní nařízení týkající se zdravotních zákonů. Toto poselství je nedílnou součástí Božího plánu, který má člověku přinést štěstí.

Západ slunce: 16.25

4. úkol

Týden od 17. do 23. ledna 1993

Změna způsobu života

Žalm 139,23.24; 73,24; Mar 5,2.13.19; Gal 6,7; Efez 2,10; Jak 4,6-10; Jan 3,22

Základní text

"Všecko mohu v Kristu, který mi dává sílu." (Filip 4,13)

Základní myšlenka

Bůh nám chce požehnat i v oblasti zdraví. Od něj můžeme obdržet sílu jednat tak, aby se zlepšil náš zdravotní stav; on nás může posílit, abychom byli schopni zbavit se zvyků, které způsobují naše nemoci.

Ze studia předchozích úkolů víme: (1) plán záchrany zahrnuje zdravotní reformu a (2) bible a dar proroctví nám poskytují znalosti v oblasti zdravé životosprávy.

Co když jsi však v zajetí zlovyku, který ti způsobuje nemoc? Co když chceš skoncovat s pitím kávy nebo s přejídáním, a prostě nemůžeš?

Lidstvo je už od počátku, kdy hřích zasáhl naši planetu, sužováno neschopností činit to, co by mělo činit. Stejný problém prožíval i apoštol Pavel – Řím 7,18.19. Jak jej vyřešil? Přečti si první polovinu verše 25 v téže kapitole.

Tento týden se budeme zabývat radami, jak změnit nezdravý způsob života. Tyto rady pak můžeš uvést do praktického života při studiu dalších úkolů tohoto čtvrtletí.

Poznej svůj problém!

(Žalm 139,23.24; Pláč 3,40; Mat 5,4)

"Zkoumejme a zpytujme se, abychom se vrátili k Hospodinu."

Pokud jde o změnu našeho jednání, musíme mít na paměti nejdůležitější věc: sami sebe nemůžeme změnit! (Řím 7,18.19) Ježíš Kristus nám však může pomoci zbavit se zlovyků, jež nad námi panují.

1. Za jakých podmínek je Kristus ochoten nám pomoci? Žalm 139,23.24; Pláč 3,40; Mat 5,4

ze křiv, zlo pláči, zlo oči, zlo tání, zlo tělu."

"Bože, zkoumej mě... zlo tělu, zlo oči, zlo tání, zlo tělu."

Jestliže vážně prosíme Boha, aby nám pomohl zkoumat naše nitro, on nám pomůže nalézt, co je v našem životě nutno změnit, a dá nám k tomu sílu.

Pláč, o kterém Pán Ježíš hovoří ve svém kázání na hoře (Mat 5,4), je "opravdová lítost nad hříchem" (Myšlenky z hory blahoslavenství, str. 14).

Modlitba hraje podstatnou úlohu v procesu sebepoznání (viz Žalm 139,23.24). Teprve na modlitbě můžeme pochopit závažnost našich zlovyků, kterých se pokoušíme zbavit. Protože tyto zlovyky poškozují zdraví, jsou v rozporu s Boží vůlí a my je musíme Bohu vyznat a prosit jej o vedení a sílu budovat zdravý způsob života.

"Těm, kteří žádají (druhé) o modlitbu za uzdravení, musí být jasně řečeno, že přestupování Božího zákona – zdravotního nebo duchovního – je hříchem a že, chtějí-li obdržet Boží požehnání, musí hřích vyznat a opustit." (MH 228)

2. Znovu si přečti Žalm 139,23.24 a povšimni si, že se jedná o modlitbu o sebepoznání. Učiň tento žalm svojí osobní modlitbou.

Chceš-li poznat svá "slabá místa", zaveď si na jeden týden zápisník týkající se zlovyků, kterých se chceš zbavit. Například, jíš-li příliš mnoho, zaznamenávej si vše, co jíš nebo piješ, dobu, kdy jíš nebo piješ, a své pocity (hlad, nervozitu atd.). Během několika dní objevíš jistou pravidelnost svého zlovyku, a to ti pomůže lépe porozumět tvému problému. Čím lépe porozumíš svému "slabému místu", tím snadněji dovolíš Bohu, aby změnil tvoje jednání.

Přemýšlej a hledej řešení! (Gal 6,7; Iz 30,21)

1. Jaké jsou tělesné, duševní a duchovní následky dobrého zvyku a zlozvyku? Gal 5,19-24; 6,7,8; Řím 8,12-15 "nepřijali jste přece Boží stvoření" "Co člověk zaseje, to také sklídí"

Cvičíš 20 minut 3-4krát týdně? Pokud ano, vydržíš čilý pravděpodobně delší dobu. Piješ nápoje obsahující kofein? Pokud ano, snáze se staneš nervózní a popudlivý. "Co člověk zaseje, to také sklídí" (Gal 6,7) platí i v oblasti zdravotních zvyků. Proto je třeba nejen objevit své "slabé místo", ale také přemýšlet o následcích, které náš zlozvyk s sebou nese.

Vezměme například stres. Všichni jsme mu vystaveni a každý z nás potřebuje určité množství řízeného stresu. Dejme tomu, že nejsi schopen stres zvládat. Jako následek se může dostavit: tuhnutí svalů, žaludeční nervozita, vředy, možná infarkt nebo mrtvice. Jestliže se u tebe tyto příznaky vyskytují jako důsledek nezvládnutého stresu, lze hledat cesty k omezení vlivu stresu. Je možné také změnit svůj přístup k tomu, co vyvolává stres.

2. Na jaká zaslíbení se můžeme spolehnout, chceme-li se zbavit našich zlozvyků? Žalm 32,8; 37,5; Iz 30,21

"Bůh ti potěší srdce, ukaže ti cestu... budu ti radit,"
"Bůh tě svou svou kápní naplní, doufej v něho, On sám bude radit."

Bůh má náš život ve svých rukou. Tato jistota nás povzbudí hledat možnosti, jak změnit naše nezdravé zvyky. Jestliže se snažíš zbavit se určitého zlozvyku, pokus se uplatnit následující radu:

Na papír napiš to, co chceš změnit ve způsobu svého života – například: "Poté, co jsem promyslel všechny možnosti a jejich důsledky, rozhodl jsem se omezit konzumaci zákusků. Místo cukrovinek budu jíst ovoce. Doznávám Bohu (příp. své rodině, přátelům), že potřebuji Boží sílu, abych ve svém životě mohl jednat v souladu s tímto rozhodnutím."

"povedas me podle hruho
toz rodumti"

Jednej! (Jak 2,26; Efez 4,22-24)

"Živo je tělo bez duše?
Mrtvé, tak je mrtvé
víra bez skutků."

1. Jaký je vztah mezi vírou a činem? Jak 2,26 Prostuduj si Žid 11. kapitolu a povšimni si veršů, které popisují jednání věřících.

Pravá víra je vždy ochotna spolupracovat na Božím plánu obnovy. Abraham, Raab a další, o kterých se zmiňuje Žid 11, měli živou víru. Byli poslušní ve víře. Formální věřící, kteří nejsou osobním svědectvím o Kristově službě, byli a jsou pouze mrtvými "členy" církve.

2. Mění-li Bůh člověka, jaký vliv to má na jeho život? Efez 4,22-24

"odložte dřívější způsob života, staré li"

"Život křesťana není jen upravená nebo zlepšená forma starého života, nýbrž změna přirozenosti... Když Duch Boží ovládne srdce, změní i život." (Touha věků, str. 111.112)

Nový způsob života se buduje lépe a rychleji, zapojíme-li do činnosti nejen tělo, ale i mysl. V oblasti sportu je tato zákonitost dobře známa. Proto tráví sportovci mnoho hodin nejen tělesným cvičením, ale i duševní přípravou.

Ten, kdo má sklony k slovním výbuchům, činí-li mu někdo bezpráví, se může cvičit v sebeovládání. Může se snažit zůstat klidný v konkrétní situaci. Může však také dopředu přemýšlet a snažit se najít vhodný způsob jednání – například: Když se to stane znovu, budu se modlit: "Pane, ty máš rád tohoto člověka stejně jako mě. Prosím tě, nedovol, aby mě tento člověk (jméno osoby) ovládl. Pomož mi, abych zůstal klidný a laskavý."

3. V jakém smyslu nám Iz 26,3 a Filip 4,8 vysvětlují a doplňují výše uvedenou zásadu?

Vzepři se pokušení

(Žalm 139,23.24; Gal 6,7; Jak 4,6-10; 1 Jan 3,22)

Každá změna vyžaduje čas. Nebuď proto zklamán, setkáš-li se s přechodným nezdarem. Satan se vždy snaží, abychom se nevzdávali věcí, které nás oddělují od Boha. Následující myšlenky ti pomohou čelit pokušení:

1. Vyhýbej se situacím, které jsou pro tebe pokušením.
 2. Připrav si, co budeš dělat, když k pokušení dojde.
 3. Způsob své odpovědi (jednání) si vyzkoušej.
 4. Neztrácej čas, jakékoliv váhání ti ztěžuje možnost vzdorovat pokušení.
 5. Měj na paměti, že s Kristovou pomocí můžeš zvítězit.
 6. Pokud je to vhodné, vyprávěj ostatním zkušenost, jak ti Bůh pomohl.
1. **Jak ti mohou uvedené myšlenky pomoci při budování zdravějšího způsobu života?**

"Existuje velmi úzký vztah mezi myslí a tělem... Stav mysli ovlivňuje zdraví tělesného systému. Jestliže je mysl svobodná a šťastná – protože koná dobro a cítí uspokojení z toho, že činí druhé lidi šťastnými – pak probouzí radost, která má vliv na celý systém, působí lepší oběh krve a posiluje celé tělo. Boží požehnání má uzdravující moc a ti, kteří zbohacují druhé, sami pocítí ve svém srdci i životě toto požehnání." (CH 28)

"Tím že druhým budeme pomáhat, aby zvítězili pro krev Beránkovu a pro slovo našeho svědectví, sami se staneme vítězi." (7 BC 974)

2. **Co přikázal Pán Ježíš posedlému, poté co jej uzdravil? Mar 5,2.13.19**
Jak můžeš druhým vyprávět o Kristově uzdravující síle – slovy, životem?

Doporučené studium

Chceme-li změnit náš život, musíme se spolehnout na Boží moc. Prostuduj si následující texty, jež se týkají Boží moci: 1 Moj 18,14a; 2 Par 25,8; Iz 40,29 a Jer 32,17.

"Je to snad pro Hospodina užitečné?"

"Ti, kteří svou důvěru opřeli o Krista, nesmí být spoutáni žádným zděděným či pěstovaným zlovykem nebo sklonem. Místo, aby byli v zajetí nižší přirozenosti, mají vládnout nad svou chutí a vášněmi. Bůh nás nenechal, abychom bojovali proti zlu v naší omezené síle. Ať už jsou naše zděděné nebo pěstované sklony ke zlému jakékoliv, můžeme nad nimi zvítězit skrze moc, kterou je nám Bůh ochoten dát." (MH 175.176)

Diskusní otázky

1. Myslíš si, že někteří lidé chápou zdravotní zásady jako způsob dosažení spásy? Co je pravým důvodem pro přijetí zdravého způsobu života?
2. Které nezdravé zvyky si Bůh přeje změnit ve tvém životě? Jsi ochoten nyní Boha požádat, aby ti pomohl žít zdravě?

Shrnutí

Na list papíru vypiš všechny kroky nezbytné pro osvobození se od zlovyku. (Tento seznam můžeš vypracovat pro svůj osobní zlovyk; současně si můžeš vytvořit plán, jak se tohoto zlovyku zbavit.) Tento seznam ti pak pomůže uvádět do života zdravotní rady, jimiž se budeme zabývat v následujících úkolech tohoto čtvrtletí.

Západ slunce: 16.36

5. úkol

Týden od 24. do 30. ledna 1993

Pravé léky

1 Moj 1. kapitola; 2,15; Mar 6,31

Základní text

"Tobě vzdávám chválu za činy, jež budí bázeň: podivuhodně jsem utvořen, obdivuhodné jsou tvé skutky, toho jsem si plně vědom." (Žalm 139,14)

Základní myšlenka

"Čistý vzduch, slunce, střídmost, odpočinek, tělesný pohyb, vhodná strava, voda, důvěra v Boží moc – to jsou pravé léky. Každý člověk by měl vědět o přírodních léčebných prostředcích a o tom, jak je používat." (MH 127)

Lépe je nemocem předcházet, než je léčit. Je tedy mnohem lepší vědět, jak zabránit vzniku nemoci, než vědět, jak ji léčit, když pak člověk onemocní. Ale, kdo z nás ví a umí používat snadno dostupné přírodní léky?

Úkol na tento týden je první z šesti úkolů zabývajících se osmi základními principy v přírodě, jimiž se řídí naše zdraví. Porušování těchto principů nevyhnutelně vede k riziku onemocnění, zdravotního postižení a předčasné smrti. Uvedením těchto osmi principů do vlastního života posílíme naše zdraví a křesťanskou zkušenost mnohem více než využíváním služeb moderní lékařské vědy, zdravotních pojišťoven či nejmodernějších nemocnic.

Voda (1 Moj 1. a 2. kapitola)

1. Boží stvořitelské dílo v sobě zahrnovalo i zajištění našeho zdraví. Prostuduj si 1 Moj 1. a 2. kapitolu a vyhledej v nich zmínky o prostředcích propěšných našemu zdraví. Který z nich je jmenován nejdříve?

Voda existuje už od počátku Božího stvoření. Je důležitým, faktorem ovlivňujícím chod našeho organismu – například: naše tělo obsahuje asi 70 váhových procent vody; krev obsahuje asi 83 procent, v kostech je téměř 22 procent vody. Naše tělo potřebuje denně 2,4 litru vody, aby mohlo správně fungovat. Voda je nutná pro zajištění krevního oběhu, odstraňování odpadních látek z těla, trávení a dodávku živin do celého organismu. Dostatek vody je předpokladem i pro zdravou činnost mozkových buněk a je prevencí proti depresím a rozrušenosti. Důležité je i používání vody ve formě chladné nebo vlažné koupele či sprchy, která pomáhá krevnímu oběhu, a tím povzbuzuje mysl i tělo. Sprcha nebo koupel může uklidnit rozrušené nervy, které oslabují náš imunitní systém. Koupání také odstraňuje nečistotu z kůže a snižuje horečku.

2. Co symbolizuje v bibli voda? Jan 4,5-15; 7,37-39

"Občerstvující voda... je symbolem božské milosti, kterou může poskytnout jediné Kristus a která jako živá voda očišťuje, občerstvuje a posiluje duši. Ten pak, v němž přebývá Kristus, má v sobě nevysychající studnici milosti a síly." (Patriarchové a proroci, str. 306)

3. Kdy jsi naposledy prožil Boží občerstvující milost?

Světlo Boží přítomnosti (1 Moj 1,3-5)

Bez světla by nebyl život; světlo bylo životně důležité, když Bůh začal tvořit řád a různé formy rostlinného a živočišného života.

Sluneční světlo má řadu pozitivních účinků. Například ničí bakterie a působí desinfekčně; 15-30 minut pobytu na slunci denně (ráno nebo pozdě odpoledne) pomáhá tělu vytvářet si vlastní vitamín D; slunce dodává energii rostlinám pro jejich růst a bez rostlin by zvířata i člověk zahynuli. (Pozor: Sluneční světlo však může být škodlivé. Dlouhý pobyt na slunci může způsobit popáleniny, vznik rakoviny kůže, urychlit proces stárnutí, poškozovat oči a způsobovat šedý zákal.)

1. Co v bibli symbolizuje světlo? Žalm 18,29; 112,4; Iz 60,1; Jan 1,4-9

Jako je světlo potřebné pro tělesný život, tak je duchovní světlo životně důležité pro duchovní život. (Viz 1 Jan 1,5.) "K těm, v jejichž srdcích probíhá dílo obnovy Božího obrazu, přichází dnes Bůh, odstraňuje stíny hříchu, nejistoty a zklamání a praví: Bud' světlo!" (1 BC 210)

2. Jakým způsobem můžeš vpustit do svého tělesného i duchovního života více světla? Jak nás Ježíš Kristus chrání před infekcí hříchu?

