

Egyedül Krisztus módszere

*Úgy szolgáljunk másokat,
ahogyan Jézus tette*



Imaheti felolvasások

2014. november 1–8.

Bevezető

Elnöki üzenet



Jézus példájának követésével kapcsolatban talán a legismertebb idézet *A nagy Orvos lábnyomán* című, csodálatos könyvben található: „Csak Krisztus módszerével lehet igazán az emberekhez férkőzni. A Megváltó az emberek közé vegyült. Javukat akarta. Együttérzést tanúsított irántuk, megnyerte bizalmukat. Azután így szólt hozzájuk: „Kövessetek engem!” (Budapest, 2001, Advent Kiadó, 91. o.).

Krisztus az emberek egész lényével törődött: fizikai, mentális, szociális és lelki síkon egyaránt. Ő azt szeretné, ha a vele való kapcsolatunk által minden tekintetben egészségesek lennénk, valamint másoknak is szeretettel, gondos odafigyeléssel tudnánk szolgálni. Jézus ott szolgált az embereknek, ahol éppen voltak: a városokban, a falvakban, az utak mentén, az otthonokban, a kutak mellett, sőt még a kereszten is. Nem félt elmenni oda, ahol egy lelket meg kellett menteni.

„Egyedül Krisztus módszere” – idei imaheti felolvasásunknak ezt a címet adtuk. Egész héten át arról fogunk gondolkodni, mennyire tartozott bele Krisztus szolgálatába a gyógyítás, és ma milyen szerepet játszik az egészségügyi szolgálat és a gyógyítás a mások megmentéséért végzett és végzendő munkánkba. Arra kérlek titeket, csatlakozzatok hozzánk ezen a héten, miközben a gondosan előkészített cikkeket tanulmányozzuk, és kérjük együtt az Urat, mutassa meg, miként alkalmazhatnánk ezeket az erőteljes elveket missziómunkánkban!

Legyen az Úr áldása mindenütt közösségünk tagjain, amint világszerte összegyűlik ez a nagy család, hogy együtt tanuljon és imádkozzon, majd alkalmazza Krisztus módszerét a másokért végzett szolgálatban, Krisztus eljövetelére várakozva!

Ted N. C. Wilson
a Generál Konferencia elnöke



első szombat

Jézushoz hasonlóan szolgálni

ENGEDD, HOGY ISTEN ÉRTED IS MEGTEGYE A KAPERNAUMI CSODÁT!

ÍRTA: TED N. C. WILSON

Kapernaum városában élt egy depressziós, reményvesztett, tehetetlen ember, aki béna volt. Régen elvesztette már a gyógyulásba vetett hitét. Helyzetét még keserűbbé tette az a tény, hogy tudta: betegsége bűneinek a következménye. Fizikai, mentális, szociális és lelki értelemben is nagyon beteg volt. Egykor még remélte, hogy a vallási vezetők hoznak némi enyhülést az életébe, reményei azonban szertefoszlottak, amikor ők ridegen gyógyíthatatlannak minősítették esetét. Így hát napról napra tehetetlenül, vigasztalanul sínylődött fájdalma és bűntudata miatt.

Történt azonban egy napon, hogy eljutott hozzá Jézus híre. Hallotta, hogy bármilyen bűnösök és nyomorultak voltak is, akik hozzá fordultak, Ő mindenkit meggyógyított. Barátai bátorították, hogy ha beleegyezik, elviszik Jézushoz, de reményei újra elszálltak, amikor eszébe jutott, hogy betegségét saját bűnei okozták. Leginkább arra vágyott, hogy bűnei terhétől megszabaduljon. Látni akarta Jézust, és elfogadni a bűnbocsánat bizonyosságát. Nem volt vesztegetni való ideje, mert teste máris oszlásnak indult.

Megkérte barátait, hogy vigyék Jézushoz, ők pedig készségesen segítettek (Mk 2:3). Milyen csodálatos, ha vannak lelki beállítottságú barátaink, akik segítenek meglatni Jézust!

Amikor a kis csoport megérkezik Péter házához, ahol Jézus tanít, komoly nehézséggel találják szembe magukat. Akkora a tömeg, hogy a Megváltót még csak nem is hallják. Többször is megpróbálnak utat törni maguknak, de hiába.

Aki kétségbeesve akarja Jézust

A gutaütött elkeseredik. Hogy lehet ennyire távol Jézustól, amikor már ilyen közel jutott hozzá? Meg van győződve arról, hogy Jézus az egyetlen reménye arra, hogy békét és bocsánatot kapjon. Bármit meg fog tenni azért, hogy találkozzon Jézussal. Gyorsan bátor tervet eszel ki, és könyörög barátainak, hogy vigyék fel a tetőre.

Mk 2:4-ben azt olvassuk, hogy a barátok kibontották a ház tetejét. Képzeljük el, milyen zűrzavar támadt odabenn, Péter házában, amikor por és törmelék kezdett hullani a mennyezetről! A Szentírásban ezt találjuk: „nyílást vágva leeresztet-

ték az ágyat, amelyen a béna feküdt” (új prot. ford.).¹

Egy ágy ereszkedik le a tetőn keresztül Jézus lába elé! Jézus részvétellel néz a lebénult férfi szemébe. Tökéletesen érti a helyzetet, hiszen Ő plántálta szívébe a reménységet. A férfi tőle várja a bűnbocsánatot. Micsoda hite volt – neki és barátainak –, ami még a tetőt is áttörte!

Mk 2:5 feljegyzi Jézus drága szavait: „Fiam, megbocsáttattak neked a te bűneid.” Ezek a szavak muzsikaként hatoltak a szenvedő fülébe. Hatalmas kőként esik le válláról a kétségbeesés. Most szívét a bűnbocsánat békessége tölti be. „Őszinte hittel fogadta Jézus szavait, mint az új élet ajándékát. Nem volt több kérése, örömtől áthatva, csendben feküdt, túlságosan boldog volt ahhoz, hogy megszólaljon. Mennyei fény sugárzott arcáról, s a nép szent tisztelettel figyelte a történetet.”²

Mi könnyebb?

A teremben jelen lévő önigazult vallási vezetők nyugtalan pillantásokat vetnek egymásra, hiszen visszaemlékeznek arra, milyen érzéketlenül tagadták meg a re-

ményt ettől a szegény gutaütöttől. Szívük mélyén istenkáromlással vádolják Jézust, és azt fontolgatják, ezt a kijelentését felhozhatják majd ürügyként, hogy halálra ítélhessék. Mivel a Megváltó olvasott gondolataiban, rájuk szegezve tekintetét így szólt hozzájuk: „*Mi könnyebb, azt mondanom-é a gutaütöttnek: Megbocsáttattak néked a te bűneid, vagy ezt mondanom: Kelj fel, vedd fel a te nyoszolyádat, és járj? Hogy pedig megtudjátok, hogy az ember Fiának van hatalma e földön a bűnök megbocsátani, monda a gutaütöttnek: Mondom néked, kelj föl, vedd fel a te nyoszolyádat, és eredj haza*” (Mk 2:9-11).

Ekkor a férfi az ifjúság erejével pattan fel. Életadó vér áramlik ereiben, az egészség ragyogása jelenik meg arcán és bőrén. Ó, Krisztus csodálatos szeretete! Lehajol, hogy meggyógyítson bűneinkből, és új életet ad!

Ugyanaz az erő, amely egykor életet alkotott, most azonnal helyreállítja a be-

teg teljes egészségét. Krisztus meggyógyítja a testét, és ez bizonyítja, hogy képes megújítani szívét is.

Sokan ugyanezt keresik ma

Mai világunkban sokakat bénít meg az aggodalom, a félelem és a bűntudat. Nehéz terheket cipelnek, és szabadulást keresnek. „Az emberek szíve mindenütt kiált valami után, ami nincs nekik” – írja Ellen White *A nagy Orvos lábnyomán* című csodálatos könyvében. „Olyan erőre vágnak, amellyel le tudják győzni a bűnt, olyan erőre, ami megszabadítja őket a gonoszság fogságából, olyan erőre, ami egészséget, életet és békességet ad. Sokan, akik miután egyszer már ismerték Isten szavának erejét, de egy ideig Isten nélkül éltek, most vágnak Isten jelenléte után.

A világnak ma is szüksége van arra, amire ezerkilencszáz évvel ezelőtt volt – Krisztus megismerésére. Nagy reformá-

ciós munkára van szükség, és csak Krisztus kegyelme által lehet végrehozni a fizikai, szellemi és lelki helyreállítást.

Csak Krisztus módszerével lehet igazán az emberekhez férkőzni. A Megváltó az emberek közé vegyült. Javukat akarta. Együttérzést tanúsított irántuk, megnyerte bizalmukat. Azután így szólt hozzájuk: »Kövessetek engem!«³

Az Ő példáját követni

Megváltónk az ember teljes lényével törődött: fizikai, mentális, szociális és lelki állapotával egyaránt. Ő azt akarja, hogy a vele való kapcsolat által teljes egészségben legyünk, és példáját követve szeretettel, odafigyeléssel szolgáljunk embertársainknak. Jézus ott szolgált az embereknek, ahol voltak: a városokban, a falvakban, az utak mentén, az otthonaikban, a kuktaknál, sőt még a kereszten is. Nem félt elmenni oda, ahol akár csak egy lelket is megmenthetett. Ha úgy akarunk szolgálni, mint Jézus, ugyanezt kell tennünk.

Jézus elment az emberekhez. Annak érdekében, hogy – mint Isten végidei egyháza – betöltsük prófétai elhívásunkat, el kell mennünk, hogy ott hirdessük az evangéliumot, ahol az emberek vannak.

Olyan világban élünk, ahol az emberek több mint fele városokban él. Hadd intézzek egy szívből jövő felhívást felétek: tekintet nélkül arra, hogy milyen szakterületen dolgoztok, kérlek, csatlakozzatok a helyi gyülekezet missziómunkájához, hogy elérjétek a világ városaiban élő embereket! Kövessük együtt Krisztus példáját, és nyújtsuk ki kezünket azok felé, akik nagy tömegtől körülvéve ugyan, de magányosan szenvednek! Csatlakozzatok Isten népéhez szerte a világon a Misszió a nagyvárosokért programban!

Ellen G. White *Medical Ministry* [Orvosi szolgálat] című könyvében ezekkel a szavakkal biztat bennünket: „Az üzenetben, amit Isten küldött a múltban, ma sincs változás. A nagyvárosokért végzett munka ugyanolyan fontos a mi időnkben is. Ha úgy dolgoznánk a városokban élőkért, ahogy Isten szeretné, akkor az eredmény egy még sosem látott, hatalmas mozgalom elindulása lenne.”⁴

Testvéreim, testvérnők, még meg kell látnunk ezt a hatalmas mozgalmat! Tanulmányozzuk buzgón az Igét, imádkozunk, alázzuk meg magunkat, és kutatunk Isten tervét népünkkel kapcsolatosan! Szeretnénk megérni Jézus eljövételét. Ez

*Megváltónk az ember teljes lényével
törődött: fizikai, mentális,
szociális és lelki állapotával egyaránt.*



a világ lassan elmúlik, forrásai kimerülnek, és én hiszem, hogy Jézus Krisztus szó szerinti, valóságos eljövetele nagyon közel van! Kövessük Megváltónk példáját, és menjünk el a városokba, hogy ott érjük el az embereket, ahol vannak!

Holisztikus, életet adó szolgálat

Mi, hetednap adventisták hiszünk abban, hogy az embert egységes egésznek kell tekinteni, és átfogó módon kell szolgálni a körülöttünk élőknek. Jóval azelőtt, hogy a holisztikus szemlélet mai irányzatai elterjedtek volna, Isten, az emberiség – és az egész csodálatos teremtettség – Alkotója kijelentette, hogy Ő azt akarja: minden tekintetben egészségesek legyünk. Arra vágyik, hogy már ma részesüljünk a Szentlélek megújító és megreformáló erejében. Arra vágyik, hogy megértsük: egységes egészként teremtett meg bennünket az Ő képmására, saját kezével és leheletével.

Az „ember, mint egységes egész” szemléletmód arra készíti bennünket, hogy sokféle módszerrel közelítsük meg az embereket, különösen a nagyvárosok lakóit. Ez a megközelítés magába foglalja a következőket: befolyási központok kialakítása, a helyi gyülekezetek, a gyülekezeti tagok, fiatalokból álló csoportok bevonása a missziótevékenységekbe, egészségügyi misszió és orvosi munka, rendelők, egészségügyi előadások, vegetáriánus éttermek, könyvmunka, kiscsoportos evangelizáció, házról házra végzett misszió, közösségi tevékenységek, a Krisztus módszereit követő szociális munka, ADRA-tevékenységek, integrált médiaszolgálat, tanácsadó központok, a gyülekezeti tagok, fiatalok és biblia munkások által tartott bibliaórák, gyermek-evangelizáció, személyes evangelizálás és bizonyágtevés, nyilvános előadás-sorozatok és még sok más módszer, amire a Szentlélek indít. Szükségünk van arra, hogy lelkészek, egészségügyi dolgozók és gyülekezeti tagok együtt munkálkodjanak, ahogy a Próféta Lelkének írásai-ban olvassuk, „közös szolgálatban”.

Ellen G. White 1901-ben írt, 117. számú kéziratában ez olvasható: „Az evangélium minden szolgálja legyen felkészülve arra, hogy gyakorlati egészségügyi munkát végezzen. Az orvos-misszionáriusi munka olyan szorosan kapcsolódik az evangélium szolgálatához, mint az ember testéhez a karja. Az

egészségügyi reform elveinek hirdetésében látható tétovázás arra utal, hogy mi magunk sem vagyunk készek megtagadni énünket. Nagyvárosainkban az egészségügyi missziónak kéz a kézben kellene járnia az evangélium hirdetésével. Ez nyit utat ugyanis az igazság előtt.”

Isten arra is felszólít, hogy élesszük újra az egészségügyi szolgálat átfogó módszereit a világ nagyvárosaiban. A felekezet által támogatott szervezeteknek és a független szervezeteknek együtt kell működnie azért, hogy az egészségügyi szolgálat és a lélekmentés munkája előrehaladjon a nagyvárosokban.

