

A black fountain pen with a silver nib is positioned diagonally across the frame, resting on a page of handwritten text in cursive. The background is a blurred image of the same page, creating a sense of depth. The entire image is framed by a thin black border.

KŘEŠŤANSKÁ STŘÍDMOST

Ellen G. Whiteová

Obsah

1. Křesťanská střídmost.....	4
Všeobecné zásady.....	4
2. Naše rozumné sloužení Bohu.....	7
3. Vliv dráždidel.....	11
4. Účinek správného způsobu života.....	18
5. Upřednostňované způsoby života.....	25
6. Domácí výchova.....	27
7. Ženy, přetížené v obsluhování domácnosti.....	33
9. Odpovědnost rodičů.....	35
9. Vychování a zdraví.....	38
10. Oděv.....	40
11. Péče o všeobecné zdravotnictví.....	45
Vliv ducha na tělo.....	48
Důležitost čistého, čerstvého vzduchu.....	48
Domácí péče o zdraví.....	49
12. Mylná představa o zkušenostech.....	52
13. Můžeme se dotazovat o radu spiritistických lékařů?.....	53
14. Nynější povinnosti.....	56
15. Duchovně opojení.....	59
16. Mravní čistota a bezúhonnost.....	61
17. Čistota těla prospívá i čistotě srdce.....	68
18. Naděje i pro ty, kteří jsou v pokušení si zoufat.....	71
19. Fragmenty.....	73

(PO ÚPRAVÁCH BEZ KONTROLY)

Název anglického originálu: *CHRISTIAN TEMPERANCE AND BIBLE HYGIENE (1890) – CTBH*

1. Křesťanská střídmost

Všeobecné zásady

Člověk vyšel z ruky svého Stvořitele – úžasně – zformován, jak postavou, tak i svým ústrojím. A když po šest tisíc let vzdoroval ustavičně se vzdmáhajícím nemocem a zkaženosti, je to zřejmým důkazem, kolik mohl snést, protože byl tak předivně stvořen. Ačkoliv se lidé před potopou všeobecně zjevně oddávali hříchu, přece to trvalo více než dva tisíce let, aby na nich bylo poznat porušení přírodních zákonů. Kdyby byl býval Adam neměl více tělesné síly, než mají současní lidé, bylo by lidské pokolení již dávno vyhynulo. *CTBH 7.1*

Lidská pokolení, jak za sebou následovala od potopy, upadala vždy hlouběji, slábla a nemoci předcházely z rodičů na děti. Ano, i kojenci trpěli a trpí pro hříchy svých rodičů. *CTBH 7.2*

Mojžíš, první dějepisec, zaznamenal dost přesné zprávy o společenském i rodinném životě v dřívějších dobách, ale nikde nečteme, že by se bylo narodilo dítě slepé, hluché, zmrzačené nebo slabomyslné. Také nečteme zprávy o přirozené smrti kojence, dítěte nebo mladého muže. Záznam o úmrtí v Genesis zní: „*A bylo všech dnů Adamových, ve kterýchž byl živ, devět set a třiceti let, i umřel.*“ – „*I bylo všech dnů Setových devět set a dvanácte let, i umřel.*“ (Gn 5,5.8) O jiném je psáno: „*A umřel Abrahám ve starosti dobré, stár jsa a plný dnů.*“ (Gn 25,8) Bylo to něco neobvyčejného, když syn zemřel dříve než otec, že to bylo uznáno za vhodné zaznamenat: „*Umřel pak Háran dříve, nežli Táre, otec jeho.*“ (Gn 11,28) Praotcové od Adama až do Noé žili skoro tisíc let; od těch dob průměrná stáří člověka stále klesalo. *CTBH 7.3*

Již při prvním příchodu Kristovu na tento svět bylo lidstvo tak zdeptáno, že nejenom staří, ale i mladí lidé ze všech měst byli přinášeni k Spasiteli, aby je uzdravil z jejich nemocí. Mnozí vzdychali pod tíhou nepopsatelné bídy. *CTBH 8.1*

Porušování zákonů přírody, jenž mělo za následek utrpení a předčasnou smrt, tak dlouho se rozmáhalo, až se na následky pohlíželo jako na úděl člověka. K tomu však Bůh člověka nestvořil. Všecky ty okolnosti, jak je nyní spatřujeme, nejsou dílem prozívatelnosti Boží, nýbrž jsou vinou člověka, a špatné zvyky jsou jejich příčinou. Člověk přestoupil zákony, které mu Bůh dal k zachování své existence. Ustavičně si počínání proti zákonům přírody není nic jiného, než přestupování Božího zákona. Kdyby byli lidé vždy poslouchali příkazů deseti přikázání a jich zásady by ve svém životě uskutečňovali, nebylo by nyní kletby nemoci, pod kterou nařiká celý svět. *CTBH 8.2*

„*Zdaliž nevíte, že tělo vaše jest chrám Ducha svatého, kterýž jest ve vás? Kteréhož máte od Boha a nejste sami svoji. Nebo koupeni jste za mzdu. Oslavujtež tedy Boha tělem svým i duchem svým, kteréžto věci Boží jsou.*“ (1 K 6,19.20) Jestliže si někdo zvolí způsob života, který ničí jeho životní síly a zatemňuje jeho rozum, hřeší proti Bohu svým tělem a svým duchem, které jsou Boží. *CTBH 8.3*

Ale přes to, že člověk tím zarmoutil Boha, zůstává Bůh k člověku svou láskou nakloněn. Nechává zářit světlo, aby lidé mohli poznat, že musí být poslušni přírodních zákonů, které ovládají jejich život, aby mohli žít dokonalý život. Je proto nezbytné, aby člověk krácel v tomto světle, používaje všech svých sil těla i ducha k oslavení Božímu. *CTBH 8.4*

Žijeme ve světě, který je nepřítelem spravedlnosti, čistoty povahy a zvláštního vzrůstu v milosti. Kamkoli pohlédneme, shledáváme nečistotu, zkaženost a hřích. V jakém opaku je to s dílem, které se v nás musí stát, dříve než obdržíme dar nesmrtelnosti! Boží vyvolení musí ze vši zkaženosti posledních dnů, která je obkličuje, vyjít bez poskvrny. Jejich těla musí být posvěcena a jejich duch čistý. Má-li toto dílo být dokonáno, musí se konat se vši vážností a rozumností. Duch svatý v nás musí zcela ovládnout a opanovat každý náš čin. *CTBH 8.5*

K velikému dílu, které má připravit lid na druhý příchod Páně, náleží také zdravotní reforma. Ona je s poselstvím třetího anděla tak úzce spojena, jako ruka s tělem. Zákon desatera je od lidí málo v úctě, a přece však Bůh nechce potrestat přestupníky tohoto zákona dříve, dokud by jim ještě jednou nedal výstražné poselství. Když muži i ženy hoví zkažené chuti, nebo náruživostem, porušu-

jí nejen zákon přírodní, ale především zákon Boží. Proto nám Bůh ukazuje, jak si své zdraví máme zachovat a opatrovat, abychom poznali, jak je to hříšné, když přestupujeme jeho zákony. Náš Otec nebeský vidí politováníhodný stav lidstva, které – mnohdy nevědomě – činí proti zásadám zdravého způsobu života. A z lásky a soucitu k lidstvu nás osvěcuje, jak bychom si své zdraví mohli zachovat. Svůj zákon oznamuje trestem, aby všichni mohli poznat, co jest k jejich dobrému. Všecky rozumem obdařené bytosti mohou tomu rozumět, jestliže chtějí, a jen ty jsou za to odpovědný. Zdůrazňovat zákon přírodní i poslušnost tohoto zákona, je dílo, které jde ruku v ruce s třetím andělským poselstvím. *CTBH 9.1*

Nevědomost již není omluvou přestupování zákona. Světlo jasně září a nikdo nemusí být v temnotě, neboť všemohoucí Bůh je sám učitelem lidí. Všichni jsou nejsvětějšími povinnostmi zavázáni věnovat sluch nebeskému naučení a drahocenným zkušenostem, které jim Bůh dává k zachování jejich zdraví. Úmyslem Božím je, aby toto světlo bylo ukázáno lidem a byl jim dán podnět, aby je zkoušeli; neboť lidé, kteří jsou pod mocí hříchu a zhoubných zvyků, nedovedou ocenit svou pravdu. Kdo se nechá poučit o tom, jak na jeho zdraví působí hříšné uspokojování a podrobí se této reformě, byť i ze sobeckých důvodů, může tím přijít do takového postavení, že jeho srdce může být získáno pro pravdu Boží. Naproti tomu jsou takový, kteří již přijali biblickou pravdu do takové míry, že zdravotní otázka bude mít vliv na jejich svědomí. Vidí a cítí nezbytnost zbavit se nesprávného způsobu života a tyranských zvyků. Jsou mnozí lidé, kteří by přijali pravdu Boží, neboť jsou pádnými důkazy přesvědčení, ale jejich rozum je ovládán tělesnými žádostmi, které volají po uspokojení, a pravda je zavržena, protože je v rozporu s jejich žádostmi. Někteří klesají tak hluboko, že Bůh nemůže pracovat s nimi, ani pro ně. Směr jejich smýšlení musí být změněn, jejich duchovní citění musí být probuzeno, dříve než mohou přijmout požadavky Boží. *CTBH 9.2*

Apoštol Pavel napomíná věřící těmito slovy: „*Protož, prosím vás, bratří, skrze milosrdenství Boží, abyste vydávali těla svá v oběť živou, svatou, Bohu dobře libou, rozumnou službu svou.*“ Hříšné uspokojování poskvňuje tělo a činí člověka neschopného k uctívání v duchu. Kdo oceňuje světlo, které mu Bůh dal k zachování jeho zdraví, nalézá v tom velikou pomoc, aby pravdou byl posvěcen a připraven pro nesmrtelnost. Kdo však světlo zavrhuje a neposlouchá zákonů přírody, musí nést trest. Jeho duchovní síly budou otupeny, a jak může potom dosáhnout dokonalého posvěcení v bázi Boží? *CTBH 10.1*

Lidé znečistili tělo, které má být chrámem Ducha svatého, a Bůh je vybízí, aby procitli a všecky své síly vynaložili k opětovnému dosažení mužnosti, která byla dána od Boha. Jenom milost Boží může změnit srdce; jenom od Boha mohou otroci vášní obdržet síly, aby se vymanili z okovů, jimiž jsou spoutáni. Člověku jest nemožno vydati tělo Bohu v živou, svatou a příjemnou, dokud hovoří zvykům, které jej olupují o jeho tělesnou, duchovní i mravní sílu. Dále praví apoštol: „*A nepřipodobňujte se světu tomuto, ale proměňte se obnovením mysli své, abyste zkusili, jaká by byla vůle Boží dobrá, a dokonalá.*“ (Ř 12,1.2) *CTBH 10.2*

Když Pán Ježíš seděl na hoře Olivetské, poučoval své učedníky o znameních, která měla oznamovati jeho příchod: „*Ale jakož bylo za dnů Noé, tak bude i příchod Syna člověka. Nebo jakož za dnů těch před potopou jedli a pili, ženili se a vdávaly se, až do toho dne, když Noe vešel do korábu, a nevěděli, až přišla potopa a zachvátila všecky: tak bude i příští Syna člověka.*“ (Mt 24,37-39) Těch samých hříchů, které přivodili soud za dnů Noe, budou se dopouštět i nyní. Muži i ženy od dávají se jídlu a pití takovou měrou, že konečné následky toho jsou hýření a opilství. Tento vzrůstající se hřích, uspokojování choutek, opanoval jako vášně lidí za dnů Noé a způsobil velkou zkázu. Násilí a hřích dosahovali až k nebesům. Tato mravní zkaženost byla konečně se země shlazena potopou. Tytéž hříchy, hýření a opilství, ztupili smysl obyvatelů Sodomy, takže se zdálo, že hřích byl radostí mužů i žen onoho bezbožného města. Kristus varuje svět slovy: „*A podobně, jak se dělo za dnů Lotových: Jedli, pili, kupovali, stavěli. Ale dne toho, když vyšel Lot ze Sodomy, dštil ohněm a sirou z nebe, a zahladil všecky. Tak nápodobně bude v ten den, když se Syn člověka zjeví.*“ (L 17,28-30) *CTBH 11.1*

Těmito verši nám dal Kristus zvlášť důležitou výstrahu. Chtěl nám ukázati ono veliké nebezpečí, jestliže jídlo a pití pokládáme za hlavní věc. Ukazuje nám následky bezuzdného uspokojování choutek. Mravní cit bývá otupen, takže se hřích nezdá býti hříchem. Zločinnosti jest málo dbáno a

náruživosti se vzímají, až konečně všechny dobré zásady a pohnutky jsou vymýceny a Bůh jest tupen. Takové jsou následky nemírného jídla a pití. Ale podle předpovědění Pána Ježíše má se právě těmito okolnostmi vyznamenávat doba, když On přijde po druhé. *CTBH 12.1*

Spasitel nám vztyčuje před náš zrak vyšší cíl, o který máme usilovati, nejenom co bychom jedli a pili, anebo čím se odívali. V jídle pití a odívání se lze viděti takové upřílišování, že je to hříchem. Právě těmto hříchům bude hověno v posledních dnech a ony jsou znamením blízkého příchodu Pána. Čas, peníze a síla, které jsou Páně, ale od něho nám byli svěřeny, jsou používány na parádění a mlsy, aby bylo vyhověno choutkám. Tím však bude životní síla oslabena a zdraví otřeseno. Není možné vydati naše těla Bohu v oběť živou, když je hříšným uspokojováním ustavičně ničíme. *CTBH 12.2*

Musíme nabýti více známosti o tom, jak bychom měli jísti, pít a se odívat, abychom si zachovali zdraví. Nemoci jsou následky přestupování zákonů přírodních. Naši první povinnosti, kterou dlužíme Bohu, sobě samým a našim bližním, jest poslouchati přikázání Boží, a v nich jsou zahrnuty i zákony zdravotní. Jsme-li nemocní, ukládáme našim bližním těžké povinnosti a sami jsme neschopni splniti své povinnosti v rodině a k bližním. A jako následek přijde-li předčasná smrt, způsobujeme jiným zármutek a bolest. Své sousedy olupujeme o pomoc, kterou jsme jim mohli poskytnouti; svým rodinám odjímáme útěchu a pomoc, které se jim od nás mohlo dostat, a nepřinášíme Bohu službu, kterou On k svému oslavení od nás požaduje. Zdali tím v plném slova smyslu nepřestupujeme zákon Boží? *CTBH 12.3*

Bůh však jest milosrdný a soucitný, a vzejde-li světlo těm, kteří se hříšným uspokojováním hanobili, a litují-li toho, chce je milostivě přijmouti. Ale jakou nevýznamnou a ničemnou obětí jest naše tělo, i v tom nejlepším stavu, má-li býti přineseno Bohu v oběť čistou a svatou! Ó jak neko-nečná je to láska, že nepohrdá ubohým zbytkem těla trpícího a pokání činícího hříšníka! Veleben buď Bůh, který zachraňuje takovéto duše, třeba jako skrze oheň! *CTBH 13.1*

Zbožné obcování neškodí zdraví, takovou domněnku může dáti člověku jenom satan. Náboženství podle Bible není škodou pro tělo ani pro ducha. Působení Ducha svatého jest nejlepším lékem proti nemoci. V nebesích panuje zdraví a čím více jsou oceňovány nebeské síly, tím jistější bude uzdravení věřícího, který jest nemocen. Právě zásady křesťanské způsobují všem radost, kterou nelze vylíčiti, neboť náboženství jest ustavičně prýstící pramen, z něhož může křesťan čerpati, kdy chce, a nikdy jej nevyčerpá. *CTBH 13.2*

Spojení mezi smýšlením a tělem jest velice úzké. Jakmile trpí jedno, pocítuje to i druhé. Podstata smýšlení působí na tělesné zdraví. Když mysl dobrým svědomím a konáním dobrého jiným jest volná a veselá, způsobuje to radost, kterou lze pozorovati v celém těle volnějším oběhem krve a obživením celého těla. Požehnání Boží jest léčivá síla, a ti, jejichž život jest vyplněn dobřediněním jiným, zakusí ono požehnání v srdci i v životě. *CTBH 13.3*

Pakliže lidé, kteří si libují ve špatných zvycích a hříšných žádostech, uposlechnou božskou pravdu a přijmou ji do svého srdce, jsou v nich probuzeny mravní síly, které se zdály býti jako odumřelé. Dostává se jim mocnějšího a jasnějšího rozumu nežli dříve, dokud nestáli na živé skále. Ba i jejich tělesné zdraví se zlepší, neboť jsou si jisti, že je Kristus přijal. Zvláštní požehnání Boží, které na nich spočine, jest již samo zdravím a silou. *CTBH 13.4*

Kdo jde cestou moudrosti a posvěcování, shledá, že „*pobožnost ke všemu jest užitečná a má nynějšího i budoucího života zaslíbení*“ (1 Tm 4,8). Pocítí pravou radost života a nebude znepokojován neužitečnými výčitkami za promarněné chvíle, aniž bude sužován temnými předtuchami, jakými je často trápen člověk světský, není-li uklidněn rozčilujícími zábavami. Pobožnost není v rozporu se zákony se zákony zdravotními, nýbrž je s nimi v úplné shodě. Bázeň Boží jest základem všelikého štěstí pravého. *CTBH 14.1*

2. Naše rozumné sloužení Bohu

„Protož prosím vás, bratří, skrze milosrdenství Boží, abyste vydávali těla svá v oběť živou, svatou, Bohu dobře libou, rozumnou službu svou. A nepřipodobňujte se světu tomuto, ale proměňtež se obnovením mysli své, abyste zkusili, jaká by byla vůle Boží dobrá a libá a dokonalá.“ (Ř 12,1.2)

CTBH 15.1

V Starém zákoně musila býti každá oběť bez vady. Podle uvedeného verše máme jakožto křesťané svá těla vydávati v oběť živou, Bohu dobře libou, kterou jest naše rozumná služba Bohu. Jsme dílem Božím. Když žalmista přemýšlel o tom, jak předivně stvořil Bůh lidské tělo, zvolal: *„Převelice divně sformován jsem.“* (Ž 139,14) Mnozí lidé jsou poučeni o vědě a znají nauku pravdy, ale nerozumějí zákonům, které ovládají jejich vlastní bytí. Bůh nám dal dary i schopnosti a naši povinnosti, jako synů a dcer Nejvyššího, jest, abychom je co nejlíp použili. Jestliže tyto síly ducha nebo těla zeslabujeme špatnými zvyky nebo uspokojováním převrácených žádostí, nebude nám možno oslavovati Boha, jak bychom to měli činiti. CTBH 15.2

Cenu lidské duše můžeme pochopiti jenom tehdy, uvážíme-li velikost oběti, která byla dána pro její vykoupení. Slovo Boží nám praví, že nejsme sami svoji, nýbrž že jsme draze koupeni. Naše nohy jsou postaveny na pevné půdě, čímž se nám dostává vysvobození z otroctví hříchu, které přišlo i na nás pádem v ráji. Hříchem Adamovým bylo celé lidstvo uvrženo do beznadějné bídy; ale obětí Syna Božího umožněna byla lidem druhá doba zkoušky. V plánu vykoupení jest předpověďeno zachránění pro všechny, kteří je chtějí pro sebe přijmouti. Bůh věděl, že člověk nemůže ve vlastní síle zvítězit a proto pro něho připravil pomoc. Jak vděční bychom měli býti, že pro nás byla učiněna cesta, kterou máme přístup k Otci a že dveře jsou dosud otevřeny, takže velebné paprsky nebeského světla ozářiti mohou každého, kdo je chce přijmouti. CTBH 15.3

