

По истечении этого времени их лица сравнили с лицами отроков, питавшихся царской пищей. Каким был результат? «По истечении же десяти дней лица их оказались красивее, и телом они были полнее всех тех отроков, которые питались царскими яствами» (стих 15).

Потрясающе! Написанная две с половиной тысячи лет назад история Даниила сообщает нам то, о чем наука и медицина заявляют только сейчас. Две основные причины смертей в США — сердечно-сосудистые и онкологические заболевания, в большинстве случаев спровоцированные неправильным питанием, отсутствием физических упражнений, токсичными отношениями и стрессом. Многие из нас в буквальном смысле прокладывают ртом свой многострадальный путь к ранней смерти. Древний рацион Даниила не противоречит здравому смыслу и согласуется с современной диетологией. Основная вест Библии относительно питания заключается в следующем: ешьте натуральную пищу, а не ее заменители.

Почему Даниил отказался пить вино с царского стола? Чтобы узнать ответ, прочитайте и обсудите Притч. 20:1, 23; 29-35 и 1 Кор. 6:9-11.

Данные о разрушительном действии алкоголя просто шокируют:

- Ежегодно во всем мире регистрируется 2,5 миллиона смертей, связанных с употреблением алкоголя.
- Алкоголь — третий по значимости фактор риска всех заболеваний в мире, второй — в Европе и первый — в западной части Тихого океана и Северной и Южной Америке.
- Употребление алкоголя порождает многие серьезные социальные проблемы, включая жестокое обращение, насилие над детьми, потерю работы.
- В США с употреблением алкоголя связаны одна четвертая часть всех госпитализаций в отделение неотложной помощи, одна треть всех самоубийств и более половины убийств и случаев домашнего насилия.
- Употребление алкоголя уносит больше жизней молодых людей, чем употребление запрещенных наркотических веществ.
- В США четыре студента колледжа умирают каждый день из-за отравления алкоголем.
- Решение проблем с алкоголем обходится США примерно в 185 миллиардов долларов в год.

Неудивительно, что в Библии много внимания уделяется тому, что мы едим и пьем. «Бог есть любовь». Каждый хороший родитель следит за питанием своих детей, поскольку от этого зависит их здоровье. Тем более наш Небесный Отец

заботится о нашем здоровье. Тот, Кто создал наши тела, предлагает нам ясное руководство по питанию. Последуем Его рекомендациям, чтобы наслаждаться здоровьем, бодростью и долголетием!

УСТАНОВЛЕНИЕ СВЯЗИ

Иисус пришел в наш мир как Целитель сердец и тел.

Ожидая спасения, которое Иисус совершил для нас, Исаия написал: «Ранами Его мы исцелились» (Ис. 53:5). Любовь, которую Он проявил к нам в Своей жертве, оказывает исцеляющее воздействие на наши больные грехом сердца. В последней книге Ветхого Завета пророк Малахия описывает миссию грядущего Христа такими словами: «Солнце правды и исцеление в лучах его» (Мал. 4:2). Предсказывая рождение Иисуса, ангел сказал Марии: «Наречешь Ему имя Иисус, ибо Он спасет людей Своих от грехов их» (Мф. 1:21). Библия говорит, что Иисус «ходил, благотворя и исцеляя всех» (Деян. 10:38). Его служение включало два основных элемента: (1) Он проповедовал благовест о Божьей любви, принося исцеление измученным сердцам; (2) Он исцелял тела людей, показывая, что Бог заботится о нашем физическом благополучии. Христос заинтересован в нашем духовном и физическом здоровье и сегодня.

ОПЫТ

Какое это благословение — осознавать, что Бог заботится о моем здоровье и благополучии! Я признателен Ему за это и принимаю решение прославлять Бога здоровыми привычками по Его благодати.

Ко мне обращено обетование Иисуса: «Я пришел для того, чтобы имели жизнь и имели с избытком» (Ин. 10:10). Я хочу изучить всю доступную информацию относительно принципов, которые даруют жизнь с избытком. Пожалуйста, предоставьте мне дополнительные материалы по теме здоровья и исцеления!



[истина] **ЗДЕСЬ**

14 Здоровье и целостность

14 ЗДОРОВЬЕ И ЦЕЛОСТНОСТЬ

ОТКРЫТИЕ

Поскольку Бог есть любовь, логически следует, что Он заинтересован в нашем полном здоровье и благополучии.

ПРИЧИНА И СЛЕДСТВИЕ

Древние народы считали, что все хорошее и плохое происходит по Божьему велению. Многие современные люди придерживаются такой же позиции. Идея заключается в том, что Бог посылает все события, как если бы Он нажимал на небе кнопку благословения или кнопку проклятия. На самом деле все обстоит иначе. Мы живем не в закрытой системе, в которой все поминутно контролируется, но в системе, где наши решения вызывают определенные последствия. Поскольку Бог есть любовь, Он создал мир, подчиненный принципу причины и следствия, и это означает, что наши свободные действия приводят к конкретным результатам. Для того чтобы существовала настоящая любовь, необходима настоящая свобода. Наличие же свободы предполагает причинно-следственную связь на всех уровнях нашего существования. Исполнение одних лишь желаний Бога было бы по факту отсутствием свободы и, следовательно, отсутствием любви. Описывая, как устроен мир, Библия говорит:

«_____ проклятие не сбудется» (Притч. 26:2).