Krisztus városi missziójáról ezt olvashatjuk: „*És körüljárja vala Jézus a városokat mind, és a falvakat, tanítván azoknak zsinagógáiban, és hirdetvén az Isten országának evangéliumát, és gyógyítván mindenféle betegséget és mindenféle erőtelenséget a nép között*” (Mt 9:35). Tanításával és életével is bemutatta, milyen az, ha minden tekintetben egészségesek vagyunk. Támogatta és hirdette azt, hogy az emberek önként válasszák a teljes életet, majd kiküldte őket, hogy mondják el mindezt a világnak is.

Nagy sóvárgás

Mt 9:36 elmondja, hogy amikor Krisztus látta a sokaságot, könyörületességre indult irántuk, „*mert el voltak gyötörve és szétszórva, mint a pásztor nélkül való juhok*”. A mi korunkban is fáradtak és magányosak az emberek. Sóvárognak valami után, ami valóságos és biztos, ami békeséget és biztonságot ad nekik, ami közösségbe vonja az embereket, akár a pásztor a juhait. Krisztus arra hív téged és engem ma, hogy válasszuk a teljes életet Őbenne, és a Szentlélek jelenléte által minden tekintetben egészségesek legyünk, így pásztorai lehessünk mind azoknak, akik szétszéledtek.

Isten arra hív, legyünk mi is tagjai az Ő elkötelezett követői hatalmas, egységes, sokszínű csapatának, akik együttérzést mutatnak azok iránt, akik fáradtak, szétszéledtek, testükben és lelkükben összetörték. A szükség óriási, és nincs elég segítő kéz. Krisztus kijelentette Mt 9:37-38 versében, hogy az aratás ideje elközelgett, de az odaszánt életű munkás kevés, ezért Ő imádkozik Atyjához, hogy küldjön munkásokat az aratásba.

Készen álltok-e arra, hogy a gutaütött barátaihoz hasonlóan ti is kitartóan dol-

gozzatok azért, hogy Krisztushoz vigyetek másokat? Készek vagytok-e előrehaladni függetlenül attól, hogy mi vár rátok? Készek vagytok-e elfogadni Isten hívását, hogy legyetek egészségesek minden tekintetben? Mennyire vagytok kitartóak? Készek vagytok-e megengedni a Szentléleknek, hogy megújulást és reformációt hozzon életetekbe, s így képesek legyetek Jézushoz hasonlóan szolgálni?

Jézus Krisztus hamar eljön! Felhívlak most benneteket, hogy ezen az imahéten szánjátok oda magatokat teljesen Megváltótoknak, és legyetek készek mindenre, amire Ő hív titeket, tegyetek meg mindent azért, hogy másokat elérjete a Megváltóról szóló örömhírről!

- 1 Az igeversek és igeszakaszok – ahol másként nem jelöljük – a Károlyi Bibliából valók (Budapest, 2007, Magyar Bibliatársulat)
- 2 Jézus élete. Budapest, 2003, Advent Kiadó. 216-217. o.
- 3 A nagy Orvos lábnyomán. Budapest, 2001, Advent Kiadó. 91. o.
- 4 Medical Ministry [Orvosi szolgálat] Mountain View, Calif., 1932, Pacific Press Pub. Assn., 304. o.



TED N. C. WILSON A HETEDNAPI ADVENTISTA EGYHÁZ ELNÖKE.

kérdések

elmélkedésre és megbeszélésre

1. Képzeld magad a gutaütött egyik barátjának a helyébe! (Márk 2.) Te is hajlandó lettél volna kibontani a tetőt, vagy teljes képtelenségnek tartottad volna? Hogyan lehetünk a körülöttünk élők hűséges barátai?
2. Gondoljunk a szomszédunkban vagy a környékünkön élő emberekre! Hogyan tudjuk őket gyakorlati módon, csakis Krisztus módszereivel elérni őket? Beszéljétek meg ezzel kapcsolatos gondolataitokat a gyülekezetben!
3. Hogyan szolgálhatunk másoknak olyankor, amikor mi magunk is úgy érezzük, képtelenek vagyunk megbirkózni az étellel? Krisztus módszerei miként javíthatnak a Megváltónkkal való kapcsolaton, és alakíthatják át a szolgálatról alkotott képünket?



vasárnap

A hit erejének megtapasztalása

A MENNYEI „HÍRESSÉGEK CSARNOKÁBAN” NEKED IS HELYED VAN

ÍRTA: MARK A. FINLEY

Az elmúlt 25 évben a kutatók még behatóbban vizsgálták a hit és a vallásos meggyőződés szerepét az emberek életében. A hit pozitív változást hoz fizikai, szellemi és érzelmi egészségünkben. Jól ismert egyetemek, nemzeti egészségügyi kutatóintézetek és magánkézben lévő szervezetek egyaránt ugyanerre a következtetésre jutottak. A jól megalapozott hit a jó egészség alapja lehet.

Íme két konkrét példa arra, hogy mit tehet értünk egy adag lelkeség. Kaliforniában végeztek egy kutatást, amely szerint a gyülekezetek által támogatott tevékenységekben részt vevő személyek körében jelentősen kevesebb az öngyilkosság, az alkohol- és kábítószer-fogyasztás, a bűntények és a válások aránya. A Columbia Egyetem tanulmánya szerint azok a nők, akiknek édesanyja vallásos, tíz éves időtávlatban 60%-kal kisebb valószínűséggel lesznek depressziósak, mint akiknek nem hívó az édesanyja. Egy másik tanulmány azt mutatta, hogy ha a lányok ugyanahhoz a felekezethez tartoznak, mint az édesanyjuk, akkor még kisebb a valószínűsége a depressziónak (71%-kal), ha fiúkról van szó, akkor még jobb az arány, 84%.

Tehát ezen tanulmány és sok más kutatás alapján a tudósok arra a következtetésre jutottak, hogy a biztos hit a jó egészség alapja lehet.¹

A hit valódi változást hoz

Vizsgáljuk meg azt, mit is jelent a valódi, biblikus hit: „A hit pedig a reménylett dolgoknak valósága, és a nem látott dolgokról való meggyőződés” (Zsid 11:1).² A hit előretétele, hiszen a remélt dolgokat valóságnak tartja. A „valóságnak” fordított szó itt alapot, alapot jelent az eredeti nyelvben, ami arra utal, hogy a hit az életünk tényleges alapja. A hit azonban fölfelé is tekint, mert meg van győződve a nem látott dolgokról is.

A hit az a bizonyosság, hogy Isten végül be fogja teljesíteni álmainkat. A hit meg van győződve arról, hogy Isten erejével legyőzzük minden nehézséget, és átjutunk minden akadályon, egészen addig a napig, míg meg nem kapjuk jutalmunkat az örökkévaló országban.

Ellen White a következőképpen világítja meg a biblikus hit valódi jellegét: „A hit bizalom Istenben, bizakodás abban, hogy Ő szeret bennünket és a legjobban

tudja, hogy mi válik javunkra.” A hit tehát erővel tölti el egész valónkat és bátorsággal a szívünket. A hit megújítja reményünket is. Hit által látjuk, ami még nem valóság, de valósággá válik. Hit által bízzunk Isten ígéreteiben és elfogadjuk az Ő ajándékait már akkor, amikor még nem látjuk azokat. A hit gyógyulást jelent.

Hírességek csarnoka a mennyben

Ez a fajta hit tette képessé az Ótestamentum hőseit arra, hogy a sokféle kihívást jelentő körülmények közepette is hűségesek maradjanak Istenhez. Ábel, Énók, Noé, Ábrahám, Jákób, József, Mózes és a Zsidókhöz írt levél 11. fejezetében említett többi hős életében egy jellegzetesség közös: a hit, ami egész életükben megtartotta és támogatta őket.

Ez a bibliai fejezet felsorolja a különböző korszakok hithőseit. Nevük a mennyei „hírességek csarnokában” függ.

Meglepő módon a hit első nagy példája olyan személy, aki idejekorán meghalt. Az ő érdekében nem történt csodálatos szabadítás: „Hit által vitt Ábel becsesebb áldozatot Istennek, mint Kain, ami által bizonyoságot nyert afelől, hogy

igaz, bizonyosságot tevén az ő ajándékairól Isten, és azáltal még holta után is beszél” (4. vers). A Szentírás elmondja, hogy Ábel igaz ember volt, mégis hite miatt ölte meg a testvére. Ha nem lett volna hite, tovább élt volna. Káinnak nem volt hite, és élt. Ábel igaz ember volt, és meghalt. Ez összezavarhatja azokat, akik tévesen értelmezik az igazi hit lényegét. Az igaz hit következménye nem mindig a hollywoodi befejezés, viszont az igaz hit kitartó!

Gondoljuk át Énók esetét, aki a második a hithősök sorában. „Hit által vitetett fel Énokh, hogy ne lásson halált, és nem találták meg, mert az Isten felvitte őt. Mert felvitetése előtt bizonyosságot nyert afelől, hogy kedves volt Istennek” (5. vers). Ha Énóknak nem lett volna hite, meghalt volna. Énóknak hite van és él, Ábelnek ugyanolyan hite van, mégis meghal. A 11. fejezetben minden egyes hithős élete azt tanítja nekünk, hogy hogyan bízunk Istenben. Énók bízik benne életében, Ábel bízik benne halálában.

Figyeljük meg az ellentétet Noé és Ábrahám között! „Hit által tisztelte Istent Noé, mikor megintetvén a még nem látott dolgok felől, házanépe megtartására bérkát készített, amely által kárhoztató e világot és a hitből való igazságnak örökösévé lett” (7. vers). Noét arra készítette a hite, hogy azt tegye, amit Isten mondott, még ha kortársai közül nagyon sokan nevetségesnek tartották is a dolgot. Noé engedelmesen követte Isten utasításait. Istenben bízva 120 éven keresztül építette a bárkát, annak ellenére, hogy nem esett eső. Nos, ez a hit!

Ábrahám tapasztalata ezzel éppen ellentétes. „Hit által engedelmeskedett Ábrahám, mikor elhívatott, hogy menjen ki arra a helyre, amelyet örökölendő vala, és kiméne, nem tudván, hová megy” (8. vers). Ábrahámot arra készítette a hite, hogy elhagyja szülőföldjének biztonságát, és ismeretlen vidékre távozzon.

Micsoda ellentétek! Ábel hit által halt meg, Énók hit által nyert életet. Noé hit által a helyén maradt, Ábrahám hit által kelt vándorútra. Az ellentétek tovább folytatódnak a fejezetben.

Sára hit által fogant gyermeket 90 éves korában. Évekkel később Ábrahám fogta a gyermeket, Izsákot, felvitte a Mórja hegy tetejére, hogy ott Isten parancsára feláldozza őt. Isten tisztelte Ábrahám hitét, és megmentette a fiút. Ugyanaz az Isten, aki kérte a szülőket, hogy

higgyenek benne, és Ő gyermeket fog nekik adni, most azt kéri tőlük, hogy higgyenek benne akkor is, amikor a gyermek feláldozását parancsolja meg.

A hit nem azt jelenti, hogy megmond Istennek, mit akarok, aztán hiszem, hogy meg is adja. A hit azt jelenti, hogy

**A hit azt jelenti,
hogy Istenben maradunk,
bármilyen körülmények
között találjuk is magunkat.**

Istenben maradunk, bármilyen körülmények között találjuk is magunkat. Lehet, hogy életünket veszélyeztető betegségeket kapunk, de az is lehet, hogy végig jó egészségnak örvendünk. Lehet, hogy elégedetten élünk otthonunkban, de az is lehet, hogy költöznünk kell, és félünk a jövőtől. Lehet, hogy egyszerű anyagi helyzetben vagyunk, de az is lehet, hogy küszködünk a hitelfizetéssel. Lehet, hogy boldog házasságban élünk, de lehet, hogy feszült a kapcsolatunk. Talán közel érezzük magunkat Istenhez, talán távol. Ám a hit nem függ érzéseinktől vagy körülményeinktől (Hab 3:17-19).

A Zsidókhöz írt levél 11. fejezetében szereplő hithősök mindegyikének volt egy közös vonása: bíztak Istenben.

Hitünk erősítése

Mit teszünk, amikor gyengül a hitünk? Figyeljük, mit ír Róm 12:3: „az Isten adta kinek-kinek a hit mértékét.” Ha tudatosan úgy döntünk, hogy kinyújtjuk kezünket a féltőn szerető, mindenható Isten felé, és bízunk benne, Ő egy bizonyos mértékű hitet plántál a szívünkbe. A hit tehát Isten ajándéka. Minél inkább ápoljuk és eddzzük ezt az ajándékot, annál inkább növekszik. Akkor történik ez, amikor megtanulunk bízni Istenben a próbák és nehézségek között, amelyek életünkben bekövetkeznek. Vannak időszakok, amikor hitünk a legbonyolultabb élethelyzetekben növekszik leginkább. Néha a legcsüggesztőbb körülmények a legnagyobb hit pillanatai.

Az Istenbe vetett bizalom erővel tölti be teljes lényünket. Megerősít fizikailag, szellemileg, érzelmileg és lelkileg egyaránt. Még ha életünket fenyegető betegség támadott is meg, hitünk szárnyalhat, és a jelenen felülemelkedve bízhatunk a jövőben. Megragadhatjuk az áldott reménységet, és örülhetünk Krisztus dicső séges eljövételének, amikor örökre eltörli a betegségeket.

Addig a napig pedig éljünk Jézusba vetett hittel, aki minden gyógyulás forrása!

- 1 Megjelent a *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry* [Gyermek és Tinédzser Pszichiátria Amerikai Akadémiájának Lapja] c. folyóiratban 1997-ben
- 2 Az igehelyeket a Károlyi fordítású Bibliából idéztük (Budapest, 2007, Magyar Bibliatársulat)
- 3 *Előtte az élet*. Budapest, 1992, Advent Kiadó. 251. o.



