



[truth] **LINK**

14 Sănătate și bunăstare

descoperă.conectează-te.experimentează

# 14 SĂNĂTATE ȘI BUNĂSTARE

## DESCOPERĂ

Pentru că Dumnezeu este dragoste, este numai normal ca El să fie preocupat de sănătatea noastră deplină și de starea noastră de bine.

### CAUZĂ ȘI EFECT

Popoarele din vechime credeau că toate lucrurile bune sau rele care au loc au ca sursă puterea arbitrară a lui Dumnezeu. În zilele noastre, sunt o mulțime de oameni care cred același lucru. Ideea este că Dumnezeu este sursa oricărui eveniment, ca și când El ar sta în cer și ar apăsa când butonul pentru binecuvântare, când pe cel pentru blestem. Cu toate acestea, realitatea este diferită. Noi nu trăim într-un sistem închis, în care totul este controlat la milimetru, ci într-un sistem deschis, în care deciziile noastre au consecințe. Pentru că Dumnezeu este dragoste, El a creat lumea să funcționeze după niște legi cauză-efect, ceea ce înseamnă că a proiectat-o în așa fel încât acțiunile noastre, fără să fie constrânse de nimic, pot să creze diferite rezultate. Pentru că dragostea adevărată să poată exista, este nevoie de o libertate autentică, iar pentru că aceasta din urmă să existe, este nevoie de prezența unor parametri cauză-efect, la toate nivelurile existenței noastre. Exersarea unei autorități arbitrare ar însemna de fapt absența libertății, deci absența dragostei. Iată cum descrie Biblia felul cum „funcționează” lumea noastră:

„Cum sare vrabia încoace și încolo și cum zboară rândunica, așa nu nimerește blestemul neîntemeiat” (Proverbele 26:2).

„Ce seamănă omul, aceea va și secera” (Galateni 6:7).

În Biblie apare un termen numit „înțelepciune”, *chokmah*, în ebraică. Acest cuvânt înseamnă în mod literar „abilitate” – abilitatea de a înțelege principiile vieții și de a face alegeri bune. În cartea Proverbele, „Înțelepciunea” spune: „Ferice de omul care m-ascultă, [...] Căci cel ce mă găsește găsește viața și capătă bunăvoința Domnului.

Dar cel ce păcătuiește împotriva mea își vatămă sufletul său; toți cei ce mă urăsc pe mine iubesc moartea” (Proverbele 8:34-36). Când o persoană înțelege principiul cauză-efect și ia decizii care au consecințe pozitive, arată prin aceasta că are înțelepciune. Rezultatul este „binecuvântarea”, cuvânt ce înseamnă fericire și bunăstare.

Trăim într-o lume și într-un organism care sunt guvernate de principiul cauză-efect. Faptul că Dumnezeu este preocupat de principiile după care ne trăim viața nu ar trebui să fie o surpriză pentru noi. La urma urmei, ne iubește și pur și simplu nu poate să nu dorească ce este mai bine pentru noi. De fapt, Biblia arată că mântuirea implică în sine un proces de educare, prin care Dumnezeu caută să crească nivelul calității vieților noastre, învățându-ne acele principii după care funcționează lumea și dându-ne putere să trăim în armonie cu ele.

## VINDECARE ȘI BUNĂSTARE

Adeseori, mântuirea este privită într-un sens limitat, oamenii crezând că înseamnă să scapi de iad și să ajungi în cer la sfârșitul vieții. Însă Biblia arată că este mult mai mult decât atât. Verbul grecesc folosit în Noul Testament pentru „salvare” este *sozo*. Este un cuvânt desebit de frumos, care are implicații enorme în ceea ce privește calitatea vieților noastre din prezent. *Sozo* înseamnă în mod literar *a izbăvi, a elibera, a face bine, a vindeca, a restaura sănătatea, a reface*. Acest cuvânt ne comunică dorința lui Dumnezeu de a ne bucura de sănătate și bunăstare aici și acum.

Citiți următoarele versete biblice și discutați ce spun ele despre interesul pe care-l are Dumnezeu în ceea ce privește calitatea vieților noastre prezente: Ioan 10:10; 3 Ioan 2; Romani 12:1-2; 1 Corinteni 6:19-20 și 1 Corinteni 10:31. Numiți trei idei principale care v-au atras atenția în aceste versete.