Kristus začal dílo vykoupení právě tam, kde začala zkáza. Nejdříve byl pokoušen v tom, v čem zhřešil Adam. Tím, že satan pokoušel lidstvo žádostí v jídle, získal jich veliký počet a protože měl úspěch, domníval se, že jest vládcem tohoto padlého světa. Kristus však byl mocem odporovati jemu a satan musel ustoupiti jako poražený nepřítel. Kristus pravil: *„Nic nemá na mě.“* (J 14,30) Jeho vítězství nám dává jistotu, že také my můžeme ze všech bojů s nepřítelem vyjít jako vítězové. Ale náš Otec nebeský nechce nás zachrániti, aniž bychom působili s Kristem. Musíme vykonati náš podíl; potom božská síla, spojená s našim úsilím, bude vítězit. CTBH 16.1

Nestřídmost shledáváme všude, kamkoli přijdeme. Ale tažme se sami sebe, co činíme proti tomu, abychom vysvobodili duše z moci pokušení? Satan je stále na stráží a usiluje, jak by lidstvo plně přivedl pod svou vládu. Nemírným jedením i pitím tento nepřítel opanovává lidi nejvíce a hledí je dráždit všelijakým způsobem. Všecka nepřirozená dráždidla jsou škodlivá a vzbuzují žádost po zdánlivě silnějších nápojích. Jak můžeme lid o tom poučiti a zabrániti hrozným hříchům, které jsou jako následky? Učinili jsme všechno se zřetelem k tomu, co jsme mohli učiniti? CTBH 16.2

Někteří snad řeknou, že je nemožné, pijáka napravit, že všechno úsilí vždy bylo na něm marné. Třeba ne všechny můžeme napravit, kteří tak daleko zašli, tedy přece něco nám lze učiniti, abychom zabránili vzrůstu tohoto zla. Proto vybízím rodiče, aby již při svých dětech započali a dávali jim správné vychování. Vychovávajíte je tak, aby měli ušlechtilé vyrovnanou, neoblomnou povahu, aby těm hříchům, které se kolem nich vyskytují, mohly klásti odpor. Jistému sebeovládání musí se malé dítě učit již v náručí matčině. Ono musí se učit ovládati prudkou povahu tělesnou, svou vlastní vůli podřizovati a škodlivým náklonnostem klásti odpor. CTBH 16.3

Učte své děti, aby měli v ošklivosti všecka dráždidla. Mnozí dráždí svou náklonnost k takovým věcem, aniž by si toho byli vědomy. Pozorovala jsem, jak opatrovnice dětí dávaly nevinným malým dětem pít trochu vína nebo piva, čímž bývá živena chuť pro taková dráždidla. Čím starší pak tyto děti jsou, tím více se učí býti závislé na těchto věcech, až konečně dospějí tak daleko, že jsou přemoženy a bez jakékoliv pomoci, jako pijáci klesají do hrobu. CTBH 17.1

Ale nejen tím bývá porušován smysl chuti a stává se osidlem. Také často i pokrm přispívá k tomu, že probouzí žádostivost po zdánlivě silných nápojích. Pamlsky, které dráždí chuť, bývají předkládány dětem, jako na příklad kořeněné pokrmy, tučné odvary masa, koláče a dorty. Tyto ko-

řeněné pokrmy dráždí žaludek a způsobují žádost po silnějších a silnějších dráždidlech. Chuť k jídlu u dětí je nejen drážděna nezdravými pokrmy a mimo to dovoluje se jim u stolu používat nejen co chtějí, nýbrž ony jedí také často mezi jídlem; a když potom je jim dvanáct nebo třináct let, mají slabý žaludek. *CTBH 17.2*

Možná, že jste viděli vyobrazení žaludku silného pijáka. Podobný stav bývá způsobem i dráždivou chutí po silné kořeněných pokrmech. Je-li žaludek v takové stavu, žádá vždy více, a to silnějších prostředků, aby ukojil chuť. A nejbližší následky toho budou, že uvidíte své synky, jak se učí kouřiti. Zprvu jest to obtížný úkol, tomu kouření se naučiti, protože z toho onemocní. A přece pokračují v té věci s takovou vytrvalostí, která by v jiném případě byla hodna pochvaly. Tabák zeslabuje nervy a otupuje city. Používá-li jej někdo, dostává žízeň a na zdánlivě silné nápoje a v mnoha případech je tím pak položen základ k opilství. *CTBH 17.3*

Požívání tabáku je škodlivý, drahý a nečistý návyk. Když Spasitel ve svém úřadě učitelském nám přikazuje, abychom dbali pravé svatosti, sobě odpírání a střizlivosti, navrhuje též zároveň tento ošklivý návyk. Uvážíme-li, jak Pán Ježíš na poušti dlouho lačněl, aby mohl utlumit moc žádostivosti jídla, tedy zajisté musíme se tomu jen divit, že ti, kteří se nazývají jeho následovníky, mohou sloužiti tomuto návyku. Oslavují-li lidé tím Boha, když své zdravé síly tak zeslabují a svůj mozek uvádějí v nepořádek, lpí-li na tomto otupujícím jedu? jaké právo mají, tak znetvořiti obraz Boží? Co praví apoštol o tom? „*Protož prosím vás bratří, skrze milosrdenství Boží, abyste vydávali těla svá v oběť živou, svatou, Bohu dobře libou, rozumnou službou svou.*“ *CTBH 17.4*

Veliká odpovědnost spočívá na nás. Nemůžeme opravdově sloužiti Bohu, nevydáme-li své tělo v živou oběť. Nikdo nemůže býti ospravedlněn, znetvořuje-li toto podivuhodné, jemné tělo lidské. Počínáme-li si tak, musíme nejen sami tím trpěti, nýbrž toto zlé dědičně přechází na naše děti. Pak se nedivme tomu, že takové děti se nebojí Boha, když se jim dostává takového dědictví. Jak často vidíme chlapce, třeba již osmileté, kteří již kouří. Když s nimi o tom mluvíme, řeknou: „Můj otec kouří také, a je-li to dobré pro něho, je to dobré i pro mne.“ Oni poukazují na kazatele nebo učitele a říkají: „Když takoví dobří muži kouří, pak smím to činiti také.“ Co jiného také můžeme očekávati od dětí, když dospělí jim dávají takový příklad? Kéž by se Bůh smíloval nad ubohými otroky, kteří jsou oddáni takovým žádostem! *CTBH 18.1*

Jak tabák, tak i domněle silné nápoje rozrušují nervy a zatemňují jemné síly citové, tak že otroci tohoto návyku nemohou rozeznati svaté od nesvatého. Příklad mravní porušenosti, způsobené vlivem opojného nápoje, shledáváme při Nádabovi a Abiu. Oni pili víno, prve nežli vstoupili do svatyně, aby vykonali povinnosti svého svatého úřadu. Následek toho byl, že nemohli rozeznati svaté od nesvatého. Proto byli usmrceni, jak čteme: „*Protož sestoupiv oheň od Hospodina, spálil je a zemřeli před Hospodinem.*“ Někteří snad řeknou: „Byli-li opilí a nemohli-li rozeznati tyto oba ohně, proč měli býti potrestáni?“ Lze říci, že když přiložili číši k ústům svým, tu již byli odpovědní za hřích, kterého se dopustili v tomto stavu. *CTBH 18.2*

Jak je to s námi zákonodárci? Když to bylo potřebné pro ty, kteří přisluhovali stánku úmluvy, aby byli při jasném rozumu, není-liž to pak nutné, aby zůstával jasný rozum i těch, kteří zákony sestavují a jsou jejich vykonavateli? Jak se to má se soudci a přísedními úředníky, kteří buď vládou nad lidmi k jejich blahu, anebo k jejich neštěstí, neboť mohou vynésti rozsudek buď odsuzující nad nevinnými, anebo naopak, zaslouženě obžalované osvoboditi? Nemají-li býti pány nad svými duchovními silami? Jsou střizliví ve svých návycích? Nejsou-li, tedy nehodí se k tomu, aby zastávali takový úřad. Nepodřizují-li své náklonnosti, tedy budou zeslabovány jejich duchovní síly a pak je tu nebezpečí, že nebudou si počínati správně. Není-li to namnoze hovění náklonnostem, které zatemňují ducha, jsouce nebezpečné za nynějších dnů zrovna tak, jako tehdy, když Bůh tato omezení ukládal těm, kteří zastávali tak svatý úřad? *CTBH 19.1*

Kristus bojoval proti přirozeným náklonnostem a odnášel si vítězství. I my též můžeme vítěziti v jeho moci. Kdo vejde branami do města? – Nebude to nikdo z těch, kteří tvrdí, že nemohou překonati moc takových žádostí. Kristus odolal tomu, který nás chce držeti v otroctví hříchu. Ač čtyřiceti denním postěním byl velmi zeslaben, bojoval proti pokušením a tím nám ukázal, že je tu naděje i pro nás. Víím, že my sami toliko nemohli bychom si odnésti vítězství, ale jak měli bychom děkovati Bohu za to, že máme živého Spasitele, který je ochoten nám pomoci! *CTBH 19.2*

Vzpomínám si na jeden případ, kdy jistý muž mne oslovil v jednom shromáždění. Tento muž byl požíváním (domněle) silných nápojů i tabákem skoro zmořený; chodil shrbený, následkem vedení nepořádného života a též jeho oděv byl ve shodě s jeho zchátralým stavem těla. Podle všeho, jak se zdálo, byl velmi pokleslý, aby ještě mohlo býti mu napomoženo. Ale když jsem mu řekla, že z moci zmrtvýchvstalého Spasitele může odolati pokušení, vzpřímil poněkud s jakýmsi chvěním a pravil: „Vy jste se mne ujala, proto chci si toho horlivě hleděti.“ Po šesti měsících přišel ke mně. Opět jsem ho nepoznávala. Jeho obličej zářil radostí a se slzami v očích chopil se mé ruky a pravil: „Vy mne asi opět nepoznáváte, ale vzpomeňte si na toho muže v starém, šedém kabátě, který ve vašem shromáždění povstal a sliboval polepšiti se.“ Byla jsem velmi překvapena. On stál přede mnou polepšený a vypadal o deset let mladší. Tehdy odešel ze shromáždění domů a celou noc strávil na modlitbě. Byla to noc boje, ale, Bohu díky, on si odnesl vítězství. Tento muž, mohl nyní vyprávěti o smutných zkušenostech otroctví tohoto zlého návyku. On dovedl varovati mládež před tímto nebezpečím, a těm, kteří jako on byli přemoženi, mohl poukázati na Pána Ježíše, jako na jediný zdroj pomoci. *CTBH 19.3*

Na svých cestách viděla jsem prostopášné hodování a opíjení se, a když jsem pozorovala ty následky neovládaného uspokojování zvrácených žádostí, též slyšela rouhavé rozpustilosti a zanedbání, ba dokonce opovrhování se vším tím, co je svaté, tu vzpomněla jsem si na rouhavou hostinu krále Balsazara, k níž byli pozváni tisícové z jeho mocných, předních lidí, žen a ženin. Při této hostině se pilo z nádob, posvěcených Pánu, zatím co účastníci chválili své bohy stříbrné a zlaté. Oni nevěděli, že neviditelný svědek slyšel každé slovo rouhavé a pozoroval každý nesvatý čin. *CTBH 20.1*

Zatím co toto rouhání bylo pácháno, viděl Balsazar nekrvavou ruku nepozvaného hosta. A tato ruka psala na obílené stěně slova, která se skvěla jako oheň. Tato slova byla velikému onomu množství sice neznámá, ale obsahovala předzvěsti hrozného osudu těchto, nyní svědomím mučených opilců. Jejich rozpustilosti bylo náhle konec, a chvěli se nevýslovnou úzkostí, když jejich oči spatřily písmo na stěně. Kde před několika ještě minutami jenom rozpustilé řeči bylo slyšení a rouhavé vtípy, tam bylo nyní vidět zbledlé obličejy a někteří křičeli, jsouce velmi zděšeni. Celým shromážděním se rozléhalo hlasité volání předchozího krále, aby někdo přišel a rozluštil to písmo. Všichni vědci v Babylóně byli povoláni, ale tento tajemný rukopis ani oni nemohli vyložit. *CTBH 20.2*

Tu si královna vzpomněla na Daniela, který před několika lety králi Nabuchodonozorovi jeho zapomenutý sen vyprávěl a význam jeho vyložil. Když prorok Boží stál před nádherně oblečeným, nyní zděšeným množstvím, připomenul králi hříchy Nabuchodonozorovy a pak ho káral pro jeho vlastní hříchy. Potom, když se obrátil ke stěně, četl poselství nebes. Ruka zmizela, ale čtyři hrozná slova stála tam napsána. Se zatajeným dechem poslouchal lid, jak Daniel vykládal ta slova: „*Mene, mene, tekel, ufarsin. Bůh sčítl království tvé, a ke konci je přivedl. Zvážen jsi na váze, a nalezen lehký. Rozděleno jest království tvé a dáno Médským a Perským.*“ (Da 5,25-28) *CTBH 21.1*

A tak jistě, jako svědek byl u hostiny Balsazarovy, tak jistě je svědek při každé rouhavé slavnosti a anděl, vykonáváje zprávu, píše: „*Zvážen jsi na váze a nalezen jsi lehký.*“ *CTBH 21.2*

Přes veliké úsilí, býti pánem nad nestřízlivostí, ona přece se úžasně rozmáhá. Nemůžeme ani dosti se vši vážností na to se vydati, abychom tomuto úžasnému rozmáhání se zabránili, padlým pomáhali a snažili se je uchránit pokušení. Našima vlastníma rukama můžeme činit jen málo, ale my máme jistého pomocníka. Nezapomínejme, že rámě Kristovo může dosáhnout i do největší hloubky lidské viny a porušenosti. On nám může pomoci, abychom odpírali i tomuto hroznému ďáblu – nestřídmosti. *CTBH 21.3*

Již z domu rodičovského si musí dítě zvykati mírnosti. Nejtěžší břímě spočívá na těch, kteří mají odpovědnost, vychovávat mládež a utvářeti jejich osobitou povahu. To jest dílo matek, ony mají učiti své dítky, aby si dobrému navykaly a aby se vynasnažily o čisté chování se, a tak si uchovály pravou mravní hodnotu duchovní. Učme je, aby se nedaly od jiných svést ke zlému, ani nepovolovaly špatnému vlivu, nýbrž aby jiné předcházely dobrým příkladem, aby ty děti, s nimiž se stýkají, byly zušlechťovány. Učte je, že budou-li ve spojení s Bohem, budou přijímati od něho moc, k odporování všelikému pokušení. *CTBH 21.4*

Na dvoře babylonském byl Daniel obklíčen velikým pokušením, ale s pomocí Boží uchoval svou čistotu. Kdo tvrdí, že se nemůže ubrániti pokušením přes veškerou moc, která je poskytována

jemu, toho jména nebude zapsáno v knihách nebeských jako vítěze. Pán nedopustí, tak silně pokoušet lidi, aby se naprosto nemohli ubránit hříchu. Boží moc je stále hotova posilovat a ochraňovat ty, kteří jsou učiněni účastníky božské přirozenosti. *CTBH 22.1*

Jsou jistě mocná pokušení, pocházející z porušené neboli zvrácené žádosti jídla, tak že jenom s pomocí Boží mohou být překonána. Ale při každém pokušení máme zaslíbení Boží, že jim můžeme uniknouti. Proč tak mnozí jsou přemoženi? Protože svou důvěru nevěkládají na Pána. Oni nepoužívají těch prostředků, které jsou jim poskytovány k jejich osvobození. Bůh nepřijímá žádné výmluvy stran nějakého hovění porušené chuti. *CTBH 22.2*

Daniel si vážil svých lidských schopností, ale nespolehal na ně. Jeho důvěra měla oporu v síle, kterou Bůh zaslíbil všem, kteří s pokorou se Jemu cele oddali. *CTBH 22.3*

On si pevně umínil v srdci svém, že se nebude poskvřovat pokrmem se stolu královského, ani vínem, které král pil; neboť věděl, že takový pokrm jeho tělesným silám nebude prospívat, ani nemůže přispívat k rozhojnění jeho duchovních schopností. Nechtěl tedy pít ani víno, ani požívat některá nepřirozená dráždiva; on nechtěl činit něco takového, co by jeho rozum zatemňovalo, a Bůh obdařil ho povědomostí a rozumností ve všelikém písemném umění a moudrosti, též vyrozumíváním všelikému vidění a snům. *CTBH 22.4*

V pozdějších letech těžce spočívala na něm péče o stát a byl nad míru zkoušen; ale byl posílen v boji proti všem těžkostem. On se uchopil pevně ruky té neskonalé moci a nechtěl být přemožen. Věděl, chce-li své dílo dobře konat, že jest jemu třeba pomoci Boží. On zakusil, že ve svých útrapách a pokušeních ani jednu hodinu by nemohl obstát bez Boha. Modlíval se třikrát denně a Bůh vyslyšel jeho modlitby. Nebeský svědek znal pohnutky Danielovy, a když se Daniel postavil na stranu Boží, aby chodil po jeho cestách, postavil se Pán na stranu Danielovu, aby ho ochraňoval. *CTBH 23.1*

Ve své mladosti byl Daniel od svých rodičů přidržován k Přísné střídmosti. Oni ho poučovali, aby ve všech svých návycích dbal přírodních zákonů, a on věděl, že jídlo a pití mají veliký vliv na jeho síly po stránce duchovní, tělesné i mravní, a že musí jednou vydati počet Pánu ze svých schopností. Proto jako za dar Boží pokládal tyto schopnosti, které žádným způsobem svého počínání si nesmí poškozovat. Následky tohoto vychování byly ty že zákon Boží byl napsán v jeho mysl i do jeho srdce. V první době svého vězení musil Daniel vytrpět zkoušku, která jej obeznámila s královskou slávou, pokrytectvím i pohanstvím. To byla věru zvláštní škola, aby ho vyzbrojila pro život střídlivosti, pilnosti a věrnosti. A přece zůstal neposkvřen tím zlem, které ho obkličovalo. *CTBH 23.2*

Tyto zkušenosti Danielovy a jeho mladých druhů poskytují nám důkazy o přednosti prostého pokrmu, ukazující nám, co Bůh učiní pro ty, kteří s Ním chtějí mít účast na očistění a zušlechťení duše. Bůh poctil neboli oslavil Daniele i jeho druhy a byli jasným světlem na dvoře babylonském. *CTBH 23.3*

V tomto ději slyšíme hlas Boží, který nás jakoby osobně oslovuje a prosí nás, abychom byli též takovým světlem se zřením ke křesťanské střídlivosti, a abychom se podřizovali zákonům zdravotním. *CTBH 23.4*

Chceme přece mít účast na věčném dědictví, na místě v království Božím, kde nic nečistého již nebude. Všichni, kteří vyznáváme jméno Ježíšovo, chodme tak, abychom příkladem, jakož i slovy dokazovali zásady pravého života. „*Protož prosím vás, bratří, skrze milosrdenství Boží, abyste vydávali těla svá v oběť živou, svatou, Bohu dobře libou, rozumnou službu svou.*“ *CTBH 24.1*