MARK A. FINLEY A GENERÁL KONFERENCIA ALELNÖKI POSZTJÁRÓL MENT NYUGDÍJBA 2010-BEN, AZÓTA A GENERÁL KONFERENCIA ELNÖKÉNEK SEGÍTŐJEKÉNT ÉS AZ ADVENTIST REVIEW FŐSZERKESZTŐJEKÉNT TEVÉKENYKEDIK.

k é r d é s e k

elmélkedésre és megbeszélésre

1. Társadalmunkat a média uralja, ami nap mint nap reklámok és hirdetések arzenáljával bombáz bennünket. Hogyan maradhatunk a hit emberei ilyen környezetben is?
2. Miért kérte Isten Ábrahámotól, hogy ajánlja fel Izsákot áldozatként a Mórja hegyén? Nem kegyetlen és értelmetlen dolog ez? Vajon a hit mindig ésszerű?
3. A gyülekezetben beszéljük meg, miként lehetne segíteni a hitbeli növekedésben a gyerekeket, a fiatalokat és a fiatal felnőtteket! Hogyan tehetünk szert „szakértelmre” ezen a területen?



hétfő

A teljes embert elérni

ÍRTA: PETER N. LANDLESS

Az a nap is úgy kezdődött, mint bármely más nap egy elfoglalt családorvos életében. Más teendőim mellett egy műtétet is be kellett iktatnom a munkarendbe azon a reggelen. A beteg új páciens volt abban a kisvárosi környezetben, ahol missziószolgálatunk első éveit töltöttük. Amikor elindultam ott-honról, a telefonomon vész hívás jelent meg, és olyan esetet jelentettek, amit a már beprogramozott műtétek előtt kezelni kellett. Felhívtam a kórházat, és közöltem velük, hogy pár percet kések ugyan, de mire a beteget előkészítik a műtétre, és az altatást is elvégzik, ott leszek.

Megérkeztem a kórházba, és miközben bemosakodtam a műtéthez, feltettem a szokásos kérdést, hogy alszik-e már a beteg. A feszült nővér arra bízott, hogy győződjem meg róla a saját szememmel. Képzeljétek el a meglepődésemet, amikor beléptem a műtőbe, és ott találtam az altatóorvost, a műtősnőt és az asszisztenseket a páciens körül, aki tágra nyitott szemmel nézelődött a műtőasztalon!

Kérdésemre, hogy miért nem alszik még a beteg, így válaszoltak a kollégák:

„Kérdezze meg őt, magát!” Hát megkérdeztem. A barátságos, őszintén mosolygó páciens, akit már előkészítettek a műtétre, így válaszolt: „Azt mondták nekem, hogy ön mindig imádkozik a betegeivel műtét előtt. Azért nem engedtem a kollégáinak, hogy elaltassanak, mert azt akartam, hogy velem is imádkozzon!”

Természetesen teljesítettem a kérését. Ez az alkalom nagyszerű lehetőség volt arra, hogy a páciens és a munkatársak előtt is biznyságot tegyek a menyneki módszerről, nevezetesen arról, hogy nekünk az egész embert kell elérnünk és gyógyítanunk!

Egységes lények vagyunk

Az egészség olyan szorosan összefonódott mindazzal, amik vagyunk, és amit teszünk, hogy egyszerűen hozzánk tartozik, mint hetednap adventistákhoz. Isten már a teremtéstől kezdve bemutatta gyermekeinek, mennyire törődik egészségükkel. Fenséges környezetet teremtett számukra, hogy jólétben lehessenek. Tápláló élelmiszereket, friss levegőt, tiszta vizet biztosított összüleinknek, valamint számos lehetőséget a testgya-

korlásra, amint a kertet művelték. Lelki egészségükre is vigyázott, hiszen hűvös alkonyatkor mindig ellátogatott hozzájuk és beszélgetett velük.

A lelkeség és az egészség már kezdetől fogva szoros egységet alkotott. Isten már a bűnbeesés, az örvíz és az egyiptomi fogság után is bizonyította népe iránti törődését azáltal, hogy konkrét útmutatást adott számukra az egészségre vonatkozóan. Ezek megvédték őket a sokféle betegségtől, amelyek az egyiptomiakat sújtották.

Amikor pedig eljött az időnek teljessége, Isten az Ő Fiának, az Úr Jézusnak életével példázta az ember egységes voltának és egységes fejlődésének tényét. A Szentírás kijelenti: „A kisgyermek pedig növekedék, és erősödék lélekben, teljesedve bölcsességgel; és az Istennek kegyelme vala őrajta” (Lk 2:40). „Jézus pedig gyarapodék bölcsességben és testének állapotjában, és az Isten és emberek előtt való kedvességben” (52. vers). Itt Lukács, az orvos, összefüggésbe hozza az ember testi, érzelmi, szellemi és szociális valóját, és bemutatja azt, hogy Isten bennünket mint egységes lényeket teremtett a maga képére.

Isten az Ő csodálatos szeretetében az egyháznak adott egészségügyi üzenettel is hangsúlyozta egységes voltunkat. Az Ellen Whitenak a michigani Otsegoban 1863. június 6-án adott látomásban azt a világos üzenetet küldte, hogy a hívőknek lelki kötelességük, hogy testük templomára vigyázzanak, és azt is egyértelműen kihangsúlyozta, hogy az ember egységes testi, lelki és szellemi lény. Ezek az alapelvek kiállták az idő próbáját és a tudomány vizsgálódását. Ahhoz, hogy kiegyensúlyozott, jó egészségnek örvendjünk és azt fenn is tartsuk, szükség van a pihenésre, a napfényre, a kiegyensúlyozott táplálkozásra, az Istenbe vetett bizalomra, a testedzésre, a mértékletességre és a friss levegőre.

Az Otsegoban adott látomásban Isten kiemelte, hogy egészségünk megőrzésének az a legfontosabb célja, hogy képesek legyünk Istennek és embertársainknak szolgálni. Jó egészségnek is örvendünk majd, igen, de ez önmagában még nem cél. Isten szolgálatra mentett meg bennünket, ahogy Ellen White is írja: „Olyan időket élünk, amikor az egyház minden tagjának támogatnia kell az egészségügyi missziót. A világ olyan, mint Lázár háza: tele fizikai és lelki betegségek áldozataival. Mindenütt emberek vesznek el, mert nem ismerik azokat az igazságokat, amelyeket Isten ránk bízott. Az egyház tagjainak ébredésre van szükségük, hogy felismerjék kötelességüket, és hirdessék ezeket az igazságokat.”¹

Ez igaz volt akkor, ma viszont még inkább az. Arra szólít, hogy miközben prédikálunk, tanítunk, gyógyítunk és tanítvánnyá teszünk másokat, úgy egyénileg és mint egyház, testületileg is kegyelemteljesen és gondoskodón hirdessük és végezzük az átfogó egészségügyi szolgálat munkáját.

A holisztikus egészségügyi üzenet célja

A holisztikus egészségügyi üzenet szilárdan áll a Biblia és az ihletett kinyilatkoztatás alapján, emberi létünk alapvető elveit, valamint a betegségeket és az azokból származó szenvedést célozza meg. Habár a táplálkozás nagyon fontos, nem csak az a lényeg. Ellen White így ír az egészségügyi reform céljáról: „Az egészségügyi elvek tanításával megismertethetjük az emberekkel a reform nagy célját – a test, az értelem és a lélek legmagasabb

rendű fejlődésének biztosítását. Mutassátok ki, hogy a természet törvényei – lévén azok is Isten törvényei – a mi érdekünkben jöttek létre; hogy követésük elősegíti boldogságunkat ebben az életben, és segíti felkészülésünket az eljövendő életre.”²

Az egészségügyi üzenet középpontja maga Isten, és ez biztosíték arra, hogy az ne csupán az egészségről szóló információk tömkelege, hanem az egészség teljes egészet alkotó filozófiája legyen. Az élet egységes egészének van egy emberi összetevője. Pál így szemlélteti ezt: „Azért akár esztek, akár isztok, akármit cselekesztek, mindent az Isten dicsőségére műveljétek” (1Kor 10:31).

Isten hatalma tart fenn és gyógyít meg bennünket. Ha jó egészségnek örvendünk, az tőle jön. Az Ő kegyelme által még összetörtségünkben is örvendhetünk a Krisztus által teremtett harmóniának. Pál jegyzi ezt fel, amikor az Úr így biztosította őt: „Elég néked az én kegyelemem; mert az én erőm erőtlenség által végeztetik el” (2Kor 12:9).

Még összetört állapotunkban is „legfontosabb feladatunk Isten és embertársaink felé az állandó fejlődés. Minden képességünket, amit a Teremtőnkől kaptunk, a lehető legmagasabb fokra kell fejlesztenünk, hogy a lehető legtöbb jót tehesünk másokért, amire csak képesek vagyunk.”³

Amennyiben a bennünk rejlő képességeket a legmagasabb fokra fejlesztjük, Istennek végzett szolgálatunk igen sokféle lesz, és valódi szolgálatot végezhetünk az emberek szükségleteinek és élethelyzeteinek megfelelően. Általános szabály, hogy ha bármilyen alapelvet meg akarunk osztani másokkal, akkor azt saját példánkkal is be kell mutatnunk. Ezt jelenti Krisztus módszere a gyakorlatban. Ő az emberek közé vegyült, javukat akarta, együttérzést tanúsított irántuk, gondoskodott szükségleteikről, majd követésére buzdította őket.

Mit jelent a gyakorlatban a „teljes ember elérése”?

A Bibliában számos példát találunk arra, amikor Isten a teljes embert megnyerte magának. Izraelnek erkölcsi törvényt adott, majd kiegészítette a kört az életmentő egészségügyi elvekkel. Az ember – mint egységes egész – megközelítésének tökéletes példáját Jézus életében, szolgálatában és csodáiban láthatjuk. A Meg-

váltó mindig részvétellel volt a megfáradtak és terhektől roskadozók iránt (Mt 9:36). Csodálatos módon látta el élelemmel az éhes tömegeket (Mt 14:15-20), és bízta tanítványait, hogy adjanak egy pohár friss vizet a szomjazóknak (Mt 10:42). A démontól megszállott férfit megszabadította, aki ezt követően felöltözve, ép elmével ült Mestere lábánál (Lk 8:35).

Egyházunk kiváltsága, hogy ismeri a teljes élet titkát. Szent kötelességünk vigyázni testünk templomára, majd anyagi javainkkal és erőnkkel támogatni és szolgálni a megtört embereket, akik sóvárognak azért, hogy meglássák Jézus szeretetének megnyilvánulását követői életében. Mivel teljes, egységes lények vagyunk, dicsőítsük meg Istent testünkben, értelmünkben és lelkünkben, „igyekezzünk minden képességünket a legjobb állapotban tartani, hogy a lehető legjobb szolgálatot tehesük Isten és az emberiség ügyének”.⁴

- 1 Ellen G. White: *Testimonies for the Church* [Bizonyosságtételek a gyülekezetnek]. Mountain View, Calif., 1948, Pacific Press Assn. 7. köt., 62. o.
- 2 Ellen G. White: *A nagy Orvos lábnyomán*. Budapest, 2001, Advent Kiadó. 94. o.
- 3 Ellen G. White: *Counsels on Health* [Tanácsok az egészségről]. Mountain View, Calif., 1923, Pacific Press Assn., 107. o.
- 4 Ellen G. White: *A nagy Orvos lábnyomán*. Budapest, 2001, Advent Kiadó, 220-221. o.



PETER N. LANDLESS A GENERÁL KONFERENCIA EGÉSZSÉGÜGYI SZOLGÁLATOK OSZTÁLYÁNAK IGAZGATÓJA (SILVER SPRINGS, MARYLAND).

k é r d é s e k

elmélkedésre és megbeszélésre

1. Mit válaszolnánk annak, aki azt állítja, hogy az egészségnek semmi köze a lelkiiséghez?
2. Ebben a bűntől sújtott világban sokan szenvednek olyan betegségektől, amelyek teljesen tönkreteszik szervezetüket. Jézus vajon hogyan viszonyul az ilyen egyénekhez?
3. Soroljunk fel olyan módszereket, amelyek segítségével az emberek teljes lényét elérhetjük Jézus számára!



kedd

Hűséges életet élni

ÍRTA: DON MACKINTOSH

Az utóbbi időben vallásos és tudományos körökben is növekvő érdeklődés figyelhető meg az ősi héber próféta, Dániel élete iránt. Ezt az érdeklődést részben a nyugati társadalmak növekvő betegségaránya magyarázza.

Dániel élete és egészséges szokásai Isten erkölcsi és egészségügyi törvényén alapultak, és alakja a becsületesség példaként áll a korrump világ közepette. Ő és társai életüket is kockára tették azért, hogy hűségesek maradjanak Isten törvényeihez. Nézzük meg röviden, mit mondanak ezek a tanulmányok Dániel egészséges szokásairól, amelyekről a Bibliából értesülhetünk!

A legjobb étrendet választotta

Amikor felajánlották neki a király ételét, Dániel inkább növényi eredetű étrendet választott (Dán 1:16), amit Isten a teremteskor az embernek szánt (1Móz 1:29).

Amikor egy tudócsoport 21 napra növényi étrendre állított be embereket, és követte egészségi állapotukat, arra a következtetésre jutott, hogy ennek a döntésnek a következtében a megfigyel-

tek „szív- és érrendszerei, valamint anyagcsere állapota nagyszerűen javult”.¹

Ezenkívül, mindazoknak, akik ezt az étrendet követték, jobbak lettek a vércukorszint-eredményei², ami a tudósok szerint egyenes arányban van az egyén önkontrolljának és akaraterejének szintjével.³ Egy szerűen összegezve: ha a vércukorszinted folyamatosan a normál tartományban van, ez azt jelenti, hogy képes vagy higgadtan cselekedni, és elérni céljaidat.

Mivel Dániel és barátai növényi étrendet kértek, így nem fogyasztottak állati termékeket, amelyek gazdagok arachidonsavban. Ez a kémiai anyag a kutatások szerint jelentősen növeli a negatív hangulati állapot és érzelmek kialakulását.⁴ Dániel a Biblia közlései szerint olyan étrenden volt, ami növelte szellemi teljesítőképességét, és így olyan helyzetbe hozta őt, hogy nagyszerűen példázhassa Isten elveit és céljait.

Dániel úgy döntött, bor helyett tiszta vizet iszik, ami szintén tisztán tartotta gondolatvilágát. A vízivás fiatalok esetében nemcsak a memóriát javítja⁵, hanem a Kelet-londoni Egyetem nemrégiben végzett kutatása szerint azoknak a diákoknak, akik legalább három pohárnyi

vizet isznak egy teszt megírása előtt, legalább 14%-kal gyorsabb lesz a reakcióideje.⁶ Nem csoda, hogy Dánielnek és barátainak tízszerre élesebb volt a felfogóképessége, mint a többi fiatalnak!