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_

## MESAJUL BIBLIC AL SĂNĂTĂȚII

După cum tocmai am descoperit, Dumnezeu dorește sănătatea și prosperitatea noastră. Dacă adevărul fundamental al Bibliei este că „Dumnezeu este iubire”, este numai normal ca El să fie preocupat și de calitatea sănătății noastre.

Care a fost dieta originală, oferită de Dumnezeu omului? Geneza 1:29 \_\_\_\_\_

Organismul uman funcționează la potențial maxim atunci când este aprovizionat în mod regulat cu fructe, vegetale, nuci, semințe, cereale integrale și legume. Acestea conțin din

abundență acei nutrienți de care organismul nostru are nevoie pentru a se opune și a lupta împotriva bolii. Știința modernă a dovedit că aceasta este **adevărată hrană** de care trupul nostru are nevoie. Având în vedere dieta originară prescrisă de Creator și în același timp susținerea oferită de știința modernă, ce ar fi să te gândești mai serios la adoptarea unei astfel de diete? Vei fi cu siguranță binecuvântat și nu vei regreta niciodată decizia luată.

După ce poporul a distrus o mare parte din vegetația Pământului, Dumnezeu a îngăduit folosirea anumitor animale pentru hrană. Aceasta a fost o adaptare la condiția în care lumea noastră căzută se afla, însă nu acesta era planul ideal al lui Dumnezeu. Cum a clasificat Dumnezeu animalele? Geneza 7:2 \_\_\_\_\_.

Discutați pasajul din Deuteronomul 14:3-20. Pe o foaie de hârtie, alcătuiți două liste – una cu animale curate și una cu animale necurate.

Sunt oameni care susțin că separarea aceasta, curat/necurat, pe care o face Vechiul Testament, nu mai este valabilă în ziua de azi, pentru că trăim în dispensațiunea Nouului Testament. Dar acest lucru este ca și cum am spune că legea gravitației era valabilă atunci, iar acum s-a anulat. Observațiile pe care Dumnezeu le face cu privire la animalele curate și la cele necurate sunt niște legi sanitare, iar acestea sunt diferite de legile ceremoniale, care au devenit inutile odată ce Isus a împlinit ceea ce acestea simbolizau. Ele au efecte reale asupra oricărui om, indiferent de timp. Îți va fi foarte greu să îți convingi arterele, inima și celelalte organe vitale de faptul că legile sanitare ale Bibliei sunt simbolice. Iar știința modernă afirmă ceea ce Biblia a susținut dintotdeauna.

Citiți și discutați pasajul din Daniel 1:8-16. Fiind rob în Babilon, Daniel s-a dovedit foarte capabil din punct de vedere intelectual, motiv pentru care, împreună cu prietenii lui, a primit „privilegiul” de a mânca zilnic la masa împăratului. Dieta ce le-a fost oferită era compusă din „bucate alese” („carne” în traducere KJV) și „vin” – ceea ce reprezintă de fapt dieta majorității lumii occidentale de azi. Daniel a cerut să se facă un fel de studiu controlat, în cadrul căruia el și prietenii săi să primească permisiunea să se lipsească de mâncarea împăratului și să primească „de mâncat zarzavaturi și apă de băut” timp de zece zile. Apoi a cerut ca înfățișarea lor să fie analizată și comparată cu „a celorlalți tineri care mănâncă din bucatele împăratului” Rezultatul? „După cele zece zile, ei erau mai bine la față și mai grași decât toți tinerii care mâncau din bucatele împăratului.”

Incredibil! Scrisă în urmă cu două mii cinci sute de ani, istoria lui Daniel ne spune ceea ce știința medicală descoperă de-abia astăzi! Principalele două cauze ale mortalității în Statele Unite sunt boala de inimă și cancerul, de cele mai multe ori, boli care au de a face cu stilul de viață, ce survin din cauza unor obiceiuri alimentare precare, a lipsei de exercițiu fizic, a unor relații toxice și a stresului negativ. Mulți dintre noi mâncăm fără să avem niciun principiu după care să ne ghidăm, lucru

ce ne predispune la o moarte prematură și la o suferință nenecesară. Vechea dietă a lui Daniel se recomandă singură bunului nostru simț și se armonizează perfect cu știința modernă din domeniul nutriției. Mesajul simplu al Bibliei cu privire la dietă este acesta: consumați mâncare, și nu alte lucruri care sunt doar „deghizate” în mâncare.