3. Vliv dráždidel

„Nevíte-li, že ti, kteří běží o závod, všichni sice běží, ale jeden dostává cenu vítězství? Tak běžte, abyste dosáhli. Každý však, kdo závodí, zdržuje se všeho, a činí to, aby obdržel věnec porušitelný, my však neporušitelný.“ (1 K 9,24.25) CTBH 25.1

Zde jsou ukázány dobré následky sebeovládání a střizlivého způsobu života. Apoštol Pavel použil rozličných her starých Řeků, jež oni konali na počest svých bohů, aby jimi vylíčil duchovní boj a jeho odplatu. Kdo se účastnil těchto her, byl držen v nejpřísnější kázni. Každé takové uspokojování, které by zeslabovalo tělesné síly, bylo zapovězené. Víno a pamlsky byly zapověděny a to jen proto, aby byly uchovány tělesné síly, srdatost a vytrvalost. CTBH 25.2

Bylo tehdy pokládáno za největší čest, dosíci ceny – věnce z pomíjitelných květin – které byly vítězi podávány s projevovanou pochvalou a potleskem. Mohl-li se takový účastník her tak mnohemu požitku odříci a uložit si takové sebezapření, aby takové pomíjitelné ceny dosáhl, oč větší by měla být oběť a sebezapření těch, kteří bojují o nepomíjitelnou korunu a o věčný život! CTBH 25.3

Je na nás, abychom konali práci zcela vážně. Naše chuť a všechny naše návyky i náklonnosti mají být ve shodě se zákony života a zdraví. Naše chuť a všechny naše návyky i náklonnosti mají být ve shodě se zákony života a zdraví. Tím nabudeme nejlepšího zdraví a uchováme si duchovní jasno, abychom mohli rozeznávat zlé od dobrého. CTBH 25.4

Abychom mohli správně rozumět otázce střidmosti, musíme o ní uvažovati se stanoviska biblického. Ale nikde nenajdeme tak vhodného příkladu pravé střidmosti a s tím spojeného požehnání, jako v příběhu Danielově i jeho hebrejských přátel na dvoře babylonském. CTBH 25.5

Když tito mladíci byli vyvoleni, aby „se učili písmu a řeči chaldejské“, aby „sloužili na dvoře králově“, měla jim denní jejich strava být dávana se stolu králova, jak z jeho pokrmů, tak i z jeho vína. „Ale Daniel uložil v srdci svém, aby se neposkrňoval pokrmem se stolu královského, a vínem, kteréž král pil.“ (Da 1,8) CTBH 26.1

Strava, pro ně určená, zahrnovala v sobě takové pokrmy, které v zákoně Mojžíšově byly prohlášeny za nečisté. Proto oni prosili správce nad dvořany, pod jehož dozorem byli, aby jim dával prostou stravu, ale on se zdráhal tak učiniti, protože se obával, že taková přísná zdrženlivost, jak oni navrhovali, by mohla působiti nepříznivě na jejich tělesné vzezření a on by pro to upadl v nemilost u krále. Ale Daniel prosil, aby to přece s nimi zkusil za deset dní. Tak se i stalo, a po desíti dnech bylo jejich vzezření mnohem krásnější a lepší, nežli všech jinochů, kteří jedli z pokrmu králových. V budoucnu se Daniel i jeho přátelé stravovali rostlinou stravou a pili vodu, jak prve žádali. CTBH 26.2

Nebyla to pýcha ani ctižádost těchto mladíků, která by je přivedla na královský dvůr a do společnosti s takovými lidmi, kteří neznali pravého Boha, ani se ho nebáli. Oni byli zajatci v zemi cizí a nekonečná Moudrost je tam přivedla. Když jejich věrnost tímto způsobem byla vyzkoušena, pokládali své postavení, spojené s mnohým nebezpečím i těžkostmi, jako od Boha dopuštěné a pak v báni Boží dospěli k tomuto rozhodnutí se. Ač byli v nebezpečí, že ztratí královu přízeň, přece se rozhodli zůstat věrni náboženství svých otců. Oni uposlechli Božího zákona, jak se zřetelem na zdraví, tak i na duchovní stránku, a požehnání Boží dodávalo jim tělesné zdatnosti, příjemnosti a rozumnosti. CTBH 26.3

Těmto mladíkům dostalo se v jejich dětství správného vychování a když teď byli odloučeni od tohoto posvěcujícího je vlivu rodiny, činili čest tomu poučení, přijatému ve své mladosti. Protože se cvičili v odpírání si, byli opravdoví, pilní a velmi vytrvalí. Lze říci, že nebyli puzeni pýchou nebo nepravou ctižádostí, nýbrž pohnutkou jejich počínání si bylo činiti čest svému opovrhovanému lidu a slavnosti svého Boha. CTBH 26.4

Když tito mladíci po uplynutí tří let byli od krále zkoušeni ve svých schopnostech, nebyl nikdo nalezen tak prospívající jako Daniel, Chananiáš, Mizael a Azariáš. Jejich jasná chápavost, jejich správná a znamenitá řeč, jejich rozsáhlé a rozličné vědění bylo důkazem o jejich duchovní síle a moci. „Král našel je ve všelikém slově moudrosti a rozumnosti, na kteréž se jich doptával, desetkrát zběhlejší nade všechny mudrce a hvězdáře, kteří byli ve všem království.“ CTBH 27.1

Ze všech zemí, které si tento veliký dobyvatel podmanil, byli shromážděni v Babylóně takoví mladíci, od nichž se mnoho očekávalo. Avšak mezi nimi všemi nebylo nikoho, kdo by se mohl rovnati těmto hebrejským zajatcům. Přímé držení těla, jistý, hbitý krok, jemný vzhled obličeje, jasný rozum, čistý dech, to všechno bylo zřejmým svědectvím o dobrém způsobu života a ukazovalo, jak příroda odměňuje ctí takové lidi, kteří jsou poslušni její zákonů. *CTBH 27.2*

Děj o Danielovi a jeho přátelích je v Písmě svatém uveden, aby byl požehnáním pro mládež všech věků. Co tito lidé učinili, mohou učiniti také jiní. Jako tito mladí Hebrejci odpírali velikým pokušením a vydávali dobré svědectví ve prospěch pravé střízlivosti, tak i nynější mládež může dávat podobné svědectví. *CTBH 27.3*

Měli bychom dobře uvážiti naučení, které nám je zde dáno. Není tak veliké nebezpečí, že bychom žili příliš šetrně, ale spíše naopak, že bychom něčeho mohli užívat nemírně, takové pokušení nás často zachvacuje. Jsme ustavičně pokoušeni k prostopášnosti. Ti, kteří chtějí své síly jako neumenšené zachovati pro Boží dílo, musejí býti přísní proti sobě a jen mírně požívat z darů od Boha tak hojně poskytovaných. Oni musejí upustiti ode všeho škodlivého a zeslabujícího uspokojování. *CTBH 27.4*

Vzrůstající pokolení je ze všech stran lákáno a drážděno. Zvláště v našich velikých městech se může dít uspokojování všelikým způsobem a všechno je nabízeno, nebo je činěno vábivé. Ti, kteří jako Daniel se nedají svést, budou sklízeti odplatu svého střízlivého způsobu života. Svou větší silou tělesnou a vytrvalostí nabudou hojnost síly, z níž budou moci bráti v době nejnnutnější potřeby. *CTBH 28.1*

Přirozený způsob života prospívá vývoji rozumu. Schopnosti ducha, tělesná síla a dožití se vysokého stáří jsou závislé na nezměnitelných zákonech. Stran této věci není žádné náhody. Bůh, vládce přírody, nezasahuje, aby lidi uchoval následků přestupování přírodních zákonů. To přísloví: „Každý svého štěstí jest strůjce“, obsahuje mnoho pravdy. Ač rodiče jsou odpovědní za vychování a povahu svých dětí, je přece pravda, že naše postavení a upotřebitelnost ve světě z veliké části závisí na našem vlastním způsobu počínání si. Danielovi a jeho společníkům se dostalo v jejich mladosti správného vychování, ale jenom skrze tyto přednosti nebyli by bývali nikdy tím, čím byli. Přišel čas, kdy sami osobně se museli rozhodovati a jejich budoucnost závisela na jejich způsobu počínání si. Tu se rozhodli, že zůstanou věrni těm naučením, jakých se jim dostalo v jejich mladosti. Bázeň Boží, která je počátkem všeliké moudrosti, byla základem jejich vynikajícího postavení. Duch svatý zesiluje každé dobré rozhodnutí se a každý šlechetný úmysl. *CTBH 28.2*

Nestřídmost byla od počátku kletbou světa. Syn Noé byl nestřídmostí požíváním vína tak hluboko pokleslý, že zcela pozbyl cit studu a kletba, jež následovala jeho hřích, lpěla i na jeho potomcích. *CTBH 28.3*

Nádab a Abiu zastávali svatý úřad; ale požíváním vína byl jejich rozum tak zachmuřen, že svaté věci nemohli rozeznati od nesvatých. Když rozdělali „cizí oheň“ ve svatyni, tím zneuctili Boží příkaz a byli jeho soudem zabiti. *CTBH 28.4*

Král Alexander, vladař řecký, snáze si dovedl podmaniti království, než sám sebe opanovati. Když tento veliký muž přemohl národy, stal se sám obětí své nestřídmosti, když se oddal prostopášnému požitkářství. *CTBH 29.1*

Že lidstvo nedbá těchto zkušeností, proto i přes všeliký pokrok tisíciletí, také ještě dnes v naší novodobé vzdělanosti shledáváme tutéž temnou skvrnu, která potřísnila první stránky světových dějin. Kamkoliv jdeme, všude se setkáváme s pijáctvím i s jeho špatnými následky. Ač mnohé úsilí bylo vynaloženo, aby se věci střídmosti prospělo, tedy se toto zlo přece víc a více se rozmohlo. Státy hleděly sice velikým zdaněním a rozličným omezováním stavěti hráz, ale s málo výjimkami tato moc zákona se osvědčila jako neúspěšná proti tomuto zlu. Na rozličných místech jsou založeny ústavy pro polepšení pijáků, aby těm, kteří se stali obětí nestřídmosti, bylo umožněno přemoci tuto hroznou neřest. Ač jinak jejich účel je rázu šlechetného, přece jenom málo pomohou, dokud tyto oběti pijáctví jsou uváděny do nebezpečí, že opět podlehnou pokušení. Oni nemohou stále zůstat v ústavech, nýbrž musejí časem opět zaujmouti své místo v lidské společnosti a tam jsou všude vydáváni v pokušení. Bylo by žádoucí, aby byly odklizeny příčiny k pijáctví. Ale nejpůsobivější ze všeho by bylo, kdyby mohla býti oklízena sama žádost po nápojích domněle silných. Potom by se skončilo samo od sebe jejich prodávání. *CTBH 29.2*

--- CTBH 29.3

--- CTBH 29.4

--- CTBH 30.1

Potřebujeme v nynější době muže pevných povah, jako byl Daniel, s čistým srdcem, nebojácného vystupování a pevných úmyslů. Bůh projevil úmysl, aby člověk ustavičně rostl a denně dospíval vyššího stupně zdatnosti. Lze říci, že Bůh nám chce pomoci, jen stojíme-li o to sami, aby nám bylo napomoženo. Je to povinnost každého křesťana státí na straně Boží a svůj příklad i svůj vliv uplatňovati. Kazatelé evangelia by měli pozvedati svého hlasu jakoby zvučné hlásnice (trouby), ukazující lidu jeho přestoupení a domu izraelskému jejich hříchy. Mládež by měla býti poučována. Lze říci, že štěstí a blaho života tohoto i budoucího závisí na tom, jak použijeme přítomného života. Měli bychom se míti na pozoru před prvním krokem nestřídmosti. Chceme-li své děti uchránit tohoto zlého, musíme jim sami dávat dobrý příklad a učit je, aby v bázni Hospodinově ucházely zlého a aby Jej měly za moudrost a sílu. *CTBH 30.2*

Požívání opojných nápojů zeslabuje rozum a uzavírá srdce všemu čistému i posvěcujícímu vlivu. Spíše skály – nemající život – by uposlechly pravdy a spravedlnosti, než takoví lidé, jejichž rozum i cit jest otupen nestřídmostí. Takoví lidé, kteří se odvažují vstoupiti na zapověděnou stezku, budou vedeni ponenáhlu a nepozorovaně dál a dále, až konečně zcela sejdou, pozбудou i svého rozumu, vrhajíce se do zahynutí. Zatím co křesťané spí, toto zlo nabývá větší a větší moci a uchvacuje nové oběti. Kdyby se svědomí křesťanů probudilo k bdělosti, aby ve všech věcech byli střízliví a kdyby si uvědomili, že budoucí osud jejich je závislý na navyklostech, které si každý sám osvojuje, tedy mohli by dobrým příkladem býti nápomocni takovým, kteří se nemohou lehko opanovati, aby odpírali zvrácenému požitekářství. *CTBH 30.3*

Veliké úsilí bývá vynakládáno, aby nestřídmosti byla postavena hráz, ale jest to těžká věc, vzrostlého lva krotiti. Mnohem více dobrého by se dokázalo, kdyby polovice úsilí bylo vynaloženo na to, aby se toto veliké zlo nějak předešlo, kdyby rodiče byli poučováni o své veliké odpovědnosti, jak mají pomáhati na utváření osobité povahy mravní svých dítek. Nepřirozená žádost po domněle silných nápojích bývá často vzbuzována v rodině a mnohdy dokonce u stolu takových lidí, kteří chtějí býti velmi horliví v otázce střídmosti. Přejeme Božího požehnání všem těm, kteří chtějí býti činní ve věci střídmosti, ale prosíme je, aby hlouběji nahlédli do zla, proti němuž chtějí bojovati a aby byli ještě důkladnější i přesnější v boji proti němu. *CTBH 31.1*

Nestřídmosti, která započala již v rodičovském domě, bývá zeslabováno zažívací ústrojí a proto obyčejné pokrmy již neuspokojují zvrácené žádosti zvláštních jídel. Nastává nezdravý stav a projevuje se žádostivost silnějších dráždiv. Čaj (čínský) a zrnková káva mají účinek ihned se projevující. Jedem, který je v nich, bývá způsoben jakýsi zvláštní vliv na soustavu nervovou a v jistých případech se zdá býti rozum jaksi dočasně zbystřen a obrazivost živější. Jelikož tato dráždiva způsobují takové příjemné následky, tedy mnozí lidé z toho usuzují, že je skutečně potřebují; ale vždy nastává zpětné působení. Poněvadž soustava si vypůjčila síly z budoucích pramenů pomocných k přítomné potřebě, tedy musí po tomto chvilkovém vzrušení následovati tomu úměrná únava. To náhlé ulehčení, které bylo způsobeno požitím čaje a zrnkové kávy, je nejlepším důkazem pro to, že to, co se zdálo býti silou, bylo jenom nervové vzrušení a proto celému tělu musí býti škodlivé. *CTBH 31.2*

Protože je vzbuzena žádost po dráždivlech, projevuje se pak touha, aby toto příjemné vzrušení bylo větší a větší. Čím více je nervová soustava zeslabena a neobejde-li se bez nepřirozených dráždiv, tím více přibývá žádostivosti po těchto věcech, až konečně není ani vůle ani moci k odřeknutí se takových nepřirozených dráždiv. *CTBH 31.3*

Jakmile někdo jednou opustil správnou stezku, je těžko opět se vrátit. Závozy jsou stržené a takový člověk již není na své stráži. Jediný krok na nepravé cestě umožňuje místo pro druhý krok. Nejmenší se odchýlení od správných zásad vede k odloučení se od Boha a může končit zahynutím. Co činíme jednou, jsme hotovi činiti také dvakrát a dále jíti na nějaké stezce, ať je správná nebo nepravá, je vždy snadnější, než začínat. Na nepravé cestě před Bohem chodit, k tomu netřeba žádného úsilí, ale ve všech našich návycích vyvíjet spravedlivou a pravdivou osobitou povahu, to vyžaduje času a trpělivosti. *CTBH 32.1*

Jsou mnozí lidé, kteří by se neodvážili svým bližním předložit alkoholické nápoje, ale přece pěstují chmel a víno a připravují mošt na prodej. Na tento způsob uplatňují svůj vliv proti věci, směřující k střidmosti. Nemohu to uznati za možné, že by to křesťané mohli činit s dobrým svědomím ve světle zákona Božího. *CTBH 32.2*

Již často jsem slyšela lidi říci: „Ó vždyť je to jenom sladký mošt. Ten je zcela neškodný, by dokonce zdravý.“ Takoví lidé si odnášejí některé lahve domů a často ještě větší množství. Několik dní tento mošt ovšem zůstává sladký, ale pak se počne kvasiti. Ta ostrá chuť se zdá mnohému člověku jen příjemná a takový milovník sladkého vína a moštu stěží uzná, že jeho oblíbený nápoj bude čím déle chuti ostřejší a kyselejší. *CTBH 32.3*

Vínem a moštem se lidé opíjejí zrovna tak, jako zdánlivě silnými nápoji a je to dokonce horší způsob opojení. Náruživosti jsou převrácenější, přeměna osobité povahy (po stránce mravní) je větší, rozhodnější a neústupnější. Několik skleniček moštu, piva nebo vína mohou vzbudit touhu po domněle silnějších nápojích, a v mnoha případech na tento způsob svému pijáctví položili základ takoví lidé, kteří se stali později náruživými pijáky. *CTBH 32.4*

Pro lidi, jejichž chuť je takřka vrozená pro zdánlivě silné nápoje, je naprosto nebezpečné, mít ve svém domě víno a mošt, neboť satan bude na ně ustavičně dotírat, aby je požívali. Jestliže povolí jeho pokušením, nevědí kde přestanou. Chtivost jich žádá požití a je-li uspokojena, bude to k jejich záhubě. Rozumnost bude temnější a temnější, takže chtíče nebude moci udržeti na uzdě, nýbrž popustí otěže zcela žádosti. Nevázanost se rozmáhá a všeliké nepravosti jsou toho jen neblahé následky, že byla uspokojena žádostivost vína a moštu. Kdo tyto nápoje miluje a oddává se jejich požívání, nemůže se rozmáhati v milosti Boží. Lze říci, že bude hrubého a tělesného smýšlení; živočišné náruživosti opanují ušlechtlejší city mysli a nebude pilen ctnosti. *CTBH 32.5*

Právě tak zvané mírné pití je jakousi předchozí školou, v níž se lidem dostalo vychování pro životní dráhu náruživého opilce. Tak ponenáhlu je satan odvádí pryč od pevné skály střidmosti. Tak oklamavatelně účinkuje víno a mošt na chuť, že zcela bez tušení tito lidé nastupují na cestu, směřující k opilství. Chuť pro zdánlivě silné nápoje jest zesilována, nervová soustava je rozrušována, satan udržuje mysl v jakémsi horečném nepokoji a oběť, která se domnívá, že je bezpečná, jde dál a dále, až je docela stržena každá hráz a bývá obětována každá pevná zásada. I sebe pevnější úmysly bývají podkopávány, ba i naděje na věčný život je příliš slabá, aby ty vzbuzené náruživosti nějak uvedla pod moc, nebo-li vládu rozumu. Mnozí nejsou skutečně opilí, ale jsou ustavičně pod vlivem alkoholických nápojů. Lze říci, že jsou horečně vzrušeni, vrtkavé a nestálé mysli, ne skutečně zbavení smyslů, ale přece přivedeni jaksi z rovnováhy, neboť je porušeno jejich ušlechtlejší smýšlení. *CTBH 33.1*