Íma és meditáció

Dániel buzgó imaéletet élt és tanulmányozta Isten Igéjét.

A tudósokat elképeszti az a tény, hogy ha valaki csupán csak gondolkodik vallási témákról, már attól is nő az önuralma.⁷ Egy másik tanulmány azt bizonyította, hogy az ima „az önuralom egyfajta anaerob tréningje”⁸, ami mindössze három óra után „a figyelem jó összpontosítását” eredményezi, 11 órányi gyakorlás után pedig „idegi kapcsolódási pontokat hoz létre az agynak azon részei között, amelyek az összpontosításért és a zavaró tényezők, valamint az uralkodó ösztönök kizárásáért felelősek”. A tanulmány azt is kimutatta, hogy a résztvevőknek „több szürkeállomány alakult ki a homloklebenyében”¹⁰, valamint gyorsabb volt „a véráramlás a homloklebenyben”¹¹, az agynak a döntéshozásért felelős központjában, ami az embereket az állatvilágtól megkülönbözteti.

Tehát, akik követik Dániel példáját a csendes, magányos imára (Dániel 10) és a közösségi imára (Dániel 1-2) vonatkozóan, hasonló eredményeket várhatnak saját életükben.

Dániel agyának egészsége és előmenetelének sikere Istenbe vetett bizalmának következménye volt. Ennek eredményeképpen tudott tántoríthatatlanul ragaszkodni Isten erkölcsi és egészségügyi törvényeihez (Dán 9:4, 13). Dániel hűsége nemcsak saját életére hozott áldást, de azok életére is, akiknek szolgált. Ennek bizonyítékát láthatjuk Dárius, a médek és perzsák királyának életében is, aki ügyeinek intézőjévé tette őt, hogy „*semmi kár ne érje*” (Dán 6:2 – új prot. ford.). Ez a kifejezés arra utal, hogy valakit anyagi kár ér. Mivel Dániel nagy becsben tartotta Isten törvényét, ez arra készítette, hogy ne csak saját ügyeiben legyen becsületes, de a király és a királyság ügyeiben is.

Összintés

Korunk kutatásai, amelyek az őszinteséggel foglalkoznak, szintén arra az eredményre jutnak, hogy már azok is hajlamosabbak őszinte életet élni, akik csak nemrégiben ismerték meg Isten törvényét.

Az egyik tudományos kísérlet során az alanyokat két csoportra osztották. Az egyik csoportot arra kérték, hogy idézzék fel emlékezetből a Tízparancsolatot, a másikat pedig arra, hogy idézzék fel tíz középiskolai olvasmányukat. Azok között, akik tíz könyvet soroltak fel, sok hazugságot figyeltek meg, abban a csoportban viszont, ahol a Tízparancsolatot mondták el, egyetlen hazugságot sem figyeltek meg.

A vizsgálatot megismételték. Ezúttal az egyik csoportnak az iskolai házirendet kellett felidéznie, a másinak a Tízparancsolatot. Ismét az lett az eredmény, hogy akik a Tízparancsolatra összpontosítottak, azok mérhetően őszintébbek voltak. Akkor is ugyanez az eredmény született, amikor önmagukat ateistáknak vallók voltak a kísérleti alanyok.¹²

Habár Dánielnek nagyon sok nehéz helyzettel kellett szembenéznie, mindig hálás lelkületet ápolt magában. Akkor is hálaimát mondott, amikor meghallotta, hogy olyan rendeletet hoztak, ami miatt ő az oroszlánok vermébe kerül (Dán 6:10).

Napjainkban már tudományos kutatások is bizonyítják, hogy aki hálás lelkületet ápolt magában, annak kevesebb egészségügyi problémája van, derűsebb az életfelfo-

gása, és jobban tud küzdeni fontos, személyes célokért a tanulmányok, a kapcsolatok, az egészség és egyéb dolgok területén.¹³ A tudósok azt is tanácsolják, hogy naponta vezessünk naplót arról, hogy miért vagyunk hálásak, s ez nagyban hozzájárul agyunk és testünk egészségéhez.

Hagyományörzés

Bár Dánielt bizonyára sokféle hatás érte korai éveiben, Jósias király reformja is bizonyára pozitívan hatott rá. Dániel még nagyon fiatal volt, amikor Jósias visszavezette népét az Isten és törvénye iránti hűséghez.

Dániel Isten iránti elkötelezettsége a fiatal Jósias király elhatározására emlékeztet bennünket, hogy magasra emeli a törvényt és az Isten mércéje szerinti életstílust (lásd 2Kir 22; 23). Miután újra felfedezte Isten törvényét, Jósias személyes életében is megújulást és reformációt tapasztalt meg, ami az egész népet a megújulás útjára vezette. Jósias kapta a Szentírásban az egyik legkiválóbb jellemzést: „*Nem is volt őhozzá hasonló király előtte, aki úgy megtért volna az Úrhoz teljes szívéből és teljes lelkéből és teljes erejéből, Mózesnek minden törvénye szerint; de utána sem támadott hozzá hasonló*” (2Kir 23:25).

Jósias hűséges élete és életstílusa párhuzamba állítható Dániel és barátai életével, akik évekkel később, idegen földön döntöttek úgy, hogy becsületes életet fognak élni Babilon udvarában.

Ellen White írja: „Dániel jelleme csodálatosan példázza a világnak, mit tehet Isten kegyelme a természet szerint bukott, a bűn miatt romlott emberrel. Dániel nemes, önmegtagadó élete bátorítást jelent mindnyájunk számára. Erőt meríthetünk belőle, hogy ellenálljunk a kísértéseknek, és a legkeményebb próbák közepette is erősen, a szelídség szépségével álljunk meg.”¹⁴

Segítsen Isten bennünket, hogy saját hatáskörünkben ugyanolyan hűségesek legyünk, mint Dániel volt!

- Richard J. Bloomer, Mohammad M. Kabir, John F. Trepanowski, Robert E. Canale, and Tyler M. Farney: “A 21-Day Daniel Fast Improves Selected Biomarkers of Antioxidant Status and Oxidative Stress in Men and Women,” *Nutrition and Metabolism* 8 (2011): 17. A tanulmány online megtekinthető itt: www.nutritionandmetabolism.com/content/8/1/17.
- Uo.
- M. T. Gailliot, R. F. Baumeister, C. N. DeWall, J. K. Maner, E. A. Plant, D. M. Tice, L. E. Brewer, B. J. Schmeichel, “Self-control Relies on Glucose as a Limited Energy Source: Willpower Is More Than

- a Metaphor,” *Journal of Personality and Social Psychology* 92, no. 2 (February 2007): 325-336. A tanulmány online megtekinthető itt: www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/17279852.
- Bonnie L. Beezhold, Carol S. Johnston, and Deanna R. Daigle, “Vegetarian Diets Are Associated With Healthy Mood States: a Cross-sectional Study in Seventh-day Adventist Adults,” *Nutrition Journal* 9 (2010): 26. A tanulmány online megtekinthető itt: www.nutritionj.com/content/9/1/26.
 - D. Benton and N. Burgess, “The Effect of the Consumption of Water on the Memory and Attention of Children,” *Appetite* 53, no. 1 (August 2009): 143-146. A tanulmány egy kivonata online megtekinthető itt: www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/19445987.
 - “How Drinking a Glass of Water Can Make Your Brain 14 Percent Faster.” A tanulmány online megtekinthető itt: www.dailymail.co.uk/health/article-2366353/How-drinking-glass-water-make-brain-14-faster.html.
 - “Religion Helps Us Gain Self-control, Study Suggests,” *Science DailyNews*, Jan. 24, 2012. A tanulmány online megtekinthető itt: www.sciencedaily.com/releases/2012/01/120124113045.htm.
 - Roy F. Baumeister and John Tierney, *Willpower: Rediscovering the Greatest Human Strength*. New York, 2011, Penguin Press. 180. o.
 - Kelly McGonigal: *The Willpower Instinct: How Self-control Works, Why It Matters, and What You Can Do to Get More of It*. New York, 2012, Avery. 25. o.
 - Uo., 24. o.
 - Uo., 25. o.
 - Dan Ariely: *The (Honest) Truth About Dishonesty: How We Lie to Everyone—Especially Ourselves*. New York, 2012, Harper. 39-44. o.
 - Robert A. Emmons and Michael E. McCullough, “Counting Blessings Versus Burdens: an Experimental Investigation of Gratitude and Subjective Well-being in Daily Life,” *Journal of Personality and Social Psychology* 84, no. 2 (2003 Február) 377-389. o. A tanulmány kivonata online megtalálható itt: <http://psycnet.apa.org/index.cfm?fa=buy.optionToBuy&id=2003-01140-012>.
 - Ellen G. White: *Fundamentals of Christian Education [A keresztény nevelés alapelvei]*. Nashville, 1923, Southern Pub. Assn. 79. o.



DON MACKINTOSH A KALIFORNIAI WEIMAR INTÉZET EGÉSZSÉGÜGYI IGAZGATÓJA ÉS KÁPLÁNJA.

kérdések

elmélkedésre és megbeszélésre

- Mi mindenre kell változtatnunk életmódunkban ahhoz, hogy hűségesebbek legyünk az Isten által rendelt egészségügyi alapelvekhez?
- Vajon mindig saját akaraterőnkől kell változtatnunk?
- Ha nem, honnan kérhetünk segítséget?



szerda

A pozitív hozzáállás fenntartása

EZ IS AZ EGÉSZSÉGGEL KAPCSOLATOS CSOMAG RÉSZE

ÍRTA: DES CUMMINGS, JR.

Esemény: a honolulu maraton futás. Dátum: 2010. A tévékamerák és a riporterek ott egyensúlyoznak a célvonalnál, hogy lencsevégre kapják a várt világrekord pillanatát. A kivételes futó nem más, mint Gladys Burrill. A táv teljes hosszán követték őt, most pedig jelzik, hogy a versenyző látótávolságba került. A szurkolók áthajolnak a kordonon, hogy megpillantsák. Amikor megpillantják, örömujjongásban törnek ki, és lelkesen biztatják az utolsó métereken.

Ekkor Gladys lelassít, majd megáll. A szurkolók kiáltásai csalódott morajlásba csapnak át. „Miért állt meg?” „Vajon megsérült?” „Mi a gond?” – kérdezik. A kétség nemsokára újra örömujjongásba vált, mert Gladys felgyorsítja lépteit és világrekord idővel halad át a célvonalon.

Gladys Burrill 92 évesen lett a világ legidősebb, hivatalos maraton versenyt teljesítő asszonya. A Guinness Rekordok hivatalosan is regisztrálta Burrill teljesítményét, és a Hawaii-szigeteki Képviselőház oklevéllel és virágfüzér ceremóniával tette tiszteletét előtte. Már csak egy rejtély maradt: miért állt meg a célvonal közelében? Ideje két teljes perccel

jobb lehetett volna, ha nem késlekedik. Gladys elmagyarázta, hogy azért állt meg a célvonaltól néhány száz méternyire, hogy imádkozzon, mert – az ő szavaival élve: „Úgy gondoltam, hogy az életem örökre megváltozik, amikor áthaladok a célvonalon. Azt is tudtam, hogy sokaknak van szüksége támogatásra. Könnyű elcsüggedni és borúlátónak lenni. De nagyon fontos pozitívan gondolkodni! Ettől függ, hogy érzed magad, és miként tekintesz a dolgokra.”

„Nekem nagyon sok nehézség volt az életemben – számol be Gladys. – De Isten mindig ott volt velem.” 11 éves korában gyermekbénulást kapott, de felgyógyult belőle. Ötgyermekes édesanyaként elvesztette egyik fiát, Kevint, agydaganat miatt. Aztán két évvel a világrekord felállítását előtt szeretett férje hunyt el.

Mivel olyan lelkesen hirdeti a „Gondolkodj pozitívan!” szlogent, a sajtó elnevezte őt „Gladys-átor”-nak! Az NBC News főcímében ez állt: „Mi a 92 éves maraton futó titka? A pozitív gondolkodás!”

Gladys hetednap adventista, egészségügyi üzenetünk áldásainak élő példája. Étrendje vegetáriánus, életstílusa igen

tevékeny. A média figyelmét azonban a pozitív hozzáállása keltette fel.

A pozitív attitűd kulcsfontosságú a teljes egészséghez. Pál azt tanácsolta a thesszalonikabeli keresztényeknek, hogy gyakorolják e három dolgot, ami pozitív erővel tölti meg életünket: „*Mindenkor örüljetek. Szüntelen imádkozzatok. Mindenben hálátat adjatok*” (1Thessz 5:16-18). Nézzük meg kicsit részletesebben mindhármát!

Öröm

Jézus élete tele volt örömmel, és tanítványainak is át akarta ezt adni. „*Ezeket beszéltem néktek, hogy megmaradjon ti bennetek az én örömem és a ti örömetek beteljék*” (Jn 15:11). Ellen White is hangot adott ennek a gondolatnak: arra hívtunk, hogy „arcunkon visszatükröződjön Isten mosolya, és továbbadjuk azt másoknak.”¹

Gerincsérülései miatt édesapám nagyon sokszor szenvedett a fájdalomtól. Reggelente többnyire alig tudott mozogni, mégis mosollyal üdvözölte az embereket, akikkel találkozott. Amikor megkérdezték tőle, hogy van, általában így válaszolt: „Kitűnően!”

Én úgy éreztem, képmutatás a részéről, hogy örömet tettett a súlyos fájdalom közepette. Ezért megkérdeztem tőle: „Apa, hogy mondhatod az embereknek, hogy kitűnően vagy, mikor tudom, milyen súlyos fájdalmaid vannak? Hogyan tudsz mosolyogni ahelyett, hogy grimaszolnál?”

Így válaszolt: „A mosoly egyfajta szolgálat. Segít, hogy önmagamról másokra irányítsam a figyelmemet.” Megtudtam azt is, hogy pozitív gondolkodásának az a titka, hogy igeverseket memorizál, és továbbadja azokat másoknak.

