

Господ на нашите тела (а всяко тяло е храм!)



„Или не знаете, че вашето тяло е храм на Светия Дух, който е във вас, когото имате от Бога? И вие не сте свои си, защото сте били с цена купени; затова прославете Бога с телата си.“ (1Кор.6:19,20)

ЗА КАКВО СТАВА ВЪПРОС

Кол. 3:23

Работя в библиотека. Редовно пристигат заявки за абонамент за списания. Отговарям за това да ги подреждам и каталогизирам. Имаме най-различни заглавия: - всичко от „Тайм“ и „Нюзуйк“, до „Психологията днес“ и „Животът на Марта Стюърт“. Всички периодични издания имат нещо общо помежду си - редовно включват статии за здравето. Това става под различна форма: едно списание разглежда най-новите тенденции в областта на диетите и диетичните продукти; друго предлага фитнес програми, а останалите - някакви други аспекти на здравето. Очевидно е едно - всички списания ясно разбират, че хората се интересуват от здравето си.

Но не става въпрос само за списанията. Магазини за „пълноценни храни“ и уеб-сайтове за вегетарианство никнат като гъби. Веганството и йогата набират все повече почитатели, които постоянно търсят нова информация. Появяват се цели индустрии, насочени към производството на нискокалорични продукти.

Какво е значението на нашите обширни познания за здравето?

На практика, това е безпрецедентна възможност да разпространим нашата здравна вест. Адвентистите могат да отговорят на много от въпросите на своите съседи и приятели, да насочат хората, които искрено търсят най-доброто. Но какво е значението на нашите обширни познания за здравето?

Ползата от следването на принципите на здравословния живот е значима, но за нас, християните, има нещо много по-важно, от това да имаме тяло, което изглежда и функционира добре. 1 Кор. 6:19, 20 ни казва, че телата ни са храм на Бога и ние трябва да Го прославяме с тях. Ние не прославяме Бог само с това, какво правим с телата си, но и какво правим за телата си.

Бог ясно ни показва, че за Него е важно как се грижим за телата си. Телата ни не са само наше притежание, както често се твърди в светските среди. Това как се отнасяме към тях, отразява и отношението ни към Господ Бог. Всъщност, това влиза в нашите задължения като Негови деца.

Бог ясно ни показва, че за Него е важно как се грижим за телата си. Телата ни не са само наше притежание, както често се твърди в светските среди. Това как се отнасяме към тях, отразява и отношението ни към Господ Бог. Всъщност, това влиза в нашите задължения като Негови деца.

Не ми е ясно как да постигна това? Призован съм: „Каквото и да вършите, работете от сърце, като на Господа, а не като на човеци“ (Кол.3:23), но как да го приложя за тялото си? Не получавам информация нито по колко упражнения на ден да правя, нито дали да изям тази пастичка, или да я оставя на баба. Как да взема съвета, който сме получили и да го приложя към днешната реалност?

Неделя
21 Август

По-важната причина да живеем здравословно

СЪРЦЕТО НА ПРОБЛЕМА

Изх. 20:2; Пс. 139:13-16; Йоан 1:1-4; 10:10; 1 Кор. 6:19, 20; 10:31; 12:1; Гал. 3:13; Кол. 1:16, 17; 1 Пет. 1:18, 19

Съществуват толкова причини да се грижим добре за здравето си! Някои от тях са лични: можем да живеем по-дълго, да намалим риска от заболявания (не е много забавно да си болен, нали?); чувстваме се по-добре, когато сме в добра физическа форма; по-привлекателни сме за околните; можем да играем любимите си спортове, да плуваме и караме колело, без да усещаме напрежение в колената и рамената - т.е. по-малко рискове и повече забавление - не рискуваме да изостанем в учението или да отсъстваме от работа заради болести. Не на последно място - като се предпазваме от болестите, ние спестяваме пари, нали?

