

16



EN SUNN LIVSSTIL

BIBELTEKSTER:

4. Mosebok 6,1-21

Matteus 22,34-40

Romerne 14

1. Peters brev 2,9-10

SPØRSMÅL

- Nevn noen bibelske prinsipper for en sunn livsstil.
- Hvorfor er dette så viktig?
- Hvorfor tar Adventistkirken så klar avstand fra skadelige stimulanser, som alkohol og narkotika?
- Hvilke andre ting er skadelig for helsen?
- Hva betyr det å være en nasireer?

BAKGRUNN

Et av de særegne kjennetegnene ved Adventistkriken er at vi ikke tror på sjelens udødelighet. Denne teologiske forståelsen av sjelen har betydning at fokuset på hele mennesket – også kroppen – fikk mye større plass enn tidligere.

Adventistbevegelsen startet i USA på midten av 1800-tallet. På det tidspunktet var det en utbredt gambling og drikkekultur. I tillegg var det mange andre helseproblemer i samfunnet på grunn av mangel på grunnleggende helsekunnskap. Dette var noen av samfunnsproblemene som fikk adventistene til å reagere.

Tradisjonelt har syvendedags-adventister sett på seg selv som nasireere. Å være en nasireer vil si å være "satt til side" for en spesiell tjeneste. For dem gjaldt det spesielle livsregler.

Akkurat som prestene og profetene i Det gamle testamente hadde som oppgave å forberede israelsfolket på Messias komme, er vår oppgave å forberede folk på Jesu andre komme. Døperen Johannes levde rett før Jesu første komme. Vi tror at vi nå lever rett før Jesu andre komme.

STUDIUM

Les Matteus 22,34-40

Hvilke "deler" av mennesket blir nevnt?

1 _____

2 _____

3 _____

LES Romerne 14

Vår åndelige, mentale og fysiske helse kan ikke skilles fra hverandre, slik vi noen ganger skulle ønske. De er hele tiden i samspill med og påvirker hverandre. Hvordan vi behandler kroppen vår, påvirker også gudsforholdet vårt.

Hva er det Paulus forklarer i dette kapittelet?

Hvilke lærdommer kan du dra nytte av?

Hva er ditt ansvar overfor din neste?

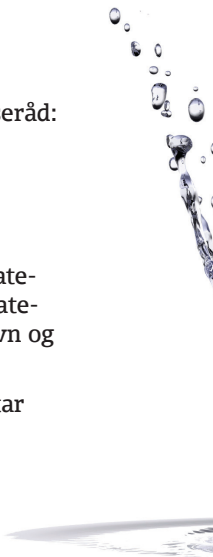
TANKER

Det kan være nytting å skille mellom tre slags helseråd:

1. Det vi avstår fra
2. Det vi fraråder
3. Det vi anbefaler

Oftest diskuterer vi bare kategori 1 og 2, heller en kategori 3, som er det vi egentlig burde fokusere på. Kategori 3 anbefaler at vi burde få nok sollys, vann, søvn og et variert kosthold.

Vi anbefaler måtehold i alt som er bra, og at man tar avstand fra det som kan være skadelig.



REFLEKSJON

I mange situasjoner, kanskje særlig i kirka, vil man kunne oppleve adventisters helsevaner. Dette kan være totalavhold fra alkohol, tobakk og til og med koffein, samt et sunt, variert kosthold uten urent kjøtt og ofte vegetabilsk eller plantebasert kost.

Hvilke ting i livet ditt passer i de ulike kategoriene?
Hvorfor?

KONKLUSJON

Hvis kjærligheten står i sentrum, og hvis vi påtar oss rollen som prester for våre medmennesker, blir det lettere å finne ut av hvilke ting vi bør avstå fra. Gud ønsker bare det aller beste for livet ditt. Han skapte deg. Derfor vet han også hva som er best.

APPELL

I stedet for å spørre om det du gjør, er bra for deg selv, bør du heller spørre: "Er det godt for menneskene rundt meg?"