Édesapám egyik kedvenc bibliaszövege Zsolt 34:5 volt: „*Akik őreá néznek, azok felvidulnak, és arcuk meg nem pirul.*” Apa mosolya és a bibliai idézetek olyan nagyszerű ajándécsomag számomra, amely egész életemben áldásként szolgál.

A mosoly a pozitív hozzáállás arconkon tükröződő bizonyítéka. A Wayne

State University vizsgálta a mosoly intenzitása és a hosszú élet közötti összefüggést. A kutatócsoport arra az eredményre jutott, hogy akiknek széles a mosolya, azok átlagosan öt évvel tovább élnek, mint akik csak haloványan vagy egyáltalán nem mosolyognak.

Az örömteli lelkület azonban túlmutat a mosolygáson. Olyan ajándék ez, ami propellerként átvisz bennünket a fájdalomakon is. A nehéz időkben segít, hogy Isten tervét kövessük, és magunk elé képzeljük a győzelmet. Jézus az „előtte lévő öröm” miatt tudta elviselni a keresztyalázatát (Zsid 12:2). Ellen White így ír erről: „A hit, hogy Isten szeret és gondot visel rólunk, megkönnyíti a bajt és szenvedést, és örömteli meglepéssel tölt el jólétben és szükségben egyaránt.”²

Figyeljük meg, hogy Jézus nem azonosította az örömet az érzelmekkel. Az

érzelmek ingadozhatnak a körülményektől függően. A Gecsemáné kertben így imádkozott Megváltónk: „*Atyám! ha lehetséges, míveljél el tőlem e pohár*” (Mt 26:39). Bár érzelmei irtóztak a gondolatától, hogy Atyjától elszakadjon, ám a belső öröm képessé tette arra, hogy a győzelem képét fesse haláltusájának vásznára.

A menny attitűdje az öröm. A föld teremtetésekor „*Istennek minden fiai vígdozának*” (Jób 38:7). Jézus születésekor az angyalok üzenete így szólt: „*ímé hirdetek néktek nagy örömet, mely az egész népnek öröme leszén*” (Lk 2:10). Jézus szolgálata során – többek között – ezt a kijelentést tette: „*mondok néktek, örendezés van az Isten angyalainak színe előtt egy bűnös ember megtérésén*” (Lk 15:10). A mennyről pedig úgy beszélt, mint „*az Úrnak öröméről*” (lásd Mt 25:21). Nem csoda, hogy Pál ezt tanácsolta: „*Örüljete*



az Űrban mindenkor” (Fil 4:4). Az örömet elvezet bennünket arra, hogy megtapasztalhassuk a menny pozitív derűlátását annak ellenére, hogy itt a földön a borúlátás járványa tombol.

Imádság

A szüntelen imádkozás (1Thessz 5:17) életét nem lehet másként megtapasztalni,

jobb orvosság.”⁴ A hála azon a meggyőződéssel alapul, hogy „Minden jó adomány és minden tökéletes ajándék felülről való, és a világosságok Atyjától száll alá” (Jak 1:17). Isten munkájának mindig jó eredménye van, ez igaz volt az Éden kertjének tökéletes világában, de igaz a mi kevésbé tökéletes világunkban is.

Amikor érzéseink ráhangolódnak Isten jóságára, akkor hála és dicséret árad

Hitszemünkkel láthatjuk, hogy Isten összetört világunkban is munkálkodik, és úgy magyarázhatjuk a természeti katasztrófákat, mint Jézus közeli visszajövetelének bizonyítékait. A remény nemcsak a hálát növeli bennünk, de egészségünkre is nagyon jótékony hatással van.

csak az imádság lelkületének a gyakorlása által. Az ima felruház bennünket „Krisztus értelmével”, és képessé tesz arra, hogy Isten szemével lássuk a dolgokat. Ellen White ezt írja: „Az ima a lélek lélegzetvétele. A lelki erő titka.”³

Az 1990-es évektől kezdve az Egyesült Államok Nemzeti Egészségügyi Intézete támogatott egy kutatást, ami a lelkiség és az egészség közötti összefüggéseket vizsgálta. Jeff Levin a *God, Faith, and Health* [Isten, hit és egészség] című könyvében összegezte az e területen kutatást végző szakemberek vizsgálati eredményeit.

Sok tanulmány foglalkozik azzal a témával, miként hat az imádság az egészségre. Az egyik példa dr. Marc Musick tanulmánya, amit 4000 észak-karolinai felnőtt bevonásával végeztek. A figyelemreméltó eredmény az lett, hogy minél több időt töltött valaki imádkozással és bibliatanulmányozással, annál egészségesebbnek értékelték önmagát. Az epidemiológusok kimutatták, hogy általános egészségi állapotunknak egyik fontos mutatója az, hogy mi magunk hogyan értékeljük saját egészségünket.

Hála

Ellen White írja: „A test és lélek gyógyítására a hálás és dicsőítő lelkületnél nincs

ki lényünkből. Lelkünket a magasba emeli Isten dicsőítése, elménk ráhangolódik Isten gondolataira, a jótettek pedig – amikor adunk másoknak – eufórikus érzésekkel erősítenek bennünket.

Mi, hetednapos adventisták a szombatot is úgy éljük meg, mint a hála napját, hiszen gondjainkat Megváltónk elé viszzük, és megtapasztaljuk a megváltás örömet. Amikor dicsőítjük Őt ajándéka-ért, amelyeket életünkbe hozott, átéljük, micsoda áldás a szombat. Hívlak benne- teket, hogy gyakoroljátok a szombat áldásait egész héten át úgy, hogy naponként elvonultok egy kis „szombati csendes- ségre”, átgondoljátok Isten jóságát, és kifejezitek iránta hálátokat!

A hála abból származik, ha meglátjuk Isten jóságát jelen világunkban, de a jövőre vonatkozóan is hálásak lehetünk, ha meglátjuk Isten jóságát az eljövendő világban. Hitszemünkkel láthatjuk, hogy Isten összetört világunkban is munkálkodik, és úgy magyarázhatjuk a természeti katasztrófákat, mint Jézus közeli visszajövetelének bizonyítékait. A remény nemcsak a hálát növeli bennünk, de egészségünkre is nagyon jótékony hatással van.

Egyik adventista úttörőnk, John Harvey Kellogg doktor kijelentette: „A remény a szervezet legerősebb stimulánsa.” A remény csodálatos hatással van

fizikai, szellemi és lelki egészségünkre egyaránt.”

Jerome Groopman onkológus is összekapcsolta a remény és a gyógyulás fogalmát a „The Anatomy of Hope” [A reménység anatómiája] című könyvében. „A reménység egyértelműen bátorságot ad, hogy szembenézzünk körülményeinkkel, és képességet, hogy felülkerekedjünk azokon. Minden betegemről elmondhatom, hogy a reménység – az igazi reménység – éppen olyan kulcsfontosságúnak bizonyult, mint az orvosi kezelés.”

Bár megtapasztalnánk mindnyájan a menny pozitív lelkületét! „Mindenkor örüljetek. Szüntelen imádkozzatok. Mindenben hálát adjatok” (1Thessz 5:16-18); hogy mindenben jól legyen dolgotok, és legyetek egészségesek, amint jó dolga van a lelketeknek (3Jn 2).

- 1 Ellen G. White: *Medical Ministry* [Egészségügyi szolgálat]. Mountain View, Calif., 1932, Pacific Press Pub. Assn.). 45. o.
- 2 Ellen G. White: *Pátriárkák és próféták*. Budapest, 1993, Advent Kiadó. 559. o.
- 3 Ellen G. White: *Üzenet az ifjúságnak*. 153. o.
- 4 Ellen G. White: *A nagy Orvos lábnyomán*. Budapest, 2001, Advent Kiadó. 175. o.



DES CUMMINGS, JR. A FLORIDAI KÓRHÁZ ÉS AZ ADVENTISTA EGÉSZSÉGÜGYI HÁLÓZAT FLORIDAI DIVÍZIÓJÁNAK ÜZLETI IGAZGATÓJA.

kérdések

elmélkedésre és megbeszélésre

1. Ha saját életedre gondolsz, mi az a három dolog, ami akadályoz abban, hogy pozitív életszemléleted legyen? A háromféle „recept”, amit ez az olvasmány felkínál, segít-e legyőzni a felsorolt akadályokat?
2. A három gyógymód közül, amit ajánlunk, melyiket a legkönnyebb alkalmaznod? Melyiket a legnehezebb? Vajon miért?
3. Azt olvastuk, az öröm, az imádság és a hálás lélek nagyban hozzájárul a teljes egészség fenntartásához. Mennyiben járultak ezek hozzá a te egészségedhez és pozitív életérzésedhez? Adj konkrét választ!

Van egy bibliai íge, amelyet sokszor idézünk: „Amiket szem nem látott, fül nem hallott és embernek szíve meg se gondolt, amiket Isten készített az őt szeretőknek” (1Kor 2:9). Pál apostol ezzel szeretne volna érzékeltetni, hogy a legmerészebb emberi gondolat sem képes arra, hogy Isten – földünk-ről nem kikutatható – világát megrajzolja, vagy egyáltalán megértse. A bűn torz nyomokat hagyott az egykor csodálatos szépséggel megalkotott lakóhelyünkön, a Föld nevű bolygón. Ez nemcsak a szeméthalmazokon, letarolt erdő-kön, a szennyezett vízben, levegőn mérhető le, hanem az em-beri nem viselkedésén, idomtan gondolkodásán.

A *képzeleten túl* című könyvben a szerzőhármas afele irányítja az olvasót, hogy pusztán azért, amit Isten megengedett látnunk – a végtelen űr pompázatos szépségét és rendjét szemlélve, az élővilágban észlelhető tervezettség, a csodás összhangot figyelve –, próbáljon meg egy-egy pillanatra megállni, elgondolkodni, szembenézni önnön magával és porszemnyi lényéhez képest az Örökkévalóval. „Ki vagyok én? Parányi porszem...” – szól egy régi protestáns ének. Ahogyan a tudós írók szinte kinyitnak szemünknek egy ajtót a kozmoszra, az ember valóban megérti jelenték-telen, „parányi porszem”-voltát. Valóban: „Ki vagyok én?” – kérdezzük. A szerzők azonban nemcsak tudósok, hanem Istent féltő keresztények, és válaszolnak erre az önkéntele-nül feltörő kérdésre: „Az univerzum csodái valóban felül-múlnak minden képzeletet! Lehetséges volna, hogy egy ekkora hatalommal rendelkező Lény törődik velünk, em-berekkel? Hogy egy Teremtő Isten olyan különleges aján-dékokkal ruházott fel minket, mint az öntudat és a kre-ativitás?” Mindezek azonban a legfeszítőbb és legfájdóbb kérdéseket is felvetik: „Ha Isten teremtette ezt a világot, és nagyon is számítunk neki, akkor miért történik olyan sok rossz dolog velünk? Miért létezik egyáltalán a fájdalom és szenvedés ezen a földön?” (Idézet a könyv 67. oldaláról.)

A kötet szerzői a Szentírásban keresik a válaszokat. Keresik a szeretet, a segítőkészség, a saját áldott tapasztalatok alapján mindazoknak, akik várják a válaszokat.

A *képzeleten túl* minden ízében missziós könyv. Közérthető, pedig tu-dományos tényekkel támasztja alá a magától teremtődés tarthatatlansá-gát. Ugyanakkor híjjával van a kioktató, fölényeskedő hangnemnek. Lap-ról lapra szelíden vezeti az Olvasót a kozmikus végkifejletig: a szerető Megváltó megérkezéséig.

Adjuk minél több embertársunk kezébe! A kötet színes fotókkal gaz-dagon illusztrált, ennek ellenére mindössze 350 Ft-ba kerül. Már vannak visszajelzések, tapasztalatok, hogy kivívta olvasói tetszését.

E. Kökényes Zsuzsa
Advent Kiadó





csütörtök

A nagyvárosok elérése

TÖBBET TEHETÜNK ANNÁL, MINT AMIT ELKÉPZELÜNK

ÍRTA: DELBERT W. BAKER

Talán ismeritek a történetet, ami szerint egy fiatalember az óceán partján sétált, amikor észrevette, hogy szemből egy öregember közeledik felé. A bácsi időnként lehajolt, felvett valamit, és bedobta az óceánba. A fiatalember kíváncsian nézte, ahogy újra meg újra lehajol, felvesz valamit, és messze bedobja a vízbe. Amikor hallótávolságba értek, meg is kérdezte a bácsit, hogy mit csinál. Az öreg így válaszolt: a tengeri csillagokat szedi fel, amiket partra sodort a víz. Azzal, hogy visszadobja őket a vízbe, megmenti az életüket. A fiú fejét csóválva így válaszolt neki: „Na, de miért teszi ezt? Ez teljesen értelmetlen! Nem mentheti meg az összes tengeri csillagot, az túl nagy feladat! Az összes szempontjából ez semmit sem jelent!”

Az öreg ekkor szó nélkül lehajolt, felkapott egy tengeri csillagot, és visszadobta a vízbe. Aztán csendesen így szólt: „De ennek az egynek mindent jelent!”

Mindent nem tudunk megtenni, de valamit igen! Nem tudjuk megváltoztatni az egész világot, saját világunkat azonban igen. Ezt szeretné Jézus, hogy megtegyük saját városunkban vagy saját településünkön. De hogyan? Azzal, hogy tesszük a

jót, miként Jézus tette: tervszerűen, kreatívan, szenvedélyesen és következetesen.