Kamkoliv jdeme, setkáváme se s požíváním tabáku. Duch i tělo jsou tímto oblíbeným návykem velmi zeslabovány. Máme-li k tomu právo, abychom svého Stvořitele olupovali o službu, která je mu náležitá? Tabák je zvolna účinkující jed. Lze říci, že je mnohem těžší, očistiti se od následků požívání tabáku, nežli se zprostit následků alkoholických nápojů. Tabák zotročuje svou oběť mnohem více, než sklenice opojného nápoje. Požívání tabáku jest šeredný návyk, který poskvňuje toho, kdo se oddává tomuto ohyzdnému požitku a jest velmi nepříjemný pro jiné osoby. Zřídka jsme v nějakém návalu lidí, kde bychom nebyli otravováni a obtěžováni vydechovaným zápachem kuřáků. Lze říci, že je to nepříjemné, ne-li dokonce nebezpečné, prodlévati v místnosti nebo v nádrazí, kde je vzduch otravně znečištěn zápachem alkoholických nápojů a čmoudem nebo-li dýmem z tabáku. Je-li to správné si počínání, tak znečišťovati vzduch, který pak jiní lidé mají vdechovati? *CTBH 33.2*

Jaké to moci používá otrok tabáku, že smí tak zdržovati pokrok svou znečišťující nestřidmostí? Nejprve musí nastat úplný převrat, než může být přiložena sekera ke kořeni stromu. Jak čaj (ruský), tak i zrnková káva a tabák, jakož i alkoholické nápoje zaujímají rozličné stupně mezi umělými, nebo-li strojenými dráždidly. *CTBH 34.1*

Účinek čaje (ruského) a zrnkové kávy – jak již bylo dříve ukázáno – je týž jako u vína, piva, moštu, kořalky a tabáku. *CTBH 34.2*

Čaj (ruský) je takové dráždidlo, že do jistého stupně opájí a ponenáhlu účinkuje zeslabivě na tělo i ducha. Nejprve rozveseluje bytosti živé a je vzrušuje; proto piják čaje má zato, že jest velmi jemu prospěšný. Ale tu je na omylu, neboť jakmile jeho účinek zmizel, tu ubývá té nepřírozené síly a místo dřívější, strojeně způsobené vzrušenosti, nyní nastává v stejné úměrnosti slabost a ochab-

lost. Další pak následky čaje (ruského) jsou bolení hlavy, nespavost, tlukot srdce, obtíže při zažívání, chvění se a mnohé jiné neblahé zjevy. *CTBH 34.3*

Také pití kávy zrnkové je návyk škodlivý. Na nějakou dobu vzruší ducha, ale potom následuje jakási ochablost, sklíčenost a ochromení sil duchovních, tělesných i mravních. Nebude-li tento návyk úplně překonán, tedy činnost mozku bude se ustavičně umenšovati a časem bude docela zeslabena. *CTBH 34.4*

Všecko toto dráždění nervů stravuje životní síly a neklid, který je způsobován rozrušenými nervy, netrpělivost a duševní slabost budou překážkou duchovního pokroku. Nemají-li tedy ti, kteří se zasahují o činnost, směřující k střidmosti, býti bdělí a působiti proti těmto škodlivým nápojům? Mnohdy je to zrovna tak těžké upustiti od požívání čaje ruského a zrnkové kávy, jako je pijákovi se varovati alkoholických nápojů. Lze říci, že peníze, které byly vydány za čaj a zrnkovou kávu, byly více než promarněny, neboť tyto nápoje jenom škodí tomu, kdo jich požívá. Takoví lidé však, kteří požívají čaj, kávu, opium a alkoholické nápoje, se snad dožijí vysokého stáří, ale to není žádným důkazem ve prospěch těchto dráždidel. Ve velikém dni Páně bude zjeveno, co by tito lidé mohli vykonat, ale žalostně pochybili svým způsobem života. *CTBH 34.5*

Ti lidé, kteří si oblíbili požívání čaje a kávy proto, aby mohli lépe pracovati, poznají neblahé následky toho na svých rozrušených nervech a na nedostatku sebeovládání. Ochablé nervy potřebují klidu. Příroda potřebuje čas, aby úbytek sil mohla opět nahradit. Ale jsou-li tyto síly vynucovány dráždidly, pak ustavičně ubývá skutečných sil životních. Po nějakou dobu může působením těchto nepřírodných dráždidel být vykonáno více, ale ponenáhlu to bude stále těžší a nesnadnější vzrušit tyto síly až do žádoucího stupně a konečně se takový člověk, zcela zeslabený, zhroutí. *CTBH 35.1*

Návyk pití čaje a kávy, je mnohem větší zlo, než jak se mnohdy všeobecně usuzuje. Mnozí lidé, kteří si zvykli na požívání těchto dráždidel, mají bolení hlavy a trpí slabostmi nervů, takže ztrácejí mnoho času nemocí. Oni pojali mínění, že nemohou žít bez dráždidel a nevědí nic o jejich účincích na zdraví. *CTBH 35.2*

A nejhorší při tom je, že následky těchto dráždidel trpí celé tělo. Nervy jsou zeslabovány, činnost jater ochabla, jakost i oběh krve jsou zhoršeny jejich vlivem, i kůže je nečinná a bledá. Mozek je rovněž tím poškozen. Účinek těchto dráždidel ihned projevující je ten, že mozek vzrušují k neobyčejné činnosti, ale potom bývá tím jen oslabenější a méně schopný nějaké činnosti. Pozdější účinek je nejen duševní i tělesné zeslabení, nýbrž je tomu tak i po stránce mravní. Jako následky toho vidíme nervozní ženy i muže všelijak nedostatečné soudnosti, obezřelosti a klidné vyrovnanosti. Tito lidé si počínají často prudce a netrpělivě jiné obviňující, zatím co vytýkají jejich chyby, které pozorují jakoby zvětšovacím sklem, úplně jsou však neschopni vidět své vlastní chyby. *CTBH 35.3*

Tito lidé, kteří požívají čaj a kávu, když přijdou do společnosti s jinými, tu bude zjevný účinek jejich porušujícího návyku. Všichni si budou hojně dopřávat svých oblíbených nápojů, a protože pocítili jejich vzrušující vliv, bude rozváznán jejich jazyk a vrhnou se na jiné ve své řeči. Jejich slova pak jsou mnohá a nerozvázná. Všechny malichernosti o tom či onom budou vykládány a dosti často i jedovatost nějakého pohoršujícího příběhu. Tito nemyslíci žvanilové zapomínají, že mají jednoho svědka. Neviděný posluchač píše jejich slova do nebeských knih. Toto necitelné kárání, ty ukvapené zprávy, ty závistivé pocity, celý vzrušení, které projevovali když vypili nějaký šálek čaje atd. To Pán Ježíš prohlašuje jako proti proti Němu samému směřující: „*Cožkoli jste činili jednomu z bratří těchto mých nejmenších, mně jste učinili.*“ (Mt 25,40) *CTBH 36.1*

Lze říci, že musíme trpět následky nepravých návyků našich otců (našich předků) a přece tak mnozí činí ještě mnohem hůře, než činili tehdy oni samy. Opium, čaj, káva, tabák a alkoholické nápoje ničí neobyčejně rychle ještě ty zbylé životní síly tak mnohých lidí. Každého roku jsou vyprázdněny miliony lahví opojných nápojů a miliony peněz jsou promarněny za tabák. Otroci svých zvrácených náruživostí olupují své děti o potraviny, o oděv a o příležitost k vzdělávání se, když svůj příjem promrhávají za tělesné uspokojování svých porušených žádostí. (Nezanedbatelným hlediskem také není odčerpávání peněz nás všech ze zdravotních pokladen, protože peníze na zdravotní léčbu jdou na léčení následků těchto nestřidmostí, kterou si způsobili tito pacienti sami svojí neuvážeností a prostředky tak nemohou být použity tam, kde je jich opravdu potřeba...) Dokud trvá toto zlo, nebude stav světa nikdy správný. *CTBH 36.2*

Bude-li uspokojována žádost po opojných nápojích a ten člověk, který byl přece stvořen k obrazu Božímu, přikládá dobrovolně k ústům svým tento nápoj, snižuje se sám pod zvíře. Rozum bude ochromen, smysly otupěny, nízké vášně budou vzbuzeny a nejhorší zločiny bývají toho následkem. Jak by mohl někdo, kdo užívá tabák a alkohol zasvětit zcela své srdce Pánu? To je nemožné. Také nemůže milovati bližního svého jako sama sebe. Jeho oblíbené uspokojování si budou činit právo na jeho lásku. Aby mohl takový člověk uspokojit svou žádost po opojných nápojích, zaprodá svůj rozum a sebeovládání. Člověk přikládá k ústům to, co otupuje a zeslabuje mozek a rozum. Způsobuje mu hanbu a je kletbou své rodině a všichni ti, kteří to vidí jsou zděšeni touto hrůzou. Kdyby lidé byli střídmi ve všech věcech, nepoužívali by čínského čaje, zrnkové kávy, tabáku, vína, piva, opia nebo jiných alkoholických nápojů, ani by se jich nedotýkali. Rozum by ovládal žádosti a vášně by byli zkroceni. CTBH 36.3

Požitkářstvím se snaží satan spoutat veškeré lidstvo. Tisíců lidí, kteří by mohli být ještě živi, jsou předčasně kladeni do hrobu, protože všechny své síly obětovali nenáležitěmu uspokojování své chutě a tím se vrhli v mravní zkázu, tělesnou i duchovní. Mnohem více než v dřívějších pokoleních je nutně zapotřebí, aby lidé našeho věku brali na pomoc z milosti Boží posilu vůle, která je jim poskytována a aby mohli lépe odolávat pokušení satanovým a tak dovedli odpírat sebe nepatrnějšímu uspokojování porušené chuti. Poněvadž ti, kteří v minulých dobách uspokojovali tuto náklonnost k dráždidlům, přenášejíce na své děti svou porušenou požívačnost i náruživost, proto je nyní zapotřebí větší mravní síly, aby bylo možné této nestřídmosti čelit ve všech věcech. Jediná pravá cesta je zůstat pevný a zachovávat přísně střídmost ve všech věcech a nikdy se nevydávat na nepravou cestu. CTBH 37.1

Otcové a matky by měli poznávat tu vážnou povinnost, která na nich spočívá právě v této přítomné době. Vychováváme děti, které budou ovládány buď mocí satanovou, nebo Kristovou. Naše jediná pomoc proti moci nestřídmosti je úplné se zdržování veškerého požívání vína, piva nebo jakýchkoliv opojných nápojů. Musíme své děti poučovat v čem spočívá pravá mužnost, kterou nám Bůh ukázal. On pocítí toho, který vítězí a jeho jméno nebude vymazáno z knihy života. CTBH 37.2

Když chtěl Pán vzbudit Samsona, jako vysvoboditele svého lidu, musela si jeho matka zařídit správný způsob života před narozením svého dítěte. Této zdrženlivosti měla také dbáti od počátku i u dítěte, neboť mělo být od svého narození posvěceno Pánu. CTBH 37.3

Anděl Hospodinův se ukázal manželce Manue a zvěstoval ji narození syna. Ale k tomu jí dal určité naučení: „*Protož nyní se již vystříhej, abys nepila vína, ani nápoje opojného a nejez nic nečistého.*“ (Sd 13,4) CTBH 38.1

Bůh toto zaslíbené dítě manželů Manuových určil k důležitému dílu, a aby mu byla zajištěna schopnost, již bylo pro toto dílo zapotřebí, bylo potřeba pečlivě bdít nad obyčejem matky i dítěte. „*Ať neužívá vína ani opojných nápojů,*“ pravil anděl k Manue se zřetelem na jeho ženu, „*a nic nečistého ať nejí; ať zachovává, což jsem jí přikázal.*“ Dítě bude obyčejem matčiným nakloněno buď k dobrému, nebo ke zlému. Chce-li matka dobro svého dítěte, tedy musí se sama ovládat, ve všem být střídmá a zapírat sama sebe. CTBH 38.2

V Novém zákoně nalézáme neméně dobrých příkladů pro důležitost obyčeje střídmého života. CTBH 38.3

Jan Křtitel byl reformátorem. Jemu bylo svěřeno veliké dílo pro lid v jeho době. Aby však byl pro toto dílo připraven, musel být jeho způsob života od narození střídmý. Anděl Gabriel byl poslán, aby poučil rodiče Janovy o zásadách zdravotního učení. „*A vína i nápoje opojného nebude pít,*“ pravil nebeský posel, „*a Duchem svatým bude naplněn hned od života své matky.*“ (L 1,15) CTBH 38.4

Jan se oddělil od svých přátel i od rozkošnictví života a chodil po poušti, živil se jenom rostlinnou stravou. Jeho prostý oděv, který byl z velbloudí srsti a tvořil roucho a pás z kůže kolem beder, byl jakousi výčitkou pro hýřivost a přepych tehdejšího pokolení, zvláště pro židovské kněze. Také jeho strava, která sestávala z kobylek (svatojánský chléb) a lesního medu, byla káráním pro hýření, které všude převládalo. CTBH 38.5

Janovo dílo bylo předpovězeno od proroka Malachiáše: „*Aj já pošlu vám proroka Eliáše, prve nežli přijde den Hospodinův veliký a hrozný. Aby obrátil srdce otců k synům, a srdce synů k otcům jejich, abych přijda, neranil země prokletím.*“ (Mal 4,5.6) Jan Křtitel působil v duchu a v moci Eli-

ášově, aby připravil cestu Pánu a obrátil nevěřící k opatrnosti spravedlivých, aby připravil Pánu hotový lid. On byl vzorem pro ty, kteří žijí v posledních dnech, jímž Bůh svěřil svaté pravdy, jež mají lidu přinést, aby připravili cestu pro druhý příchod Páně. A těchto zásad střídmosti které Jan dbal, by měli dbáti i ti, kteří jsou povoláni, aby v posledních dnech zvěstovali světu druhý příchod Syna člověka. *CTBH 39.1*

Bůh stvořil člověka podle obrazu svého, a on od něho očekává, že ty síly, které mu byly dány, zachová pro službu svému Stvořiteli. Nemáme-li tedy věnovat jeho výstrahám sluchu a dbát toho, abychom své životní síly zachovali v nejlepším stavu? Všechno co dáme Pánu, i kdyby to bylo sebe lepší, je to jen zlomek. *CTBH 39.2*

Proč za dnešních dnů panuje tolik bídy ve světě? Je to snad proto, že Bůh vidí rád když jeho stvoření trpí? Ne nikoli! Příčina je ta, že lidé jsou nemravnými zvyky zeslabeni. My si stěžujeme na Adamův hřích a myslíme si, že naši první rodičové projevíli velikou slabost, když povolili pokušení. Kdyby však bylo Adamovo přestoupení jediným zlem, které nás postihlo, nebyl by stav světa ještě daleko tak zlý. Od té doby co Adam žil, člověk upadal hlouběji a hlouběji. Požívání alkoholických nápojů způsobuje bídu ve světě. *CTBH 39.3*

Ačkoliv bývá těmto konzumentům říkáno, že musí s tímto zvykem skončit, trvají na tomto hříchu zkracující život. Proč chcete ještě déle přestupovat Boží zákon? Proč nedbáte o to, aby jste zachovali své zdraví? Bůh to od nás žádá. Kdyby křesťané vlivem svého probuzeného svědomí ovládali své žádosti i náruživosti, a kdyby to pokládali za svou povinnost, kterou jsou dlužni Bohu i svým bližním, být poslušni těchto zákonů které jsou prospěšné jejich životu i zdraví, pociťovali by požehnání tělesní i duchovní svěžesti. Měli by tak více síly k bojování proti satanovi a ve jménu Toho, který pro ně dobyl vítězství, by mohli vítězit mnohem více. *CTBH 39.4*

Všude kolem nás jsou oběti převrácených žádostí a co chceme pro udělat my? Zdalipak jim nemáme pomoci svým vlastním příkladem, aby se dostali na správnou stezku? Máme pochopení pro pokušení, která se přibližují k mládeži? Chceme je varovat a vysvobozovat? Kdo se chce postavit na stranu Páně a chce přiložit ruku k dílu a potlačovat tuto mravní nevázanost a bídu čehož je plný svět? Prosíme vás, obraťte svou pozornost na dílo přemáhání! Jen ti, kteří zachovávají Boží přikázání budou mít přístup ke stromu života. *CTBH 40.1*

Není snadné ovládat žádost po omamujících a lihových dráždidlech, ale ve jménu Pána Ježíše může být dobyto vítězství. Jeho láska k padlému lidstvu byla tak veliká, že přinesl nesmírnou oběť, aby je vychválil a aby je konečně svou božskou mocí povýšil na svůj trůn. Ale je věcí člověka, jestli nechá Krista činit pro sebe to, co může plně učinit On. Bůh nedělá nic proti vůli člověka, aby ho vyprostil z ruky satana. Musíme použít také své vlastní síly k přemáhání a vítězení, ať to stojí cokoliv. Musíme působit spolu s Kristem a teprve tehdy můžeme vítězit, skrze udělenou nám milost ve jménu Pána Ježíše Krista. Pak můžeme být Božími dědici a účastníci Kristovy slávy. Žádný opilec nevejde do Božího království; ale *„kdož zvítězí, dám jemu seděti s sebou na trůně mém, jako i já zvítězil jsem a sedím s Otcem svým na trůně jeho“* (Zj 3,21). *CTBH 40.2*

4. Účinek správného způsobu života

Jen krátká lhůta života je nám přisouzena a každý by se měl ptát: „Jak bych své síly co nejlépe využil? Jak mohu co nejvíce působit ku poctě Boha a k požehnání svým bližním.“ Neboť život je cenný jen tehdy, bylo-li jej použito k tomuto účelu. *CTBH 41.1*

Naše sebe vyvinutí je naší první povinností k Bohu a ke svým bližním. Každý dar, jímž nás Stvořitel obdaroval, by měl být co nejvíce zdokonalen, abychom byli způsobilí vykonat tolik dobrého, kolik je v naší moci. Proto je času použito dobře jen tehdy, vynaložíme-li jej k zajištění a uchování si svého zdraví, a to jak po stránce tělesné, tak i duchovní. Tělo i duch nesmí být za žádných okolností mrzačeny, nebo zůstat nevyvinuté. Necháme-li však aby k tomu nějak došlo, pak musíme důsledkem toho nést následky. *CTBH 41.2*

Každému člověku se naskýtá hojně příležitostí, učinit ze sebe to, čím být chce a může dosáhnout požehnání tohoto i budoucího života. Může vytvořit osobitou povahu, zdárně ušlechtilou, nabývá-li při každém kroku nových a nových sil. Denně může rozhojnit svou moudrost i své vědomosti a plně zakoušet nových radostí, rozmáhá-li se v ctnostech a v milosti. Jeho schopnosti budou vzdělávány, bude-li jich používat a čím více se bude rozmáhat v moudrosti, tím více bude schopen dosáhnout ještě více. Podle toho se pak bude rozmnožovat jeho úsudek, moudrost i ctnost a vše se bude vyvíjet v dokonalé souměrnosti. *CTBH 41.3*