Zhluboka se nadechni! (1 Moj 1,7.8)

1. Co další, mimo vodu a světlo, je nutné pro náš život? 1 Moj 1,7.8

Slovo "nebe" (verš 8) znamená atmosféru, která se jako baldachýn rozprostírá nad naší zemí. Nikdo z nás nemůže žít déle než 5-6 minut, aniž by se nenadechl vzduchu. "Chceme-li mít dobrou krev, musíme dobře dýchat. Hluboké dýchání čistého vzduchu, jež naplňuje plíce kyslíkem, čistí krev, dodává jí jasnou barvu a roznáší tento životodárný proud do celého těla." (MH 272)

Možná, že si někdo řekne: Žádné obavy, vždyť dýchám přirozeně, sám od sebe! Nedýcháme však správně. Pozorujme někdy, jak dýchá nemluvně – při nádechu se bříško vyduje jako balónek a při výdechu splaskne. To je správný způsob dýchání.

Je také důležité, jaký vzduch dýcháme. V budovách by mělo být zajištěno dobré větrání. Pokud je to možné, měli bychom spát při otevřených oknech.

2. Dýchání je nezbytné pro tělesný život. Co je nezbytné pro duchovní život? Jan 20,21.22; Řím 8,11

V duchovním životě lze napodobit proces dýchání: vyznání hříchu, odevzdání sebe a svých slabostí Ježíši Kristu (= výdech špatného vzduchu); přijetí Kristova odpuštění a očistění (= nádech čistého vzduchu).

Nutnost pohybu (1 Moj 2,15)

Práce Adama a Evy zahmovala tělesný pohyb. V dnešní době mají mnozí lidé zaměstnání, při kterém se jen velmi málo pohybují. Pohyb je však důležitý pro naše zdraví: pomáhá normalizovat krevní tlak; podporuje krevní oběh – krev může lépe proudit a zahřívat končetiny; uvolňuje tělesné a duševní napětí – člověk se lépe cítí; zásobuje elektrickou energií mozek a nervové buňky; přispívá k dobrému vzhledu člověka; zabraňuje tělesné a duševní únavě; podporuje chemické procesy v mozku, které ovlivňují naše pocity – člověk se cítí zdravý a zvyšuje se jeho odolnost vůči bolesti.

Měli bychom si uvědomit, jak je pohyb důležitý, přestat se vymlouvat a začít cvičit. Naším cílem by mělo být aerobické nebo rekreační cvičení, které je srovnatelné s 15-minutovou chůzí na vzdálenost asi 1,5 km čtyřikrát nebo i vícekrát týdně. (Aerobické cvičení velkou měrou podporuje srdeční činnost.)

"Ti, kdo mají sedavé zaměstnání, by měli – umožní-li to počasí – cvičit každý den na vzduchu, v létě i v zimě. Lepší je chodit pěšky... neboť to umožní pohyb většímu počtu svalů. Plíce jsou nuceny zdravě dýchat..."

"V mnoha případech by takové cvičení prospělo zdraví více než léky." (MH 240)

- 1. Které moderní vymoženosti nám berou možnost tělesného pohybu? Co můžeš udělat pro to, abys měl více tělesného pohybu?**
- 2. Tělesné cvičení dodává tělu potřebný kyslík. Proč je pro duchovní život důležité cvičit se a posilovat ve víře?**

Prostřednictvím víry může do našeho života proudit Boží milost. Víru cvičíme a posilujeme na modlitbě.

"Pojďte... a trochu si odpočiňte!"

(1 Moj 2,2.3; Mar 6,31)

1. Jaký druh odpočinku, mimo sobotní odpočinek, člověk potřebuje?

"Bylo mi ukázáno, že světitelé soboty pracují příliš mnoho, aniž by... si odpočinuli. Rekreace je potřebná pro ty, kteří pracují tělesně, a životně důležitá pro ty, kteří pracují především duševně." (CH 195)

Odpočinek přispívá ke zlepšení pracovního výkonu a myšlení. Pomáhá tělu v boji proti infekci a zpomaluje proces stárnutí. Existují 3 druhy odpočinku: **(1)** odpočinek od duševního nebo citového napětí; **(2)** odpočinek od tělesné námahy a **(3)** odpočinek v době nemoci nebo zranění. Příliš mnoho duševní práce a starostí může způsobit stavy úzkosti, depresí nebo rozrušenosti. V tomto případě je nejlepším odpočinkem tělesné cvičení na čerstvém vzduchu. Při tělesné námaze je nutno znát své hranice a ukončit práci dříve, než dojde k vyčerpání sil. Odpočinek v době nemoci napomáhá tělesnému uzdravení.

2. V jakém smyslu sobotní odpočinek zahrnuje první dva druhy odpočinku? Žalm 37,7; Mat 11,28.29

Sobota nás osvobozuje od každodenní práce, a tím nám poskytuje 24 hodin, které můžeme využít k poznávání Boha a pro službu duchovním potřebám druhých lidí.

3. Co nám má připomínat sobotní odpočinek? 2 Moj 31,13; Žid 4,1.3.10. 11 V jakém smyslu posiluje tento odpočinek tělesné zdraví?

Verše v Žid 4,1.3.10.11 se zmiňují o "odpočinutí křesťana od hříchu a od pokusů získat si spasení vlastními zásluhami." (7 BC 414)

Doporučené studium

Uvažuj nad následujícími texty: Žalm 33,5; 51,9; Kaz 11,7. Jaký vztah mají k tématice tohoto úkolu? V knize Patriarchové a proroci si prostuduj strany 305-307 (kapitola "Voda ze skály").

"Velké požehnání je skryto ve svěcení soboty. Bůh si přeje, aby sobota byla pro nás dnem radosti. Při ustanovení soboty vládla radost. Bůh si s uspokojením prohlížel dílo svých rukou. Všechny věci, které stvořil, označil za velmi dobré... Přestože do světa vstoupil hřích a maří Boží dokonalé dílo, Bůh nám dává sobotu jako svědectví, že Všemocný, nekonečný v lásce a milosti, stvořil všechny věci. Náš nebeský Otec chce pomocí soboty uchovat mezi lidmi poznání o Bohu. Touží, aby v sobotu směřovala naše mysl k němu, jako k pravému a živému Bohu, a abychom skrze jeho poznání získali život a pokoj." (6 T 349)

Diskusní otázky

1. Jakým způsobem přispívají voda, čistý vzduch, slunce, pohyb a odpočinek k dobrému zdraví? Co přispívá k udržení zdravého duchovního života?
2. Který z přírodních léků potřebuješ nejvíce? Co můžeš udělat pro to, abys jej používal ve svém životě?
3. Jak zmíněné zákony přírody svědčí o Bohu a jeho stvoření? V jakém smyslu může poznání těchto zákonů pomoci šíření evangelia?

Shrnutí

Boží přírodní zákony slouží k udržení našeho zdraví, abychom mohli lépe poznávat Boha a pracovat pro něj. Stav tělesné a duševní pohody může obrátit pozornost lidí k hodnotám evangelia.

Západ slunce: 16.48

6. úkol

Týden od 31. ledna do 6. února 1993

Péče o tělo

1 Moj 1,29; 3,18; Dan 1,1-20

Základní text

"Dobrořeč, duše má, Hospodinu, a nezapomínej se na všechna dobrodiní jeho... Kterýž nasycuje dobrými věcmi ústa tvá, tak že se obnovuje jako orlice mladost tvá." (Žalm 103,2.5 kral.)

Základní myšlenka

"Každý tělesný orgán potřebuje svůj díl výživy... Měly by být voleny takové druhy potravin, které nejlépe zásobují tělo stavebními látkami." (MH 295)

Tento týden se budeme zabývat dalším přirozeným léčebným prostředkem – výživou. Potrava pomáhá budovat všechny tělesné tkáně a buňky a poskytuje tělu energii. Z jídla máme také radost; chutná, voní a vypadá lákavě. Pečlivě připravené jídlo má důležitou úlohu při mnoha společenských příležitostech.

Důležitost jídla v životě lze ukázat na příkladu. Spočítejte množství času který každý týden strávíte následující činnostmi: nákup potravin (včetně cesty), příprava jídla, jedení, umývání nádobí atd. Výsledné číslo podělte 1,68 a zjistíte, kolik procent času týdně věnujete činnostem souvisejícím s jídlem.

1. Přináší jídlo do tvého života radost nebo smutek?

Výživa v ráji (1 Moj 1,28; 3,18)

1. Co bylo původně určeno k jídlu? 1 Moj 1,29 Jaký druh potravy přišel až po pádu do hříchu? 1 Moj 3,18

V období před hříchem jedli Adam a Eva ovoce, různé druhy semen, obiloviny a ořechy. Tyto potraviny neobsahovaly živočišný tuk ani cholesterol, jež zvyšují riziko infarktu, mrtvice, vysokého krevního tlaku a některých druhů rakoviny. Tato výživa obsahovala velké množství vitamínu A a C. Má se za to, že potraviny obsahující tyto látky, snižují riziko rakoviny.

I zelenina ("byliny"), jež se dostala do jídelníčku po pádu do hříchu, měla své výhody. Například, zelí a různé druhy bobů obsahují látky, jež snižují riziko vzniku rakoviny tlustého střeva.

2. Kdy Bůh dovolil lidem jíst maso a proč? 1 Moj 9,1-3
3. Jaké omezení se týkalo jedení masa? 1 Moj 7,2; 3 Moj 11. kap. Při čtení 3 Moj 11. kap. si povšimni i potravin, jež nejsou tak běžné. Jaký je vztah mezi výživou a duchovním zdravím? 3 Moj 11,23-25.29-39
4. Proč je v dnešní době rozumné vracet se k původní výživě z ráje?

Podle výzkumu prováděného univerzitou v Loma Lindě muži-vegetariáni ve věku 40 let (ti, kteří nejedí vůbec maso nebo méně, jak jedenkrát měsíčně) mohou žít o 3,7 roku déle než muži-nevegetariáni. Už žen tento rozdíl činí 1,1 roku. Úmrtnost (pro různé příčiny) u žen a mužů byla o 33 procent vyšší u nevegetariánů než u vegetariánů. Úmrtnost na rakovinu mezi nevegetariány je vyšší o 51 procent u rakoviny prostaty a o 66 procent u rakoviny vaječníků.

Zkouška (Dan 1,1-20)

1. K jaké události došlo v letech 606-605 př. Kr., která potvrzuje prospěšnost vegetariánské stravy? Dan 1,1-20

"Mezi lahůdkami předkládanými králi bylo vepřové maso a jiné druhy masa, jež byly (Bohem) prohlášeny za nečisté." (SL 19)

"Zelenina" ("vaření" kral.) ve verši 12 bylo jídlo rostlinného původu – obiloviny a zelenina. Podle židovské tradice toto slovo označuje také bobule a datle.

"U babylónského dvora byli shromážděni zástupci ze všech zemí... muži s nejrozsáhlejším vzděláním, jaké svět může poskytnout; mezi všemi těmi se nyní octli židovští mládenci. V tělesné síle a kráse, v duševních schopnostech a ve vědomostech byli nepřekonatelní. Rovná postava, pevný, pružný krok, krásná tvář, bystré smysly, čistý dech – to vše bylo vysvědčením dobrých zvyků, znamením ušlechtilosti, jíž příroda poctívá ty, kdož jsou poslušni jejích zákonů." (Proroci a králové, str. 319)

2. Jaké poučení týkající se změny zdravotních zvyků můžeme nalézt v Danielově zkušenosti?
3. Danielova zkouška se týkala jeho věrnosti Bohu. Jaký vztah má to, co jíme, k naší zkušenosti s Pánem?
4. Lze využít péče o zdraví i v evangelizační práci? Jak můžeš využít tento způsob a osobně svědčit svým přátelům o Bohu?

Vegetariáni, buďte opatrní!

Možná nejíme maso. Znamená to snad, že děláme pro zdraví vše? Náš moderní život – např. potraviny ve formě polotovarů – nás často nutí, abychom zapomínali na zásady výživy z ráje.

1. Jakým způsobem získávali Adam a Eva potravu? 1 Moj 2,15.16; 3,17.18

Zdravou výživu lze zajistit i v dnešní době:

1. Ovoce, ořechy, obiloviny a zeleninu kupuj čerstvé a co možná nejkvalitnější. Ulož je na chladné a suché místo, pouze na krátkou dobu.
 2. Každý den konzumuj trochu syrové stravy. Když vaříš, používej málo vody; stravu vař krátkou dobu.
 3. Pokud možno, vyhýbej se rafinovaným potravinám. Kupuj nebo peč celozrný chléb a místo bílé rýže používej hnědou. Denní příjem škrobových látek a karbohydrátů by měl být alespoň v objemu 0,5 l. (Jedná se také o luštěniny a různé druhy semen.)
 4. Zkus jíst denně ovoce nebo zeleninu alespoň v objemu 0,4 l. Zvlášť důležitá je zelená a žlutá zelenina a citrusové plody. Snaž se jíst dostatek čerstvého ovoce a zeleniny podle ročního období.
 5. Živočišný tuk (máslo, smetana, sádlo, lůj) nahrad' rostlinným. Příjem tuků by neměl převýšit jednu třetinu celkového příjmu kalorií.
- Veškeré červené maso a mléčné výrobky obsahují velké množství nasycených tuků a cholesterolu, které zvyšují riziko infarktu, rakoviny, mrtvice, obezity a cukrovky.
2. Sepiš vše, cos jedl včera, a svůj seznam porovnej s výše uvedenými radami. V čem se tvůj seznam liší?

Při plánování vegetariánské stravy jakéhokoliv druhu, by měl člověk volit pestrnou stravu obsahující ovoce, zeleninu, celozrnné výrobky, ořechy, různé druhy semen, luštěniny, nízkotučné mléčné výrobky nebo sojové náhražky.

Jídlo v náležitý čas

Dosud jsme se zabývali otázkou "co" jíst. Je však také důležité vědět, "jak" jíst.

1. Jakou radu nacházíme v Kaz 10,17? Co znamenají slova "jíst v náležitý čas", "pro posilnění" a "ne pro opilství"?

Jíst se má ve vhodnou dobu a podle fyzické potřeby, ne kvůli ukojení chuti nebo jako společenská činnost.

"Pro Židy bylo zvykem jíst dvakrát denně, jejich největší jídlo nebylo příliš vzdáleno od poledne." (3 BC 1165, komentář Ellen Whiteové)

2. Jakým způsobem bychom měli jíst?

Pomalé jedení a důkladné žvýkání potravy usnadňuje trávení. Jídlo by nemělo být ani příliš horké ani příliš studené. Při studeném jídle žaludek ztrácí mnoho energie na ohřátí potravy, místo aby probíhalo trávení. Pití velkého množství tekutin při jídle zabraňuje trávení. Přejídání oslabuje trávicí systém, který se pak stává náchylnější k nemocem. Okamžitým důsledkem přejídání mohou být bolesti hlavy, špatné trávení a bolesti žaludku.

"Mnozí si myslí, že když nejedí maso a jiné nevhodné věci, mohou se najíst prosté stravy až k prasknutí. To je omyl... Přejídání má na organismus horší vliv než přepracování; nestřídmé jídlo vyčerpává duševní síly víc než nestřídmá práce." (CD 102)

Jedení mezi jídly může způsobovat zubní kaz a tloustnutí, může zvyšovat riziko infarktu, zpozdit vyprazdňování žaludku a zvyšovat obsah tuku v krvi.

3. Popiš svými slovy "co" a "jak" jíst.

Problémy v bibli?

(Mar 7,15-23; Skut 10,9-19; Kol 2,16; Řím 14. kap.)

Mnozí lidé používají některé biblické texty, aby oslabili závaznost biblického učení o výživě. Jak tyto texty vysvětlujeme?

Mar 7,15-23. Z textové souvislosti je zcela jasné, že Kristus nezpochybňuje žádný ze starozákonních předpisů, ale odmítá platnost ústní tradice. V tomto případě se jedná o tradici, jež považovala jídlo, které se jedlo nesprávně umytýma rukama (z rituálního hlediska), za znečištěné. Kdyby Ježíš na tomto místě zrušil rozdíl mezi čistým a nečistým masem, je jasné, že by se později Petr nepostavil k myšlence jedení nečistého masa tak, jak to udělal (viz Skut 10,14). Řecký text zde nehovoří pouze o mase, ale obecně o tom, "co je jedeno".