Különböző megközelítések

Jézus jót tett, bármerre járt. Bár a bizonyosságtévesztésnek és lélekmentésnek nincs pontosan körülírt szabálya vagy formulája, a Biblia és a keresztény irodalom sokféle módszert tár elénk. Íme néhány ezek közül:

Négyszemközti beszélgetések: Filep (ApCsel 8:26-40); Jézus (Jn 3:1-21)

Történetmesélés: Salamon a Példabeszédekben (Péld 7:6-27); Jézus (Máté 12-15)

Közvetlen felhívás: István (ApCsel 7:1-53); Jézus (Mt 15:3-9)

Az evangélium prédikálása: Péter (ApCsel 3:12-26); Jézus, amikor a 72 tanítványt oktatta (Lk 10:1-22)

Értelemre ható beszélgetés, logikus érvelés: Pál (ApCsel 17:22-34); Jézus (Mt 22:29-32)

Személyes bizonyosságtévesztés: a vak ember (Jn 9:1-34); Jézus (János 14-15)

Párbeszéd: András (Jn 1:40-42); Jézus beszélgetése a samáriai asszonnyal (Jn 4:1-26)

Szívhez szóló felhívás: Jézus (Lk 5:27)

Szolgalat/egészség/segítségnyújtás: a gutaütött barátai (Mk 2:1-12); Jézus (Jn 13:1-20)

Természetfölötti csodák: apostolok (ApCsel 5:12-16); Jézus (Jn 4:46-54)

A kulcsszó a „tenni”. Tégy valami jót, és tedd azt most! Ellen White írja: „A világnak ma is szüksége van arra, amire ezerkilencszáz évvel ezelőtt volt – Krisztus megismerésére. Nagy reformációs munkára van szükség, és csak Krisztus kegyelme által lehet véghezvinni a fizikai, szellemi és lelki helyreállítást.”¹

A továbbiakban pedig ezt olvassuk: „Csak Krisztus módszerével lehet igazán az emberekhez férkőzni. A Megváltó az emberek közé vegyült. Javukat akarta. Együttérzést tanúsított irántuk, megnyerte a bizalmukat. Azután így szólt hozzájuk: »Kövessetek engem!«”²

Bátor kihívás

A korábbi hónapokban a hetednapú adventisták – mind a 18 millióan szerte a világon – egy újfajta, bátor missziós felhívást kaptak, az úgynevezett „Nagyvárosi misszió” program keretén belül. Minden adventistához szól a felhívás, hogy érje el Krisztus szeretetével szom-

szédait, lakóközösségét, városát azáltal, hogy Megváltónkhoz hasonlóan, gyakorlati módon szolgál másoknak. A nemzetközi szintű felhívás mindenkit magába foglal. Minden hívő be tudja mutatni Isten és az emberek iránti szeretetét azzal, hogy megosztja velük a Bibliában található, Krisztus központú, életet megváltoztató örömhírt, és mindezt a hetednap adventista üzenet keretében.

Az adventisták tisztelik mindazon vallásfelekezetek hitét, amelyek a Bibliára alapozzák meggyőződésüket. Ugyanakkor szenvedélyesen hisszük, hogy az adventista üzenet, a hármass angali üzenet (Jel 14:6-12) jelenti Isten üzenetét a történelem ezen meghatározó korszakában. Hisszük, hogy Isten ennek az üzenetnek a hirdetésére hívta el az adventistákat.

Nem új igazság ez, hiszen a hűség hívők minden korszakban hitték és gyakorolták, Mózes első könyvétől a Jelenések könyvéig bezárólag. Az adventistákat azért hívta el Isten, hogy visszavezessék az embereket a régen elvesztett, figyelmen kívül hagyott és sokat támadott igazságokhoz. Arra kaptunk elhívást, hogy újjáépítsük a régi romokat, és az emberöltők alapzatait felrakjuk (Ézs 58:12).

Tehát, hogy érzed magad, amikor ezt a különleges felhívást hallod, hogy légy részese a személyes evangelizálásnak? Vajon te is azon gondolkodsz, hogy erőfeszítésed hoz-e valahol változást? Egyes hívőket a program óriási távlatai nyűgözik le, ezért lelkesednek, és izgalommal készülnek rá. Mások pedig inkább elcsüggednek, mert a várható áldozatvállalásra gondolnak. Megint mások teljesen lehetetlennek látják a feladatot, hogy hatással legyünk a földön élő mintegy 7 milliárd ember életére, ezért közönyösen visszahúzódnak.

A jó hír az, hogy igenis eredményesen teljesíthetjük azt a kihívást, hogy lakóközösségünk felé szolgáljunk. Erőteljesen és lelkesen támogathatjuk a Nagyvárosi misszió kezdeményezést. Pál apostol segít nekünk abban, miként alkalmazzuk eredményesen Krisztus módszerét, hogy elérjük a városokat.

A tanítványok erőit kapnak

ApCsel 20:17-24 verseiben Pál felvázol számunkra négy egyszerű elvet, amit a sikeres bizonyágtevésben és evangelizálásban alkalmazhatunk. Szabatosan összefoglalta Krisztus követőinek hozzáál-

lását és tetteit is, akik hasznosak akarnak lenni.

Kiindulópontként arra emlékezteti a hívőket, hogy ő maga miként látott neki az evangelizálásnak és a lélekmentésnek. Hangsúlyozta, hogyan élt és dolgozott közöttük Efézusban (18. vers). Beszélt arról, hogy alázattal szolgált, nem engedte, hogy az akadályok eltántorítsák (19. vers). Emlékeztette őket arra, hogy különböző módszereket használt a nyilvános prédikálástól kezdve a négy szemközti, házról házra történő beszélgetésekig (20-21. vers). Ezután azzal lelkesítette őket, hogy elmondta: ő „a Lélektől kényszerítve” megy Jeruzsálembe, hogy abban a nagyvárosban evangelizáljon (22-23. vers).

Beszédének tetőpontját azzal éri el, amikor elmondja, hogy a rá váró próbák és nehézségek ellenére „*semmivel sem gondolok, még az én életem sem drága nekem*”. Miért? Mert egyetlen célja: „*hogy elvégezhessem az én futásomat örömmel, és azt a szolgálatot, melyet vettem az Úr Jézustól, hogy bizonyosságot tegyek az Isten kegyelmének evangéliomáról*” (24. vers). A továbbiakban Pál saját példáján keresztül mutatja be Krisztus eredményes munkásának négy jellemtulajdonságát.

Pál állandó társa a Szentlélek volt. Számára az evangelizálás csapatmunka volt, nem pedig magányos tevékenység (22-23. vers). Erejének forrása és vezetője mindig a Szentlélek volt.

Pál erőt kapott az akadályok legyőzéséhez. Munkáját fontosabbnak tartotta, a veszélyekkel nem törődött (23. vers). Úgy őrizte magában ezt a gondolkodásmódot, hogy folyamatosan kommunikált Társával; magasztos elhívására összpontosított, és emlékeztette magát arra, hogy miért teszi, amit tesz. Szem előtt tartotta azt a tényt, milyen kétségbeesetten szűksége van a világnak arra az örömhírré, amit ő hirdet.

Pál számára az ellenállás ösztönzést jelentett. Az ideiglenes kényelem helyett inkább az örök távlatokra összpontosított (24. vers). Pál tudta, hogy Isten minden próbáért cserébe sokkal nagyobb áldást tartogat számára.

Pál tudta, hogy Istennek célja van az életével. Tisztában volt azzal, hogy mások célját nem tudja teljesíteni, de a sajátját igen. Pál elvégezte a rá bízott munkát, s közben bizonyos volt abban is, hogy Isten elvégzi a többiét.

Mi is eredményesek leszünk, ha magunkévá tesszük Pál hozzáállását: ne tag-

lózzon le a feladat nagysága; tegyünk jót, ahol vagyunk, és amikor csak lehetséges; a dolgok kimenetelét pedig bízzuk Istenre. Miközben Isten a világ lakóinak milliárdjaiért dolgozik, mi dolgozzunk azokért, akikhez saját kis világunkban bennünket irányít. Akkor mi is, mint Pál, örömmel elvégezhetjük futásunkat és szolgálatunkat.

- 1 Ellen G. White: *A nagy Orvos lábnymán*. Budapest, 2001, Advent Kiadó. 91. o.
- 2 Uo.



DELBERT W. BAKER A GENERÁL KONFERENCIA EGYIK ALELNÖKE.

k é r d é s e k

elmélkedésre és megbeszélésre

1. „Jézus széjjeljárt jót tévén” (ApCsel 10:38). Fejtsük ki, mi minden rejlik ebben a mondatban! Mit jelent mindez gyakorlati értelemben számunkra, akik Jézust tartjuk példaképünknek?
2. A szerző felsorol tíz módszert arra, hogy az emberekkel lelki dolgokról tudjunk beszélgetni. Melyik az a 2-3 ezek közül, amit szívesen alkalmazol? Milyen gyakorlati módon használod ezeket?
3. A szerző Jézust és Pál apostolt is példaképként állítja elénk. Melyikükkel tudsz jobban azonosulni, és miért?



péntek

Elérni a világot

EGY TISZTELETET PARANCSOLÓ, DE NEM LEHETETLEN FELADAT

ÍRTA: ARTUR STELE

Amikor átgondoljuk Jézus utolsó megbízását, amit követőinek adott (Mt 28:18-20), eltűnődhetünk azon, milyen stratégiákat vagy módszereket kellene elsajátítatnunk ahhoz, hogy ezt a hatalmas feladatot teljesíteni tudjuk. Próbára tesz minket, hogy elérjük az evangélium üzenetével a még el nem ért nemzeteket, etnikai csoportokat, nem is beszélve az egyre jobban elvilágiasodó nyugati nemzetekről. Az utóbbi években az újpogány hitvilág terjedése új kihívások elé állít bennünket, ugyanakkor új lehetőségeket ad az evangelizálás terén.

Hogyan tudjuk tehát elérni a világot Jézus számára? Kijelenthetem, hogy a különböző módszereknél és technikáknál sokkal fontosabb lépés az, hogy világosan megértsük, pontosan milyen küldetést bízott ránk Jézus. A Szentírás elmondja, hogy Jézusnak világos látása volt saját missziójával kapcsolatban. Zákeussal való találkozása alkalmával Jézus szemléltette, majd világosan megfogalmazta küldetésének távlatát. Mivel Jézus küldetése a mi küldetésünk, ezért összpontosítsunk most a vámszedővel történt találkozására!

Jézus küldetésnyilatkozata

Zákeus története jól szemlélteti Jézus küldetését. A vámszedő nagyon akarta látni Jézust. Valószínűleg arra gondolt, egyedül Jézus tudja megadni neki azt, amit pénzen nem tudott megvásárolni. Ezért Zákeus úgy tervezte, mindenképpen találkozik vele, habár azt szerette volna, hogy ez titokban történjen, senki se vegye észre. Az nem tűnt jó ötletnek, hogy elvegyül a tömegben, és csak mesziről nézi Jézus arcát, mert Zákeus kis növésű volt. Így hát kreatívan oldotta meg a helyzetet: kiokoskodta, milyen útvonalon fog haladni Jézus, előrefutott, és felmászott egy fügefára. Zákeus nem ismerte Jézus küldetésnyilatkozatát, ezért úgy gondolta, nagyszerűen kitalálta, hogyan nézheti meg Jézust, miközben ő maga észrevétlen marad.

Zákeus úgy gondolta, ő az, aki keresi és látni akarja Jézust, de most, amikor Jézus felnéz rá, és ráadásul még nevén is szólítja, kezd rádöbbenni valamire: „Nem én keresem Jézust, hogy megláthassam, hanem Jézus az, aki keres engem, és meg is talál!” Amikor Jézus odaért hozzá, felnézett, megpillantotta őt, és így szólt hozzá:

„Zákeus, hamar szállj alá; mert ma nekem a te házádnál kell maradnom” (Lk 19:5).¹

Mit mondtál Jézus? Meg kell látogatnod engem? De miért „kell”? És miért éppen engem? Meg akarsz szidni a bűneimért és gonoszságaimért? Mi a célod? Mi indít arra, hogy eljőjj hozzám és meglátogass?

Amikor az emberek látták, hogy Jézus a vámszedő házába megy vendégségbe, méltatlankodni kezdtek: „Bűnös emberhez ment be szállásra.” Nagyon figyelemreméltó, hogy amikor Jézus távozni készül, megmagyarázza látogatásának „muszáj” voltát. Így fejti ki küldetésnyilatkozatát: „Mert azért jött az embernek Fia, hogy megkeresse és megtartsa, ami elveszett” (10. vers).

Jézus tehát ezt mondta: Kérlek, amikor tetteimet próbálsz értelmezni, küldetésem, életcélom és szolgálatom fényében tedd ezt: „Én azért jöttem, hogy megkeressem és megtartsam, ami elveszett.”

A mi küldetésnyilatkozatunk

Jézus ma arra hívja követőit, hogy tegyék magukévá az Ő küldetésnyilatkozatát. Ő

munkatársakat keres, akik készek azonosulni missziójával. Megváltónk végső vágya az, hogy bennem és bennem olyan személyt lásson, aki az Ő küldetésnyilatkozatát élő valóságra váltja. Vajon hogyan néznének ki gyülekezeteink, ha azok minden tagja ugyanezt a küldetésnyilatkozatot vallaná? Milyen környezet, milyen légkör uralkodna közösségeinkben? Hogy éreznék magukat a fiatalok a gyülekezeteinkben?

Sajnos sok fiatal úgy érzi, hogy közösségeinkben a felnőttek csak a kijelentés első részét veszik komolyan, nevezetesen azt, hogy megtalálni és behozni valakit; azt viszont már nem, amelyik arról szól, hogy meg is kell menteni az embereket, tehát szeretni kell őket, és törődni kell velük.

Ha stagnáló gyülekezeteinket nézzük, világossá válik, hogy valamin változtatnunk kell. Reformációra van szükség, hogy Jézus küldetésnyilatkozatának egészét teljesíteni tudjuk.

Jézus egész szolgálatában hangsúlyozta a szeretet, a megbocsátás, a gondoskodás fontosságát. Ezért nem félt azok közé vegyülni, akiket a társadalom gonosztevőinek, számkivetettjeinek tartottak. Ezért hagyta háta mögött az Őt követő tömeget, és tért be Zákeus, a vámszedő házába. Azt is fontos megfigyelnünk, hogy *Lukács evangéliuma* egyetlen feddő szót sem jegyez fel Jézustól, amíg a bűnös Zákeus házában tartózkodott. Jézus kizárólag szeretetet és elfogadást tanúsított iránta.

Jézusra nézve Zákeus megértette: „Jézusnak nincs más terve, csak hogy segítsen rajtam és megmentsen!” Ez a fajta szeretet nemcsak megtérést hozott Zákeus életébe, de reformációt, Istentől jövő átalakulást is.