Други причини за здравословен начин на живот имат по-мащабно

**Истинско изкушение е
да си представим Бог
като гръмовен глас,
угващ от мрака.**

проявление: можем да сме по-полезни за приятелите и семействата си, както и да се забавяваме с тях; чрез нашия пример можем да окуражаваме и други да живеят здравословно; да използваме

по-голямата си енергия, за да оказваме по-голямо влияние върху света, естествено - според целите, които си поставяме. Употребата на алкохол, тютюн, наркотици има сериозни последици за здравето, както и влияние върху хората около нас.

Здравословният живот има влияние и върху околната среда. Наскоро попълних в интернет кратък тест за моето собствено влияние върху околната среда. Проучването фокусираше вниманието върху нашия личен принос за замърсяването на природата. Но не беше само това - изненадах се колко много фактори са свързани със здравето - помислете за месояството, на фона на световния глад и замърсяване; за употребата на моторни превозни средства, вместо колело, или дори - ходене пеш; за всичките пари, изхарчени безмислено, включително и за безполезни лекарства - и как тези пари могат да се използват за помощ на хора, които наистина имат нужда от тях.

Накратко, доброто здраве е добро по много причини. Светът щеше да е по-щастливо и приятно място за живеене, ако бяхме по-внимателни към здравето си.

Всички тези причини са важни. Но Библията ни разква и други, много по-важни - Бог претендира, че ние сме Негов народ - Той ни сътвори и спаси.

Първата причина, поради която Бог претендира, че сме Негови е сътворението. Историята на Исус, разказана от Йоан, започва с напомняне, че Бог е Създателят. „То в начало беше у Бога. Всичко

това чрез Него стана; и без Него не е ставало нищо от това, което е станало.

В Него бе животът и животът бе светлина на човеците.” (Йоан 1: 2-4) Това е едно чудесно описание на Исус - Първоизточникът, Вечният Извор на живота. Истинско изкушение е да си представим Бог като нещо много далечно, като например гръмовен глас, идващ от мрака.

В Псалм 139:13-16, Давид ни рисува по-интимна картина: „Защото Ти си образувал чреслата ми, Обвил си ме в утробата на майка ми. Ще Те славя, защото страшно и чудно съм направен; Чудни са Твоите дела, И душата ми добре знае това. Костникът ми не се укри от Тебе, Когато в тайна се работех, И в дълбочините на земята ми се даваше разнообразната ми форма. Твоите очи видяха необразуваното ми вещество; И в твоята книга бяха записани Всичките ми определени дни, Докато още не съществуваше ни един от тях.” Това е един Бог, който се грижи и за най-малкия детайл от нашето тяло и живот. Този живот е дар от Господа и като такъв, трябва да се пази внимателно.

Втората причина е, че Бог е и Спасител. Преди Бог да определи правилата за добър живот, които сега ние познаваме като Десетте заповеди, Той постанови основата, върху която понататък да се гради връзката между Господ и Неговия народ. От планинския връх, той започна с „Аз съм Иеова, твоят Бог, Който те изведох из Египетската земя, из дома на робството” (Изх. 20:2). Той, също така припомня Сътворението в четвъртата заповед, свързана със Съботата (Изх. 20:8-11). Дори в този ранен етап, много от правилата, които Бог постанови, бяха свързани с физическото здраве - с такива детайли, като например кои са храните, които не са полезни, или иначе казано - нечисти (Левит 11).

Ранните християни в Новия завет, също били насърчавани: „вие не сте свои си”, казва Павел, „защото сте били с цена купени; затова прославете Бога с телата си.” (1Кор. 6:20). Заради това, което Исус е направил за нас, ние трябва да предоставим всяка част от живота си - включително тялото, силите и здравето - „в жертва жива, света, благоугодна на Бога” (Римл. 12:1).

Сътворението и Спасението са гостатъчни причини за Божията претенция към нашия живот. Принципите за добро здраве са доказателство, че Бог цели най-доброто за нас. Той иска да получим всички предимства, като живеем здравословен и добър живот. Божието намерение да дойде цели „да имат живот, и да го имат изобилно”. (Йоан 10:10) Това е още една причина светът да бъде по-щастливо и здраво място за живеене.

КАК МИСЛИТЕ?