Ale naproti tomu bude své síly ničit, pokud je nebude používat, nebo je ničit špatnými zvyky a nedostatečným ovládáním sama sebe, ale také nedostatkem mravní a náboženské pevnosti. V takovém případě upadá; není poslušen Boha i zdravotních zákonů. Přemohou ho vášně a porušené náklonnosti jej svedou. Připadá mu snadnější, dopustit mocnostem temna – které jsou přece stále v činnosti – a dát se táhnout zpět, než aby použil té moci, která proti tomuto tažení zasáhla a tím by šel kupředu. V takovém případě upadá, není poslušen Boha i zdravotních zákonů. Přemohou ho vášně a porušené náklonnosti, které jej svedou. Nepořádný život, nemoc a předčasná smrt jsou následky prostopášného života. Tento jev je životním dějem tolika mnohých lidí, kteří mohli být činní v Božím díle a prospěšní lidstvu. *CTBH 41.4*

Nejmocnější pokušení, kterému je člověk vydán, je touha po rozkoších. Bůh stvořil člověka upřímného, obdarovaného jasným rozumem, zdravým úsudkem, a každá jeho část i každá schopnost byly vyvinuty úplně a souměrně. Když však lstivý nepřítel svedl lidi, nedbali potom Božího zákona a tím následkem přirozenými zákony na sebe uvalili plné potrestání. *CTBH 42.1*

Adam a Eva mohli jíst svobodně z každého stromu v zahradě, kromě jednoho. Boží zákaz k první lidské dvojici byl: „*Nebo v kterýkoli den bys z něho jedl, smrti umřeš.*“ (Gn 3,5) Ale had obelstil Evu a lákal ji, aby věřila, že Bůh nedodrží slovo. Nakonec Eva ze zakázaného stromu jedla a protože se domnívala že pocítí nový život a vyšší poznání, přinesla ovoce také svému muži. Had jí řekl že nezemře a ona taky žádné špatné následky nepocítila když ovoce snědla. Nepocítila něco takového jako je smrt, nýbrž spíše příjemný pocit, o němž se domnívala, že tak prožívají andělé. Její zkušenosti směřovaly proti určitým Hospodinovým příkázáním, ale Adam toho nedbal a dal se od ní svést. *CTBH 42.2*

Tak se to stává dokonce někdy i ve věcech náboženství. Co Bůh přímo zakazuje, bývá přestupováno a plní se slova: „*Nebo že ne ihned ortel dochází pro skutek zlý, protože je srdce lidské plné náklonnosti, aby činilo zlé.*“ (Kaz 8,11) Mnohé ženy a muži, ačkoliv nehledí na Boží příkázání, následují své vlastní žádosti, se ještě odvažují Boha prosit, aby jim dovolil postupovat proti jeho zřetelné vůli. K takovým lidem se satan přibližuje, jak to udělal v případě Evy a Adama a přemáhá je. Jejich mysl je rozjařena a oni ji vykládají jako podivuhodnou zkušenost, kterou jim Pán dal. Ale pravá zkušenost se bude shodovat s božskými zákony, kdežto nepravá zkušenost je v rozporu se zdravotními zákony i ustanoveními Hospodinovými. *CTBH 42.3*

Od té doby co člověk poprvé podlehl žádosti, upadalo lidstvo hlouběji a ještě hlouběji do tohoto zla, až konečně zdraví bylo obětováno na oltář zvrácené požívačnosti. Obyvatelé předpotopního světa byli nestřídmí v jídle i pití. Chtěli za každou cenu požívat maso, ačkoliv jim k tomu Bůh v té

době nedal žádného svolení. Jedli a pili až hověním svých převrácených žádostí přesáhlo všechny meze, až byli konečně tak zkaženi, že je Hospodin nemohl již déle trpěti. Jejich míra hříchů tím byla dovršena a Bůh očistil potopou zem od poskvrny, způsobené hříchy jejich obyvatel. *CTBH 43.1*

Když se lidé po potopě opět rozmohli na zemi a opět zapomněli na Hospodina, byly jejich cesty zlé před Ním. Nestřídmost v každém způsobu měla velikou převahu, až ji za obět' padl skoro celý svět. Pro svou všeobecnou zločinnost a hrozné hříchy na zemi nakonec byla zničena celá města, neboť se stala potupou krásného Božího stvoření. Aby lidé uspokojili svoji porušenou touhu po tělesných rozkoších, dopouštějí se hříchu jejichž následkem je zničení, podobného Sodomě a Gomoře. Bůh přičítá pád Babylonu jeho prostopášnosti a opilství. Uspokojování touhy po tělesných rozkoších a náruživostech bylo příčinou všech jejich hříchů. *CTBH 43.2*

Ezau choval velikou touhu po svém zvláště oblíbeném jídlu a již tak dlouho hověl žádosti, že nyní necítil potřebu odvrátit se od svůdného, vábívého pokrmu. Jeho fantazie se tímto zabývala tak dlouho, až síla a moc dychtivosti odklidila každé rozpaky a zcela ho opanovala. Domníval se, že by musel trpět velkou újmou, ba dokonce smrt, kdyby nedostal toto jídlo. Čím více se tím zabýval, tím větší byla jeho žádostivost až konečně jeho prvorozenství pozbylo hodnoty a posvátnosti před jeho očima a on je zaměnil za toto jídlo. Pyšnil se tím, že měl právo nad svým prvorozenstvím a že je podle své libosti může prodat a opět koupit. Ale když je zase chtěl mít, nebylo mu to již umožněno. Nad svou nerozvážností ho pojala veliká lítost, ale bylo už pozdě. Pohrdl požehnáním a Pán je odňal od něho navždy. *CTBH 43.3*

Když Bůh vyvedl z Egypta Izraelity jako svůj lid, odňal jim z větší části všechna masitá jídla a dal jim místo nich chléb z nebe a vodu ze skály. Oni však s tím nebyli spokojeni. Velmi neradi jedli tento jim daný pokrm a opět zatoužili po hrnci masa ze země Egyptské. Dávali přednost radši trpět znovu otroctví, než se zřici masa. Bůh vyhověl jejich prosbě a dal jim maso. Nyní jedli a zabíhali až do krajnosti, když je konečně postihla veliká rána, na níž mnozí zemřeli, způsobená jejich hýřením. *CTBH 44.1*

Mnoho dalších příkladů by bylo možné zde uvést, aby byly ukázány následky, jeli povolováno našim žádostem. Naším prarodičům se to zdálo být jenom nepatrnou věcí, přestoupit Boží přikázání v tom neposlušném počínání si, když totiž jedli ze stromu, který byl na pohled dobrý a příjemný očím. Avšak tímto skutkem se stali nevěrným Bohu a stavidlo hříchu bylo otevřeno skrze proud, který zaplavil svět bídou a vinou. *CTBH 44.2*

Zločinnost a nemoci se rozmáhaly s každým pokolením. Nestřídmost v jídle a pití i sklon k nízkým náruživostem, otupěly jemné ústrojí člověka. Rozum již nadále neovládal člověka, neboť se stal hrozným způsobem otrokem zvrácené požívačnosti. Byla živena žádost po pokrmech, vybraných podle zvrácené chuti, až bylo obyčejem přecpat si žaludek všemi možnými pamlsky. Obzvláště při slavnostech se mnozí oddávají touze po takové požívačnosti skoro bez ustání. Do noci bohaté a strojené hostiny bývají pořádány s předkládáním hodně masitých kořeněných pokrmů a tučných omáček, koláčů, dortů, zmrzlin, čínských čajů, zrnkových káv, alkoholu atd. Není proto divu, že lidé při takové stravě mají bledou barvu obličeje a musí trpět neslýchané bolesti, které pocházejí ze špatného zažívání. *CTBH 44.3*

Proti každému přestupování svých zákonů se vzpírá přirozenost. Snáší zneužívání pokud možno nejdéle, ale následuje odplata, která postihuje jak síly duchovní, tak i tělesné. Ale přestupováním to ještě nekončí. Následky uspokojování zvrácené požívačnosti se jeví i u potomků a zlo je tímto přenášeno z pokolení na pokolení. *CTBH 44.4*

Mládež dnešní doby nese jasné známky, jaká bude lidská společnost v budoucnosti a jestliže ji pozorujeme, jakou máme naději pro ni do budoucnosti? Většina z nich miluje rozkoše a štítí se práce. Mnohým se nedostává mravní statečnosti, aby si podle potřeby ledacos odepřeli a konali svoje povinnosti. Mají jen málo z vlastnosti ovládání sama sebe a při každé maličkosti jsou podráždění a zlí. V každém stáří i v každém životním postavení nalezneme v nynější době velmi mnohé, kteří ne-svědomití a nedbalí dobrých zásad. Svým marnotratným způsobem života se vrhají do všelijakých nepravostí. Když se podíváme na mravní stránku, lze o nich říci, že kazí lidskou společnost tak zjevně, že naše země se stává druhou Sodomou. Kdyby byly jejich žádosti a náruživosti ovládány rozumem a vlivem pravé zbožnosti, byl by svět nyní v jiném stavu. Nikdy to nebyl Boží úmysl, aby

zavládl takový smutný stav, jaký je nyní. To všechno je ale způsobeno velikým přestupováním přírodních zákonů. *CTBH 45.1*

Osobitá povaha byla vzdělána většinou v mládí. Pak tyto osvojené obyčeje mají více vlivu, než některé přirozené vlohy, aby byl lidský rozum vyvinut, neboť sebelepší dary mohou být zeslabeny špatnými zvyky. Čím dříve si někdo v životě osvojí špatné zvyky, tím pevněji budou poutat svou oběť a tím jistěji bude jeho duchovní stav na mnohem nižším stupni. Osvojí-li si však někdo v mládí ctnostné a správné zvyky, bude se jejich vliv projevovat na celé jeho životní dráze. Ve většině takových se ukáže, že takové osoby v pozdějším životě ctí Boha a dbají práva, jestliže se tomu již dříve naučily, prve než byla světu poskytnuta příležitost jim vtisknout obraz hříchu na čelo. Osoby v dospělém věku jsou zrovna tak nevnímavé k novým dojmům, jako tvrdá skála, ale mládež je dojmům přístupnější. V době mladosti by měly být denním cvičením se pro život nashromážděny vědomosti, aby pak bylo snadnější vyvinout dobrou povahu. Mládí je právě nejvhodnější dobou pro osvojení si dobrých obyčejů a k cvičení se v sebeovládání. Je dobou rozsévání a o rozsetém semeni rozhodne žně, jak pro tento život, tak i pro budoucí. *CTBH 45.2*

Rodiče by měli pokládat za svou nejpřednější povinnost, nastřádat si vědomosti, jak by měli zacházet se svými dětmi, aby jim zajistili dobrý rozum v zdravém těle. Děti by měly být cvičeny ve všech jednotlivostech domácího života. Od nejútlejšího mládí by měly děti (pokud je to možné) si zvykat, podle potřeby leccos si odepřít. Učte své maličké, aby jedli jen tolik, aby byli živí a ne aby žili, jen aby jedli. Řekněte jim, že chuť musí být podřízena vůli a že vůle musí být ovládána jasným rozumem. *CTBH 46.1*

Jaká vážná odpovědnost spočívá na takových rodičích, kteří na své děti přenášeli zvrácené náklonnosti, čímž je jim ztíženo přidržovat je k střidmosti a pěstovat v nich čisté a ctnostné mravy. Jak horlivý a usilující by měli být všichni rodiče, aby tomuto neblahému vlivu odporovali všemi možnými prostředky, aby tak splnili svou povinnost ke svým nešťastným potomkům. Rodičům je uložena svatá povinnost, aby bděli nad zdárným vývojem svých dětí podle těla i ducha. Rodiče, kteří svým dětem povolují nesprávné, škodlivé návyky a nevedou je k tomu, aby ovládly své vášně, ti poznají velikou chybu, které se dopustili, až je později uvidí jako otroky, když budou holdovat tabáku, konzumovat alkoholické nápoje, jejichž rozum bude zeslaben a z jejich úst budou vycházet slova všelijak nemravná, která budou poskvřňovat jejich rty. *CTBH 46.2*

Kdo svým nečistým žádostem vyhovuje, nedospěje nikdy ke křesťanské dokonalosti. Rodiče nemohou vzbudit mravní pocity u svých dětí, nebudou-li opatrní ve volbě pokrmů. Mnohé matky přinášejí a prostírají na stůl to, co se stává osidlem rodině. Mladí i staří konzumují v hojné míře maso, máslo, sýry, jemná pečiva, kořeněná jídla a podobné věci. Ovšem tyto věci přispívají k tomu, že se žaludek ocitá v nepořádku, nervy jsou podrážděné a rozum zeslaben. Orgány tvořící krev, nemohou z této stravy vytvořit dobrou krev. Jestliže jsou pokrmy připravovány na tuku, je tím ztíženo zažívání, Účinek sýrů je škodlivý. Jemný pšeničný chléb (světlé pečivo) obsahuje mnohem méně výživných látek než chléb z obilí na hrubo mletého (celozrnného). Jestliže někdo konzumuje denně jen světlé bílé pečivo, nebo jemný chléb, nebude tělo v nejlepším stavu. Koření dráždí jemný vnitřek žaludku, takže neustálým požíváním zmizí přirozená schopnost citlivosti tohoto jemného orgánu. Krev se stane horkou, smyslné náklonnosti budou povzbuzovány, ovšem duchovní síly budou ochabovat a oni se stanou otroky nízkých vášní. Matky by měly stále dbát, aby své rodině předkládaly prostou, avšak výživnou stravu. *CTBH 46.3*

Bůh opatřil lidi mnohými potravinami, aby mohli uspokojit zdravou chuť. On rozprostřel před námi plodiny země ve velikém výběru a opatřil je chutnými, výživnými pokrmy všeho druhu. A jako dobrotný nebeský Otec nám tím dává dostatek pokrmů na výběr. Ovoce, rozličné druhy obilí a zeleniny, které jsou připravovány prostě, bez koření a tuku, s mlékem, nebo se smetanou, patří k nejvýživnější stravě. Tyto potraviny jsou výživné pro tělo, dodávají mu sílu a svěžest rozumu. Při dráždivé stravě tomu je ovšem naopak. *CTBH 47.1*

Při neustálém požívání masa, nebývá rozum vždy bystrý, čistý a činný, neboť častou konzumací masa způsobuje toto tučnost těla a tlumí jemné pocity mysli. Člověk, který často konzumuje maso se vydává v mnohem větší riziko onemocnění. Jsme přesvědčeni, že maso není to nejpodstatnější k zachování zdraví a síly člověka. *CTBH 47.2*

Takoví lidé, kteří většinou jedí maso, nemohou zpravidla zabránit tomu, aby někdy nesnědli takové maso, které v sobě více, či méně obsahuje zárodky nemoci. V mnoha případech se zvířata dostávají na trh nezdravá, a to vinou přepravy a jejich přípravou pro trh (viz nedávné případy shnilého masa v řetězcích supermarketů, kdy bylo zelené a prohnilé...) Bývá jim odnímán čerstvý vzduch i světlo a jestliže musí ve stájích vdechovat nečistý vzduch (mnohdy za svůj život nevidí ani sluneční světlo – kuřata v rychlovýkrmech), bývá celé tělo zvířete brzo naplněno hnilobnými látkami. Jakmile se takové maso dostane do lidského těla, je krev otrávena a tím je způsobována nemoc. Jestliže někdo nečistou krev již má, bude tento stav velmi zhoršen. Je jen málo těch, kteří to uznávají, že takto zkonzumované maso jim otravuje krev a jejím důsledkem jim způsobilo utrpení. Mnoho lidí umírá na nemoci, které lze určitě přičíst na důsledek jedení takového masa, a přesto ani jim, ani jiným lidem není známa skutečná příčina těchto důsledků. Mnozí nepocítují okamžité škodlivé následky tohoto stravování, ale to neznamená a není žádným důkazem k tomu, že jim neškodí. I když v té době na sobě nepozorují žádné takové důsledky, přece se jeho vliv projevuje na celém organismu. *CTBH 47.3*

Ačkoliv je vepřové maso mnohdy obyčejným pokrmem, přece patří mezi nejškodlivější. Bůh zakázal Izraelitům, aby požívali vepřového masa, ne proto snad, aby ukázal svoji moc, nýbrž proto, že se jako pokrm lidem nehodí. Bůh nestvořil prase k tomu, aby za nějakých okolností mělo být požíváno. Je nemožné, aby maso nějakého tvora mohlo být zdravé, jehož přirozené prostředí je nečistota a živí se věcmi, pro něž máme jen opovržení. *CTBH 48.1*

Člověk nežije jen proto, aby uspokojoval svou chuť k jídlu. Je sice třeba mít péči o potřeby těla, ale je tím snad řečeno, že člověk by se měl dát ovládat touhou po zvrácené požívačnosti? Budou ti, kteří usilují, aby byli svatí a čisti, a potom mohli mít kontakt se svatými anděly, setrvávat v tom, že odnímají život živým stvořením, za účelem konzumace jejich těla jako lahůdky? Podle toho, co Pán zjevil, nastane změna a vyvolený Boží lid bude dbát všech věcí střídmosti. *CTBH 48.2*

Jistí lidé se domnívají, že všechno, co se jí je ztraceno a že cokoliv se do žaludku dostává, vyplňuje stejný účel, jako dobře připravované pokrmy. Je velmi důležité, aby nám strava chutnala. Kde se tak neděje a musí se jíst s nucením, nebude to správný pokrm. Lze konstatovat, že zdárný stav našeho těla je závislý na tom, co jíme. Aby bylo silné musíme jíst vhodné pokrmy, které musí být připravovány s veškerou pečlivostí, aby vyhověly potřebám organismu. Je to vážná povinnost těch, kteří vaří, aby pečlivě připravovali vhodné a chutné pokrmy. Životní energie tisíců lidí bývají zničeny špatným vařením pokrmů. Tímto způsobem se ničí mnohem více lidí, než si někdo dovede představit. Tělo se tímto ocitá v nepořádku a vznikají nemoci. V takovém stavu není možné poznávat nebeské věci. *CTBH 48.3*

Mnozí lidé neuvažují, že to je jejich svatá povinnost, připravovat pořádně jídla, a proto se nechtějí učit, jak toho dosáhnout. Před pečením nechávají těsto hodně zkysat, nebo používají prášku do těsta a tím se chléb stává víceméně škodlivý lidskému tělu. Pečení chleba vyžaduje všechnu péči a dobré zvážení okolností. Ovšem ve správně upečeném chlebu je obsaženo více náboženství, než se mnozí domnívají. Strava může být připravena prostě a zdravotně nezávadně, ovšem vyžaduje to umění upravit je zároveň chutně a výživně. Ženy by se měly snažit, aby se naučily správně vařit a pak to co se naučí, trpělivě převáděly do praxe. Mnozí musí trpět následky za takovou nedbalost, neboť jim bylo těžko vyvinout snahu toto se naučit. Takovým pravím: „Je svrchný čas, aby jste se vzchopili a učili se.“ Nemyslete si, že je to promrhaný čas, když chcete získat potřebné znalosti, jak zdravě připravovat chutné pokrmy. Jestliže na někom spočívá odpovědnost za blaho rodiny, má si tedy uložit za vysoký cíl, povinnost naučit se jak nejlépe dokáže, těmto praktikám, i když jsou jeho kuchařské zkušenosti sebevětší. když je potřeba, ať zajde ke zkušenému kuchaři, nebo kuchařce a učí se od nich tak dlouho, dokud sám nezvládne toto kuchařské umění. *CTBH 49.1*

Jakýmkoliv převráceným způsobem života bývá zdraví porušováno a s ním mizí i to, co život zpřijemňuje. Jak často připravila zúčastněné osoby o spánek a potřebný odpočinek leckterá hostina a oslava! Je tisíce lidí, kteří tím, že povolili svým převráceným žádostem, způsobili si malicherné nemoci a jejich následkem byla mnohdy smrt. Jak byl tedy draze zaplacen takový požitek? *CTBH 49.2*