Ellen White írja: „Krisztus azért jött, hogy az üdvösséget mindnyájunk számára elérhetővé tegye. A Golgota keresztyén lefizette a végső váltságdíjat az elveszett világért. Önmehtagadása, önfeláldozása, önzetlen munkája, megaláztatása, és mindezeken túl élete feláldozása bizonyítja az elveszett ember iránti szeretetét. Ő azért jött e földre, hogy megkeresse és megtartsa, ami elveszett. Küldetése a bűnösökhöz szólt, minden társadalmi osztályban, minden népben és nemzetben. Ő lefizette mindenkiért az árat, hogy megváltsa, és önmagával egységbe hozza őket. Ő nem ment el tétlenül a legromlottabb, legbűnösebb személy mellett sem; különleges figyelemmel munkálko-

dott azokért, akiknek a legnagyobb szükségük volt a megváltásra, amit a földre jövetelével adni akart nekik. Minél nagyobb szükségük volt az átalakulásra, annál mélysebben érdeklődött irántuk, annál inkább együtt érzett velük, és annál szorgalmasabban dolgozott értük. Szerető szívét mélyen felkavarta azok állapota, akik a legreménytelenebb helyzetben voltak, és leginkább rászorultak átalakító kegyelmére.”²

Krisztus élete világosan szemlélteti, hogy az emberek életét gyorsabban megváltoztatja a szeretet és a gondoskodás, mint a prédikálás, a szembesítés vagy a kritizálás. Ahogy Ellen White megerősíti: „Számítanunk kell arra, hogy komoly hiányosságokkal fogunk találkozni azoknál, akik fiatalok és tapasztalatlanok. Krisztus arra intett, hogy az ilyeneket szelíd lélekkel igazítsuk helyre, és Ő felelősségre von bennünket azért, ha viselkedésünkkel csüggedésbe, kétségbeesésbe és romlásba taszítjuk őket. Ha nem ápoljuk magunkban nap mint nap a szeretet drága palántáját, akkor az a veszély fenyeget, hogy szűklátókörűek, érzéketlenek, bigott és kritikus lelkületűek leszünk; igaznak tartjuk magunkat, holott messze vagyunk attól, hogy Isten is igaznak ismerjen el bennünket.”³

A meleg légkörű, szeretetteljes, törődő gyülekezetekben az emberek úgy érzik, hogy elfogadják őket, tekintet nélkül arra, hogy milyenek. Az emberek szívesen mennek az ilyen közösségekbe, és magukkal akarják vinni barátaikat és szomszédaikat is. Ráadásul, ha minden egyháztag szerető, Krisztushoz hasonló személyiséggé válik, akkor ő maga is egy személyes befolyási központ lesz, aki Krisztushoz és az Ő országához vonzza az embereket.

Jézus nemcsak életét adta a bűnösökért, hanem szolgált mindazoknak, akikkel csak találkozott; kielégítette lelki, szellemi, érzelmi és testi szükségleteiket. Sok időt töltött azzal, hogy törődött velük és gyógyította őket. Igen, végső célja az volt, hogy megmentse őket és örök életet adjon nekik, de Jézus tudta, hogy az üdvösséget csak olyan személytől fogadják el az emberek, aki szereti őket, gondoskodik róluk és szükségleteikről.

Elhatározásunk

Soha ne feledjük Jézus küldetésnyilatkozatát! Legyen az a miénk is! Ha komoly

szándékunk, hogy elérjük ezt a világot Krisztus számára, akkor követnünk kell Megváltónk példáját.

Sokkal több szeretetre van szükségünk egymás iránt, a tévedők iránt, a fiatalok, a szomszédok iránt, mindazok iránt, akik nem ismerik Krisztust, maga Isten iránt, az Ő Igéje iránt. Jobban kell szeretnünk és el kell fogadnunk az Ő küldetésnyilatkozatát.

Azok, akik megtapasztalják Krisztus szeretetét, nem bírják ki, hogy ne szeressék az embereket, és ne tegyenek bizonyosságot nekik. Imádkozzunk azért, hogy Krisztus küldetésnyilatkozata a miénk is legyen! Azzal együtt miénk az ígéret is, hogy Ő velünk marad a világ végezetéig, és megáldja a dicsőséges aratásért végzett munkánkat. „Mert azért jött az embernek Fia, hogy megkeresse és megtartsa, ami elveszett” (Lk 19:10).

- 1 Ha másként nem jelöljük, a bibliai idézetek a Károlyi féle fordításból valók
- 2 Ellen G. White: *Testimonies for the Church*. Mountain View, Calif., 1948, Pacific Press Pub. Assn. 5. köt., 603. o.
- 3 Uo., 605. o.



ARTUR STELE A GENERÁL KONFERENCIA EGYIK ÁLTALÁNOS ALELNÖKE, ÉS A BIBLIAKUTATÓ INTÉZET IGAZGATÓJA.

k é r d é s e k

elmélkedésre és megbeszélésre

1. Meg tudod fogalmazni egyetlen szóban Krisztus küldetésnyilatkozatát? Mi lenne az?
2. Jézusról közismerten mentes volt az előítéletektől. Elmondhatjuk ugyanezt mai követőiről is? Ha igen, miért, ha nem, miért nem?
3. Ismersz valakit, aki azért válaszolt Isten szeretetére és tapasztalta meg a megváltás örömét, mert Krisztus egyik követője szeretetteljesen bánt vele? Idézd fel az esetet röviden!



második szombat

Krisztus módszerét követni

KERESZTÉNYI SZERETETTEL ÉS TÖRŐDÉSSSEL KRISZTUS ORSZÁGÁNAK ÉPÍTÉSÉÉRT

ÍRTA: ELLEN G. WHITE

A mikor Krisztus első miszióújtjára küldte el a tizenkét tanítványt, megparancsolta nekik, hogy „Elmenvén pedig prédikáljatok, mondván: Elközelített a mennyeknek országa. Betegeket gyógyítsatok, poklosokat tisztítsatok, halottakat támasszatok, ördögöket űzzetek. Ingyen vetétek, ingyen adjátok” (Mt 10:7-8).

Az evangélium világszéles hirdetése az a munka, amelyet Isten az Ő nevét viselőkre bízott. A világ bűneinek és nyomorának az evangélium az egyetlen ellenszere. Isten kegyelmének üzenetét meg kell ismertetni az emberiséggel. Ez elsődleges feladatuk mindazoknak, akik ismerik ennek az üzenetnek a gyógyító erejét. ...

A világnak ma is szüksége van arra, amire ezerkilencszáz évvel ezelőtt volt – Krisztus megismerésére. Nagy reformációs munkára van szükség, és csak Krisztus kegyelme által lehet véghezvinni a fizikai, szellemi és lelki helyreállítást.

A valódi eredményesség kulcsa

Csak Krisztus módszerével lehet igazán az emberekhez férkőzni. A Megváltó az

emberek közé vegyült. Javukat akarta. Együttérzést tanúsított irántuk, megnyerte bizalmukat. Azután így szólt hozzájuk: „Kövessetek engem!”

Személyes szolgálattal kell az emberek közelébe férkőzni. Ha kevesebb időt fordítanánk a prédikálásra, és többet a személyes szolgálatra, nagyobb eredményt látnánk. A szegények terhein könnyíteni, a betegeket gondozni, a szomorkodókat és gyászolókat vigasztalni, a tudatlanokat tanítani, a tapasztalatlanokat tanácsolni kell. Sírjunk a sírókkal, és örüljünk az örülőekkel! A meggyőzés erejével, az ima hatalmával – Isten szeretetének erejével – ez a munka nem lesz, nem lehet gyümölcstelen. ...

Szinte minden emberi közösségben sokan vannak, akik nem hallgatnak igazságszolgálatokat, nem vesznek részt istentiszteleteken. Ahhoz, hogy az evangéliumot megismerjék, el kell azt vinni hozzájuk. Sokszor testi szükségleteik enyhítése az egyetlen út, amelyen keresztül megközelíthetők.

Sokan nem hisznek Istenben, és az emberekbe vetett bizalmuk is elvesztették. De értékelnek minden együtt érző és segítőkész cselekedetet. Amikor látnak

valakit – aki földi dicsőítést vagy ellenszolgáltatást nem igényelve jön el otthonukba, szolgál a szegényeknek, táplálja az éhezőket, felruhazza a mezíteleneket, vigasztalja a fájó szívűeket, és mindenkinek a figyelmét gyengéden felhívja Őreá, aki könyörületének és szánalmának az ember csak követe – szívük megindul. Hála és hit ébred bennük. Látják, hogy Istennek gondja van rájuk, és készek meghallgatni, ha Igéjét megnyitják előttük. ...

Mindenütt jelen van az az irányzat, amely szervezetek munkájával akarja pótolni a személyes erőfeszítést. Az emberi bölcsesség társulásra, központosításra, nagy templomok és intézmények felépítésére törekszik. Tömegek hagyják rá intézményekre és szervezetekre a jótékonykodást; okot találnak a világtól való elzárkózásra, és a szívük kihűl. Önzők és érzéketlenek. Az Isten és az emberek iránti szeretet kihál a lelkükből.

Egyéni, személyes munka

Krisztus megszabja minden követőjének a maga munkáját – olyan munkát, amit nem bízhat másra. Hogy szolgáljanak a

betegeknek és szegényeknek, hogy hirdessék az evangéliumot az elveszetteknek – ezt nem lehet bizottságokra vagy segélyszervezetekre bízni. Egyéni felelősség, egyéni igyekezet, személyes áldozat az, amit az evangélium igényel.

„Eredj el az utakra és a sövényekhez, és kényszeríts bejönni mindenkit – parancsolja Krisztus –, hogy megteljen az én házam” Ő kapcsolatba hozza az embereket azokkal, akiken segíteni kívánnak. „A szegény bujdosókat házába bevigyed – mondja –, ha meztelent látsz, felruházzad.” „Betegekre vetik kezeiket, és meggyógyulnak” (Lk 14:23; Ésa 58:7; Mk 16:18). Közvetlen kapcsolat, személyes szolgálat által kell az evangélium áldásait megmutatni.

Krisztus egyháza szolgálatra szerveződött. Jelszava a szolgálat. Tagjai üdvösségük Vezérének irányítása alatt küzdelemre kiképezendő katonák. A keresztény lelkészeknek, orvosoknak, tanítóknak szélesebb körű munkájuk van, mint ahogy azt sokan felismerik. Nemcsak szolgálniuk kell az embereknek, hanem meg is kell őket tanítani szolgálni. Nemcsak tanítaniuk kell a helyes elvekre, hanem ki kell képezniük hallgatóikat ezeknek az elveknek a továbbadására. A meg nem élt, tovább nem adott igazság elveszti életadó képességét, gyógyító erejét. Áldása csak akkor tartható meg, ha másokkal megosztják. ...

Minden gyülekezeti tag kapcsolódjon be és legyen kiképezve

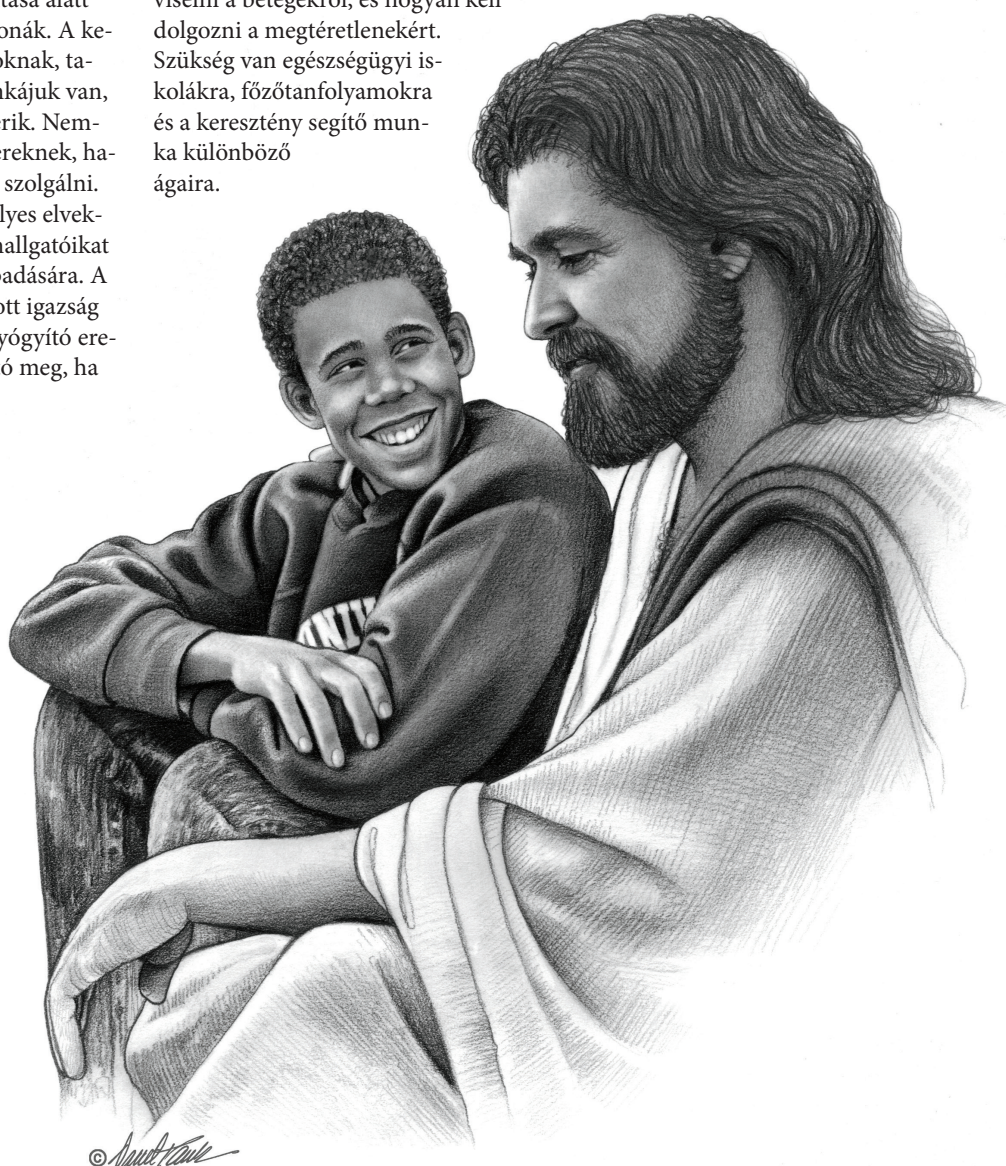
Minden gyülekezeti tag végezzen valamilyen szolgálatot a Mesterért. Egyesek nem tudnak oly sokat tenni, mint mások, de mindenki tegyen meg minden tőle telhetőt, hogy visszaszorítsa a világon végigsöprő betegségek és nyomorúság áradatát. Sokan szívesen dolgoznának, ha megtanítanák nekik, hogyan kezdjék el. Oktatni és bátorítani kell őket.