Skut 10,9-19. Apoštol Petr obdržel vidění v době, kdy měl hlad. Vidění se však netýkalo jídla, ale lidí. Petr měl prožít "duchovní" hlad – touhu přinést evangelium každému člověku. Výrok Ducha ve verši 19 naznačuje, že měl Petr spojit příchod poslů s tím, co mu bylo ukázáno ve vidění.

Kol 2,16. Výrok apoštola Pavla nenaznačuje zrušení zákona, jenž se týká nečistého jídla, protože: (a) v textu je jídlo a pití prohlášeno za "stín budoucích věcí" (Kol 2,17) a (b) zákaz jíst určité druhy masa časově předcházel ceremoniálnímu zákonu (srovnej s 1 Moj 7,2). Proto jsou určitá zvířata považována za nečistá z jiného důvodu než je ceremoniální. Apoštol nedává křesťanům v Kolossis svolení, aby jedli a pili, co chtějí. Říká však, že křesťané již nejsou vázáni požadavky ceremoniálního zákona. Toto (ceremoniální) obětování jídla a nápojů bylo naplněno v Kristu.

Řím 14,1-3. Je velmi pravděpodobné, že se apoštol Pavel zabývá stejnou problematikou, která je zmíněna v 1 Kor 8. kap. (Dopis 1 Kor byl psán asi rok před dopisem do Říma.) Jedná se o to, zdali křesťané mají jíst jídlo obětované modlám. Protože modla nic neznamena, není nic špatného na jedení takového jídla.

Doporučené studium

Žalm 104 oslavuje stvoření. Uvažuj o tomto žalmu a o tom, jakými různými způsoby zajistil Bůh naši výživu.

Příležitostně, za určitých podmínek je přijatelné používat čisté maso za potravu. V některých zemích je k dostání pouze maso, ne však ovoce, zelenina atd. Někteří lidé také nejsou schopni zajistit si vhodnou výživu z přírodních potravin.

"U některých onemocnění nebo vyčerpání se lze domnívat, že je nejlépe sníst trochu masa. Pozor však na výběr, aby to bylo maso zdravých zvířat...

Často se stává že lidé se slabým zažíváním mohou jíst maso, když nesnášejí zeleninu, ovoce nebo obilné kaše. (CD 394.395)

"Kdybychom měli zdravotní reformu předkládat v té nejkrajnější podobě lidem, kterým okolnosti nedovolují zařídit se podle ní, způsobili bychom více škody než užitku. Byla jsem poučena, že při zvěstování evangelia máme chudým říci, aby jedli ty potraviny, které jsou pro ně nejvýživnější." (9 T 163)

Diskusní otázky

1. Co máme jako křesťané dělat, aby byl na zemi dostatek potravin a aby byly zdravé?
2. Umíš vysvětlit problematické texty v bibli, které se týkají jídla? Jak bys vysvětlil zdravotní reformu někomu, kdo si myslí, že je to způsob, jak dosáhnout spasení?
3. Jaký postoj bychom měli zaujmout k členům církve, kteří se stravují jiným způsobem než my? Řím 2,1-3; Mat 7,1; 1 Sam 16,7; Řím 14,3.4.10

"Není možné stanovit přesně pravidla pro každého a nikdo nemůže být měřítkem druhému. Všichni lidé nemohou jíst totéž. Někdo třeba nesnáší jídlo, které druhému chutná a je zdravé." (CD 198)

Shrnutí

Co jíme a jak to jíme, je velmi důležité pro naše zdraví. Měli bychom se co nejvíce snažit, abychom jídlo zdravě připravili a jedli takové potraviny, které udrží naši mysl a smysly jasné a plné života.

Západ slunce: 17.00

7. úkol

Týden od 7. do 13. února 1993

Budování charakteru

Jan 15,1-5; Gal 5,22.23; 1 Moj 3,1-6; 25,29-34; Luk 1,13-17; Mat 4,1-4; Efez 6,10-18; Jan 12,24.25

Základní text

"Neboť kdo se narodil z Boha, přemáhá svět. A to vítězství, které přemohlo svět, je naše víra. Kdo jiný přemáhá svět, ne-li ten, kdo věří, že Ježíš je Syn Boží?" (1 Jan 5,4.5)

Základní myšlenka

"Musíme uznat, že holdování chuti je největší překážkou duševního růstu a posvěcení duše." (CD 127)

Strava má vliv na tělesné zdraví; chuť ovlivňuje budování charakteru. "Uspokojování nepřirozených choutek vedlo k hříchům, jež zapříčinily zkázu Sodomy a Gomory... Základem všech jejich hříchů bylo holdování chuti a vášním." (CH 110) Uvedený citát vysvětluje vztah mezi špatnými tělesnými zvyky a budováním charakteru. Jejich hříchy byly způsobeny tím, že (a) tělo vládlo mysli; (b) sebeuspokojení bylo přednější než sebeúcta a (c) uctívali sami sebe a ne Boha.

1. Jak lze získat vládu nad chutí? 1 Jan 5,2-5

Křesťanský charakter (Jan 15,1-5; Gal 5,22.23)

1. Jaké jsou znaky křesťanského charakteru? Mat 7,16-20; Jan 15,1-5; Gal 5,22.23

trpělivost	čestnost	dobry strom	Vinný kmen
laskavost	húžev	☺	+ ratolesti
dobrota	sebeovládání	dobré ovoce	(z kmenu)

Odevzdat se Kristu znamená spojit se s ním takovým způsobem, jako jsou ratolesti připojeny k vinné révě. Boží milost nám pak pomáhá poslouchat Boží zákon a chovat se podle zásad vyjádřených v Gal 5,22.23.

"Ti, kdo mají ryzí lásku k Bohu, budou projevovat upřímnou touhu poznat a činit jeho vůli... Dítě, které miluje své rodiče, prokazuje svoji lásku ochotnou poslušností; ale sobecké, nevděčné dítě se snaží co možná nejméně (poslouchat rodiče)... současně však využívá všech výhod, které se dostávají poslušnému a věrnému (dítěti). Stejný rozdíl lze vidět mezi těmi, kdo se prohlašují za děti Boží...

Máme se navzájem milovat, jako Kristus miloval nás. Svoji lásku projevil tím, že obětoval pro naši záchranu svůj život... Jestliže milujeme Krista, budeme milovat ty, kteří jej připomínají svým životem a charakterem. A nejen to, budeme milovat také ty, kteří jsou bez naděje a bez Boha na světě (Efez 2,12). (SL 81.82)

Boží vůle nás vede ke střídmosti (Gal 5,23). Nestřídmi lidé se sotva zajímají o Boží vůli či o dobro druhých. Místo toho, se snaží uspokojit své vlastní touhy.

2. Jak takoví lidé skončí? Filip 3,19

* Říci budou se zabytí,
říci budou bíté...

3. O čem svědčí tvé stravovací zvyky?

Silná touha (1 Moj 3,1-6; 25,29-34; Luk 1,13-17)

1. Jak se projevila Evina touha po moci a moudrosti? 1 Moj 3,1-6

V textu je třikrát zmíněno, že ovoce bylo lákavé; lákalo její chuť, oči a zvyšovalo touhu po větším poznání. Pohled na strom s touhou okusit jeho ovoce byly ústupkem satanovým svodům. Evina touha okusit ovoce a něco získat přivedla lidstvo do hříchu.

touha + činy byly vyvolány její úvahy o sebe

2. Co o vztahu mezi touhou a rozvojem charakteru učí 1 Moj 25,29-34?

*Ezau prodává prvorozenství za
misku jídla*

Ezau si neuvědomil, že je třeba vyhnout se pokušení; silně toužil po jídle a byl zvyklý dostávat to, co chtěl. Přemýšlel o své touze, dokud chuť nad ním nezvítěžila. "Myslel si, že bude mít velké potíže, že snad i umře, když nebude moci mít tento pokrm. Čím víc o tom přemýšlel, tím větší byla jeho touha, až mu hodnota prvorozenství a svatost zmizela ze zřetele." (CH 110)

3. Jak chuť ovlivňuje budování charakteru? – Viz zkušenost Jana Křtitele v Luk 1,13-17.

*"vino a opojný nápoj neměly pít"
(nazarejec)*

Dovedeš si představit Jana Křtitele jako člověka, který je duševně, tělesně a duchovně připraven činit Boží vůli a přitom holduje vlastní chuti jako Ezau? Vždyť jeho poselství lze formulovat: "Připravte se na příchod Páně. Odložte své smyslné radovánky, abyste mohli získat sílu k následování Boha." (Srovnej s knihou Touha věků, str. 59)

4. Jak tvé touhy ovlivňují tvůj charakter?

Na místě Adama (Mat 4,1-4)

1. Prostuduj si Mat 4,1-4. Jaký vztah má tento příběh k ovládnutí chuti? Jak dlouho jsi ty vydržel bez jídla? Jak ses při tom cítil?

Když Adam a Eva dovolili své touze, aby je ovládla, bylo vše ztraceno. Na jejich místo se však postavil Ježíš Kristus. Podmínky a délka Ježíšova půstu svědčí o tom, jak je člověk ve svém rozhodování ovlivňován vlastní hříšností a touhou.

2. Proč je důležité ovládat své chutě a touhy?

"Nejdůležitějším poučením z prvního velkého pokušení našeho Pána, jež si musíme osvojit, je důležitost ovládnutí choutek a vášní... Satan způsobuje, že nestřídmostí se ničí duševní a mravní síly, jež Bůh dal člověku jako dar nesmírné ceny. To člověku znemožňuje vážit si věčných hodnot." (Touha věků, str. 76)

3. Jakým způsobem Kristus odpověděl satanovi? Mat 4,4

"V jevnom chlebe bude človek žít"

Až objevíme moc, jež je obsažena v Božím slově, budeme schopni odolávat satanovým pokušením. Nebudeme se zabývat tím, jak uspokojit naše tělesné touhy, ale jak uspokojit náš duchovní hlad. Nejlepší "potravou" budou odpovědi na otázky: "Co je Boží vůle? Jaká jsou Boží zaslíbení?"

"V posledním velkém utkání ve sporu se satanem budou ti, kdo jsou věrni Bohu, zbaveni na zemi všech prostředků nutných k životu. Protože odmítnou přestoupit zákon Boží a poslouchat mocnosti tohoto světa, bude jim zapovězeno kupovat i prodávat... Poslušnému je však dáno zaslíbení: ...tomu chléb dán bude, vody jeho stále budou. (Iz 33,19)" (Touha věků, str. 75.76)

4. Jestliže se nenaučíme ovládat svoji chuť, jak dopadneme v "posledním velkém zápasu"?

"Čím více se blížíme závěru doby, tím mocněji satan rozvine svá pokušení v otázce chuti a boj proti nim bude stále nesnadnější." (CD 163.164)

Můžeme zvítězit

(Efez 6,10-18; Jan 16,33; 1 Jan 5,4)

1. Jaký boj se odehrává v životě každého křesťana? Gal 5,16-25; Ef 6,10-18; 1 Petr 2,11
"Souboj lidské přirozenosti"
"Sobectví vs. láze"
"Boží Duch"
proti moci zla
pož
2. Proč můžeme doufat ve vítězství nad sklony ke zlému? Jan 16,33; 1 Jan 5,4
"Kdo se narodil z Božího, přemůže svět. A to vítězství, které přemůže svět, je naše vítězství."

"Kdo vejde branami do města? Nikoli ti, kdo prohlašují, že nemohou zlomit moc chuti. Kristus odporoval moci toho, který nás chce zotročit; ačkoli byl zeslaben 40-denním půstem, odolal pokušení a dokázal, že náš případ není beznadějný. Vím, že sami nemůžeme zvítězit. Jak bychom měli být vděční, že máme živého Spasitele, který je vždy ochoten nám pomoci!

Ten, kdo spojí svoji slabou, klesající lidskou přirozenost s všemohoucí, neochvějnou vůlí Boží, může žít čistým a ušlechtilým životem, životem vítězství nad chutí a vášněmi." (CD 169.170)

"Nemůžeš změnit své srdce, nemůžeš dát Bohu sám od sebe náklonnost svého srdce; můžeš se však sám ze své vůle rozhodnout, že mu budeš sloužit. Můžeš dát Bohu svou vůli, neboť je to Bůh, který ve vás působí, že chcete a činíte, co se mu líbí." (Cesta ke Kristu, str. 34)

3. Rozhodl ses poddat se Kristu, aby mohl v tobě působit? Jaký vliv to bude mít na tvé touhy a rozvoj charakteru?

Zaslíbení věčného života (Jan 12,24.25)

1. V tomto týdnu jsme si ukázali, že chutě, touhy a rozvoj charakteru spolu vzájemně souvisejí. Jakým způsobem Pán Ježíš poukazuje na tuto skutečnost? Jan 12,24.25

Kdo miluje svůj život, ztrácí ho. Kdo nenávidí svůj život v tomto světě, uchová si jej pro život věčný.

"Všichni, kdo chtějí přinášet ovoce pro dílo Kristovo, musejí být nejprve zasazeni do země a zemřít. Život musí být obětován potřebám světa. Sobectví a vlastní zájmy musejí být vymýceny. Zákon sebeobětování je zákonem sebezáchovy. Hospodář si uchová své obilí, když je zaseje do země. Stejně je tomu i v životě člověka. Dávat znamená žít. Život, který se má zachovat, je život ochotně obětovaný službě Bohu a člověku. Ti, kdo obětují svůj život na tomto světě pro dílo Kristovo, si jej zachovají pro život věčný." (Touha věků, str. 437)

Žít život dávání a oběti je hlavní důvod, proč je třeba vládnout nad svou chutí. Není možné žít pro druhé a přitom se zabývat uspokojováním sebe sama. Holdování chuti také brání duševnímu a duchovnímu růstu, který je důležitý pro naši schopnost pomoci druhým.

2. Co je symbolem smrti naší soběstřednosti a uspokojování vlastního "já"? Luk 9,23

Kdo chce jít za mnou, zapře sám sebe, nes každého dne svůj kříž a následuje mne.

"Kříž, kříž; zvedni jej... a když jej zvedneš, budeš překvapen, když zjistíš, že on zvedá tebe a že tě podpírá. V protivenství, strádání a zármutku bude tvou silou a oporou. Shledáš, že je pokryt milosrdenstvím, soucitem, trpělivostí a nevýslovnou láskou. Ukáže se ti jako záruka nesmrtelnosti. Kéž bys mohl říci s Pavlem: Já se však zanic nechci chlubit ničím, leč křížem našeho Pána Ježíše Krista, jímž je pro mne svět ukřižován a já pro svět." (2 T 47)

3. Proč se chceš zbavit své soběstřednosti? Jak ti Kristův kříž pomáhá: (a) poznat tvé nečisté touhy a (b) osvobodit se od nich?

Doporučené studium

V knize Touha věků si prostuduj kapitolu "Pokušení" (str. 70-77). Prostuduj si také Gal 5. kap. Co znamená "chodit v Kristu"?

"Cožpak nemůžeš, bez meškání, napravit svůj vztah k Bohu? Cožpak nemůžeš říci: Svoji vůli odevzdám Ježíši a udělám to nyní, a od té chvíle se plně postavit na Boží stranu? Neber ohled na zvyky a silné volání chuti a vášní... Řekni: Budu věřit, opravdu věřím, že Bůh je můj pomocník, a zjistíš, že v Bohu máš vítězství." (5 T 514)

Diskusní otázky

1. Jak se změní náš život, napravíme-li svůj vztah k Bohu?
2. Jan Křtitel byl povolán za reformátora. V jakém smyslu Bůh povolal adventisty sedmého dne, aby byli reformačním hnutím? Co můžeš pro tuto reformaci udělat osobně?
3. Eva jedla ovoce, které jíst neměla; Ezau vyměnil prvorozenství za mísu čočky. Jak to, že tyto malé činy měly takové velké následky?
4. Jaký vztah má přejídání k chuti a budování charakteru? Jak bible posuzuje obžerství a proč? Přísl 23,20.21

Shrnutí

Eva, Ezau, Daniel, Jan Křtitel a Kristus, ti všichni nám ukazují, že rozvoj charakteru a chuť spolu velmi úzce souvisejí. Jedině tím, že se poddáme Pánu, umožníme, aby nám pomohl překonat pokušení holdovat naší chuti. A jedině tímto způsobem nám může Ježíš Kristus pomoci budovat charakter, jenž je vhodný pro nebe.