Je tedy hříšné, jíst jen proto, aby byla uspokojena nějaká převrácená žádostivost, a to jen z důvodu konzumace oblíbeného pokrmu (při němž nebylo dbáno zdravotního hlediska). Zdalipak z

toho pro nás neplyne ponaučení, že nám nemá být lhostejné, co jíme? Lze tedy konstatovat, že to je pro nás naopak velice důležité. Nikdo by se neměl rozhodovat pro nezdravou stravu. Jelikož jsou lidé nemocni natolik zeslabeni, že s ohledem na zdravotní stránku, by potřebovali jídlo dobře vařené a připravené. Jestliže chtějí být takový lidé svým způsobem života příkladem pro druhé, musejí se vystříhat všemožné přepjatosti. Tělu se musí dostat vydatného pokrmu. Bůh, který dává svému milému i sen, projevil i péči o vhodný pokrm, aby organismus byl zachován v zdravém stavu. *CTBH 49.3*

Mnozí se odvracejí od světla i poznání a obětují zásady, jen aby vyhověli neovládané chuti. Jedí, když tělo ničeho nepotřebuje a k tomu ještě nepravidelně. To je způsobeno nedostatkem síly, aby odolávali žádostem. Žaludek se vzpírá, jestliže se s ním takto špatně zachází a člověk tím trpí. Dbát pravidelnosti v jídle a pití je velmi důležité jak pro tělesné zdraví tak i pro dobrý stav mysle. Nikdy by se nemělo v době mezi jídly nic jíst, ani kdyby to bylo jen málo. *CTBH 50.1*

Mnoho lidí má ten špatný zvyk, že před ulehnutím k spánku něco sní. Přestože měli své pravidelné jídlo, trpí pocitem jakési mdloby, a proto se domnívají, že musí něco sníst. Jelikož však podléhají tomuto špatnému návyku, stane se jím to škodlivým zvykem a pak se jim to zdá být nemožné, aby před ulehnutím k spánku něco nesnědli. Zmiňovaná slabost bývá způsobena tím, že zaživací ústrojí je po celý den přecpáno velkým množstvím pokrmů, které nemohlo strávit. Toto zaživací ústrojí potřebuje odpočinku od své činnosti, aby nabylo opět nových sil. Další pokrm by nikdy neměl následovat dříve, než měl žaludek dost potřebného času k odpočinku po strávení předchozího jídla. Jestliže se odebíráme večer ke spánku, měli bychom žaludku dopřát naprostého klidu, tak jako jej dopřáváme celému tělu. Jestliže žaludku vnucujeme ještě více pokrmů, zaživací ústrojí musí vykonávat tutéž práci, jako ji vykonává ve dne. Následkem toho je nepokojný spánek, nepříjemné sny a ráno se probouzí malátní. Zaživací ústrojí ztrácí svoji přirozenou sílu a takový člověk je slabých nervů. Nejenže si takovým počínáním škodí samotná osoba a musí trpět neblahé účinky tím, že přestupuje přirozené zákony, ale také i jiné osoby podléhají tomuto nedobrému vlivu. Stačí, když se takové osobě přihodí něco nepříjemného a ejhle, rázem uvidíte jak okamžitě se projeví jeho netrpělivost. Bez zvláštní milosti Boží je takové osobě nemožné, aby si počínala klidně a rovněž i tak mluvila. Kamkoliv takový člověk vstoupí, vzbuzuje mrzutosti. Jak by tedy mohl někdo prohlásit: „Do toho nikomu nic není, co já jím, nebo piji.“ *CTBH 50.2*

Můžeme se však dopouštět další podobné chyby, když i zdravé pokrmy požíváme nestřídmě. Není totiž řečeno, že když zavrhneme škodlivé pokrmy, že pak z jiných pokrmů můžeme pojídati do libosti. Nestřídmé požívání jakýchkoliv potravin totiž, zatěžuje zaživací ústrojí a ztěžuje jeho činnost. *CTBH 51.1*

Mnozí se dopouštějí chyby, že při jídle pijí studené nápoje. Pokrmy však nemají být dolů splachovány. Pitím při jídle se zmenšuje vznik slin a čím je nápoj studenější, tím škodlivější je jeho účinek pro žaludek. Celkově studené nápoje vůbec, jestliže jsou konzumovány při jídle, ztěžují zažívání, dokud se žaludek opět neohřeje tak, aby mohl pokračovat ve své činnosti. Žvýkejte zvolna a dopřejte slinám dost času, aby se mohly smísit s jídlem. *CTBH 51.2*

Čím více tekutin se pije při jídle, tím těžší je to pak pro žaludek, aby strávil pokrmy, protože tekutiny musí nejdříve zpracovány. Nepoužívejte také mnoho soli, nejezte nakládané okurky, jezte ovoce při jídle a tak zaženete žízeň. Jestliže je přece jen potřeba se něčeho napít, aby jste uhasili žízeň, pak je čerstvá voda tím nejlepším prostředkem. Nepijte nikdy čínský čaj, zrnkovou kávu, pivo, víno, nebo jiné alkoholické nápoje. *CTBH 51.3*

Aby jste dosáhli zdravé zažívání, jezte pomalu. Všichni lidé, kteří chtějí zabránit onemocnění a uznávají za svou povinnost, že své síly mají udržovat v nejlepším stavu za účelem lepší služby, pak ať dobře zváží uvedené rady. Jestliže máte čas k jídlu omezen, pak nejezte hltavě, aby to nevyvolalo pocit lakotného pojídání svého pokrmu, nýbrž jezte pomalu méně a žvýkejte zvolna. Užitek ze stráveného jídla není ani tak závislý na množství které sníme, nýbrž jak ho strávíme. Také uspokojení chuti nezáleží na množství pokrmu, který spolýkáme, nýbrž v délce času jak dlouho ho ponecháme v ústech. Ti lidé, kteří jsou v nějakém stresu, nebo chvatu, udělají lépe, když s jídlem počkají až se uklidní, neboť životní síly – již přetížené – nemohou vytvořit šťávy, kterých je potřeba k trávení. Někteří lidé když cestují, bývá vidět, že stále něco pojídají. To je však velmi škodlivý zvyk. Kdyby

lidé, kteří cestují jedli jen v pravidelnou dobu prostou a nejvýživnější stravu, pak by nepocíťovaly tak velkou únavu a ani by netrpěly žádnou nemocí. *CTBH 51.4*

Jestliže si chceme udržet zdraví, je potřeba, abychom si uložili za povinnost počínat si ve všem mírně, a to v práci i v jídle a pití. Naš Nebeský otec nám kromě toho seslal světlo, aby nás ochránil od zlých následků k zvrácené chuti k jídlu a aby ti, kteří milují čistotu a svatost věděli, jak mají darů které nám Bůh udělil s rozvahou používat. Chce, abychom vedli mírný způsob života a tím že aplikujeme uvedené rady do praxe, prožíváme tyto pravdy a jsme skrze ně posvěceni. *CTBH 52.1*

Když se při některých příležitostech scházíme, například konferencích, mělo by se vždy pamtovat na dobrou, výživnou, ale prostou stravu. V takových situacích by se naše mysl neměla zabývat jídlem a pitím, protože budeme-li oceňovat požehnání Boží a jíst chleba života, nebudeme se starat jak uspokojit žádost po svém oblíbeném jídle. Naši jedinou vážnou myšlenkou bude, jak se to má s mou duší? Pak na nás bude vidět více úsilí po duchovním pokrmu, abychom jím byli posilněni a nebudeme si naříkat, když máme prostou stravu. *CTBH 52.2*

Bohu máme oddávat svá těla jako oběť živou a ne takovou, o níž by bylo možné prohlásit že je mrtvá. Oběti starých Židů měly být bez vady, a proto se naskytá otázka, zda by Pánu byla příjemná oběť lidská, která by byla plná nemocí a nezdravých látek? V slově Božím se nám píše, že naše tělo jest chrámem Ducha svatého a Bůh od nás požaduje, abychom tento chrám pečlivě opatrovali, tak, aby v něm mohl přebývat. Apoštol Pavel nám dává toto napomenutí: „*Nevíte-liž, že vaše tělo jest chrám Ducha svatého ve vás? Kteréhož máte od Boha a nejste sami svoji. Nebo koupeni jste za mzdu. Oslavujte tedy Boha tělem svým i duchem svým, kteréhož věci Boží jsou.*“ (1 K 6,19.20) Všichni by měli vynaložit velikou péči na to, aby své tělo udrželi co v nejlepším stavu, aby mohli prokazovat Pánu co nejdokonalejší službu. Tím splní svou povinnost jak v rodině, tak i ve styku s jinými lidmi. *CTBH 52.3*

Je to rovněž tak veliký hřích, když se činí něco proti přírodnímu zákonu, jako kdybychom přestupovali deset Božích přikázání. Obojí přestupuje Boží zákon. Kdo ve svém tělesném ústrojí přestupuje Boží zákon, bude snadno nakloněn k tomu, aby také mluvil, nebo nějak jinak si počínal, proti zákonu Božímu, který zazněl z hory Sinaj. *CTBH 53.1*

Naš Spasitel řekl svým učedníkům, že před jeho druhým příchodem, bude na zemi panovat tentýž stav, jako byl před potopou. Jídlo a pití bude upřednostňováno a svět se bude oddávat zábavám. V nynější době je takový stav patrný. Svět se oddává všelijaké převrácené smyslnosti, a proto kdybychom svět následovali v jeho cestách, přivedlo by nás to v otroctví škodlivým zvykům a byli bychom podobni obyvatelům Sodomy. Je to zázrak, že obyvatelé této země ještě nebyli zničeni, jako se stalo se Sodomou a Gomorou. Je k tomu dost důvodů po stránce mravní zchátralosti a zkaženosti. Slepé následování všelijakých převrácených náruživostí se zmocňuje rozumu a u mnoha lidí dospěla tato jejich porušenost takového stavu, že je tím následkem obětován každý vyšší životní cíl. *CTBH 53.2*

Měli bychom stále uvažovat, jak by bylo možné co nejlépe udržet své tělo zdravé tak, aby se rovnoměrně vyvíjely a vzrůstaly jeho části. Děti Boží nemohou činit čest svému Otci v nebesích nějakým nemocným tělem, nebo otupělými smysly. Ti lidé, kteří nějak otročí nestřídmosti, ať už v jídle, nebo pití, maří tím své životní síly a po mravní stránce pozbývají stálosti své osobité povahy. *CTBH 53.3*

Apoštol Pavel znal spojitost mysle s tělem, a proto varoval své spoluvěřící, když řekl: „*Nejmiřejší, prosím vás, abyste jakožto cizinci a poutníci zdržovali se od tělesných žádostí, ježto ony bojují proti duši.*“ (1 Pt 2,11) Mnozí tento text zaměřují na nemravné skutky, ale jeho význam je mnohem hlubší. Je tím zapovězeno každé uspokojování převrácené chutě a povolování uzdy svým vášním. Každá převrácená žádostivost našeho choutkařství je chtíč, který bojuje proti duši. Chuť k jídlu je jistě Boží dar, ale ne tehdy, když nějakým převráceným požitkářstvím slouží k smrti a stává se tělesnou žádostí, která bojuje proti duši. Výše uvedené Petrovo napomenutí je vážné a varuje nás určitě před všelijakými dráždidly. Toto uspokojování beze všech rozpaků, lze přiřadit k žádostem, které po stránce mravní mají škodlivý vliv na osobitou povahu. *CTBH 53.4*

Také apoštol Pavel psal podobně: „*Sám pak Bůh pokoje posvětiž vás docela, váš duch i duše vaše a tělo vaše úplně zachováno budiž bez úhony ku příchodu Pána našeho Ježíše Krista.*“ (1 Te 5,23) Takto tento Boží muž povzbuzuje své bratry a sestry ve víře, aby zaujali postavení, kterého

můžou dosáhnout s pomocí Boží. Nemodlil se o to, aby jim Bůh udělil taková požehnání, která by byla proti Boží vůli. Jako zkušený Boží služebník věděl, že všichni ti, kteří se chtějí v pokoji setkat s Pánem Ježíšem, musejí mít čistou a svatou mravní povahu. *CTBH 54.1*

Moc pokušení, směřující k uspokojování převrácené žádosti jídla, může být poznána na ne-
výslovném utrpení našeho Vykupitele za jeho dlouhého půstu na poušti. Věděl, že uspokojováním
nějaké převrácené žádostivosti jídla, by schopnost rozeznávat natolik zeslabilo, že by pak již lidé
nemohli poznat svaté věci. Adamův pád byl zaviněn touhou po jídle; Kristus však zvítězil, když této
touze vzdoroval. Naší jedinou nadějí, abychom opět dosáhli ráje je, že se naučíme rozhodnému se-
beovládání. Když síla převrácené žádosti jídla na lidstvo tak silně dolehla a dosud doléhá, že Syn
Boží v lidském těle se musel postit 40 dní, jak veliké je tedy dílo před křesťanem! Ale byť je ten boj
převeliký, křesťan může zvítězit. S pomocí božské síly, která odolala nejsilnějším satanovým poku-
šením, může křesťan dobýt vítězství nad hříchem a konečně nosit vítěznou korunu v království
Božím. *CTBH 54.2*

5. Upřednostňované způsoby života

Mínění Božího lidu v poslední době je všeobecně odlišné od mínění světa. Ti jenž zvěstují pravdu, která není mezi lidem oblíbená, by se měli především snažit, aby jejich chování bylo ve shodě s pravdou. Nemají činit pokus, aby jejich činnost vedla k tomu, že se budou lišit od druhých, nýbrž jejich úsilí by mělo být, aby se co nejvíce přiblížili těm, na které si přejí mít vliv, za účelem jim pomoc k stejnému postavení, kterého si oni sami tak velice váží. Kdo si tak počíná, doporučuje pravdu. *CTBH 55.1*

Takoví lidé, kteří se zasazují o zdravý způsob života, měli by v přípravě vlastního pokrmu projevit jeho výhody v tom nejlepším světle. Svým vlastním příkladem by měli mít na zřeteli tyto zásady, uvědomujíc si, že zdravý, neboli správný způsob života si vyslouží schválení od upřímných duší. *CTBH 55.2*

Je mnoho těch lidí, kteří zavrhnou sebe rozumnější radu, směřující k zlepšení, pokud je omezena jejich chtivost po požitcích. Své zraky mají obrácené jenom na chuť a ne na rozumné důvody a zdravotní zákony. Tito lidé budou vytvářet odpor všem takovým lidem, kteří chtějí opustit vyšlapané cestičky starodávných zvyků a kteří usilují o nápravu. Budou od nich odsuzováni, jako extrémisté, i kdyby postupovaly sebe rozumněji. *CTBH 55.3*

Nikdo by se však neměl dát odradit od tohoto přesvědčení, ani odporem, či výsměchem, nebo pokládat tuto věc za nicotnou. kdo bude naplněn duchem jako Daniel, nebude malicherný, ani domýšlivý, nýbrž se bude pevně a rozhodně zasazovat, aby pravda měla vždy průchod. V osobním styku se spoluvěřícími, nebo jinými osobami se nebude uchýlovat od svých zásad, ale bude v téže době, – podobný jako svému Spasiteli, – dávat najevo ušlechtilou trpělivost. Kdyby se všichni ti, kteří se zasazují o zdravotní způsob života, dopustili nesprávného upřednostňování, nemůžeme pak tedy vytýkat těmto lidem vůči tomuto odpor. Velmi často se stává, že naše náboženské vyznání tímto způsobem, vzbuzuje špatnou pověst a v mnoha případech ti, kteří vidí takový nesprávný postup, jsou naplněni odporem, mohou být časem přece jen přivedeni k tomu, že v této snaze o zlepšení najdou něco pozitivního. Lidé, kteří si počínají nesprávně a extrémně, způsobí v několika měsících tolik škod, než je možné je opět v jejich životě napravit. Zabývají se činností, v jehož postupu má satan zalíbení. *CTBH 55.4*

Byly mi ukázány dvě třídy lidí. Nejprve ti, kteří nežijí podle světla, které dostali od Pána, a druhí, kteří svými jednostrannými názory jsou příliš hrubí a chtějí je vnucovat jiným. Pokud zaujmou nějaké stanovisko, nevzdají se ho a upřednostňují skoro všechno. *CTBH 56.1*

První třída těchto lidí přijala zdravotní učení z toho důvodu, že ho přijal někdo jiný. Oni sami o sobě dobře neporozuměli své zásady. U mnohých, kteří přijali pravdu, byla pohnutka ta, že to učinil někdo jiný a sami nemohli vydat počet ze své víry, a proto jsou nestálí. Místo toho, aby o svých pohnutkách uvažovali ve světle věčnosti, shromažďují si znalosti hlavních zásad, které vyhovují skutečné potřebě a tím by stavěli na pevném základě, chodí ve šlépějích jiných lidí a tak se jejich počínání mine správné cesty. *CTBH 56.2*

Druhá skupina lidí má převrácenou představu o zdravotní nauce. Jejich strava není vydatná a je nuzná. Jsou připravovány, aniž by se při tom uvažovalo, jestli jsou těmto osobám dostatečné za pokrm. Je velmi důležité, aby strava byla připravována pečlivě, aby chutnala i těm, kteří nejsou příliš vybíraví. *CTBH 56.3*

Jestliže zásadně zavrhneme všechny takové věci, které dráždí žaludek a jsou škodlivé pro zdraví, nikdy si nemysleme, že je to jedno co jíme. Nedoporučuji žádnou stravu, která není vydatná. Mnozí lidé, kteří potřebují zdravé jídlo a z vnitřního přesvědčení přijímají také to, co pokládají za zdravotní, budou zklamáni, pokud se domnívají, že nuzná strava, připravená bez větší práce, je všechno, co je míněno zdravotní stravou. Někteří lidé požívají mléko s mnoha cukrem v krupici, rýži a jiném a při tom si myslí, že žijí zdravě. Je-li totiž mléko s cukrem smíchané, způsobuje to snadno v žaludku kvašení, a proto je to škodlivé. Hojné používání cukru jakýmkoliv způsobem, je nezřídka příčinou nemoci. Mnozí lidé se domnívají, že můžou sníst jen určité množství potravy a

omezují se jen na dva, nebo tři druhy pokrmů. Avšak jestliže konzumují příliš málo a k tomu z jídel málo výživných, nenabudou dost síly. *CTBH 56.4*

Ke zdravému způsobu života, náleží zdravý lidský rozum. Ne všichni lidé mohou konzumovat stejné pokrmy. Co je pro jednoho zdravé a chutná mu, může být pro druhého škodlivé. Například někteří lidé nesnesou mléko, kdežto druzí ho pijí bez problémů. Pro mnohé lidi jsou sušené fazole a hrách zdravé, kdežto jiní je nesnesou. Některé žaludky jsou tak zesláblé, že nesnesou hrubší druh mouky. Je proto nemožné, sestavit nějaký nezměnitelný zákon, podle kterého by se každému řídila strava. *CTBH 57.1*

