

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 wyświadczyli sobie i naszym bliskim największą przysługę 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?
- Czy chcesz czcić Boga przez odpowiedzialne podchodzenie do zdrowia oraz unikanie wszelkiego rodzaju używek?

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 używek.

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].

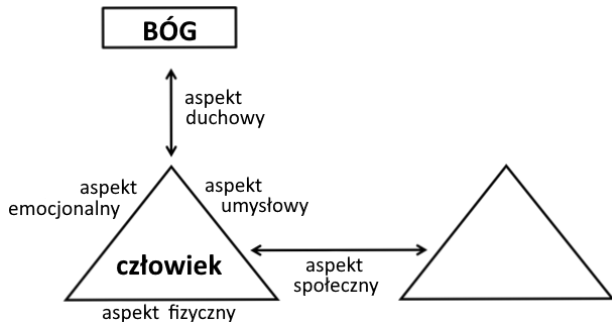
- Co zmieniło się, kiedy dotknęła Jezusa?
- Czego dowiadujemy się z tej historii o Jezusie?
- Dlaczego Jezus nie pozwolił tej kobiecie tak po prostu odejść, po tym jak została uzdrowiona? Dlaczego dla Jezusa było ważne, aby ona publicznie wyznała swoją wiarę?

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 Przystów 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 Przystów 20,1
- Księga Przystów 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.*