Západ slunce: 17.12

8. úkol

Týden od 14. do 20. února 1993

Umění sebekázně

2 Kor 5,14; Jan 15,5; 2 Moj 16,15-20; 2 Petr 1,4-10; 1 Kor 9,24-27

Základní text

"Každý závodník se podrobuje všestranné kázni. Oni to podstupují pro pomíjitelný věnec, my však pro věnec nepomíjitelný." (1 Kor 9,25)

Základní myšlenka

"Boží lid se musí naučit, co znamená být ve všem střídmy... Před tím než skutečně porozumí významu pravého posvěcení a ztotožnění se s vůlí Kristovou, musí Boží lid, ve spolupráci s Bohem, získat vládu nad svými špatnými zvyky a způsoby." (TE 138.139)

Řecký text má ve verši 1 Kor 9,25 slovo "egkrateia", jež znamená "kázeň, sebekontrola"; kralický text na tomto místě používá slovo "zdrženlivost". Mnohým lidem slova "zdrženlivost, střídmost" znějí poněkud zastarale, jejich význam však nikdy neztratil na aktuálnosti. Copak je něco nemoderního na tom, že si chceme vytvořit dobré návyky, které povedou k lepšímu, spokojenějšímu životu?

Hlavní důvod pro křesťanovu sebekázeň vyjadřuje náš základní verš. 2 Kor 7,1 hovoří o úzkém vztahu mezi posvěcením a sebekázní (srovnej s Efez 5,25-27). "A biblické posvěcení je... pravda přijatá do srdce a prakticky uskutečňovaná v životě." (1 T 339)

Tento týden se chceme zabývat tematikou sebekázně – co sebekázeň je a čeho se týká.

Co tě ovládá?

(1 Kor 13. kap.; 2 Kor 5,14; 2 Jan 5,6)

1. Co nás vede k tomu, abychom byli ve všem střídmi? 2 Kor 5,14 (Verš si přečti v různých překladech bible.)
2. Jakým způsobem projevila Pán Ježíš svoji lásku? Jan 3,16; 1 Jan 3,1.3.9.16 K čemu nás tato láska zavazuje? 2 Jan 5.6

Život sebekázně můžeme vyjádřit dvěma způsoby – činy lásky, kterými oslavíme Boha, a činy lásky, kterými obdarujeme naše bližní (viz Mat 22,35-40).

"Copak nemám právo dělat si se svým tělem, co chci? Ne, nemáš žádné morální právo (takto činit), protože přestupuješ zákony života a zdraví... Jsi Božím vlastnictvím díky jeho stvoření a spasení. Miluj svého bližního jako sám sebe. Zde se dostává do zřetele zákon sebeúcty a úcty k Božímu vlastnictví, jenž vede k respektování těch závazků, podle kterých je každý člověk povinen chránit život." (Te 213)

3. Z 1 Kor 13. kap. vypiš některé definice lásky. Uvažuj nad jejich významem ve světle veršů Mat 22,35-40 a 2 Jan 5.6.
4. 1 Kor 13,1-3 naznačuje, že někteří lidé jsou motivováni něčím jiným než láskou. O jaké motivy se může jednat?

Sobecké motivy způsobují, že člověk se stává slepý k Božím požadavkům a potřebám bližních. Ti, kteří jsou vedeni láskou Krista, jenž vládne v jejich srdcích, budou hledat způsoby, jak oslavit Pána a přinést požehnání okolním lidem.

5. Dej si odpověď na otázku: "Co tě ovládá?" Jaký je vztah mezi láskou a sebeovládáním?

Umět se ovládat (Jan 15,5; Žalm 139,14; Mar 9,43)

Je potřeba mít nejen správnou motivaci, ale i správný způsob, jak se naučit sebekázni.

Krok č.1: Jan 15,5; Skut 3,19. Je třeba si uvědomit, že bez Ježíše Krista nejsme schopni konat žádné dobro. To nás přivede k pokání a odvrácení se od hříchu. Slova "činit pokání" (Skut 3,19) v řečtině znamenají "změnit své myšlení".

1. **Jaký vztah má pokání a obrácení k sebekázni a budování zdravého způsobu života?**

Krok č.2: Žalm 139,14. Poznání, "jak podivuhodně jsme utvořeni", je důležité pro pěstování střídmosti. Známe-li tělesné funkce a příčiny našich pocitů, můžeme si vytvořit takové zvyky, které posílí naše tělesné a duševní zdraví.

Krok č.3: V následujícím citátu si podtrhni slovo, které je dalším krokem při učení se sebekázni. "Ať je vaše vůle probuzena a zacílena správným směrem; to dodá celému člověku energii a bude to nádhernou pomocí pro udržení zdraví... Vůle, cvičená správným způsobem, bude ovládat představivost a bude moci vzdorovat a překonat nemoc mysli i těla." (MH 246)

Krok č.4: Stanov si realistické cíle. Například, nezačínej cvičit tím, že hned poběžíš 2 kilometry. Je třeba začít běhat na kratší vzdálenosti a zpátky jít pěšky. Vzdálenost pak postupně zvyšuj, až dosáhneš svého požadovaného cíle.

Krok č.5: Mar 9,43. Vyhýbej se všemu, co by tě mohlo pokoušet. Například, neumíš-li se ovládat, pokud jde o sledování televize, dej ji pryč.

2. **Srovnej těchto pět kroků s návodem v úkolu č.4 ("Změna způsobu života"). Jaký je mezi nimi rozdíl? Co ti brání v tom, abys učinil první krok?**

Všeho s mírou (2 Moj 16,15.18-20)

1. Jaký důležitý princip zdravého způsobu života je naznačen v 2 Moj 16,15-20?

Každý Izraelec obdržel tolik many, jaká byla jeho potřeba. Nikdo neodešel hladový, nikdo nejedl příliš mnoho.

"Ti, kdo pochopili zákony zdraví a řídí se (jejich) principy, budou se vyhýbat extrémům – jak požitkářství tak přílišnému omezování. Strava neslouží pro pouhé uspokojení chuti, ale pro budování těla. Tito lidé usilují co nejlépe uchovat své síly pro nejvyšší službu Bohu a člověku. Chuť je ovládána rozumem a svědomím; jejich odměnou je zdravé tělo a mysl. Své názory neprosazují útočně, ale jejich příklad je svědectvím ve prospěch správných zásad. Tito lidé svým vlivem slouží dobru." (MH 319)

2. Vztahuje se předchozí citát pouze na stravu?

3. Co vše zahrnuje slovo "střídmost"? Uved' konkrétní příklady.

"Slovo (střídmost) v sobě zahrnuje mnohem víc než zřeknutí se alkoholických nápojů. Znamená umírněnost ve všem a úplné ovládání vášní a chuti. Jakékoliv extrémy jsou zcela vyloučeny." (6 BC 982)

4. V jakém smyslu může 2 Moj 16,15-20 sloužit jako příklad vyhýbání se extrémům?
5. Co můžeš dělat pro to, abys – ve snaze dosáhnout zdravého způsobu života – neupadl do extrému?

Příčka v žebříku (2 Petr 1,4-10)

Verše 2 Petr 1,4-10 si můžeme představit jako žebřík – každá z uvedených vlastností je jednou příčkou v tomto žebříku křesťanského života.

1. Jakou úlohu má v životě křesťana střídmost? 2 Petr 1,4-10
2. Proč je významné, že se střídmost nachází uprostřed uvedených vlastností?

Střídmost (zdrženlivost) má své důležité místo v žebříku duchovního růstu křesťana. V životě věřícího "poznání" předchází "zdrženlivost" a pak následuje "trpělivost". V tom je obsažena psychologická pravda. Člověk, který má poznání, směřuje k sebeovládání; ten, kdo se ovládá, směřuje k trpělivosti. Střídmost je tedy ovocem božského poznání.

Uvedené vlastnosti by byly málo platné, kdyby je v křesťanském životě nedoprovázelo sebeovládání.

Řecký termín ve verši 8 překládaný slovem "nečinní" znamená "líní, zahálčiví, neužiteční". Člověk, který s Boží pomocí, vypěstoval ve svém životě ty vlastnosti, o kterých se apoštol Petr zmiňuje, bude veden a puzen k práci pro druhé a pro svého Spasitele.

3. Jak to, že se sebeovládání projeví prací pro Krista a pro druhé?

Sebeovládání je obranným valem proti vkrádající se morální neschopnosti a tělesnému a duševnímu úpadku moderního světa. Jedním z cílů církve adventistů sedmého dne je chránit svět před nestřídmostí, nemocemi a předčasnou smrtí.

4. Do jaké míry je církev úspěšná v této práci pro svět? Jak se osobně zapojuješ do této práce? V kterých oblastech svého života potřebuješ být střídmější? Jak toho dosáhneš?

Maratón života a jeho cena (1 Kor 9,24-27)

1. Jaké naučení ve vztahu k sebeovládání nacházíme v textu 1 Kor 9,24-27?

Na příkladu atletických her ve starověkém Řecku ukazuje apoštol Pavel důležitost sebezapření. Atleti, kteří chtěli zvítězit v těchto hrách, museli ovládat své chutě a vášně; museli se vyvarovat alkoholických nápojů a podnětů, které by mohly oslabit jejich tělo i mysl. Dokonce i to, co bylo pro ně dobré, mohli používat jen umírněným způsobem.

Ti, kdo usilují o věčný život, musí jednat podobně. Bůh nám neudělí věčný život, pokud náš pozemský život chápeme pouze jako příležitost získat a dělat vše, co chceme. Věčný život náleží těm, kdo využívají pozemského života jako příležitosti dosáhnout vítězství nad vším, co by mohlo porušit duševní, tělesné a duchovní zdraví. Tito lidé tak dokazují, že milují a poslouchají svého Spasitele, který pro ně tolik vytrpěl.

2. Jak může zdravotní reforma a sebekázeň přispět druhým lidem ke spasení?

"Pán mi ukázal, že mnozí budou zachráněni z tělesného, duševního a morálního úpadku praktickým vlivem zdravotní reformy. Budou pořádány zdravotní přednášky a znásobí se publikační činnost. Zásady zdravotní reformy budou přijaty kladně a mnozí budou osvíceni." (6 T 378.379)

3. Mnozí mají za to, že církev opouští své normy a ztrácí svoji identitu. Patří zdravotní reforma mezi církevní normy? Pokud ano – tedy v jakém smyslu? Jak může církev tuto normu udržet, jestliže se její členové nacházejí na různém stupni růstu a my je nemáme soudit?

Doporučené studium

Uvažuj nad vztahem Jan 15,4-10 k následujícím textům: 2 Petr 1,4-10; 2 Kor 5,14 a 2 Jan 5.6. V čem jsou si podobné? Jak nám pomáhají pochopit sebeovládání jako součást křesťanského způsobu života? V knize Skutky apoštolů si prostuduj kapitolu "Povolán na vyšší stupeň" (str.204-212).

Diskusní otázky

1. V jakém směru změnil tento úkol tvůj názor na střídmost?
2. Jak bys vysvětlil křesťanské pojetí sebeovládání zvědavému sousedovi?

Shrnutí

Pravá střídmost odmítá používat nebo dělat ty věci, které jsou škodlivé, a umírněným způsobem používá a dělá ty věci, které jsou dobré. Je motivována naší láskou k Bohu a bližním. Sílu žít střídmy životem získáváme od nebeského Otce.

Západ slunce: 17.24

9. úkol

Týden od 21. do 27. února 1993

Nelítostní vrahové

Přísł 20,13; 23,1.29-35; 25,27; Kaz 3,17; 12,12; Mar 4,19

Základní text

"Ruce tvé mě učinily pevným, dej mi rozum, ať se naučím tvým přikázáním." (Žalm 119,73)

Základní myšlenka

- Střídmost je úzce spjata se sebeovládáním. Abstinence a umírněný způsob života jsou umožněny právě sebeovládáním. S Boží pomocí pak můžeme dosáhnout cíle, kterým je mít čistou mysl, abychom lépe rozpoznali Boží vůli.

Který starozákonní text mohl mít žalmista na mysli, když psal verš, jenž je uvedený jako základní verš tohoto úkolu? (Srovnej s 1 Moj 2,7.) Bůh je Stvořitel a jen on nám může dát porozumění jeho zákonům. Proto jej můžeme žádat i o poznání zákonů zdraví a sebeovládání. Bůh ví, co je pro naše zdraví nejlepší. Úkol na tento týden se zabývá těmi oblastmi života, v nichž mohou střídmost a sebeovládání způsobit pronikavou změnu. Avšak dříve, než začneš studovat, připomeň si úkol č.4 a 8 a jejich rady na změnu života a pro dosažení střídmosti. Při studiu nového úkolu přemýšlej, jak prakticky uvést jeho rady do života.

Extrémy (Přísl 20,13; Kaz 3,17; 12,12; Mar 4,19)

1. V následujících citátech si podtrhni různé oblasti, kterých se střídmost týká. Možná, že budeš překvapen.

1. "Přílišné holdování jídlu, pití, spánku a pohledu je hřích. Harmonické a zdravé působení všech tělesných a duševních schopností vede ke štěstí." (Te 138)

2. "Měli bychom být střídmi v práci. Naší povinností není nechat se zavalit velkým množstvím práce... Pracovní den by neměl být prodloužen až do večera. Bylo mi ukázáno, že ti, kdož tak činí, často víc ztrácejí než získávají, protože je jejich síla vyčerpána a jejich práce je konána s nervozitou." (Te 139.140)

3. "Nestřídmost ve studiu je druhem opilství a ti, kdo mu holdují, jsou jako opilec, který schází z bezpečné stezky, klopýtne a upadne do temnoty." (Te 140)

4. "Jednou z největších příčin zničeného zdraví lidí je nezřízená touha po bohatství a získávání peněz. Lidé jsou ochotni omezit svůj život na jedinou věc – získávání peněz – a pro tento jediný cíl obětovat odpočinek, spánek a radosti života." (Te 140)

2. Které činnosti moderního života bychom mohli zařadit do kategorie "pohled" (viz bod č.1 uvedeného seznamu)?

3. V čem je "chtivost ostatních věcí" zákeřná? Co znamená "slovo" ve verši Mar 4,19 a jak může být udušeno "chtivostí"?

4. Co bylo špatné na jednání postav z příběhů v Luk 12,16-21; 18,18-23 a jak to ovlivnilo jejich život? V jakém smyslu jsou tyto příběhy podobné Mar 4,19?

Oba muži byli posedlí vyděláváním peněz a přehlédli největší bohatství – věčný život se svým Spasitelem. Nestřídmost udusila evangelium v jejich nitru a zabránila jim, aby nesli božské ovoce.

Obžerství (Přísl 23,1.2.21)

1. Kdyby se tě někdo zeptal, co je "převládajícím hříchem dnešní doby" mezi adventisty sedmého dne, co bys odpověděl? Byl bys překvapen následujícími citáty?

"Obžerství je převládajícím hříchem dnešní doby. Žádostivá chuť činí otroky z mužů i žen a zatemňuje jejich intelekt a otupuje jejich morální citlivost do takové míry, že si neváží posvátných, vznešených pravd Božího slova." (1 T 486) Přejídání maří naše úsilí umět se ovládat, a tak získat jasnou mysl a poznat Boží vůli pro náš život.

"Nestřídmé jídlo vyčerpává duševní síly víc než nestřídmá práce... Vše, co přijde do žaludku navíc, co tělo již nemůže proměnit v dobrou krev, je celému organismu na překážku; z tohoto přebytku totiž nelze vytvořit tkáň ani krev a jeho přítomnost zatěžuje játra a vytváří v těle chorobné stavy." (CD 102.103) Zlovyk přejídání může způsobit obezitu, která zvyšuje riziko onemocnění některými druhy rakoviny, cukrovkou, může způsobit vysoký krevní tlak, vysoký obsah cholesterolu a cukru v krvi. Přejídání může být příčinou bolestí hlavy, špatného zažívání a bolestí žaludku.

2. Jak bys formuloval radu v Přísl 23,1.2.21 vlastním slovy? Jak může "žrout přijít na mizinu"?

Verš 2 ("nasadíš si nůž na hrdlo") využívá nadsázku jako literárního prostředku, aby zdůraznil vážnost rady: Přejídání je tak vážná věc, že bychom měli podniknout cokoli, abychom tomuto pokušení odolali.