1. Можете ли да добавите и други причини за пълноценен, здравословен начин на живот?

2. Какво е значението отдавате на Божията претенция здравето ни? Обяснете!

Понеделник
22 Август

Господ: Загължения на притежателя

СВИДЕТЕЛСТВО

1 Кор. 6:19, 20

На английски език думата „Lord“ има няколко значения - 1. господар, стопанин, повелител, владетел, крал, суверен, индустриален магнат, 2. лорд, пер, 3. Господ, Бог, 4. мъж, съпруг .

Исус е Господар, Бог на небето и Земята, владетел на всичко, включително и на нашата болка, нещастие и дълго страдание - дължащи се на непоправимите последици от греха и падението на човека. Тази феодална форма на зависимост, в която е изпаднало човечеството заради Сатана, създава необходимост да се намеси и Спасител. Но не какъв да е спасител, а такъв, който притежава суверенна власт над всичко - Владетел, Създател, Изкупител!

„Тъга изпълни небето, когато разбра, че човекът е загубен, а светът, който Бог създаде трябва да се изпълни със смърт, нещастие, болести и скръб. Нарушителят (всеки човек) не можеше да избегне наказанието за престъпленията си... Цялото семейство, потомство на Адам

**Тъга изпълни небето,
когато разбра, че
човекът е загубен**

трябваше да умре. Погледнах към Исус и усетих изражение на тъга и състрадание на Неговото прекрасно лице. След това Го видях да приближава невероятната блестяща свет-

лина, която обгръщаше Бог-Отец. Ангелът, който ме придружаваше каза, че Той има много близки отношения с Баща Си. Докато течеше разговора, тревозата сред ангелите все повече нарастваше. Три пъти, образът Му се губеше сред славния блясък, заобикалящ Бог-Отец, на третия път Той се отдели от светлината. Видях лицето Му - беше толкова спокойно, без капка напрежение или съмнение. Сияеше от благосклонност и обич, които думите не достигат да опишат. Тогаваше Той каза на ангелското войнство, че е проправен път за спасение на изгубения, паднал човек. Каза им, че е помолил Отца Си и е предложил да даде живота Си в замяна, да поеме смъртната присъда върху Себе Си, за да може чрез Него смъртните човещи да намерят прощение; чрез заслугата на Неговата кръв и послушание на Божия закон, да спечелят Божието благоразположение, да достигнат до прекрасната Едемска градина и да ядат от плодовете на дървото на живота.“ 1

„Първоначално, ангелите не можеха да се радват, защото техният Водач не скри нищо, а напротив - разкри целия спасителен план.“ 2

„Те предложиха своя живот. Исус им каза, че чрез Неговата кръв ще се спасят мнозина, че животът на един ангел не е достатъчен да плати дълга. Единствено Неговият живот е достатъчен пред Отца за изкупление на греховете на човека.“ 3

1. „Ранни писания“, стр. 149
2. Пак там, стр. 149, 150
3. Пак там, стр. 150

Има ли доказателства?

ЧЕРНО НА БЯЛО

Бит. 1:26, 27; 2:7; 9:6

Какви доказателства има, че телата ни са храм на Бога?

Телата ни извършват невероятно сложни живото-поддържащи биохимични процеси. Но, нека признаем - това не е някаква особеност, която ни отличава неимоверно много от останалите живи същества, нито пък ни дава гаранция, че сме богоизбрани.

„Както повечето животни и ние имаме своята биологична обвивка, която в нашия случай се състои от кости, органи, мускули, мазнини и кожа. Истината е, че в определени биологични аспекти ние дори изоставаме от някои животни. Кой може да се състезава по красота с пъстроцветния папагал Ара, или малката нощна пеперуга? Конят много лесно би ни надбягал, ястребът вижда много по-далеч от нас, кучето разпознава миризми и звуци, които ние изобщо не можем да усетим. Целият ни сбор от физически качества не е по-богоподобен от този на котката, например.“¹

Ако биологията не ни разделя, може би това е умственото ни превъзходство? Но най-вероятно е фактът, че Бог вдъхна живот в човека.

