

Tak naprawdę, każdy, kto korzysta z takich substancji, nie tylko szkodzi sobie, lecz także zwiększa ryzyko uzależnienia wśród bliskich. Bóg widzi całe cierpienie spowodowane przez narkotyki (zarówno legalne jak i te nielegalne) i chce, abyśmy czcili Go oraz wyświadczali sobie i naszym bliskim największą przystęłość przez konsekwentne unikanie ich.

Osobiste zastosowanie

- Co uświadomiłeś sobie dzięki temu studium biblijnemu?
- **Co chcesz wziąć do swojego osobistego życia wiary?**
- **Czy Bóg przekonuje cię do tego, byś coś zmienił w swoim życiu? W jakich aspektach?**
- Jakie decyzje pragniesz podjąć, aby zastosować to w swoim życiu?
- **Jak chcesz wprowadzić w życie to, czego się dziś nauczyłeś?**

LB 35: CAŁOŚCIOWA KONCEPCJA ZDROWIA

Cele

- **Wyjaśnić, na czym według Biblii polega całościowa koncepcja zdrowia i dlaczego Bóg jest zainteresowany każdym aspektem naszej istoty.**
- **Przekazać, że Bóg pragnie, abyśmy jak najlepiej dbali o nasze zdrowie.**
- **Wy tłumaczyć, dlaczego wszelkiego rodzaju narkotyki są dla nas złe.**
- **Zachęcić do podjęcia decyzji, by czcić Boga poprzez odpowiedzialne podejście do zdrowia oraz unikanie wszelkiego rodzaju narkotyków.**

Wprowadzenie

Bóg kocha nas jako swoje dzieci i pragnie, abyśmy byli zdrowi. Dlatego też w Biblii zawarł nie tylko informacje na temat zbawienia, ale także przekazał sporo wskazówek dotyczących zdrowia. W wielu miejscach Biblii Bóg mówi o zdrowym stylu życia, zwyczajnie dlatego, że chce dla nas jak najlepiej. Kiedy przyglądamy się temu, w jaki sposób Jezus pomagał ludziom, to widzimy, że zawsze patrzył na nich całościowo. Poniższa historia wyraźnie to ukazuje.

Ewangelia Marka 5,24-34

- Czego dowiadujemy się o kobiecie cierpiącej na krwotok? **W jakim stanie przyszła do Jezusa? Jak się czuła fizycznie, psychicznie, duchowo?**

[Pokaż osobie ilustrację przedstawiającą wszystkie aspekty zdrowia i zapytaj, które z nich zostały dotknięte przez jej chorobę. Odpowiedź jest oczywiście taka, że każdy aspekt ucierpiał].

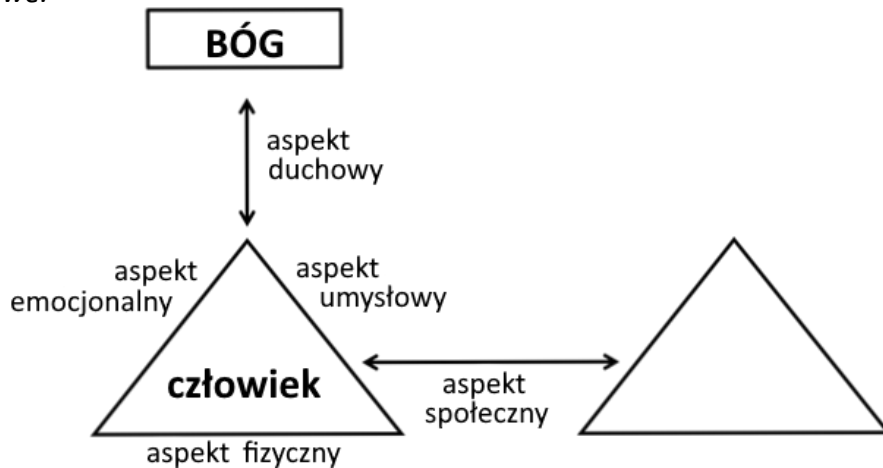
- **Co zmieniło się, kiedy dotknęła Jezusa?**
- Czego dowiadujemy się z tej historii o Jezusie?
- **Dlaczego Jezus nie pozwolił tej kobiecie tak po prostu odejść, po tym jak została uzdrowiona? Dlaczego dla Jezusa było ważne, aby ona publicznie wyznała swoją wiarę?**

Ta kobieta była nie tylko chora fizycznie, ale była także głęboko zraniona emocjonalnie i doświadczała wykluczenia społecznego. Biorąc pod uwagę fakt, że choroba w tamtym czasie była często postrzegana jako kara od Boga, staje się jasne, że miała również problemy duchowe.