Minden gyülekezet legyen keresztény munkásokat kiképező iskola. Tagjait meg kell tanítani bibliaóra tartására, szombatiskolai osztályok vezetésére és tanítására, és arra, hogyan lehet a legjobban segíteni a szegényeken, gondot viselni a betegekről, és hogyan kell dolgozni a megtértenekért. Szükség van egészségügyi iskolákra, főzőtanfolyamokra és a keresztény segítő munka különböző ágaira.

Nemcsak tanításra van szükség, hanem tapasztalt oktatók melletti tényleges munkára is. A munkát vezessék a tanítók, mások pedig mellettük tanulni fognak példájukból. A példa értékeesebb, mint sok szabály. ...

Dolgozzunk másokért most!

Semmi sem ébreszt olyan önfeláldozó buzgóságot, és nem csiszolja és erősíti úgy a jellemet, mint a másokért való szolgálat. Sok állítólagos keresztény a gyülekezeti kapcsolatok keresésében csak önmagára gondol. Élvezni akarják a gyülekezeti közösséget és a pásztori gondoskodást. Nagy és virágzó gyülekezetek tagjaivá lesznek, és beérik azzal, hogy tesznek valami keveset másokért. Így



megfosztják magukat a legértékesebb áldásokról. Sok embernek nagyon hasznos lenne, ha feláldoznák kellemes, könnyen irányítható kapcsolataikat. Menjenek oda, ahol energiájukat a keresztény szolgálat igényli, és megtanulhatnak felelősséget hordozni.

Senkinek sem kell várnia addig, amíg valamilyen távoli területre hívják, hogy elkezdjen másoknak segíteni. A szolgálat ajtóit mindenütt nyitva vannak. Ott élnek körülöttünk azok, akik segítségünket igénylik. Özvegyek, árvák, betegek és halálköltők, csüggedtek, lehangoltak, tudatlannak és kivetettek mindenütt találhatók.

Éreznünk kell, hogy különleges feladatunk a szomszédainkért való szolgálat. Keressétek meg, hogyan tudtok a legjobban segíteni azoknak, akik nem érdeklődnek a vallásos dolgok iránt. Amikor meglátogatókat barátaitokat és szomszédaitokat, tanúsítsatok érdeklődést lelki életük iránt éppúgy, mint földi jólétük iránt. Beszéljétek nekik Krisztusról, a bűnbocsátó Megváltóról! Hívjátok meg szomszédaitokat otthonotokba, és olvassatok nekik a Bibliából és annak igazságait magyarázó könyvekből. Hívjátok meg őket, hogy énekeljenek és imádkozzanak veletek. Ezek a kis összejöveteleken Krisztus is jelen van, ahogy megígérte, és kegyelme megérinti a szíveket.

A gyülekezeti tagok neveljék rá magukat e munka végzésére. Ez éppen olyan fontos, mint megmenteni idegen országokban élő, sötétségben veszteglő lelkeket. Míg egyesek távoli vidékeken élő lelkészekért éreznek felelősséget, sokan, akik otthon élnek, érzene az éppolyan felelősséget a körülöttük lakó drága lelkekért, és dolgozzanak szorgalmasan az ő üdvösségükért. ...

Használjuk ki a kínálkozó lehetőségeket!

Senki se keressen nagyobb feladatokat, kihasználatlanul hagyva az apró alkalmakat. Míg sikeres lehetsz a kis feladatokban, a nagyobb munkába belebukhatsz, és akkor elcsüggedsz. Ha teljes erőbedobással végzed el a kezded ügyében lévő feladatokat, akkor alkalmassá teheted magad a nagyobb munkára. A mindennapi alkalmak figyelmen kívül hagyásával, a kéznél levő kicsiny dolgok mellőzésével sokan gyümölcstelenek lesznek és elsorvadnak.

Ne támaszkodj emberi segítségre! Az embereken túl nézz arra a Valakire, akit Isten fájdalmaink elviselésére, bánatunk elhordozására, szükségleteink kielégítésére rendelt. Istent szaván fogva bárhol találsz munkát. Fogj hozzá, és rendíthetetlen hittel lépj előre! Az a hit, hogy Krisztus jelen van, erőt ad és állhatatossá tesz. Munkálkodj önzetlen érdeklődéssel, lelkiismeretes igyekezettel, kitartó erővel. ...

Mutassuk be Jézust!

Bármit csinálsz, soha ne feledkezz meg arról, hogy el vagy kötelezve Krisztusnak, és része vagy a nagy megváltási tervnek. Krisztus szeretetének gyógyító, életadó ereje hassa át életedet! Amint igyekszel másokat Isten szeretetének vonzáskörébe vonni, tegyen beszéded tisztasága, önzetlen szolgálatod, derűs viselkedésed bizonyosságot kegyelmének hatalmáról. Adj a világnak olyan tiszta és igaz képet Istenről, hogy az emberek meglássák szépségét. ...

Magasztald fel Jézust, és kiáltsd: „*Ímé az Istennek ama Báránya, aki elveszi a világ bűneit!*” (Jn 1:29). Csak Ő tudja kielégíteni a szív sóvárgását, és csak Ő tud békét teremteni a lélekben. ...

Az Úr korszakról korszakra fel akarja ébreszteni az emberek lelkében mennyei testvériségük tudatát. Legyél Isten munkatársa! Amikor világunkon eluralkodik a gyanakvás, és az emberek elhidegülnek egymástól, Krisztus tanítványai tanúsítsanak olyan lelkületet, amilyen a mennyben uralkodik!

Szólj úgy, ahogy Ő szólna, cselekedj úgy, ahogy Ő cselekedné! Mindig tükrözd vissza kedves jellemét! Mutasd meg azt a végtelen szeretetet, amely minden tanításának és az emberekkel való kapcsolatának az alapja. A legszerényebb munkás is, ha Krisztussal együttmunkálkodik, olyan hűrokat penget meg, melynek rezgése a föld végső határáig elhalaszlik, és dallama az örök korszakokon át elhat.

Mennyei lények várnak arra, hogy emberi eszközökkel együttműködve megmutathassák a világnak, mivé válhatnak emberek, és Isten Istennek segítségével mit valósíthatnak meg pusztulásba rohanó lelkek megmentéséért. Isten korlátlanul fel tudja használni azt az embert, aki énjét megtagadva szabad teret enged szívében a Szentlélek munkájá-

nak, és teljesen Istennek szentelt életet él. Azok, akik testüket, lelküket és egész lényüket Isten szolgálatára szentelik, állandóan új fizikai, szellemi és lelki erőre kapnak. A menny kimeríthetetlen tárháza áll rendelkezésükre. Krisztus nekik adja saját Lelkének éltető leheletét, saját életét. A Szentlélek mennyei erővel ruházza fel őket, hogy értelmükben és szívükben munkálkodjék. A nekünk adott kegyelem által olyan győzelmeket érhetünk el, amelyek saját téves nézeteink, jellemhibáink, kishitűségünk miatt lehetetlennek látszottak.

Mindenki, aki semmit vissza nem tartva felajánlja magát az Úr szolgálatára, felbecsülhetetlen eredmények eléréséhez kap erőt. Isten csodálatos dolgokat fog tenni értük.



EZT AZ OLVASMÁNYT ELLEN G. WHITE: A NAGY ORVOS LÁBNYOMÁN CÍMŰ KÖNYVÉNEK 89-104. OLDALÁRÓL SZÁRMAZÓ IDÉZETEIBŐL ÁLLÍTOTTUK ÖSSZE (BUDAPEST, 2001, ADVENT KIADÓ). A HETEDNAPI ADVENTISTÁK HISZNEK ABBAN, HOGY ELLEN G. WHITE (1827–1915) NYILVÁNOS SZOLGÁLATÁNAK MINTEGY HETVEN ÉVE ALATT A PRÓFÉTASÁG BIBLIAI AJÁNDÉKÁVAL RENDELKEZETT.

k é r d é s e k

elmélkedésre és megbeszélésre

1. Milyen kapcsolati szintre vagy hajlandó elmenni azért, hogy az emberek közé vegyülj, és a javukat akard? Hol húzod meg a határvonalakat?
2. Hogyan ismerem a szomszédok? Mit tudnak hitbeli meggyőződésedről?
3. Milyen gyakorlati módon tudod tükrözni Jézus kedves jellemét mások felé? Sorolj fel legalább három módot!

IMPRESSZUM

Kiadja: **a Hetednapi Adventista Egyház Magyar Uniója**
2119 Pécel, Ráday u. 12.; Tel.: (06-28) 547-360; Fax: (06-28) 452-229
Felelős kiadó: *Ócsai Tamás* unióelnök

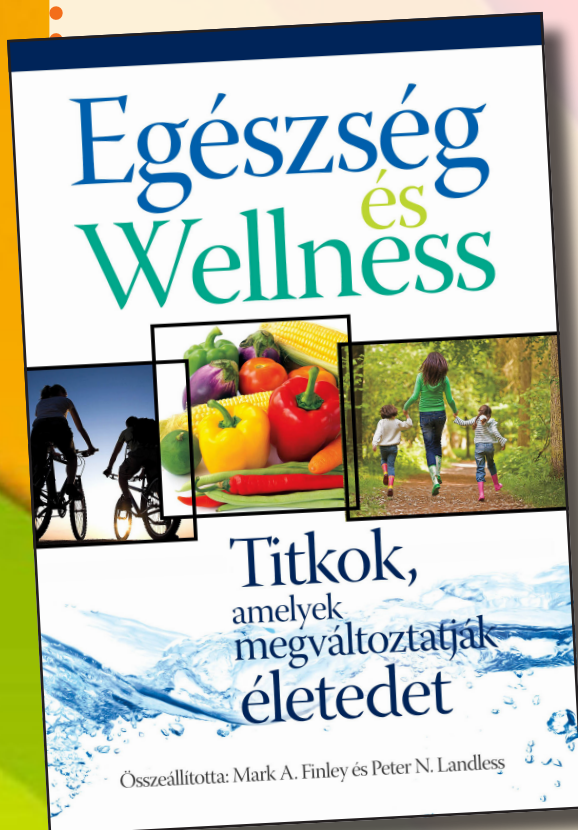
A mű eredeti címe: *Christ's Method Alone*
Eredeti kiadás: General Conference of Seventh-day Adventists, 2014

Fordította: *Hegyes-Horváth Csilla*
Korrektúra, nyomdai előkészítés: *Kiss Virág*

Nyomdai munkák: **Print 2000 Nyomda Kft.**
6000 Kecskemét, Nyomda u. 8.
Felelős vezető: *Kovács András*

HAMAROSAN MEGJELNIK 2015 MISSZIÓS KÖNYVE!

Egészség és Wellness



Mark A. Finley neve nagyon is ismerősen cseng a magyar adventisták fülében. Nemcsak előadásainak megragadó volta, hanem könyveinek stílusa miatt is. A könyvnek ő az egyik írója, dr. Landless mellett, aki az orvos szemével fogalmazza meg a mondanivalót. Nyugodtan elmondhatjuk, hogy *A képzeleten túl* című nagyszerű kiadványhoz hasonlóan (a 2014-es év missziós kötete, megjelent az Advent Kiadónál, ára 350 Ft) ismét egy tudományos igényű, ugyanakkor közérthető, vagyis egyszerű nyelvezeten megfogalmazott könyvet vehetünk hamarosan a kezünkbe.

Napjainkban, amikor félelmetes járványok törnek ki, olyan vírusok szaporodnak el az emberek szervezetében, amelyekre talán csak akkor lesz ellenszér, amikor már sok-sok emberéletet követelt, még mindig az egészségtelen – vagyis Isten tanácsa elleni – életmód szedi a legtöbb áldozatot. Még a rettegett Ebola-járványnál is megállapítható, hogy a tisztaság, az étkezési szokásokban való ésszerűség fékezne vagy meg is állítaná a betegség terjedését. Mégis, most, a hihetetlen gyorsasággal terjedő járvány idején is lelkiismeretes orvosok jelentik ki, hogy a helytelen életmód több áldozatot szed, mint bármely járvány, beleértve az AIDS, illetve HIV-fertőzéseket is.

Mennyi fájdalmat, életpályák kettétörését, megrokkantást előzhetnének meg, hogyha egészségesen élnénk, és ha mind étkezésünket, mind napi ételszokásainkat a bibliai szabályokhoz szabnánk, illetve a munka és pihenés Istentől rendelt ütemét megtartanánk! A könyv lelki finomsággal

közelíti meg a leginkább heveny, vagyis leginkább elhanyagolt, és emiatt leginkább hektikus pontjainkat. A szerzők ügyelnek arra, hogy a lelki élet tisztasága és egészsége is pontosan olyan fontosnak legyen a középpontba helyezve, mint a testi létünké, tekintettel arra, hogy a kettő szervesen összefügg.

Mind mondanivalója, mind rendkívül tapintatos, ugyanakkor igen határozott stílusa valóban a 2015-ös év missziós könyvévé teszi ezt a kötetet. Terjesszük minél szélesebb körben! A kötetet színes fotók illusztrálják. Várhatóan nem fog többé kerülni, mint *A képzeleten túl*. Ne feledjük, hogy minden egyes ilyen könyvben benne rejlik Isten segítségnyújtása, vágyakozása a beteg, de jobbra vágyó ember iránt. Legyünk Isten eszközei, hogy üzenetét továbbadjuk!

Az angol eredetit a *Review&Herald* bocsátotta rendelkezésünkre.

A kötethez neves orvosok, biológusok adtak tanácsot és segítséget. Örömmel fogjátok felfedezni azokat az ismerős neveket, akiket már korábban megtanultunk tisztelni szolgálatukért, tudós tevékenységükért.

E. Kökényes Zsuzsa
Advent Kiadó