„Когато чух този стих като дете, си представих как Адам лежи на земята, оформен съвършено, но не и жив, Бог се навежда над него и извършва нещо като съживяване чрез дишане уста в уста. Тогава Бог вдъхва в

Целият ни сбор от физически качества не е по-богоподобен от този на котката.

него нов дух и го изпълва със Своя образ. Адам става жива душа, а не просто живо тяло. Божият образ не е толкова подредба на кожни клетки или телесна форма, а по-скоро положения в нас дух.“²

Може ли да се каже, че сме били с „мъртви съзнания“ - духовно неспособни да Го поканим да живее в нас - преди Бог да ни приложи това специално лечение? Дали то не подготвя телата ни да се превърнат в Негов храм? И ако Той трябва да бъде Господарят на нашия телесен храм, имайки предвид любовта, с която само Той може да се отнася към нас, не е ли нормално Бог да ни даде и право на избор Той да бъде нашия Господар, нашия Бог? Точно, както някои избират да станат притежание на демоните, не трябва ли и ние ежедневно да избираме да приемаме Бог в себе си? По този начин, ние довършваме процеса - приемаме Исус за господар, Бог в нашия храм.

1. Д-р Пол Бранд и Филип Янси, „По негов образ“ - 1984, стр.22

2. Там там

Сряда
24 Август

ВНИМАНИЕ! ЧАСТНА СОБСТВЕНОСТ!!!

ИМА КАК

Пс. 139:14, Римл. 8:5

Живеем в обществото на „бързия гостъп“. Телевизията и много други рекламни съобщения постоянно насочват вниманието ни към личното удовлетворяване. В 1Коринтяни 6:19,20, Павел казва, че телата ни са „храм на Светия Дух“. Ако телата ни принадлежат на Господ, няма място за стремежи към самоудовлетворение.

Какво задоволяване търсим? (а) сексуална неморалност; (б) вредни хранителни навици; (в) пристрастяване към различни вещества; (г) непълноценни забавления; (д) лош език, клюкарство, обиди. За съжаление, това са само някои от най-разрушителните сили, на които ставаме свидетели днес.

Как да се преборим с този стремеж?

1. Приемете Исус като източник на своето съществуване. Господ ни е създал с любов. Той ни познава отвътре и отвън. Той е определил целта ни още преди да сме се родили. Ние сме страшно и чудно създадени и трябва непрестанно да хвалим Бога за това (виж Пс. 139:14). Като признаем Христос за това, което е, ние можем

Живеем в общество на „бързия гостъп“.

да разберем и страданията, които Той е изтърпял заради нас. Чрез Своята доброволна жертва за нашите грехове, Христос ни дава възможност да се покаем и живеем вечно. Когато постигнем лична връзка с Него, ние ще се стремим да Го възхваляем във всичко - във всяка част от живота.

2. Отхвърлете грешните човешки желания. Това, че ние искаме нещо, не означава, че то е добро за нас. Ако живеем според грешното си естество, желанията ни ще целят собственото ни удовлетворяване. Ако живеем в съгласие със Святия Дух, съзнанието ни постоянно ще се стреми да удовлетвори нашия Създател. (виж Римл. 8:5)

3. Пазете пътищата към душата. Очите, ушите, устата и съзнанието командват действията ни. Бог очаква от нас да внимаваме повече какво гледаме или слушаме, къде и как прекарваме времето си, начина, по който се отнасяме с другите и какво говорим, както и с кого поддържаме връзка. Не трябва да се забравят и здравословния начин на живот, правилното хранене. Отделете си време да се храните правилно. Почивайте си достатъчно и правете упражнения.

Най-добрият пазач е Словото Божие. То е наш показател и напътствие за по-щастлив, здравословен и благодарен към Бога начин на живот. Като християни, които твърдят, че обичат Бога, ние трябва да придържаме телата си към по-висок стандарт на святост. Гледайте на тялото си като на частна собственост - Божия частна собственост.

КАК МИСЛИТЕ?

1. Какво е Вашето определение за благодарност към Бога, когато става дума за Вашия живот?