3. Jestliže přejídání "zatemňuje intelekt a otupuje morální citlivost", jak bychom měli jíst zvláště v sobotu? Proč?

Cukr a kofein (Přísl 25,27; 1 Kor 10,31)

1. Jakou radu nacházíme v první části verše Přísl 25,27? Které "moderní" slovo můžeme do verše dosadit místo slova "med"?

Cukr "působí kvašení, to zatemňuje mozek a nepůsobí dobře na náladu... Pán mi ukázal, že požívání velkého množství cukru škodí více než maso." (CD 327. 328)

Přemíra cukru může být příčinou mnoha zdravotních problémů. Například, kyselina vytvářená cukrem a bakteriemi v ústech způsobuje zubní kaz. K tomu jsou náchylné zvláště děti. Velké množství cukru (a také tuku) přispívá k obezitě. Existuje také souvislost mezi cukrovkou a konzumací cukru. Člověk náchylný k cukrovce může zpomalit tuto nemoc tím, že bude jíst stravu s vysokým obsahem karbohydrátů a s nízkým obsahem rafinovaného cukru. Cukr také snižuje činnost bílých krvinek, které jsou nutné pro obranu organismu před nemocemi a infekcí.

Společnou složkou, kterou obsahuje káva, čaj, některé léky proti bolesti a některé nealkoholické nápoje je kofein. Kofein je droga a má své vedlejší účinky: zvyšuje obsah cukru v krvi a krevní tlak; může způsobit vředy, kyselost žaludku a pálení žáhy; zvyšuje riziko srdečních onemocnění.

Kofein způsobuje také úzkost, depresivní stavy a vrozené vady. Výzkumy na zvířatech prokázaly, že velké množství této drogy způsobilo vrozené vady kostí, zpomalilo vývoj plodu, snížilo hmotnost plodu a zvýšilo počet porodů mrtvého mláděte. Pouhé dva šálky kávy denně mohou zpomalit růst kostí. Fyziologické účinky kofeinu mohou nastat už při 1-3 šálkách kávy. Jeden nealkoholický nápoj s kofeinem (Coca-Cola, Pepsi-Cola, Kofola atd.) je pro dítě totéž, co 4 šálky kávy pro dospělého.

2. Jak se lze vyhnout jedení přemíry cukru?
3. Prostuduj si 1 Kor 10,31. Může kofein nebo přemíra cukru otupit tvou duchovní citlivost?

"Komu zkalený zrak?" (Přísl 23,29-35)

1. Co je příčinou vysokého počtu sebevražd, automobilových nehod, zneužívání dětí a násilí v domově? Přísl 23,29-35

Pouze 1 nebo 2 skleničky alkoholického nápoje snižují schopnost mozku přijímat informace z více než jednoho zdroje současně; stejné množství alkoholického nápoje narušuje paměť, vnímavost a úsudek. Alkohol také ovlivňuje následující tělesné funkce:

1. Imunitní systém — alkohol snižuje schopnost bílých krvinek bojovat proti nemoci, a tím zvyšuje riziko onemocnění zápalem plic, tuberkulózou, žloutenkou a některými druhy rakoviny.
 2. Endokrinní systém — pouhé 2-3 skleničky alkoholického nápoje denně zvyšují riziko potratu, předčasného porodu nebo narození mrtvého dítěte.
 3. Krevní oběh — používání alkoholu zvyšuje riziko onemocnění věnčitých cév srdce, snižuje obsah cukru v krvi, zvyšuje obsah tuku v krvi a krevní tlak.
 4. Trávicí systém — alkohol dráždí žaludek, tím způsobuje žaludeční vředy a krvácení. Nejvíce postiženým orgánem vlivem alkoholu jsou játra, jež jsou životně důležitá pro metabolismus. Pravidelná konzumace alkoholu zvyšuje riziko onemocnění žloutenkou, ztučnění jater a cirrhósy.
2. V jakém smyslu je 3 Moj 10,1-10 příkladem vlivu alkoholu na úsudek člověka?

"Cizí oheň" (verš 1) znamená obyčejný oheň, jenž nebyl vzat z oltáře pro zápalnou oběť a jenž nebyl zažehnut samotným Bohem (3 Moj 9,24).

Ve verši 9 je uveden zákaz ("nesmíte pít..."), jenž naznačuje, že došlo k přestoupení. "Víno a opojný nápoj mohou otupit schopnosti do takové míry, že člověk nemůže jasně rozlišit mezi správným a špatným, svatým a nesvatým, čistým a nečistým. To vedlo dva syny, aby vzali obyčejný oheň, když vstupovali do svatyně; při svém stavu nemohli totiž poznat žádný rozdíl." (1 BC 749)

To přece není v bibli!

(5 Moj 14,22-26; 1 Tim 5,23)

Předchozí část se věnovala vlivu alkoholu na lidský organismus a tomu, že i bible hovoří proti používání této drogy. Dnes se budeme zabývat dvěma hlavními texty, které mnozí křesťané používají k obhajobě střídmeho pití alkoholických nápojů.

5 Moj 14,22-26: Hebrejská slova pro "víno" a "opojný nápoj" (verš 26) byla používána všeobecně pro označení jak kvašeného, tak i nekvašeného nápoje. Hebrejské slovo "opojný nápoj" ("silný nápoj" kral.) nikdy nezahrmovalo představu "opojení". Původně slovo označovalo jakýkoliv sladký nápoj, který mohl kvašením zhořknout. To, že se oba termíny ve verši 26 vztahují na nekvašené a sladké nápoje dává mnohem větší smysl, když verš chápeme v jeho souvislosti. Verše 22-26 poučují Izraelce, jak se mají připravit na výroční oslavu dožínek, kdy mají Bohu přinést své desátky jako výraz vděčnosti za jeho dobrotu. Během této oslavy kněží poučovali národ o různých oblastech jejich života, včetně posvátného společenství s Bohem a upevňování rodinných svazků. Jak by mohli Izraelci vnímat tyto rady, kdyby byli pod vlivem alkoholu?

1 Tim 5,23: Apoštol Pavel dává Timoteovi radu, jak zmírnit zdravotní potíže. Řecké slovo pro "víno" je používáno všeobecně pro označení kvašené, ale i nekvašené hroznové šťávy. Ve starověku se používala nekvašená hroznová šťáva k lékařským účelům – to lze velmi dobře doložit z děl Aristotela (384-322 př. Kr.), Athanasia (280 po Kr.), Plinia (24-79 po Kr., současník apoštola Pavla), kteří radí, aby se k utišení žaludečních potíží použila sladká hroznová šťáva nebo sladké víno, ohřáté a smíšené s vodou.

1. Zdá se ti rada apoštola Pavla v 1 Tim 6,11.12 opravdová, kdyby Timoteovi předtím radil používat alkohol pro lékařské účely? Byl by Timoteus schopen "usilovat o spravedlnost" a "bojovat dobrý boj víry", kdyby byla jeho mysl zatemněna i malým množstvím alkoholu?

Doporučené studium

V jakém smyslu se verše 2 Kor 5,10 a Jak 2,26 vztahují k tematice tohoto úkolu? V knize Kristova podobenství si prostuduj kapitolu "Zisk, který je ztrátou" (str. 145-149) a v knize Touha věků kapitolu "Jedno ti chybí" (str. 362-365).

Na celém světě zemřou letos asi 3 milióny lidí na nemoci spojené s používáním tabáku. Ze stejné příčiny bude do roku 2020 umírat každý měsíc asi jeden milión lidí.

Obecně řečeno, tabák ničí každou část lidského těla, s kterou přijde do styku. Tabák je jedním z nejhorších vrahů naší doby a má na svědomí: rakovinu rtů, úst, jazyka, plic, srdeční nemoci a poruchy krevního oběhu. I když tabák nepůsobí omamně, obsahuje nikotin, jenž je drogou způsobující závislost. Do mozku se dostane nikotin během 7 vteřin – to je dvakrát rychleji než heroin vstříknutý do krve.

Bible se o tabáku výslovně nezmiňuje. Tabák byl v biblických dobách neznámý. Které biblické texty, jež se obecně týkají zdraví, odsuzují používání tabáku v jakékoliv formě?

Diskusní otázky

1. Tabákový průmysl se především soustřeďuje na země třetího světa. Ve většině těchto zemí nenesou tabákové výrobky varovné nápisy a jsou často rozdávány zdarma (dokonce i dětem). Jak mohou křesťané bránit této činnosti? Stačí pouze bojovat proti tabákovým výrobcům?
2. Jak bys odpověděl křesťanovi, který si myslí, že může střídmě užívat alkohol?
3. Při čtení veršů Zj 22,14.15 si povšimni slova "zaklínači" ("čarodějníci" kral.). V řeckém textu je slovo "farmakos" neboli "travič, černokněžník"; odvozené slovo "farmakon" znamená "droga". Uvažuj o současných problémech spojených s používáním a propagováním drog.

Shrnutí

Boha, jako našeho Stvořitele, můžeme žádat o poznání jeho zdravotních zákonů. Tyto zákony je pak třeba uplatnit v různých oblastech našeho života, abychom dosáhli cíle střídmosti – mít čistou mysl, připravenou přijímat Boží vůli.

Západ slunce: 17.36

10. úkol

Týden od 28. února do 6. března 1993

Nejlepší lék

Mat 5,38-47; 6,1-13.25-34; 7,12

číst + diskutovat

Základní text

"Neboť Bůh nám nedal ducha bážlivosti, nýbrž ducha síly, lásky a rozvahy." (2 Tím 1,7)

Základní myšlenka

"Náboženství bible není na újmu zdraví těla nebo mysli. Vliv Ducha Božího je tím nejlepším lékem na nemoc. Nebesa jsou dokonalé zdraví; čím více se věřící pacient poddá vlivu nebe, tím jistější bude jeho uzdravení. Právě zásady křesťanství otevírají všem lidem zdroj nevýslovného štěstí." (CH 28)

Dnešní doba má své problémy, jako války, nezaměstnanost, vzájemnou odcizenost lidí, chudobu a útrapy válkou zmítaných národů – které ovlivňují i naše zdraví. Člověk má často pocit, že dojde ještě k horším věcem. Dělá si starosti a – jeho úzkosti mu oslabují obranný systém organismu. Začíná být častěji nemocný, začíná být zoufalý, začíná...

Avšak pozor! Nezapomněli jsme na nebe a jeho vliv na zdraví? V dnešní době začínají lékařské výzkumy potvrzovat to, co již před bezmála dvěma tisíci lety učil a kázal Ježíš Kristus – křesťanské principy přinášejí tělu i mysli život a sílu. Tento týden se budeme zabývat "moderním" receptem na zdraví, který sestavil ten nejlepší lékař – Ježíš Kristus.

"Nemějte starost..." (Mat 6,25-34)

- 1. Jak se máme zachovat v dnešní době plné starostí a obav? Co radí bible? Mat 6,25-34**

"Zástupy" (Mat 5,1) přicházely za Ježíšem poslouchat jeho slova. Byli to sice lidé žijící v jiné době a na jiném místě, ale měli stejné starosti, jako máme my dnes. Při studiu Mat 6,25-34 si uvědom, že i ty jsi součástí takového "zástupu" těch, kteří potřebují víru, jistotu, pokoj a naději.

"Když budeš hledat Pána a prožívat obrácení každý den..., Pán utiší tvůj nářek, odstraní tvé těžkosti a vyřeší všechny problémy, se kterými se setkáváš." (Myšlenky z hory blahoslavenství, str. 76)

- 2. Jak je možné, že víra apoštola Pavla a proroka Daniela byla tak silná? 2 Kor 11,24-28; Filip 4,13; Dan 6,11 (6,10 kral.)**

- 3. Co dále posiluje naši víru? Iz 26,3; 48,18; Filip 4,4.8**

Imunitní systém pracuje v našem životě jako zrcadlo – reaguje na radost a trápení, na neobyčejné chvíle i nudu, na smích a pláč, nadšení i zklamání, naděje a těžkosti. Téměř vše, co vstoupí do naší mysli, určitým způsobem ovlivní funkci celého organismu.

- 4. Říká se, že "kapka prorazí i kámen". V čem jsou starosti podobny oné "kapce"? Co můžeš pro odstranění svých starostí udělat právě teď?**

Prokazuj dobro (Mat 6,1-4; Iz 58,7)

Představ si, že jsi součástí "zástupu", který poslouchá Ježíše, když hovoří o zásadách svého království. Snažíš se v životě získat co nejvíc, ale když slyšíš, že se máš dělit s ostatními, nejprve tě napadne: "Co z toho budu mít?"

1. Jak a proč máme prokazovat dobrodiní? Mat 6,1-4

"Máme dávat z ryzích pohnutek, ze soucitu a z lásky k trpícím, a ne abychom se svými dobrými skutky vychloubali. Čistota úmyslů a opravdová laskavost jsou pohnutky, kterých si nebesa cení." (Myšlenky z hory blahoslavenství, str. 63)

2. Uvažuj nad základní myšlenkou celého úkolu. Jak nám pomáhá "čistota úmyslů a opravdová laskavost" uvědomit si více "vliv nebes"?

3. Jak popisuje Izaiáš "pravé náboženství"? Iz 58,5-11 Co je odměnou takového způsobu života?

*průst - to znamená, že jsme schopni: dát upřímný - upřímnost; u
dát čisté - upřímnost; přijímat do dobroty; u
všechny věci - upřímnost; obětovat lásku - "lásku"*

"Každý paprsek světla, k němuž jsme dopomohli jiným, osvítlí i naše vlastní srdce. Každé laskavé a soucitné slovo, jímž jsme potěšil jiné, každý čin pomáhající utlačeným a každý dar zmírňující utrpení spolubližných, jež byl vykonán nebo přinesen k oslavě Boží, obdaří dobrodince požehnáním... Radost z dobročinné služby podněcuje city, které probíhají nervovou soustavou, povzbuzují krevní oběh a dodávají duševní i tělesné zdraví." (4 T 56)

4. Jak nás může prokazování dobra druhým uzdravit ze sobectví a závisti?

5. Prostuduj si Jak 1,27. Komu dnes můžeš pomoci?

Svaté ovzduší (Mat 6,5-13)

1. O které "zdravé" zásadě křesťanství hovoří Mat 6,5-13?

→ Ve čemu je modlitba?

Spojení s Bohem prostřednictvím modlitby nás udržuje ve spojení s "nebeským vlivem" (viz základní myšlenka celého úkolu). Jestliže necháme své obavy u Boha, v našem životě se udělá jasno; potom k nám a skrze nás může bez překážky proudit Boží pokoj a láska. "Můžeme zavřít všechny dveře nečistým představám a nesvatým myšlenkám, povzneseme-li se k Bohu upřímnou modlitbou. Ti, kdo mají svá srdce otevřená, aby přijali pomoc a požehnání Boží, budou žít ve světlejším ovzduší, než je ovzduší země, a budou ve stálém spojení s nebesy." (Cesta ke Kristu, str. 67.68)

2. Jaké podmínky musíme splnit, aby Bůh slyšel naše modlitby? Mat 6, 6.11.12; Žid 11,6; 1 Tes 5,17; 2 Par 7,14; Žalm 66,18

Když se Pán Ježíš modlil v Getsemanské zahradě, prosil Boha, aby jej zprostil jeho poslání. Byl však také ochoten říci: "Ne má, nýbrž tvá vůle se staň." Jak je pro nás těžké překonat svoji nízkou, nepovolnou vůli a přivlastnit si Boží vznešené cíle! Mnohdy jsou naše modlitby pouze žádáním Boha, aby věci konal podle nás. V takových případech pak rostou naše úzkosti a obavy. Jedině tehdy, když jsme ochotni dovolit Bohu jednat podle jeho vůle, můžeme od modlitby povstat uzdraveni.

3. Na co často při modlitbě zapomínáme? Kol 4,2; Job 42,10; Žalm 46,11; 95,6

Když se modlíme jen za sebe, velmi snadno se můžeme stát sobeckými lidmi. Jobův stav se začal měnit až tehdy, když se Job začal modlit za druhé. Chválíme-li Boha a vzdáváme-li mu čest na modlitbě, povznášíme se nad své úzkosti a obavy a také si připomínáme, že on je Vládcem a vyslyší naše prosby podle toho, co je pro nás nejlepší.

4. Jak můžeš zlepšit svůj modlitební život? Jak ti může modlitba pomoci při řešení tvých současných problémů?

Kladný postoj ke všem lidem (Mat 5,38-48)

Z lékařských výzkumů je známo, že kladné postoje a city ovlivňují dýchání, zatímco záporné způsobují změny krevního tlaku. Naše tělesné zdraví je tedy ovlivňováno i našimi vlastními postoji a city.