«Что _____ человек, то и _____» (Гал. 6:7).

В Библии встречается такое понятие, как «премудрость» (евр. *хокма*). Дословно это слово означает «умение» — способность принимать правильное решение на основе знания принципов жизни. В книге Притчей олицетворенная Премудрость говорит: «Блажен человек, который слушает меня... Потому что, кто нашел меня, тот нашел жизнь и получит благодать от Господа; а согрешающий

против меня наносит вред душе своей: все ненавидящие меня любят смерть» (Притч. 8:34-36).

Если человек понимает причинно-следственные связи и принимает решение, приносящее положительный результат, это и называется мудростью. Результатом мудрости будет «благословение» — счастье в благополучии.

Мы живем в мире, и наши тела подчинены закону причины и следствия. Богу не все равно, по каким принципам мы живем. Он любит нас и желает для нас только самого лучшего. Согласно Библии, спасение само по себе включает образовательный процесс, с помощью которого Бог стремится повысить качество нашей жизни, обучая нас принципам, которые управляют реальностью, и наделяя нас силой жить в гармонии с ними.

ИСЦЕЛЕНИЕ И ЦЕЛОСТНОСТЬ

Зачастую спасение рассматривается в узком смысле: избежать ада и попасть на небеса, когда закончится жизнь на земле. Но, согласно Библии, спасение — это нечто гораздо большее. В Новом Завете глаголу «спасти» соответствует греческое слово *созо*. Это прекрасное слово подразумевает также улучшение качества жизни в настоящее время. *Созо* дословно означает «избавлять, освобождать, исцелять, восстанавливать здоровье, делать целым». Оно подчеркивает Божье желание того, чтобы мы обладали хорошим здоровьем и целостностью натуры здесь и сейчас.

Прочитайте следующие стихи, говорящие о Божьей заинтересованности в качестве нашей жизни уже сегодня: Ин. 10:10; 3 Ин. 2; Рим. 12:1, 2; 1 Кор. 6:19, 20; 1 Кор. 10:31. Какие три ключевые идеи вы заметили в этих текстах?

- _____
- _____
- _____

БИБЛЕЙСКАЯ ВЕСТЬ О ЗДОРОВЬЕ

Как мы уже выяснили, Бог желает нам здоровья и процветания. Поскольку основная истина Писания — «Бог есть любовь», вполне логично, что Бог заботится о качестве нашего здоровья.

Каким был первоначальный рацион, который Бог предложил человеку? Быт. 1:29

Человеческий организм лучше всего функционирует, когда получает на регулярной основе фрукты, овощи, орехи, семена, цельнозерновые и бобовые. Эти продукты содержат много питательных веществ, в которых нуждается организм, чтобы бороться с болезнями. Современная наука доказала, что наш организм нуждается именно в такой пище. Зная о первоначальном рационе, предусмотренном Создателем и одобренном современной наукой, почему бы нам не придерживаться его? Вы будете благословлены и не пожалеете о принятом решении.

После того, как потоп уничтожил значительную часть растительности на земле, Бог позволил употреблять в пищу мясо отдельных животных. Это было приспособлением к ситуации, в которой оказался падший мир, но не было идеальным планом Бога. На какие две категории Бог разделил животных? Быт. 7:2

Обсудите Втор. 14:3-20. На отдельном листе бумаги выпишите в две колонки животных, которых Бог называет чистыми и нечистыми.

Некоторые люди считают, что предписания Ветхого Завета о чистых и нечистых животных не применимы к нам, поскольку мы живем в эпоху Нового Завета. Это равносильно тому, как если бы мы утверждали, что закон всемирного тяготения действовал раньше, но не сейчас. Бог указал, какие животные считаются чистыми, а какие — нечистыми в рамках законов здоровья. Это указание не имеет отношения к церемониальному закону, который утратил свое значение, когда Христос исполнил то, на что этот закон указывал. Законы здоровья лишены символизма и потому не устаревают. Они оказывают одинаковое воздействие на человеческий организм во все периоды истории. Едва ли вам удастся убедить свои артерии, сердце и другие жизненно важные органы, что библейские законы здоровья символичны. Современная наука подтверждает то, о чем говорит Библия.

Прочитайте и обсудите Дан. 1:8-16. Даниилу и трем его друзьям, оказавшимся в вавилонском плену и показавшим свою умственную одаренность, была дана «привилегия» ежедневно питаться с царского стола. Предложенный им рацион состоял из «мяса» (в Синодальном переводе — «яств») и «вина», что, по сути, соответствует рациону современного западного человека. Даниил предложил провести эксперимент, в ходе которого ему и его друзьям вместо пищи с царского стола будут давать «овощи и воду для питья» в течение десяти дней.