Omezené názory a upřednostňování v méně významných záležitostech jsou v případě zdravotní reformy velmi škodlivé. Někdo se může snažit šetřit při přípravě pokrmů tak nesprávně, že potom, místo aby byla strava zdravě připravena, je naopak velmi chudá a není vydatná. Jaké to má následky? Chudokrevnost. Viděla jsem mnohé nemocné osoby, které měly malou naději na uzdravení, jejichž nemoci byly zaviněny jenom nedostatečnou stravou. Tyto trpící osoby nebyli k tomu přinuceni chudobou, nýbrž jen činily to, aby své učení – zdravotní převrácené názory uvedli ve skutek. Den co den byly ke každému jídlu připraveny tytéž pokrmy bez změny a požívány. Až následkem toho bylo zeslabení žaludku a vůbec všeobecná slabost. *CTBH 57.2*

Mnozí lidé, kteří přijali zdravotní rady zlepšování, si stěžují, že jim takový způsob života nejde k duhu. Když jsem pak ale s nimi seděla u stolu, pozorovala jsem, že vinu na tom neměla zdravotní reforma, nýbrž špatná příprava pokrmů. Vy mužové a ženy, které Bůh obdařil rozumem, uče se vařit! Nepřeklela jsem se, když vybízím i muže k tomu, neboť oni musí rovněž jako ženy rozumět prostému a zdravotnímu připravování pokrmů. Jejich zaměstnání je mnohdy přivádějí tam, kde nemohou dostat zdravé stravy. Musejí třeba celé dny a více než týden prodlévat v rodinách, které jsou zcela nevědomé ohledně tohoto se zlepšování ve stravování. Jestliže jsou v tomto poučení, pak mohou způsobit něco dobrého. *CTBH 57.3*

Vyzkoušejte svůj způsob života; mějte snahu se přesvědčit přesně o jeho účinku. Ale zdravotní reformě nedávejte žádné špatné světlo tím, že by jste se z nevědomosti dali na cestu, po níž jít by čelilo proti dobrému úsilí o zlepšení. Nezanedbávejte tělo a dbejte, aby bylo způsobilé vykonávat Bohu pravou službu. Pokud mi je známo, i někteří naši pracovníci zemřeli předčasně z toho důvodu, že nedbali těchto rad. Opatřit tělo výživnými a chutnými pokrmy, je jedna z prvních povinností ženy, která má na starosti domácnost. Méně prostředků radši vynaložme na pořízení nábytku a oděvu, než abychom se měli nějak omezovat ve stravování jen na nejnutnější pokrmy. *CTBH 58.1*

Mnozí lidé se těší lepšímu zdraví, když konzumují svá jídla jen dvakrát denně, místo třikrát. Jiní lidé však naproti tomu potřebují večeri, ale ta má být jen lehká. Ať si však nikdo nikdo nemyslí, že to musí být pravidlem pro všechny, jako kdyby to musel každý činit jako on! *CTBH 58.2*

Nešid'te nikdy žaludek o to, co vyžaduje jeho zdravá činnost a nezneužívejte jej tím, že ho přetěžujete velikou dávkou, kterou by nesnesl. Ukládejte si povinnost sebeovládání; mějte na uzdě svoje své chtíce a hleďte ať jsou ovládány střízlivým rozumem. Nemyslete si, že když k vám přijde návštěva, že je potřeba svůj stůl obložit nezdravými pokrmy. O zdraví své rodiny dbejte zrovna tak a všimněte si vlivu na své děti, jako věnujete pozornost obyčeji a chuti svých návštěv. *CTBH 58.3*

Někteří obhájci zdravotní reformy jsou neustále úzkostliví, zda jim jejich jídlo, byť by bylo sebe prostší a podle zdravotních zásad, neuškodí. Takovým úzkostlivým říkám: „Nedomnívejte se, že vám uškodí váš pokrm, nýbrž podle svého nejlepšího mínění jste jedli a pakli jste prosili Pána o jeho požehnání, tedy věřte, že vás vyslyšel a buďte pokojní.“ *CTBH 59.1*

Zlepšování zdravotní reformy je nanejvýš důležitá činnost a nesmíme ji nějak snižovat malichernými názory, ani ji líčit převráceně nějakými nepravými výklady. Musíme zůstat věrni věrni svému přesvědčení. Daniel byl požehnan, když trval na tom, že chce konat jenom dobré. A tak i my budeme požehnáni, jestliže se budeme snažit z celého srdce, buď jak buď, činit Bohu čest. *CTBH 59.2*

6. Domácí výchova

Postavení matky je velmi důležité. Zatím co se věnuje starostem o domácnost a těžkým mateřským povinnostem, měla by se taky přičiňovat o to, aby měla takový vliv, který by se jevil jako požehnání její rodině. Každá matka má věrně plnit povinnosti k dětem, které ji nebeský Otec svěřil do její péče. Je to vlastně pro ní přednost, jestliže může skrze milost Ježíše Krista po mravní stránce vytvářet jejich osobitou povahu, podle božského příkladu. Taktéž může-li mít na tyto malé a dorůstající mládež vůbec takový vliv, aby se cítili být přitahováni k Bohu. Pokud by si matky stále vážily své odpovědnosti a když by si učinily za nejpřednější předsevzetí vychovat své děti pro povinnost tohoto života i pro slávu budoucího nepomíjitelného života, považovaly by to za své nejdůležitější poslání. Nebylo by nyní vidět v rodinách tolik bídy, která tam zavládla. Matky musí po stránce duchovní stále lépe prospívat, aby své děti víc a více vychovávaly k dokonalosti. Ovšem ďábel vždy osnuje plány, jak by spoutal duše rodičů i dětí. Matky bývají zdržovány ve výkonu svých domácích povinností i v pečlivé výchově svých malých a jsou různě sváděny k tomu, aby sloužily více samy sobě a světu. Pak se povoluje marnivosti, módě a věcem malé hodnoty, aby plně zaujaly pozornost, a fyzická a duchovní výchova drahých dětí je zanedbána. *CTBH 60.1*

Učiní-li matka zvyky světa a pošetilou módu svým měřítkem, stane se neschopnou plnit odpovědné povinnosti svého povolání. Učiní-li ji móda svým otrokem, oslabí to její sílu a vytrvalost, a život stane se pak tíživým břemenem místo požehnáním. Pro fyzickou slabost možná opomene cenit si hodnoty příležitostí, které jsou jí dány, a její rodina bude oloupena, aby rostla bez užítu jejího myšlení, o požehnání jejích modliteb a jejího poučování. Kdyby si jen matky více vážily těch vzácných předností, které jim dal Bůh, nedaly by se tak snadno odvrátit od svých svatých povinností ke všedním světským věcem. *CTBH 60.2*

Matčino dílo počíná u kojence v náručí. Viděla jsem často, jak se takové maličké dítě kroutí, svíjí a křičí, když nemůže prosadit svou vůli. To je právě doba, kdy je třeba učinit přítrž zlému duchu. Nepřítel se bude snažit ovládnout mysl našich dětí, máme mu však povolit, aby je utvářel podle své vůle? Takoví maličci nemohou rozpoznat, jaký duch na ně působí a je proto povinností rodičů, aby za ně usuzovali a rozhodovali. Jejich návyky je třeba pečlivě hlídat. Špatné sklony je nutné potlačovat a mysl podněcovat ve prospěch správného. Dítě by mělo být podporováno v každém svém úsilí sebe samé ovládat. *CTBH 61.1*

Pravidelnost a pořádek by měla být pravidlem ve všech návycích dítěte. Matky se dopouštějí velké chyby, když jim dovolují jíst mezi jídly. Takovými návyky se žaludek vyrušuje a kladou se tím základy pro budoucí utrpení. Jejich neklid byl možná způsoben nezdravým jídlem, jež nebylo ještě stráveno; matka však má pocit, že nemá kdy na to, aby o věci uvažovala, a aby napravila svoje škodlivé jednání. Také nemívá kdy, aby upokojila netrpělivé křičení maličkých. Dá malým trpělivě kousek koláče, nebo jiné pochoutky, aby je ukonejšila, ale to jen zlo zhoršuje. Některé matky, ve své úzkostlivé snaze, aby udělaly velký kus práce, jsou rozčilené a podrážděné ještě více než děti, a pokoušejí se hubováním, nebo dokonce bitím dětem nahnat strach a uklidnit je. *CTBH 61.2*

Matky si často stěžují na křehké zdraví svých dětí a radí se s lékařem, ačkoli by mohly prohlédnout, že porucha je zaviněna chybami výživy, kdyby jen trochu užívaly zdravého rozumu. *CTBH 61.3*

Žijeme v době obžerství a návyky, ke kterým je mládež výchovou vedena, a to i mnohými věřícími rodinami, jsou v přímém rozporu s přírodními zákony. Seděla jsem jednou u stolu v USA s několika dětmi do dvanácti let. Byly přinášeny mnohé masité pokrmy a pak jedna útlá, nervózní holčička chtěla kyselé okurky. Byla jí dána tzv. všelicos (směs), kyselé okurky atd. s hořčicí a ostrým kořením a toto v hojnosti pojedla. Dítě bylo pověstné svou nervozitou a podrážděností, a tyto pálivé přísady byly jako vypočteny na to, aby vyvolaly takový stav. Nejstarší syn si zase myslil, že nemůže jíst bezmasé jídlo a projevoval velkou nespokojenost, ba dokonce nezbednost, nebude-li mu opatřeno. Matka se stavěla shovívavě k jeho chutím a nechutím, až se stala jen trochu lepší otrokyní jeho rozmarů. Chlapci nebyla opatřena práce a tak trávil většinu svého času četbou neúčinných,

nebo dokonce škodlivých věcí. Skoro trvale si stěžoval na bolení hlavy a jednoduchá strava mu nechutnala. *CTBH 61.4*

Rodiče by měli dětem opatřovat práci. Zahálka je počátek všech nepravostí. Fyzická práce, jež dává svalům zdravou únavu, dodá chuti k jídlu na jednoduchou, zdravou stravu, a mládež, jež bude v mládí hodně pracovitá, nebude od stolu vstávat rozmrzelá, že neviděla před sebou mísu masa a různé pochoutky, jež by dráždily její chuť. *CTBH 62.1*

Ježíš, Syn Boží, pracoval svýma rukama v tesařské dílně a dal tak příklad vši mládeži. Všichni ti, kdo považovali za nedůstojné vzít na sebe všední životní povinnosti, ať si připomenou, že Ježíš poslouchal své rodiče a přispíval svým dílem na obživu rodiny. Málo přepychu bylo vidět na stole Josefa a Marie, poněvadž byli chudí a skromní. *CTBH 62.2*

Rodiče by měli být svým dětem vzorem ve vydávání peněz. Jsou tací, kteří – jak dostanou peníze – utratí je za pamlsky, nebo za jiné zbytečné drobnosti a okrasy, a když své peníze promarní, nedostává se jim na nejnutnější potřeby. Mají-li hojné příjmy, utratí z nich každý haléř, mají-li jen malý, nestačí jim na marnotratné návyky, jež si osvojili a vypůjčují si, aby uspokojili potřebu. Vypůjčují si z jakéhokoli pramene, aby uspokojili své přepychové potřeby (a někdy jen domnělé). Stávají se bezectnými a nepoctivými, a záznam vedený o nich v knihách nebeských je takový, že jim nebude stát za to, aby se na něj podívali v den posledního soudu. Nesprávné smýšlení a počínání vede k tomu, aby byla ukojena žádost očí, je jí třeba vyhovět a při povolnosti je nutno přijmout žádostivost chutě k jídlu a tak se sami udržují v chudobě neprozřetelnými návyky, ačkoli se mohli naučit žít v mezích svých příjmů. Marnotratnost je jedním ze hříchů, ke kterým má mládež blízko. Pohrdá šetrností, z obavy, aby nebyla považována za lakomou a skoupou. Co k tomu řekne Ježíš, majestát nebes, který jí dal takový příklad trpělivé pilnosti a šetrnosti? *CTBH 62.3*

Není nutno zde rozvádět, jak lze v praxi uplatnit šetrnost v podrobnostech. Ti, jejichž srdce jsou plně oddána Bohu a kdo mají jeho slovo za vůdce, budou již sami znát, jak se zachovat ve všech povinnostech života. Budou se učit od Pána Ježíše, toho, jenž je srdce tichého a pokorného; a pěstující Kristovu pokoru, uzavřou tak dveře přemnohým pokušením. *CTBH 63.1*

Nebudou se zabývat, jak uspokojit chuť k oblíbenému jídlu, nebo jiných převrácených naruživostech, když vědí, že mnozí trpí hladem ve svých nuzných domácnostech. Obnos vydaný denně na zbytečnosti s pomyšlením, vždyť je to jen nepatrný haléř „Je to jen desetník“ zdá se být velmi malý; násobme ale tyto maličkosti počtem dní v roce, a v průběhu let výsledné číslice se budou zdát téměř neuvěřitelnými. *CTBH 63.2*

Pánu se zalíbilo ukázat mi na zlo, které je výsledkem marnotratných zvyků, tak abych mohla rodičům připomínat, aby učili své děti přísné šetrnosti. Učte je, že peníze utracené za to, co nepotřebují, jsou zneužity proti svému původnímu určení. Ten, kdo je nevěrný v málu, bude nevěrný i ve velkých věcech. Lidem, kteří jsou nevěrní ve světských hodnotách, nelze svěřit věčná bohatství. Dávejte pozor na chuť k jídlu; učte děti příkladem i poučením, aby požívaly jednoduchou stravu. Učte je být pilnými, nejen zaměstnanými, ale skutečně oddanými užitečné práci. Hleďte povzbudit mravní chápání. Poučte je, že Bůh má vůči nim nároky, a to již od neútlejších let dětství. Řekněte jim, že je nutno všude čelit morální zkaženosti, že je nutno, aby přišly ke Kristu a oddaly se mu tělem i duší, a že v něm najdou sílu, aby odolaly jakémukoli pokušení. Vštěpte jim do paměti, že nebyli stvořeni jen k tomu, aby našly zalíbení sami v sobě, ale k tomu, aby byly Božími nástroji ke vznešeným cílům. Poučte je, že je budou pokušení svádět na cestu samolibé shovívavosti, až se bude satan pokoušet zastínit jim Pána, aby pak vzhlížely k Ježíši, s modlitbou „Dej, Pane, abych nepodlehl.“ Andělé se pak přidruží k nim v odpovědi na jejich modlitby a uvedou je na bezpečné cesty. *CTBH 63.3*

Kristus se modlil za svoje učedníky, nikoli, aby byli vzati z tohoto světa, ale aby byli chráněni od zlého, – aby byli ochráněni před upadnutím v pokušení, s nímž se všude setkají. To je prosba, kterou by měl vyjádřit každý otec i každá matka. Mají ale také prosit Pána za svoje děti a pak je ponechat, aby dělaly co se jim zlíbí? Mají rozmazlovat chuť k jídlu tak, až se stane svrchovaným pánelem a pak čekat, že budou moci děti omezovat? – Nikoli, střídmost a sebeovládání je třeba učit od samé kolébky. Na matce musí spočívat hlavní odpovědnost za toto dílo. Matku s jejím dítětem pojí to nejněžnější pozemské pouto. Dítě lze spíše ovlivnit životem a příkladem matky než otce, právě

pro toto silnější a něžnější pouto. Matčina odpovědnost je ovšem závažná a měla by proto mít stálou oporu v otci. *CTBH 64.1*

Nestřídmost v jídle a pití, nestřídmost v práci, nestřídmost téměř ve všem, existuje všude. Ti, kdo vyvíjejí velké úsilí, aby udělali v daném čase určitou práci a pokračují ve své námaze dále, když už jim úsudek říká, že by si měli odpočinout, nic tím nezískají. Žijí z vypůjčeného kapitálu. Utrácejí životní sílu, kterou budou potřebovat v budoucnosti. A když bude zapotřebí energie, kterou tak bezstarostně využili, zklamou pro její nedostatek. Fyzická síla je pryč, duševní síly selhávají. Uvědomují si, že došlo k úpadku, nevědí však proč. Nastala krize, rezervy tělesných sil jsou vyčerpány. Každý, kdo porušuje zákony zdraví, musí pak jednou, více nebo méně, za to trpět. Bůh nás obdařil v různých údobích našeho života fyzickou silou, které bude zapotřebí v různých obdobích našeho bytí. Budeme-li bezstarostně vyčerpávat tuto sílu stálým přetěžováním, jednou na to doplatíme. Zmenší se naše užitečnost, nebude-li zničen přímo náš život. *CTBH 64.2*

Zpravidla by neměla být denní práce prodlužována až do večera. Využije-li se dobře denních hodin, pak práce prodloužená do večera přetíží soustavu, která bude trpět za břímě, které ji bylo uloženo. Jeví se mi to tak, že ti, kdo tak činí, trápí na tom spíš, než aby získali, protože jejich energie je vyčerpána a jen nervózní podráždění je potom oporou pro jejich činnost. Možná, že si ani neuvědomují svoje bezprostřední poškození, určitě ale podlamují svoji tělesnou soustavu. *CTBH 65.1*

Rodiče mají zasvětit večery svým rodinám. Odložit starosti a zmatky denních námah. Manžel a otec by mnoho získal, kdyby si učinil pravidlem nerušit rodinnou pohodu tím, že přenáší z práce domů svoje nesnáze, a trápí i šíří se jimi. Bude možná potřebovat rady své ženy v nesnázích a oběma se možná dostane úlevy v jejich zmatku, obrátí-li se k moudrosti Boží; mít však trvale mysl plnou pracovních záležitostí, škodí zdraví jak duševnímu, tak tělesnému. *CTBH 65.2*

Zařídme si, abychom večery trávili pokud možno šťastně. Necht' je domov místem, kde existuje pohoda, zdvořilost a láska. To jej učiní přitažlivým pro děti. Vyvolávají-li rodiče stále nesnáze, jsou-li podráždění a hledají chyby, podílejí se děti na tomto duchu nespokojenosti a sporů, a domov se tak stává nejubožejším místem na světě. Děti nacházejí víc radosti u cizích, v nevázané společnosti nebo na ulici, než doma. Tomu všemu by bylo možno se vyhnout, kdyby se ve všem dbalo víc na střídmost a kdyby se pěstovala trpělivost. Sebeovládání u všech členů rodiny učiní domov téměř rájem. Zařídte si, ať je ve vašich pokojích pokud možno pohoda. Obklopte je takovým ovzduším, aby nehledaly kamarády na ulici, a nemyslely na neřest, leda s hrůzou. Má-li být domácí život takovým, jakým by měl být, návyky v něm získané budou pevnou obranou proti útokům pokušení, až se mládež vydá z domova do světa. *CTBH 65.3*

Stavíme své domy pro rodinnou pohodu, nebo jen pro okázalost? Zajišťujeme pro své děti přívětivé, slunečné místnosti, nebo je máme zavřené a zatemněné, protože je vyhrazujeme pro cizince, kteří od nás pohodu nepotřebují? Není ušlechtilější práce, kterou bychom mohli konat, není vyššího užitku, který bychom mohli společnosti přinést, než dát svým dětem vhodné vzdělání a vštípit jim poučením i příkladem, důležitou zásadu, že čistota života a upřímnost úmyslů je učiní a nejlépe uschopní pro splnění životních úkolů. *CTBH 66.1*

Naše umělé návyky zbavují nás mnoha výsad a mnohé radosti, stejně jako nás činí nezpůsobivými k službě. Módní život je život tvrdý, nevďečný. Jak často obětujeme čas, peníze i zdraví, jak často napínáme trpělivost a ztrácíme sebeovládání, jen abychom se stavěli na odiv. Kdyby rodiče dbali na jednoduchost a nepovolovali výdaje k uspokojení marnivosti a pro vyhovění módě, kdyby udržovali vznešenou nezávislost a nedali se pohnout vlivem těch, kdo vyznávajíce Krista odmítají nést kříž sebezapření, dali by tímto příkladem svým dětem neocenitelné vzdělání. Děti by se staly mravně cennými muži a ženami, a až na to dojde, měly by odvahu postavit se statečně za pravdu, a to i proti proudu módy a veřejného mínění. *CTBH 66.2*