Jezus widział to wszystko i pragnął uzdrowić ją w każdym z tych aspektów: fizycznie, umysłowo, emocjonalnie, duchowo oraz społecznie. Ze względu na takie postrzeganie człowieka Jezus nigdy nie oddzielał uzdrawiania od głoszenia ewangelii i uczył swoich uczniów, aby Go w tym naśladowali (Ewangelia Mateusza 9,35; 10,1.7-8).

- **Jak myślisz, co czuła ta kobieta, kiedy usłyszała słowa Jezusa: „Córko, wiara twoja uzdrowiła cię”?**

Bóg stworzył człowieka jako całość składającą się z różnych aspektów: fizycznego, umysłowego, emocjonalnego, duchowego i społecznego. Te pięć obszarów oddziałuje na siebie nawzajem. Jeśli dana osoba jest chora umysłowo, to ma to wpływ na jej ciało, emocje, relacje i wiarę. Biblia jasno opisuje związek pomiędzy tymi aspektami. Prawdą jest, że tylko te osoby, które są zdrowe we wszystkich pięciu obszarach, czyli całościowo, są naprawdę zdrowe.



W jaki sposób poniższe teksty biblijne opisują tę całość? **Co mówią o tym, jak Bóg chce odmienić nasze życie?**

- 1 List do Tesaloniczan 5,23-24
- 3 List Jana 2

Biblia w wielu miejscach ukazuje związek między ciałem, duszą, duchem i naszymi relacjami z innymi ludźmi. Zdrowy jest tylko ten, kto jest taki całościowo, czyli w każdym z podanych aspektów (zob. także Psalm 32,1-5; Księga Przysłów 3,5-8; 16,24).

Nasze zdrowie jest darem od Boga! Dlatego ważne jest, abyśmy właściwie o nie dbali. Jak powinniśmy postępować z naszym ciałem?

- List do Rzymian 12,1-2
- 1 List do Koryntian 6,19-20

Nasz styl życia wpływa na nasze zdrowie bardziej niż cokolwiek innego. Szczególnie szkodliwe są wszelkiego rodzaju narkotyki. Niszczą one wszystko, co czyni życie pięknym: nasze zdrowie, nasze relacje, nasz charakter. Prowadzą do uzależnienia oraz pozbawiają człowieka wolności i godności. Przeczytaj poniższe wersety biblijne i zapisz, co mówią o zażywaniu substancji zmieniających świadomość!

- Księga Przysłów 20,1
- Księga Przysłów 23,29-35
- List do Efezjan 5,18
- 1 List Piotra 5,8

Jezus chce, abyśmy byli wolni i czcili Go całym sercem i umysłem (Ewangelia Jana 8,34-36; Ewangelia Mateusza 22,37). Właśnie dlatego wszystko, co zaciemnia nasze umysły, szkodzi naszemu ciału i prowadzi do uzależnienia, jest złe. Do tej kategorii należą zarówno te legalne substancje, takie jak alkohol, nikotyna, kofeina i teina, jak i wszystkie nielegalne narkotyki. Fakty mówią same za siebie:

- Alkohol jest największym wrogiem człowieka. Niezliczone rodziny zostały przez niego zniszczone. Spożywanie alkoholu powoduje mnóstwo chorób i okrada ludzi z wolności.
- Palenie jest największym, możliwym do uniknięcia, zagrożeniem dla zdrowia. Powoduje raka, zawały serca i przedwczesne porody.
- Kofeina i teina działają jak bicz. Zmuszają ciało do aktywności, nie dostarczając mu żadnej energii. Spożywanie kofeiny i teiny może prowadzić do zaburzeń snu, nadpobudliwości, arytmii serca i uzależnień.
- Narkotyki zmieniają świadomość, uzależniają i prowadzą do przedwczesnej śmierci.