1. Kterou křesťanskou zásadu popisuje Mat 5,38-48? Formuluj ji vlastními slovy.

Boží děti mají bez postranních úmyslů prokazovat dobro všem lidem. Čím více se podobáme Kristu, tím více jsme schopni přát druhým lidem (i těm, kteří nás poškodili) dobré a jednat podle toho. Tak se láska stává hlavní pohnutkou našeho jednání. Je totiž nemožné přát člověku dobro a modlit se za něj a současně jej nenávidět.

Pán Ježíš po nás nežádá, abychom se "přinutili k lásce", ale abychom v dobrém přistupovali ke všem lidem. "Nejvyšší láska k Bohu a nesobecká láska jednoho k druhému – to je nejlepší dar, který může nebeský Otec poskytnout. Tato láska není náhlým pocitem, ale božskou zásadou, stálou silou... Nachází se jen v srdci, kde vládne Ježíš. Milujeme Boha, protože on napřed miloval nás. (1 Jan 4,19) V srdci obnoveném božskou milostí, je láska vůdčí pohnutkou jednání." (Skutky apoštolů, str. 361)

Taková je láska Boží, "kterou Kristus naplní celou bytost... Její uzdravující dotek pocítí každá část těla – mozek, srdce, nervy... Osvobozuje duši od viny a smutku, úzkosti a obav, které ochromují životní síly. S touto láskou přichází vyrovnanost a pokoj. Dodává duši radost... zdravou, životodárnou radost." (MH 115)

2. Čím se vyznačuje křesťanská láska? 1 Jan 4,18; 1,7; 1 Kor 13. kap.

3. Jak bys vysvětlil Žalm 18,48?

"Zlaté pravidlo" (Mat 7,12)

1. Jak se uplatňuje princip vyjádřený v Mat 7,12 v jednotlivých částech úkolu, který tento týden studujeme? Jaký přínos pro naše zdraví má tento princip?

"Na základě ujištění, že nás Bůh miluje, stanovil Pán Ježíš základní princip všech mezilidských vztahů – lásku jednoho k druhému.

"Židé se starali jen o zisk. Zajímali se jen o to, jak si zajistit vliv a vážnost. Kristus však učí, že se nemáme starat, kolik dostaneme, ale kolik můžeme sami dát. Míru našich povinností k druhým nacházíme v tom, co pokládáme za povinnosti jiných vůči nám." (Myšlenky z hory blahoslavenství, str. 97.98)

2. Jakou cenu má člověk a jak se k němu máme chovat? Co se stane, když křesťané vezmou vážně verš Mat 7,12?

"Budou-li se vyznavači Kristova jména řídit zásadami 'zlatého pravidla', bude evangelium provázet táž moc, jaká je provázela v apoštolských dobách." (Myšlenky z hory blahoslavenství, str. 99)

3. Jak lze uplatnit "zlaté pravidlo" v následujících situacích:

(a) Jana je křesťanka a má vedoucí místo v zaměstnání. Jeden z jejích podřízených, odmítá s ní jednat, protože je žena. Jak by se měla zachovat?

(b) Cestou na sobotní bohoslužbu si na silnici všimneš odstaveného automobilu, který má prázdnou pneumatiku. U něho stojí žena a snaží se uklidnit dvě malé děti. Jestliže zastavíš, přijdeš pozdě. Měl bys vůbec v sobotu přemýšlet o možnosti zastavit?

Doporučené studium

Prostuduj si blahoslavenství v Mat 5,3-12 a uvažuj, která blahoslavenství se vztahují k tematice našeho úkolu. V knize Touha věků si přečti kapitolu "Kázání na hoře" (str. 204-216).

"Odvaha, naděje, víra, soucit a láska prospívají zdraví a prodlužují život. Spokojená mysl a radostný duch přinášejí tělu zdraví a posilují duši...

Když na vás zaútočí pokušení, když se zdá, že vaši duši obkličují starosti, zmatek a temnota, pohlédněte na místo, kde jste naposledy zahlédli světlo. Odevzdejte se Kristově lásce a jeho ochranné péči... Spojíme-li se s naším Spasitelem, vstoupíme na místo pokoje...

Nic tak neprospívá zdraví těla i duše jako duch vděčnosti a chvály. Vzдорovat melancholii, nespokojeným myšlenkám a pocitům je stejnou povinností, jako se modlit. Jestliže směřujeme k nebesům, do domu našeho Otce, copak můžeme jít jako zástup truchlících, kteří celou cestu sténají a stěžují si?" (MH 241.250. 251)

Diskusní otázky

1. Který z křesťanských principů, které jsme tento týden studovali, ti dělá největší problémy?
2. Jak můžeme uplatněním těchto principů získat "ducha síly, lásky a rozvahy" (2 Tim 1,7)?
3. Jak může uplatnění Ježíšovy rady z Mat 7,1-5 přispět ke zlepšení tvého života?
4. Tento úkol je posledním ze šesti, které se zabývaly "přírodními léčebnými prostředky". Prostuduj si znovu základní texty a shrnutí úkolů č. 5-10. Jak bys vlastními slovy shrnul to, co ses naučil?

Shrnutí

Křesťanské principy jsou mocnou zbraní proti nemoci. Křesťanská víra, láska a modlitby podporují kladné postoje a pocity, jež přispívají k posílení našeho imunitního systému.

Západ slunce: 17.47

11. úkol

Týden od 7. do 13. března 1993

Živá oběť

Žalm 8,7; 1 Kor 9,25; Mat 25,21

Základní text

"Vybízím vás, bratři, pro Boží milosrdenství, abyste sami sebe přinášeli jako živou, svatou, Bohu milou oběť; to ať je vaše pravá bohoslužba." (Řím 12,1)

Základní myšlenka

Naše zdraví hraje důležitou úlohu při šíření evangelia Ježíše Krista. Proto péče o naše zdraví je součástí služby Bohu stejně jako využití našeho času, peněz a schopností.

Náš zdravotní stav a jeho možnosti lze znázornit následujícím příkladem. Dejme tomu, že dostanete darem krásnou křišťálovou sklenici. Přestože je křehká, je velmi užitečná. Budete-li s ní jemně zacházet, vydrží prakticky neomezenou dobu. Nebudete-li opatrní, velmi snadno se rozbije. Nebo jako dar obdržíte stejně krásný pohár vyrobený ze stříbra. Tento pohár může dokonce vydržet bez poškození i poněkud horší zacházení.

Tyto dvě nádoby představují dva typy tělesného zdraví, které může člověk zdědit. Někteří mají křehčí zdraví, jiní jsou naopak velmi odolní. Většina z nás se nachází někde uprostřed. Všichni však můžeme mít prospěch, budeme-li se s Boží pomocí starat o naše zdraví. Služba – to je správné zacházení s životem. A správně zacházet s životem znamená pečovat také o své zdraví.

Boží služebníci (Žalm 8,7; 24,1)

1. Které dvě zásady správcovství nacházíme v bibli? 1 Moj 1,1.26; Žalm 8,7; 24,1

Bůh je vlastníkem země, protože ji stvořil. Avšak v okamžiku, kdy dal Adamovi a Evě vládu nad zemí, dal jim tím odpovědnost, aby se o ni starali. A tak se člověk stal Božím služebníkem.

2. Jakým způsobem se staví Bůh k člověku po pádu do hříchu? Iz 43,1
Co je jedním z hlavních cílů služby křesťanů? Mat 28,19. 20

3. Kterých oblastí života se týká správcovství? Jak přispívá k šíření evangelia?

Ag 2,8 (2,9 kral.); Přisl 3,9.10

Žalm 90,10-12

Mat 25,14.15

1 Moj 2,7; 1 Kor 6,19.20

4. Bůh nám svěřil čas, schopnosti, majetek a zdraví. V kterých oblastech života bychom měli uznat Boží vlastnické právo?
5 Moj 5,12-14

Mal 3,8-10

Řím 12,1

1 Kor 12,27-31

Pro slávu Božího jména (1 Kor 9,25)

1. V jakém smyslu je náš vztah k správcovství ovlivněn naším vztahem ke stvoření a spasení?

"Mnozí lidé v srdci obviňují Boha, že je krutý pán, protože vyžaduje jejich prostředky a službu. Nemůžeme však Bohu přinést nic, co by už nebylo jeho. Král David řekl: 'Od tebe pochází všechno. Dáváme ti, co jsme přijali z tvých rukou.' (1 Par 29,14) Všechno patří Bohu, protože je nejen Stvořitel, ale i Vykupitel. Všechna požehnání, která přijímáme pro tento i pro věčný život, nesou pečeť golgotského kříže." (Kristova podobenství, str. 214)

Máme tedy nádhernou možnost věrně pečovat o Boží požehnání, kterými nás obdaroval. A mezi ně patří zdravé tělo – prostředek, jehož pomocí s námi Bůh může komunikovat.

2. Jaké naučení si můžeme vzít z životosprávy sportovce? 1 Kor 9,25

Péče o tělesné zdraví je důležitá odpovědnost. Křesťané mají žít v oblasti tělesné, duševní a duchovní tak, aby vyvyšovali Boží jméno, a ne, aby uspokojovali tělesné žádosti. Dobré zdraví přispívá k jasnému myšlení, člověk je vnímavý k Boží pravdě a může lépe pracovat pro svého Pána.

Dobré zdraví je zčásti výsledkem poznání příčin nemocí a uplatňování tohoto poznání v životě. "Světlo, které Bůh dal o zdravotní reformě, je pro naše spasení a pro záchranu světa. Lidé by měli být informováni o svém těle, které připravil náš Stvořitel jako svůj příbytek a s nímž máme věrně hospodařit." (7 T 136)

3. Jak se projeví dva významné principy – Boží vlastnictví, lidské správcovství – uplatníš-li je v oblasti vlastního zdraví?

Boží cesta (5 Moj 5,33)

1. Jaký vztah má zaslíbení z 5 Moj 5,33 k naší odpovědnosti? Které zákony jsou obsaženy ve větě "musíte se ve všem držet cesty, kterou vám Hospodin přikázal jít"? (Využij myšlenek z úkolu č. 2.)

Boží zaslíbení "budete dlouho živi" je "podmíněné a závisí na poslušnosti Božích předpisů... protože spolupráce s věčnými principy přirozeně směřuje k prodloužení života. Také obývání zaslíbené země bylo podmíněno jejich stálou věrností. Právo na Kanán bylo výslovně založeno na ustanoveních smlouvy. Kdyby Izraelci porušili smluvní požadavky, jejich právo na zemi by bylo zrušeno." (1 BC 973)

2. Jakým způsobem péče o zdraví vyjadřuje naši věrnost Bohu? V jakém smyslu může nesprávné nakládání se zdravím ohrozit právo na nebeské občanství?

Nerozumné zacházení s tělem zkracuje čas, ve kterém bychom měli sloužit Bohu. Vytváření špatných návyků, nedostatečný spánek a uspokojování chutě na úkor zdraví nás olupuje o životní síly, které potřebujeme ke splnění našeho poslání. "Ti, kdo takto zkracují svůj život tím, že nerespektují přírodní zákony, jsou vinni krádeží vůči Bohu. Nemáme žádné právo zneužívat nebo zanedbávat tělo, mysl nebo síly, které by mohly být využity pro posvěcenou službu Bohu." (CH 41)

3. V jakém smyslu okrádáme Boha, jestliže vědomě pěstujeme nezdravý způsob života?

"Ten, kdo se stane dítkem Božím, by měl na sebe pohlížet jako na článek řetězu, jehož prostřednictvím je světu nabízena záchrana." (MH 105) Jestliže vědomě nedbáme na Boží zdravotní zákony, tento řetěz vlastně zkracujeme. Oddáme-li však své zdraví Bohu, obdržíme schopnost představit evangelium "ne jako mrtvou teorii, ale jako živou sílu, která mění život." (MH 99)

Dobrý a věrný služebník (Mat 25,14-30)

1. Co od nás – jako od služebníků, kteří mají odpovědnost za své tělo – požaduje Bůh? Luk 12,47.48; 1 Kor 4,2; 10,31; Řím 12,1; 14,12

Pečlivé zacházení se svěřenými hodnotami, včetně zdraví, je jedním ze způsobů, jimiž můžeme oslavovat svého Stvořitele a Zachránce. Využíváme-li své prostředky (peníze, majetek, schopnosti, zdraví) ke službě druhým, lidé mohou vidět Kristovu lásku v činnosti.

2. Co Pán Ježíš učí o odpovědnosti správce? Mat 25,14-30 Co je smyslem správcovství?

Z podobenství je zřejmé, že nemáme zanedbávat nebo plýtvat Božími dary. Máme je používat moudře a řídit se dobrým úsudkem, nemáme-li konkrétní rady. Jestliže tak budeme činit, nemusíme se bát, až nás Pán zavolá k účtování. Jako správci můžeme prožívat radost ze služby; tato radost bude dokonalá, až se v nebesích setkáme s těmi, kteří byli naší věrnou službou osloveni a odevzdali svůj život Pánu Ježíši. (Viz Kristova podobenství, str. 214.)

3. Co znamená být věrným služebníkem v oblasti zdraví?

"Jestliže zneužíváme své tělesné síly... zmenšujeme schopnost konat práci, kterou nám Bůh svěřil..."

"Máme pečlivě chránit a rozvíjet zdraví, aby se v nás co nejplněji projevovala Boží povaha." (Kristova podobenství,, str. 204.205)

4. Jsi dobrým služebníkem v oblasti spánku, udržování tělesné váhy, tělesného cvičení atd.? Jak by ovlivnilo dobré zdraví tvoji službu v jiných oblastech života?

Rozumná bohoslužba (Řím 12,1.2)

1. Co je pohnutkou k tomu, abychom byli správnými služebníky i v oblasti zdraví? Řím 12,1

V Řím 1.-11. kap. vysvětluje apoštol Pavel ospravedlnění z víry. Ve 12. kapitole začíná psát o uplatňování této pravdy v životě. Protože nás Bůh ospravedlnil skrze víru v Krista, měli bychom v této víře žít svatý a čistý život. Z vděčnosti za Boží milost, jež se plně projevila v Ježíši Kristu, touží spasení lidé poznat a činit Boží vůli.

"Ospravedlnění z víry neznamena jen odpuštění hříchů, ale i nový život. Zahrnuje posvěcení i ospravedlnění, proměnu i smíření." (6 BC 615)

2. Proč nás apoštol nejprve žádá, abychom "svá těla" (kral.) oddali Bohu a pak mu odevzdali své rozumové a duchovní síly? Řím 12,2

Stav mysli a duše do velké míry závisí na stavu těla. Proto je nutné, aby byly tělesné síly udržovány v nejlepším stavu. Jakékoliv nezdravé návyky nebo sobecké záliby, které oslabují tělesné síly, znesnadňují náš duševní a duchovní vývoj.

3. Co má apoštol na mysli, když píše o "rozumné bohoslužbě"? verš 1

Správné zacházení s penězi nám umožní sloužit Bohu našimi dary a desátky; podobně i správné zacházení se zdravím umožní člověku, aby Bohu sloužil zdravým tělem a posvěceným srdcem i myslí. Péče o tělesné síly je součástí náboženské služby. Křesťan oslavuje Boha svým tělem (1 Kor 6,20; 10,31), slouží jako příklad Boží zachraňující milosti a s novou silou se podílí na šíření evangelia.

4. Co znamenají slova "proměňte se obnovou své mysli"? verš 2

Řecké slovo překládané slovem "proměnit se" je použito při popisu Ježíšova proměnění (Mar 9,2) a při popisu proměňování křesťana v Kristův obraz (2 Kor 3,18). Apoštol tedy hovoří i o vnitřní přirozenosti člověka, která musí být změněna. Tato vnitřní změna se sama projeví životem služby, jenž druhým lidem bude zjevovat Pána Ježíše.

Doporučené studium

Prostuduj si následující texty: Přísl 9,10,11; Řím 6,13. V knize Kristova podobství si přečti kapitolu "Hřivny" (str. 190-216) a její myšlenky vztáhni na oblast péče o zdraví.

