

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 takie legalne substancje, 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.*

Tak naprawdę każdy, kto korzysta z powyższych 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 wyświadczyli sobie i naszym bliskim największą przysługę przez konsekwentne unikanie ich.

Mój krok z Jezusem

Co uświadomiłeś sobie dzięki temu studium biblijnemu? Jakie decyzje pragniesz podjąć, aby zastosować to w swoim życiu?

Całościowa koncepcja zdrowia

Boże zasady zdrowia

Kroki z Jezusem #34

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

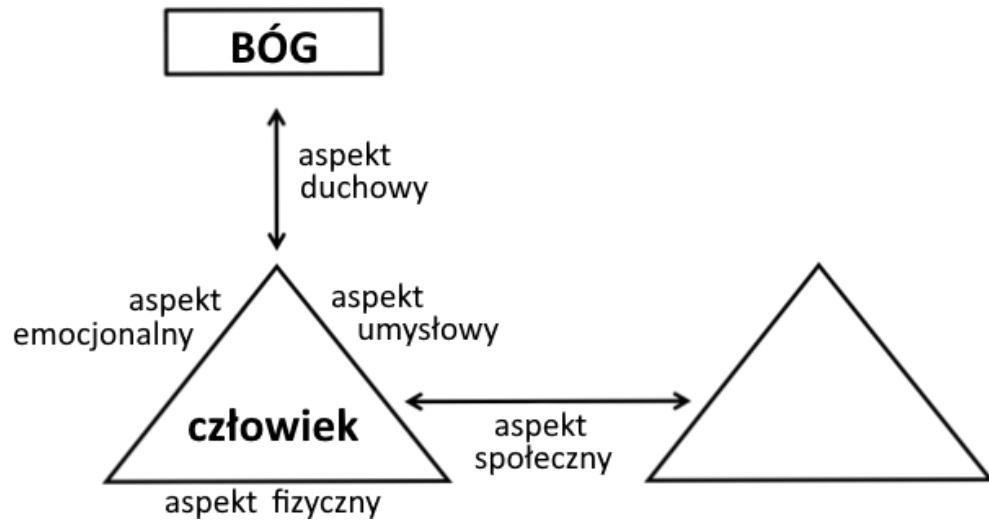
Czego dowiadujemy się z tej historii o Jezusie?

Czego dowiadujemy się o kobiecie cierpiącej na krwotok?

Dlaczego Jezus nie pozwolił tej kobiecie tak po prostu odejść, po tym jak została uzdrowiona?

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).

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?

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: _____