МОЕТО ЛИЧНО МНЕНИЕ

1 Коринтяни 6

Всеки иска да успее. Понякога се чувстваме така, като че сме се провалили. Успехът на християнина трябва да се съсредоточава в това да има постоянна връзка с Бога.

„Или не знаете, че вашето тяло е храм на Светия Дух, който е във вас, когото имате от Бога? И вие не сте свои си, защото сте били с цена купени; затова прославете Бога с телата си“ (1 Кор. 6:19,20).

Живеем в свят, който обръща внимание на тялото. Измислени са много продукти за разкрасяване, подмладяване и т.н. Почти всеки се интересува от физическото си здраве. Наблюдаваме нивото на холестерола и съответно намалявате употребата на сол. Е, ето и нещо ново, което трябва да имате предвид за Вашето тяло! В деня, когато сте приели християнството, се е случило нещо с тялото Ви! То е храм на Святия Дух. Той живее във Вас.

Когато станеш християнин, Святия Дух става част от теб. С други думи, твоеото тяло става храм на Бога.

Когато молим Исус да влезе в живота ни, Бог изпраща Святия Дух да живее в нас. Святия Дух подпечатва Божието притежание на нашето тяло, дух и душа. Тялото ни буквално става храм на Святия Дух. Всички знаем, че храмовете се използват за богослужение, затова и телата ни трябва да са отдадени в служба на Бога.

Бог изпраща Святия Дух да живее в нас.

Купени сме с цена, затова трябва да хвалим Бога с дух и тяло (1 Кор. 6). Колко лесно е казано в Библията! Исус казва: „Ако Ме любите, пазете заповедите Ми!“ (Йоан 14:15). Целта на Святия Дух е, да направи тялото ти част от Исусовото тяло, за възхвала на Бога.

Сексуалните грехове съсипват храма и разрушават тялото. В 18 стих, Павел изтъква, че сексуалният грях е грях срещу тялото ни. Последствията са отделяне от Бога, болести предавани по полов път, нежелана бременност и духовно объркване. Ако сте съгрешили сексуално в дела или мисли, вие можете да се отвърнете от греха, да се покаете и да се предадете отново на Бога. Въпреки че не можете да избезнете последствията от предишните си деяния отново можете да берете от плодовете на Божиите благословения, като решите да Го хвалите чрез телата си, СЕГА!

Предайте телата си на Бога и Го хвалете всеки ден.

КАК МИСЛИТЕ?

1. Какво означава да прославим Бога в телата и духа си?

ИЗСЛЕДВАНЕ

1 Кор. 6:19, 20

С ДВЕ ДУМИ

Да почитаме Бога включва всичко, което правим с телата си. Има много добри и основателни причини да се грижим за телата си. Ако всеки от нас се грижеше за здравето си светът щеше да е по-здрaво място. Исус, като Господар на небето и Земята, даде живота си откуп за човечеството. Когато ни възхна живот, Той ни превърна в живи души. Ние трябва да се откажем от постоянните си стремежи да задоволяваме личните си копнежи, и да възхваляваме Бог, като отхвърлим грешните си мисли и желания, и пазим душите си. Като нови създания трябва да прославяме Бога с телата и душите си всекидневно.

А ЗАЩО НЕ?

- Помислете върху това как се грижите за тялото си, храма на Святия Дух. Очевидно ли е за другите от това, как прекарвате ежедневието си, че Вие сте християнин? Какви доказателства могат да се намерят за Бога във Вашия физически, душевен, емоционален и духовен живот?
- Открийте 10 неща, които можете да направите, за да подобрите здравето си. Опитайте всяка седмица да прилагате по едно от тях. Отбелязвайте си всичко, за да следите резултатите.
- Правете списък на всичко, което влиза в тялото Ви през гения, включително храна, телевизия, това, което четете. В каква част от живота този ден бихте искали да присъства Христос?

ПОЛЕЗНИ ВРЪЗКИ

Диета и храна

Крис Ракър - Адвентната диета

Джон Макгуъл - Програмата Макгуъл: Десет стъпки към истинското здраве