"Ti, kdo se uchrání od poskvění chutě a vášní, se mohou stát účastníky božské přirozenosti. Jejich vnímání bude jasné... Pán je může použít; protože oni rozumějí slovům velkého apoštola: Vybízím vás, bratří, pro Boží milosrdenství, abyste sami sebe přinášeli jako živou, svatou, Bohu milou oběť; to ať je vaše pravá bohoslužba." (1 BC 1105, komentář Ellen Whiteové k 2 Moj 20,3)

Uvažujme o Božím daru zdraví. Jako správci máme tento dar chránit. Zdraví je vždy vystaveno vlivům, které nemůžeme ovlivnit. Přesto však můžeme mít ve své moci většinu vlivů, jež v dnešní době způsobují degenerativní nemoci a předčasnou smrt. Odpovědný správce zdraví se vždy bude snažit omezovat všechny škodlivé vlivy.

Diskusní otázky

1. Jako křesťané jsme správci země a našeho těla. Které podmínky životního prostředí mohou ovlivnit tvé zdraví? Co můžeme udělat pro zlepšení narušeného životního prostředí?
2. Jaké jsou tvé přirozené zdravotní dispozice? V případě, že máš křehčí zdraví, co můžeš s Boží pomocí udělat pro to, aby se tvůj zdravotní stav zlepšil?
3. Jestliže je tvůj zdravotní stav špatný bez tvého přičinění, znamená to, že nemůžeš být dobrým správcem svého těla? Znamená to, že tvá služba Bohu nemůže být tak účinná jako služba toho, který je zdravější?

Shrnutí

Péče o naše zdraví je součástí křesťanského správcovství. Jedním z úkolů správné služby v kterékoli oblasti křesťanského života je šíření evangelia. Zdravé tělo nám pomáhá šířit evangelium dvěma způsoby: (1) poukazuje na Kristovu slávu a (2) posiluje nás, abychom mohli použít naše schopnosti pro Boží službu.

Západ slunce: 17.59

12. úkol

Týden od 14. do 20. března 1993

Víra a očištění

Mat 18,21.22; Jan 5,1-16; Efez 4,32; Jak 5,14.15; 1 Jan 3,4

Základní text

"Blaze tomu, z něhož je nevěrnost sňata, jehož hřích je přikryt." (Žalm 32,1)

Základní myšlenka

Velmi často, než dojde k našemu tělesnému uzdravení, "musí Kristus přinést úlevu naší mysli a očistit duši od hříchu." (MH 77)

Jana byla mladá vdova, která se těžce smiřovala se ztrátou svého manžela. Jeho předčasná smrt ji zanechala ve finančních potížích, jež její pocity vzpoury vůči Bohu ještě více umocňovaly. Mimoto, Jana byla nemocná a nemohla najít práci. Jejím největším problémem však byl pocit, že ji Bůh trestá za jistý hřích, který v minulosti spáchala.

Zanedlouho poté, co objevila a začala prožívat jistotu odpuštění v Kristu, byla schopna opět pracovat a prožívat radost.

Minulý týden jsme se zabývali křesťanskými principy, které přispívají k našemu tělesnému zdraví. V úkolu na tento týden se zaměříme na ten nejdůležitější princip – odpuštění.

Největší touha (1 Jan 3,4; Luk 5,17-26)

1. Co je hřích a jak souvisí s nemocí? 1 Jan 3,4

hřích, kdo se dopouští hříchů, jedná i proti zákonu. Bohem, neboť hřích je porušení zákonu.

Zákony přírody jsou Božího původu stejnou měrou, jako je Desatero; neposlušnost těchto zákonů je tedy stejným hříchem, jako přestupování Desatera. Výsledek této neposlušnosti se pak často projeví nemocí.

2. Mnozí lidé, kteří přicházeli k Pánu Ježíši byli nemocní, protože neposlouchali zákony přírody. Jednoho z nich popisuje Luk 5,17-26. Proč mu Ježíš nejprve odpustil a pak jej uzdravil?

Tělo a duše jsou vzájemně spojeny a tvoří živou jednotu. Život postrádá plnost, nemá-li duše pokoj s Bohem. Proto Pán Ježíš ukázal tomuto člověku na jeho nejdůležitější potřebu – odpuštění. Teprve poté, co byly hříchy odpuštěny, mohlo dojít k tělesnému uzdravení. "Nemocný muž toužil vidět Ježíše a přijmout jistotu odpuštění a smíření s nebesy." (MH 74)

3. Jaký byl rozdíl mezi jednáním učitelů Zákona a farizeů a Ježíšem Kristem v případě ochrnutého muže? Luk 5,17.21

Učitelé Zákona byli odborníky na židovské právo; ve svém oboru museli být vzdělaní a složit určité zkoušky. Farizeové byli konzervativní náboženskou skupinou v židovstvu, která byla známá svým přísným zachováváním všech náboženských povinností, jež přikazovala tóra i tradice. Společně s učiteli Zákona vykládali a uplatňovali jeho předpisy na jednotlivé životní situace. Do zástupu Ježíšových posluchačů se vmísili, aby dávali pozor na každé Ježíšovo slovo a mohli jej pak obvinit. Víra ochrnutého muže byla v ostrém protikladu se sebe-spravedlivými farizeji a učiteli Zákona.

4. Toužíš po odpuštění také tak vroucně, jako ochrnutý muž? Myslíš, že je v tvém životě nějaký hřích, který ti brání těšit se dobrému zdraví?

"Vstaň... a chod'!" (Jan 5,1-16)

1. V čem je příběh v Jan 5,1-16 podobný příběhu v Luk 5,17-26?

Pán Ježíš "viděl případ úplného ztroskotance. Jednalo se o člověka, který bezmocně ležel třicet osm let. Jeho nemoc byla do velké míry důsledkem jeho zlovyků." (MH 81.82)

2. Proč Pán Ježíš položil nemocnému takovou samozřejmou otázku (verš 6)? O čem svědčí odpověď nemocného muže (verš 7)?

"Chtěl být zotročen." "Nemám nikoho."

"Bylo samozřejmé, že muž toužil po uzdravení; otázka však sloužila k tomu, aby se jeho pozornost obrátila k Ježíši a k problému uzdravení." (5 BC 949)

Mužova odpověď představuje dojemný příběh opuštěnosti, sobectví, nenaplněných nadějí a zoufalství. Neměl nikoho, kdo by mu pomohl. Ostatní, kteří čekali u rybníka, byli méně nemocní než tento muž. Ve své touze po uzdravení jej vždy odstrčili jako nepotřebnou starou věc. Tak to šlo celých třicet osm let.

Nevíme, odkud tento muž věděl, kdo před ním stojí. Ale něco jej muselo ovlivnit, protože na Ježíšův příkaz, okamžitě vstal a začal chodit. "Každý nerv a sval se rozechvívá novým životem a chromé údy jsou uzdraveny. Staví se na nohy a začíná jít, pevně a svobodně; chválí Boha a raduje se z nově nalezené síly." (MH 84)

Než se setkal s Ježíšem, byl "úplným ztroskotancem". Pak bylo jeho tělo naplněno novým životem a zdravím. Toto je podstata Božího odpuštění.

3. Jakou důležitou radu mu Pán Ježíš dává? Jan 5,14

Třípramenné záchranné lano

1. Jak souvisí odpuštění s vírou? Musíme mít víru dříve, než nám Bůh odpustí?

Ellen Whiteová píše o ochmutém muži toto: "Byl to Kristus, kdo do jeho mysli vnesl přesvědčení, když byl ještě doma. A když vyznal své hříchy a uvěřil, že jej může Ježíšova moc uzdravit, Spasitelova milost požehnala jeho srdci. Ježíš viděl, jak první záblesk víry roste v přesvědčení, že on je jediným pomocníkem hříšníka, a toto přesvědčení rostlo tím více, čím více se tento muž snažil dostat do Ježíšovy blízkosti." (MH 75)

O muži u rybníka Bethesda Ellen Whiteová píše: "Možná, že se mohl zastavit a pochybovat, ale tím by ztratil svoji jedinou možnost být uzdraven. On však věřil Kristovu slovu..., okamžitě vyvinul úsilí a Bůh mu dal moc... Jednal podle slova Kristova a byl uzdraven." MH (84)

2. Jak bys na základě předchozích citátů charakterizoval víru oněch dvou nemocných mužů?

Víra, odpuštění a čin, to jsou tři prameny, ze kterých je vytvořeno silné záchranné lano. Víra nás vede k hledání Krista, k tomu, abychom překročili propast hříchu, jež nás odděluje od Boha. Vybízí nás, abychom uchopili Boží ruku, jež nám nabízí odpuštění. Vzbuzuje v našem srdci touhu po tělesném a duchovním uzdravení. Víra se nyní opírá o Kristovo dílo spásy.

"Hřích otrávil pramen života. Ježíš Kristus však praví: Vezmu vaše hříchy; udělím vám pokoj. Jeho milost je dostatečná k tomu, aby porazila hřích. Vlož své ruce do jeho a nech se jím vést." (MH 85)

3. V jakém smyslu "otrávil hřích" pramen tvého života: (a) v oblasti zdraví a (b) v oblasti duchovní? V čem vidíš jediné řešení?

Největší zázrak (Jak 5,14.15)

1. Jaký je vztah mezi zdravím a odpuštěním? Jak 5,14.15

"...a odpustil-li ti hřích, budeš živ."

Bůh sám má moc uzdravit a odpustit hříchy. My se však můžeme stát nástroji této Boží milosti. "Každá modlitba je vážnou záležitostí, protože tak člověk naznačuje svoji upřímnou ochotu spolupracovat s Bohem a být poslušen všech jeho přikázání... Proto tedy nemůže nemocný očekávat Boží požehnání, pokud nemá v úmyslu opustit zvyky, které mohly, alespoň zčásti, způsobit jeho nemoc." (7 BC 540)

Slovo "zachránit" (verš 15) znamená "zachránit před zničením", tedy "uzdravit". Jako odpověď na modlitbu víry může dojít k uzdravení – buď ihned nebo během delší doby. Toto uzdravení se může uskutečnit Božím činem, jenž je mimo přírodní zákony, nebo během léčby. V každém případě je ono uzdravení odpovědí na modlitbu.

Verš 15 rovněž hovoří o "hříších". Jedná se "především o hříchy, které mohly způsobit nemoc... Upřímná modlitba musí být doprovázena vyznáním vědomých hříchů a vědomým rozhodnutím bezvýhradně uvést svůj život do souladu s Boží vůlí. Jsou-li tyto podmínky splněny, minulá přestoupení poznanych principů zdravého života jsou odpuštěna na základě božské milosti a na základě rozhodnutí nemocného žít v souladu s poznаныmi zdravotními principy." (7 BC 541)

2. Jak bychom měli pohlížet na případy, kdy se lidé řídili radami podle Jak 5,14.15, a přesto nedošlo k uzdravení?

V příbězích o zázračných uzdraveních, které jsme studovali tento týden, oba muži více toužili po odpuštění hříchů než po zdraví. A odpuštění, to je přece největší zázrak! Možná bychom mohli text Jak 5,14.15 vyložit takto: Modlitba víry zachrání nemocného od jeho hříchů. A všichni ti, jejichž hříchy byly odpuštěny, budou zajisté vzkříšeni svým Pánem při vzkříšení spravedlivých.

3. Jakým způsobem nám pomáhají následující verše porozumět uvedenému problému? Jak 4,13-15; Mat 6,10; Řím 8,28; Luk 22,42

Velikost Božího odpuštění (Mat 18,21.22; Efez 4,32)

Před tím, než Leonardo da Vinci začal malovat svůj známý obraz "Poslední večeře Páně", měl velkou rozepři s jedním umělcem. Da Vinci byl tak rozzlobený, že namaloval Jidáše tak, aby se podobal onomu umělci, se kterým byl v rozepři. Když pak chtěl malovat tvář Ježíše Krista, zjistil, že nemůže. Po několika pokusech přišel na to, že tato potíž pramení z jeho nesmířlivého postoje k člověku, jehož vypočetl jako Jidáše. Proto přemaloval Jidášovu tvář a poté byl schopen dokončit i portrét Ježíše Krista.

Podobně je tomu i v duchovním životě. Duch svatý nemůže zpodobnit povahu Pána Ježíše v našem životě, jestliže na druhé lidi pohlížíme s hořkostí a nenávisť.

1. Do jaké míry máme druhým odpouštět? Mar 11,25.26; Efez 4,32

"a když odpustíte z
mácháním, odpustějí vám"

"odpustějte si navzájem
jako i Bůh o Krista
odpustil věm"

2. Jaký vliv má ochota odpustit a smířlivý postoj k druhému na naše vlastní zdraví?

3. Čím se liší Boží odpuštění od lidské ochoty odpouštět? Mat 18,21-35?

Někteří vykladači mají za to, že rabíni, na základě nesprávného výkladu textu Am 1,3, omezili četnost lidského odpuštění na tři případy. Petr tuto skutečnost patrně znal a věděl také, že Pán Ježíš vždy vykládal zákon v širším smyslu. Proto se ho ptá, kolikrát má člověk druhému odpustit.

Kristus ve své odpovědi použil symbolické číslo, znamenající nekonečnost. Stručnou odpověď pak doplnil podobenstvím o nemilosrdném služebníkovi.

"Největší poučení obsažené v tomto podobenství spočívá v protikladu mezi Božím milosrdenstvím a tvrdostí člověka. Boží odpouštějící milost má být měřítkem našeho odpouštění. 'Neměl ses také ty smilovat nad svým služebníkem, jako jsem se já smiloval nad tebou?' (Mat 18,33)." (Kristova podobenství, str. 144)

4. Odpouštíš snadno nebo spíše pěstuješ svoji zášť? Je v tvém životě nějaký člověk, jemuž potřebuješ odpustit?

Doporučené studium

Prostuduj si následující texty: 2 Par 7,14; 1 Jan 1,9; Mat 5,39-45; Luk 6,37; 17,3.4; Kol 3,12.13. V knize Touha věků si přečti kapitolu "Můžeš mě očistit" (str. 176-183) a v knize Kristova podobenství kapitolu "Míra odpuštění" (str. 139-144).

"Modlitba za nemocné by se měla přinášet v důvěře a pokoře, s tichou jistotou, že moudrý nebeský Otec ví, co je nejlepší a nikdy nedělá chyby. Každá přímluvná modlitba rozumného křesťana by tedy měla vycházet z ducha pokory: Staň se tvoje vůle." (7 BC 541)

"Ochmutý muž našel v Kristu duchovní i tělesné uzdravení. Nejdříve potřeboval uzdravit duši, aby pak mohl ocenit tělesné zdraví." (MH 77)

Diskusní otázky

1. Jak bys definoval odpuštění?
2. Odpustil jsi někomu, kdo se k tobě zle choval? Jak ses potom cítil? Jaký vliv mělo tvé odpuštění na onoho člověka?
3. V jakém smyslu přináší odpuštění prospěch tomu, kdo odpouští? Jak může obohatit tvůj život?
4. Jaké kroky můžeš podniknout k tomu, abys více odpouštěl? (Viz rady uvedené v úkolu č. 4.)

Shrnutí

Odpouštějící duch je princip, který nás chrání před zápornými postoji a city, jež ničí naše zdraví. Odpuštění z Boží strany nás zbavuje viny za hřích, zatímco odpuštění z naší strany odstraňuje hořkost a nepřátelství vůči druhým.

Západ slunce: 18.10

13. úkol

Týden od 21. do 27. března 1993

"Jděte ke všem národům..."

Zj 14,9-12; Skut 8,5-8; Mat 9,35; 25,31-40; Luk 10,30-37; Žalm 67,2.3

Základní text

"Jděte ke všem národům a získávejte mi učedníky, křtěte je ve jméno Otce i Syna i Ducha svatého a uče je, aby zachovávali všechno, co jsem vám přikázal." (Mat 18,19.20)

Základní myšlenka

"Pán si přeje, aby se obnovující vliv zdravotní reformy stal součástí posledního mocného zvěstování evangelia." (CD 75)

V celém čtvrtletí jsme se zabývali tematikou zdravotní reformy z různých stran. Nejdříve jsme se zaměřili na skutečnost, že zdravotní poselství je součástí Božího plánu obnovy. Poté jsme se zabývali biblickým svědectvím o tom, že toto poselství bylo Bohem svěřeno izraelskému národu. Podobným způsobem obdrželi stejné poselství i adventisté sedmého dne. Dalším okruhem našeho studia byly přírodní léčebné prostředky a jejich použití. Zabývali jsme se také křesťanskými principy, které přispívají ke zlepšení našeho imunitního systému, a tím i zdraví.