De ce a refuzat Daniel vinul de la masa împăratului? Pentru a descoperi răspunsul, citiți și discutați Proverbele 20:1; 23:29-35 și 1 Corinteni 6:9-11.

Informațiile pe care le avem cu privire la efectele distrugătoare ale alcoolului sunt cutremurătoare:

- În fiecare an, în întreaga lume, 2,5 milioane de oameni mor din cauza alcoolului.
- Alcoolul reprezintă al treilea factor de risc pentru îmbolnăvire în întreaga lume, al doilea în Europa și primul în zona Pacificului de Sud și în Statele Unite.
- Alcoolul este sursa unor evenimente sociale distrugătoare, precum violența, abuzul copiilor și absenteismul de la locul de muncă.
- În Statele Unite, un sfert din toate urgențele medicale, o treime din toate cazurile de suicid și mai bine de jumătate din toate crimele sau incidentele de violență domestică au legătură cu consumul de alcool.
- Consumul juvenil de alcool are mai multe șanse să ducă la moartea tinerilor decât toate drogurile ilegale la un loc.
- În Statele Unite, 4,65 de studenți mor zilnic din cauza unor afecțiuni care au legătură cu alcoolul.
- Problemele cauzate de alcool produc în Statele Unite o pagubă de 185 miliarde de dolari anual.

Nu ar trebui să ne surprindă faptul că Biblia vorbește foarte mult despre ceea ce trebuie să mâncăm și să bem: la urma urmei, „Dumnezeu este iubire”, nu? Orice părinte este preocupat de ceea ce copiii lui își introduc în corp, pentru că este interesat de sănătatea lor. Și atunci, de ce L-ar preocupa pe Tatăl nostru ceresc mai puțin acest subiect? Avem la îndemână un avantaj extraordinar de puternic: Cel care a proiectat organismul nostru ne oferă instrucțiuni clare despre cel mai bun „combustibil” pe care-l putem folosi pentru această mașinărie extraordinară. Avem vreun motiv să nu facem ceea ce ne spune pentru a ne bucura de sănătate, de o energie sporită și de longevitate?

# CONECTEAZĂ-TE

---

Isus a venit în această lume ca un medic al inimii și al trupului.

---

Privind în viitor la salvarea pe care Isus urma să o realizeze pentru noi, Isaia scrie că „prin rănilor Lui suntem tămăduiți” (Isaia 53:5), ceea ce înseamnă că dragostea pe care El a manifestat-o pentru noi prin sacrificiul adus exercită o influență vindecătoare asupra inimilor bolnave de păcat. În ultima carte a Vechiului Testament, profetul Maleahi a descris misiunea lui Hristos, care urma să vină, în următoarele cuvinte: „Va răsări Soarele Neprihănirii și tămăduirea va fi sub aripile Lui” (Maleahi 4:2). Când Isus a venit pe acest pământ, un înger i-a spus Mariei: „Îi vei pune numele Isus, pentru că El va mântui pe poporul Lui de păcatele sale” (Matei 1:21). Biblia mai spune că Isus „umbla din loc în loc, făcea bine și vindeca” (Faptele apostolilor 10:38). Lucrarea Lui a fost caracterizată de două elemente principale: (1) El a predicat vestea bună a dragostei lui Dumnezeu pentru a aduce vindecare unor inimi împovărate de rușine și (2) El a vindecat trupurile oamenilor, demonstrând că lui Dumnezeu Îi pasă de bunăstarea noastră fizică. Astăzi, El este la fel de preocupat de sănătatea noastră spirituală și fizică.

# EXPERIMENTEAZĂ

---

Ce mare binecuvântare este să știi că Dumnezeu este preocupat de sănătatea și de bunăstarea mea!  
Îl iubesc pentru asta și sunt hotărât, prin harul Lui, să-L slăvesc prin obiceiurile mele sanitare.

---

Promisiunea lui Isus este și pentru mine: „Eu am venit ca oile să aibă viață, și s-o aibă din belșug” (Ioan 10:10). Mă înscriu și eu! Vreau să învăț tot ce pot despre principiile care mă fac să trăiesc o viață „din belșug”. Vă rog, dați-mi materiale suplimentare despre subiectul sănătății și vindecării.