Jako církev jsme obdrželi poselství, o něž se máme dělit se světem. Na závěr našeho studia je tedy vhodné zaměřit svoji pozornost tímto směrem. Tento závěrečný úkol se bude týkat vztahu zdravotního poselství ke kázání evangelia (Mat 28,19.20) a k trojandělskému poselství (Zj 14,6-12). Při studiu úkolu přemýšlejme o způsobech, kterými se můžeme osobně podílet na šíření evangelia.

Trojandělské poselství (Zj 14,9-12)

Tělo je jediným prostředkem, jehož pomocí může s námi Bůh komunikovat. Satan se snaží různým způsobem oslabit naše tělo; je si totiž vědom, že takto lze otupit naši vnímavost k Boží vůli, a to má pak vliv na praktický život. Bůh proto nejen vyzývá, ale i nabízí pomoc, abychom porozuměli a do svého života přijali zákony, jimiž se řídí naše zdraví. Z tohoto důvodu je zdravotní reforma součástí poselství třetího anděla.

1. Ve Zj 14,6-12 si prostuduj trojandělské poselství. Co je obsahem poselství třetího anděla?

Průkopníci církve adventistů sedmého dne nazývali trojandělské poselství "přítomnou pravdou", tj. pravdou pro dnešní dobu – poslední a závěrečnou dobu tohoto světa (viz 2 Petr 1,12 kral.). Chceme-li stručně vyjádřit poselství třetího anděla, můžeme říci, že se jedná o "příkázání Boží a víru Ježíšovu".

"Hlavním naším posláním je zvěstování trojandělského poselství... Poselství má zaznívat jako hlasité volání a má jít do celého světa. Toto poselství musí pojednávat i o zdravotních zásadách." (CD 75)

Poselství zdravotní reformy je spojeno s trojandělským poselstvím, protože umožňuje Božím dětem získat duševní a tělesnou sílu. Boží lid pak může žít a kázat evangelium v neklidné a těžké době. Zdravotní reforma je poselstvím, které přivede druhé lidi k Pánu Ježíši a připraví je na jeho druhý příchod. Její poselství se zaměřuje na Kristovo dílo, jež se týká záchrany celého člověka. V době, kdy jako křesťané očekáváme záchranu všeho stvoření, můžeme se na této zemi těšit tělesnému a duševnímu zdraví. Právě tomuto účelu slouží zdravotní zásady bible a jejich praktické uplatnění v životě.

2. Jakou práci máme podle Mat 10,7.8 konat?
3. Jakým způsobem můžeš osobně uplatnit tyto verše ve svém životě?

Ježíšova služba (Mat 9,35; 20,34)

1. Jakým způsobem sloužil Pán Ježíš lidem mimo kázání evangelia? Mat 9,35

"Kde Pán Ježíš prošel, tam se lidé, kteří pocítili jeho soucit, radovali ze svého zdraví a zkoušeli své nově nabyté síly. Davy se shromažďovaly kolem nich, aby z jejich úst slyšely o skutcích, které Pán učinil." (MH 19)

2. Jak můžeme využít poselství zdravotní reformy při zvěstování evangelia:
(a) osobně,

(b) společně?

Kdybychom konali pro druhé to, co činil Pán Ježíš, jaký vliv by to mělo na rozvoj církve? Co pro to můžeme udělat? (Srovnej s Jak 4,7.8.)

3. Co bylo pohnutkou Ježíšovy služby? Mat 20,34; Mar 1,41

Ježíš se dotýkal nemocných. Byl to projev jeho spontánního soucitu a účasti. Chtěl tím také vyjádřit, že pro něj je důležitý osobní kontakt s člověkem. Takto chtěl navenek projevít to, co k lidem cítil ve svém srdci. Na světě není nic, co by mohlo nahradit otevřenou náruč, pozvání a přijetí člověka do soukromí. Žádná organizace, žádný výbor nemohou toto dokázat. Bez upřímné otevřenosti by soucit postupně zakrněl. Slovo lásky, jež bylo v Pánu Ježíši, se musí stát tělem a přebývat mezi lidmi.

4. Jakým způsobem ti může to, co víš o zdraví, pomoci hovořit s druhými:
(a) o křesťanství;
(b) o pravdách, jež byly svěřeny adventistům sedmého dne?

Praktická pomoc (Luk 10,30-37)

1. Jaké poučení, týkající se pomoci druhému, je obsaženo v podobnosti o milosrdném Samařanu? Luk 10,29-37

Milosrdný Samařan neměl lékařské vzdělání, jako měl evangelista Lukáš. Přesto však Lukáš zaznamenává jeho příběh s uznáním. Samařan použil prosté léčebné prostředky, které měl po ruce, a zřekl se svého pohodlí, aby mohl pomoci člověku v nouzi. Co bylo jeho pohnutkou? Bylo to snad proto, že chtěl Žida přivést k náboženství Samařanů? Lukáš nic takového neříká. Z příběhu jasně vyplývá, že Samařan netoužil po odměně. Jednal, protože měl soucit s člověkem.

Ježíš považoval jednání Samařana za příklad, kterým by se měli řídit jeho učedníci ve všech dobách. Na konci příběhu proto přikazuje: "Jdi a jednej také tak."

Milosrdný Samařan se nesnažil konat svoji povinnost. Příběh zdůrazňuje, že Samařan vůbec o povinnosti nepřemýšlel – stejně tak, jako nemyslíme na povinnost, když jsme štědrí vůči vlastní osobě. My se takto k sobě chováme, protože chceme; stejným způsobem se zachoval Samařan vůči cizinci. Miloval svého bližního jako sebe sama.

2. Jakým způsobem může tvoje osobní pomoc nebo služba církve v oblasti zdraví plnit příkaz lásky k bližnímu?
3. Prostuduj si následující texty: 2 Král 4,32-35; 5,1-5.10; Skut 3,4-8; 28,8.9; Kol 4,14. O jakých rysech osobní služby vypovídají tyto texty? V čem tyto biblické postavy jednaly stejně?

Malé děvčátko, které sloužilo u Námána, neskrývalo svoji víru v Boha; naopak, dovedlo ji využít. Každý věřící může dnes hovořit o Bohu s těmi, kteří potřebují pomoc v tělesné i morální oblasti, a tak může připravit cestu, aby došlo třeba i k zázraku.

4. Jak můžeš ve svém životě naplnit Ježíšův příkaz: "Jdi a jednej také tak" (Luk 10,37)?

V jeho šlépějích (Mat 25,31-40)

1. Jakou souvislost má pomoc potřebným a poslední soud? Mat 25,31-40

Boží soud může být velkým překvapením pro některé z nás, kteří pohodlně a rutinně ovládají svůj náboženský život s jeho obřady. Bůh se nás nebude ptát na naše vyznání, bohoslužby nebo postavení v církvi. Bude však chtít vědět, do jaké míry se v našich životech projevilo pravé náboženství, jak je popisuje Jak 1,27.

Když Pán Ježíš říká "byl jsem nemocen a navštívili jste mě" (Mat 25,36), slovo "navštívili" naznačuje péči o druhého, skutečné obětování našeho času a pohodlí.

2. Jakým způsobem se můžeme starat o nemocné, postižené nebo ty, kteří ztratili svého životního partnera? Kolik času jsi ochoten pro to obětovat?

"Ti, jež Kristus při soudu pochválí, budou možná znát málo o teologii, zato však žili podle Kristových zásad. Byli pod vlivem Božího Ducha a byli požehnáním pro ty, kdo žili kolem nich...

Mnozí si myslí, že by to byla pro ně velká výsada, kdyby mohli vidět místa, kde žil Kristus na zemi... Nemusíme však chodit do Nazareta, do Kafarnaá nebo do Betanie, abychom mohli kráčet po stopách Ježíšových. Jeho stopy najdeme u lůžka nemocného, v nuzných chatrčích, v rušných ulicích velkoměsta a všude, kde lidským srdcím je třeba útěchy. Budeme-li konat to, co na zemi konal Ježíš, půjdeme v jeho šlépějích...

Každé duši byl svěřen úkol. Každého se nebeský Pastýř ptá: Kde je tobě svěřené stádo, ovce, jež byly tvou ozdobou? (Jer 13,20)" (Touha věků, str. 448-452)

3. Jak se v tvém životě projevuje pravé náboženství podle Jak 1,27?

Pomocná ruka evangelia (Žalm 67,2.3; Luk 10,1.8.9; Škut 8,5-8)

1. Jakými slovy popisuje žalmista jásoť všech Božích dětí? Žalm 67,2.3

Ve verši 3 se objevuje slovo "spása", které lze také přeložit jako "pomoc" (Žalm 3,3 kral.), "zdraví" (Jób 30,15 kral.) nebo "vysvobození". Novozákonním protějškem Žalmu 67,2.3 je text v Mat 28,19.20. Odpovědností církve je přinést známost o záchraně všem národům. Součástí této známosti je i odpověď na otázku "Jak získat a udržet si zdraví?".

2. Proč Pán Ježíš přikázal sedmdesáti učedníkům, aby uzdraveným lidem řekli, že se přiblížilo Boží Království? Luk 10,1.8.9 (Iz 42,6.6; Luk 4,16-20)
3. Představ si události popsané ve Škut 8,5-8. Myslíš si, že se lidé radovali, protože byli uzdraveni tělesně?

"Je to božský plán, abychom pracovali tak, jak pracovali učedníci. Tělesné uzdravení je spjato s posláním evangelia." (MH 141)

4. Co myslíš, proč "lékařská misijní služba má být pro práci církve tím, čím je pro tělo pravá ruka" (8 T 77)?

Na světě je mnoho lidí, kteří nikdy neuvažovali o návštěvě bohoslužeb nebo poslouchání náboženských pořadů v rádiu nebo televizi. Často bývá pomoc v oblasti zdraví jedinou cestou, kterou se, jako služebníci a poslové Boží, můžeme k těmto lidem přiblížit.

5. Jak se .ty osobně můžeš přiblížit k člověku, který potřebuje pomoci v oblasti zdraví? Má církev adventistů sedmého dne zvláštní metody nebo programy, jak pomoci takovým lidem?

Doporučené studium

Prostuduj si následující texty: Iz 35,1-6; Žalm 146. V knize Touha věků si přečti kapitolu "Nejnepatrnější z těchto mých bratrů" (str. 448-452).

"Zdravotně misijní dílo přináší lidstvu zvěst o tom, jak se zbavit utrpení. Je to průkopnická práce hlásání evangelia. Je to praktické prožívání evangelia, zjevování Kristova soucitu..."

Čtěte pozorně Písmo svaté a shledáte, že Kristus strávil většinu času své služby tím, že navracel zdraví trpícím a nemocným. Tak odrazil satanovo obvinění ze zla, jež tento nepřítel všeho dobrého vznesl. Satan je ničitel, Kristus je obnovitel. V naší práci, jako Kristovi spolupracovníci, budeme mít úspěch, budeme-li praktičtí. Kazatelé, neomezujte svou práci jen na biblické vyučování. Zapojte se do praktické činnosti. Snažte se pomoci nemocným k uzdravení. To je pravá kazatelská služba. Pamatujte, že obnova těla připravuje cestu k obnovení duše." (MM 239.240)

Diskusní otázky

1. Uměl bys shrnout hlavní body našeho studia za toto čtvrtletí a promluvit si o nich s člověkem, který má o tuto tematiku zájem?
2. I jiná náboženství propagují zdravý způsob života. V čem je zdravotní reforma adventistů sedmého dne přitažlivější? Jak bys představil adventistické zdravotní principy příslušníkům jiného náboženství?
3. Tvůj soused prohlásil, že nechce mít nic společného s náboženstvím. Právě v době, kdy v tvém sboru probíhá kurs odvykání kouření, soused vyjádřil přání, že by rád přestal kouřit. Řekl bys mu o této příležitosti? Jak bys postupoval?

Shrnutí

To, že se můžeme s druhými podělit o evangelium, je naší největší předností. Jsme povoláni k tomu, abychom sloužili druhým i ve zdravotní oblasti. V dnešní době, kdy se káže o blízkém příchodu království slávy, je tato služba opět jedním ze znaků Ježíšových učedníků.

Západ slunce: 18.21

Seznam zkratk knih E. G. Whiteové

AA	The Acts of the Apostles — Skutky apoštolů
AH	The Adventist Home — Adventistický domov
1 BC	The Seventh-day Adventist Bible Commentary — Biblický komentář ASD, sv. 1-10
CD	Counsels on Diet and Foods — Rady o výživě a pokrmích
CE	The Colporteur Evangelist — Knižní evangelista
CG	Child Guidance — Vedení dětí
CH	Counsels on Health — Zdravotní pokyny
Chs	Christian Service — Křesťanská služba
CM	Colporteur Ministry — Služba kolportéra (S evangeliem od domu k domu)
COL	Christ's Object Lessons — Podobnoství Kristova
CS	Counsels on Stewardship — Rady o správčovství
CSW	Counsels on Sabbath School Work — Rady pro práci v sobotní škole
CT	Counsels to Parents, Teachers, and Students — Rady rodičům, učitelům a žákům
CW	Counsels to Writers and Editors — Rady spisovatelům a vydavatelům
DA	The Desire of Ages — Touha věků
Ed	Education — Výchova
Ev	Evangelism — Evangelizace
EW	Early Writings — Rané spisy
FE	Fundamentals of Christian Education — Základy křesťanské výchovy
GC	The Great Controversy — Velký spor věků (Vítězství lásky Boží)
GW	Gospel Workers — Služebníci evangelia
LS	Life Sketches of Ellen G. White — Nástin života EGW
MB	Thoughts From the Mount of Blessing — Myšlenky z hory blahoslavenství
MH	The Ministry of Healing — Služba zdraví (Ve šlépějích Velkého Lékaře)
ML	My Life Today — Můj život dnes
MM	Medical Ministry — Lékařská služba
MS	Manuscript — Rukopis
MYP	Messages to Young People — Poselství mládeži
PK	Prophets and Kings — Proroci a králové
PP	Patriarchs and Prophets — Patriarchové a proroci
SC	Steps to Christ — Cesta ke Kristu
SD	Sons and Daughters of God — Synové a dcery Boží
1 SG	Spiritual Gifts — Duchovní dary, sv. 1-4
SL	The Sanctified Life — Posvěcený život
1 SM	Selected Messages — Vybraná poselství, sv. 1-3
SR	The Story of Redemption — Dějiny Vykoupení
Te	Temperance — Střídmost
1 T	Testimonies — Svědectví pro církev, sv. 1-9
TM	Testimonies to Ministers — Svědectví pro kazatele
1 TT	Testimony Treasures — Z pokladnice svědectví, sv. 1-3
WM	Welfare Ministry — Dobročinná služba

V citátech uvádíme anglické originální stránkování, kromě knih, které jsou oficiálně vydány v češtině a jejich název je uveden česky.

Poznámky k údajům o západu slunce

Údaje o západu slunce jsou vzaty z hvězdářské ročenky a odpovídají poloze 10° východně od nultého poledníku (tzv. středoevropský poledník) a 50. rovnoběžce, což je přibližně poloha obce Kouřim mezi Prahou a Kolínem. Pro upřesnění západu slunce v jiných oblastech je třeba k uvedeným údajům připočíst nebo odečíst v jednotlivých městech přibližně minut:

Cheb	+11
Karlovy Vary	+8
Plzeň	+7
Ústí nad Labem	+4
Praha	+2
Pardubice	-5
Brno	-7
Olomouc	-9
Přerov	-10
Vsetín	-12
Ostrava	-14
Jablunkov	-15

Účel sbírek sobotní školy v 1. čtvrtletí 1993

Mislívní dary

jsou určeny na přímou evangelizaci. V celé naší unii se bude v průběhu roku 1993 konat několik velkých evangelizačních akcí. Svými dary můžeš přispět na výdaje spojené s jejich přípravou i průběhem.

Dary 13. soboty

pomohou bratřím a sestrám v Českém sdružení pokročit ve výstavbě rozestavěných modliteben. Jejich dokončení závisí i na Tvé ochotě přispět.

Nezapomeňme na slova Pána Ježíše: "Amen, pravím vám, cokoliv jste učinili jednomu z těchto mých ... bratří, mně jste učinili." Pán Ježíš se raduje z naší ochotné štědrosti!