Každý čin rodičů působí na budoucnost dětí. Věnují-li čas a peníze na povrchní ozdoby a na uspokojení zvrácené chuti k jídlu, pěstují v dětech pýchu, sobectví a chtivost. Matky si stěžují, že jsou tak přetíženy starostmi a prací, že nemají kdy trpělivě poučovat své maličké a snažit se porozumět jejich zklamání a pokušení. Mladá srdce touží po porozumění a něžnosti a nedostane-li se jim jich od rodičů, budou je hledat u pramenů, duševně i mravně škodlivých. Slyšela jsem, jak matky odmítaly dětem nějakou nevinnou radost pro nedostatek času a z nerozvážnosti; přitom jejich pilné

prsty a unavené oči byly plně zaměstnány přípravou nějaké zbytečné ozdoby, něčeho, co mohlo sloužit jen k rozněcování pýchy a marnivosti u dětí. „Jak se štěp ohně, tak se bude naklánět strom.“ Když se děti blíží dospělosti, tyto příklady nesou ovoce v podobě pýchy a mravní nicotnosti. Rodiče naříkají nad chybami dětí, ale jsou slepí ke skutečnosti, že jen sklízají úrodu ze semene vlastní setby. CTBH 67.1

Křesťanští rodiče, vezměte na sebe životní břímě a upřímně uvažte, jaké posvátné závazky na vás spočívají. Učňte slovo Boží svým měřítkem, místo, abyste šli za módou a zvyky světa, za žádostivostí oka a za pýchou života. budoucí štěstí vašich rodin a blaho společnosti závisí převážně na fyzickém a morálním vzdělání, jehož se vašim dětem dostane v prvních letech života. Budou-li jejich záliby a zvyky ve všem tak prosté, jak by měly být, bude-li jejich oděv spořádaný, bez zvláštních ozdob, najdou matky čas, aby učinily děti šťastnými a neučily je milující poslušnosti. CTBH 67.2

Neposílejte své maličky do školy příliš brzy. Matka by měla být starostlivá, kdy svěří utváření dětské mysli cizím rukám. rodiče by měli být nejlepšími učiteli svých dětí až do osmi, deseti let věku. Jejich třídou by měl být volný prostor, plný květin a ptactva a jejich učebnicí by měla být pokladnice přírody. Jak se rozvíjí jejich mysl a chápání, měli by rodiče otvírat dětem velkou Boží knihu přírody. Poučení, podané v takovém prostředí, nebude snadné brzy zapomenout. Velkou péči je nutno věnovat přípravě půdy v srdci pro Rozsévače, až rozhodí dobré símě. Kdyby se věnovala polovina času a námahy, které jsou nyní promarněny honbou za světskou módou, péči o dětskou mysl a vypěstování správných návyků, projevílo by se to v rodinách podstatnou změnou. CTBH 67.3

Není tomu dávno, co jsem slyšela, jak jedna matka říkala, že ráda vidí, když je dům vhodně vybaven, že nedostatky v uspořádání a závadné položení dřevěného obložení ji mrzí. Neodsuzuji jemný vkus v tomto směru, ale jak jsem ji tak poslouchala, litovala jsem, že se tato přesnost neprojevíla v metodě, jak vést děti. To bylo stavení, za jehož stav byla odpovědná; a přece jejich hrubé, nezdvořilé chování, jejich vášnivě, sobecké povahy a neovládaná vůle byly trapně nápadné jiným. Byly to vskutku deformované charaktery, nepodaření jedinci, jenže matka k tomu všemu byla slepá. Uspořádání domu bylo pro ni závažnější, než vyrovnanost charakteru jejich dětí. CTBH 68.1

Čistota a pořádek jsou křesťanské povinnosti, jenže i ty mohou být zavedeny příliš daleko a stát se tím jediným podstatným na čem všechno závisí, zatím co věci důležitější se zanedbávají. Ti, kdo zanedbávají zájmy dětí pro takové úvahy, dávají desátek z máty a kmínu, zatímco zanedbávají závažnější požadavky zákony, – spravedlnost, milosrdenství a lásku Boží. CTBH 68.2

Takové děti, jež byly nejvíc hýčkány, se stávají zatvrzelými, vášnivými a nemilými. Kéž by si rodiče uvědomili, že na moudrém, včasném výcviku závisí štěstí jak rodičů, tak dětí. Kdo jsou ti maličci, kteří byli svěřeni naší péči? CTBH 68.3

Jsou to mladší členové rodiny Páně. Pán praví: „*Aby synové naši byli jako štípkové zdárně rostoucí v mladosti své, a dcery naše jako úhelní kamenové, tesaní ku podobenství chrámu.*“ (Ž 144,12) Vzácné dílo. Důležité dílo. Přes to však vidíme, jak matky touží po širším pracovním uplatnění, po nějaké misionářské práci. Kdyby tak mohly jít do Afriky, nebo do Indie, měly by pocit, že něco dělají. Ale vzít na sebe malé denní životní povinnosti, provádět je věrně a vytrvale, to jim připadá nedůležité! Proč je tomu tak? Není tomu tak proto, že matčina práce se zřídka kdy oceňuje? Má tisíc starostí a obtíží, o nichž otec zřídka ví. Příliš často se vrací domů, přinášeje s sebou starosti a obtíže z práce, jež pak vrhají na rodinu svůj stín, a když se najde doma vše, jak by si přál, vyjadřuje svoje pocity netrpělivostí a hledáním chyb. Může se pochlubit, co vše dokázal během dne, ale matčina práce podle jeho názoru má jen nepatrnou hodnotu, nebo je při nejmenším podceňována. Jemu připadají její starosti nicotné. Má jen uvařit, dohlédnout na děti, někdy velmi početné, a udržovat domácnost v pořádku. Snažila se celý den, aby chod domácnosti běžel hladce. Snažila se, ačkoli unavena a ve shonu, mluvit laskavě a vesele, poučovat děti a udržet je na správné cestě. To vše ji stálo úsilí a hodně trpělivosti. Sama se nemůže, pokud jde o ni, pochlubit, co vše udělala. Připadá jí, jako by nic nedokázala. Není však tomu tak. Třebaže výsledky její práce nejsou zjevné, andělé nebeští hlídají ustaranou matku a všímají si břemene, jež nese den po dni. Její jméno se nikdy neobjevuje v historických zprávách, nedostává se jí poct a potlesku světa, jako možná manželovi, nebo otcí; ale je učiněno nesmrtelným v knize Boží. Dělá co může a její postavení, jak se jeví pohledu Božímu, je vyšší než postavení krále na trůně; neboť ona má co činit s povahami a formuje

duši. Matky dneška vytvářejí společnost budoucnosti. Jak je důležité, aby jejich děti byly vychovány tak, aby byly s to odolat pokušením, se kterým se setkají v pozdějším životě na každém kroku.

CTBH 68.4

Nechť je otcovo povolání i jeho obtíže jakékoli, je nutné, aby se otec vracel domů se stejně usměvavým vzezřením a s příjemným tónem, se kterým vítal přes den návštěvníky i cizince. Žena nechť má pocit, že může spoléhat na opravdovou náklonnost svého manžela, – že jeho ruce ji posílí a pomohou ji přenést přes všechna její trápení a starosti, že jeho vliv je podpoří a že její břímě ztratí tak polovinu své váhy. Cožpak nejsou děti právě tak jeho, jako její? CTBH 70.1

Nechť se otec snaží ulehčit matčin úděl. V době, kterou by sobecky věnoval požitku z volného času, nechť se snaží seznámit se s dětmi, přidat se k nim v jejich pobavení, v jejich práci. Ať jim ukáže nádherné květiny, košaté stromy, v jejichž listech právě mohou stopovat dílo a lásku Boží. Může je poučit, že Bůh, který vytvořil tyto věci, miluje krásu a dobro, Kristus poukázal učedníkům svým na polní lilie a ptactvo nebeské, vykládá, jak se Bůh o ně stará a použil toho na doklad, že se bude starat i o člověka, který má větší důležitost, než ptáci a květiny. Vyložte dětem, že ať se promarní sebevíce času na okázalost, naše vzezření se nemůže nikdy rovnat co do půvabu a krásy vzezření nejjednodušších polních květů. Tak bude jejich mysl odvedena od umělého k přírodnímu. Mohou se naučit, že Bůh jim dal všechny tyto krásné věci k potěše a že si přeje, aby Mu odevzdaly nejlepší a nejsvětější náklonnost svého srdce. CTBH 70.2

Rodiče by měli probudit ve svých dětech zájem o studium fyziologie. Mládež potřebuje dostat poučení o svém vlastním těle. Mezi mládeží je jen málo těch, kdo mají určitou znalost o tajemstvích života. O studium podivuhodného lidského organismu, vztahů a závislosti jednotlivých jeho komplikovaných částí má většina matek jen malý, nebo vůbec žádný zájem. Nerozumí tomu, jak působí tělo na mysl anebo mysl na tělo. Zabývají se samy zbytečnými drobnostmi a potom se omlouvají, že nemají kdy, aby si opatřily informace potřebné k tomu, aby se mohly správně starat o zdraví svých dětí. Dá to menší starost svěřit je doktorům. tisíce dětí umírá pro neznalost zákonů své vlastní existence. CTBH 70.3

Kdyby sami rodiče usilovali o moudrost o tomto předmětu a uvědomovali si, jak je důležité jej prakticky provádět, museli bychom vidět lepší stav věci. Naučte děti, aby usuzovaly z příčiny na výsledek. Ukažte jim, že když porušují zákony platné pro jejich vlastní existenci, musí za to pykat utrpením. Neuvidíte-li tak rychlé zlepšení, jaká byste si přáli, neztrácejte odvahu, ale poučujte je trpělivě a naléhejte dokud nedobudete vítězství. Poučujte je dále o jejich tělesné soustavě a starostlivosti o ni. Nedbalost o tělesné zdraví směřuje k mravní lhostejnosti. CTBH 71.1

Neopomeňte naučit své děti, jak připravit zdravé jídlo. Dáte-li jim tato poučení o fyziologii a o dobrém vaření, dáváte jim prvé stupně k některým z nejužitečnějších odvětví vzdělání a vštěpujete jim zásady, jež jsou nutné prvky náboženskou vzdělání. CTBH 71.2

Všechna tato poučení, o kterých jsem mluvila v tomto článku, jsou potřebná. Bude-li jim patřičně věnována pozornost, budou jako ohrada bránit naše děti před zlem, které zaplavuje svět. Potřebujeme střídmost u stolů. Potřebujeme domy, kde jsou vítány jako Boží slunce, i čistý nebeský vzduch. V našich domovech potřebujeme radostné, šťastné ovzduší. Musíme u dětí vypěstovat užitečné návyky a musíme je poučit o věcech Božích. To vše něco stojí. Stojí to modlitby a slzy, jakož i trpělivé, často opakované poučování. Někdy musíme do krajnosti vynaložit svůj důvtip, abychom věděli, co máme dělat; můžeme ale vést děti k Bohu na modlitbách, s prosbou „A nyní, Pane, konej dílo své; obměkči a pokoř srdce dětí našich“ a On nás vyslyší. On naslouchá modlitbám plačících, ustaraných matek. Když Kristus byl na zemi, starostmi zatížené matky Mu přinášely své děti; myslely, že když On vloží své ruce na ně, budou mít více odvahy k tomu, aby je povznesly jak by měly. Spasitel věděl, proč tyto matky k Němu přišly se svými maličkými i pokáral učedníky své, kteří jim v tom chtěli bránit, řka: „*Nechte dítek jíti ke mně a nebraňte jim; neboť takovýchť jest království Boží.*“ Ježíš miluje maličké a pozoruje jak rodiče konají své dílo. CTBH 71.3

Hřích se rozmáhá víc a více a pokud mají být naše děti zachráněny, musí rodiče vynaložit veškeré své úsilí. Kristus pravil: „*Pro ně se posvěcuji, aby také oni byli posvěceni pravdou.*“ (J 17,19) Přál si, aby Jeho učedníci byli posvěceni a sám jim dal příklad, aby jej mohli následovat. Co kdyby se otcové a matky postavili na stejné stanovisko a řekli: „Chci, aby moje děti měly pevné zásady a dám jim příklad toho ve svém životě?“ Nechť matka nepociťuje žádnou oběť za příliš velkou, byla-

li přinesena ke spáse její rodiny. Pamatujte, Ježíš obětoval svůj život, aby zachránil před zkázou vás a vaše bližní. V této požehnané práci budete mít jeho sympatie a jeho pomoc a budete dělníky Božími. *CTBH 72.1*

Nechť selžeme v čemkoli jiném, buďme dokonalí ve vychovávání svých dětí. Vyjdou-li z rodičovského domu čisté a ctnostné, zaujmou-li alespoň poslední a nejnižší místo ve velkém Božím plánu dobra pro tento svět, potom nebyl náš život marný. *CTBH 72.2*

7. Ženy, přetížené v obsluhování domácnosti

Mnohé ženy se v dnešní době obírají myšlenkou, jak by se jen odívaly podle nejnovější módy a nelitují ani práce ani vynaložených prostředků. Pro tuto nejnovější módu bývá obětováno zdraví, výchova i pohodlí. Ano, i u stolu se projevuje zhoubný vliv novodobého zvyku a náležité okázalosti. Jestli je potrava připravována podle zdravotních zásad, nebývá mnohdy na prvním místě. Podávat na stůl mnohé rozličné potraviny, to vyžaduje mnoho času, peněz i práce a lze o tom konstatovat, že to nesměřuje k dobrému. Je to snad novodobý zvyk, podávat na stůl půl tuctu jídel, ale vzápětí má tento zvyk jen za následek poruchu zdraví. Je to převrácený novodobý zvyk, který by rozumní muži a moudré ženy měly svými slovy i příkladem zavrhnout. Mějte přece trochu soucit se svými kuchařkami! „*Což není život víc než pokrm a tělo víc než oděv?*“ (Mt 6,25) CTBH 73.1

V současné době, v níž se tak rozmohla mnohá převrácenost, zabírá řádné plnění domácích povinností skoro veškerý čas ženy, která má na starosti chod domácnosti. Oč by bylo vhodnější k celkovému zdravotnímu stavu pro domácnost, kdyby příprava pokrmů byla jednodušší. Lze konstatovat, že ročně bývá na tomto oltáři hříšně obětováno zdraví tisíce osob, které mohlo být zachováno, kdyby nebylo těch nekonečných – sobě tak zbytečných – ukládaných povinností. Mnohá matka klesá předčasně do hrobu, ale při jednodušším způsobu života by mohla mít život prodloužený ku požehnání své rodiny, církve i světa. CTBH 73.2

Satan je vynálezcem těchto zvrácených zvyků, jimiž je dnešní lidská společnost tak obtížena a mnozí, kteří se této módě koří, neznají nic lepšího, na co by svůj drahocenný čas vynaložili, než na to marnivé úsilí, aby šli stejným krokem a pošetilou módou, která se stále mění. Jak se budou moci z tohoto svého jednání zodpovídat v den soudu před Bohem, který má právo přece žádat, aby mu vydali počet z toho, jak používali svůj čas i své síly? CTBH 73.3

Všude slyšíme otázku: „Kde najdu dobrou hospodyní, která by uměla vařit?“ Pociťuje se nedostatek dobrých a dovedných kuchařek a hospodyň. Bude-li to takto dále pokračovat, budeme zcela zbaveni dobrých domácích pomocnic. CTBH 73.4

Ale proč se děvčata tak ostýchají a nechtějí se věnovat domácím povinnostem? Protože mají takovou práci za ponižující. Lze říci, že zpravidla se jim nedostává náležité vážnosti. Viděla jsem lidi, kteří byli dříve chudí, ale později když zbohatli, zdálo se, že jejich dobrý rozum zmizel s jejich chudobou. Začali se nesmyslně vrhat do hříšné rozmařilosti a měli zalíbení v jakési povrchní okázalosti, převrácené ve všech směrech a věcech. Takové dívky jsou mnohdy toho názoru, že když se vyučily šití, sazbě písma, korektorky, nebo účetní, nebo učitelkami, že pak projevují pošetilý názor, o jakési zdánlivé vyvýšenosti svého stavu a pokládají to za ponižující když by měly pěstovat družné styky s takovými kuchařkami, nebo vůbec s ženami, které se starají jen o domácnost. CTBH 74.1

Tyto pocity pronikají v dnešní době skoro všemi třídami společnosti. Kuchařka bezděky cítí, že její zaměstnání ji v společenském životě snižuje a podle nesprávného veřejného mínění nemůže očekávat, že bude na stejném společenském stupni, jako rodina, kde je matka zaměstnána jinak než v domácnosti. Nemůžeme se pak divit, když nadané mladé dívky hledají jiná zaměstnání. Můžeme se pak divit, že je tak málo dovedných kuchařek? Je tak obdivuhodné potom, že tak mnohé kuchařky ještě (a vůbec ženy v domácnosti) trpělivě nesou takové příkoří. CTBH 74.2

Kuchařka zaujímá důležité postavení v domácnosti. Je to ona, která připravuje pokrmy pro žaludek, aby se mozek, kosti a svalstvo mohly utvářet. Zdraví všech členů rodiny je závislé hlavně na její dovednosti a na její odborné vědomosti. Domácím povinností nebývá mnohdy věnována pozornost, když není prokazována vážnost těm, které je věrně plní. CTBH 74.3

Sobectvím a zbožňováním sebe bylo uvaleno neblahé břemeno na bedra žen. Tíhou břemen jsou takřka přemoženy a mimo to ještě, aby zlo bylo dovršeno, chtějí žít podle pošetilé módy což je únavná a zbytečná práce. Je pak samo sebou jasné, že jedinou odměnou za to jim budou jen útrapy a veliké těžkosti, které si samy připravují. Když Kristus hleděl do budoucnosti, viděl i nynější stav světa a zve každou obtíženou duši co nejsrdečněji: „*Pojďte ke mně všichni, kteříž pracujete a obtí-*

ženi jste a já vám odpočinutí dám. Vezměte na sebe mé jho a učte se ode mne, neboť jsem tichý a pokorný srdcem, a naleznete odpočinutí dušem svým.“ (Mt 11,28-29) CTBH 74.4

9. Odpovědnost rodičů

Bůh nám v těchto posledních dnech udělil světlo ohledně zdravotního učení, abychom mohli mnohému nebezpečí, kterému jsme dnes vystaveni, uniknout, jestliže budeme dbát tohoto světla. Satan se vši mocí usiluje svádět lidi, aby povolovali svým všelijakým zvráceným žádostem v jídle, aby ukájeli své žádosti a promarnovali svůj čas neužitečnými aktivitami. Takový život v sobectví a ukájení svých tělesných žádostí, činí nepřítel lákavým, ale člověk který je takto svedený, svojí nestřízlivostí spotřebovává jak duchovní síly, tak i tělesné. Kdo je v tomto přemožen, postavil se na stranu satanovu, poněvadž bude ustavičně pokoušen, trápen a konečně od tohoto nepřítele všelike spravedlnosti zcela ovládnut. *CTBH 75.1*

Rodiče by měli za svou povinnost uznat, že to je jejich úkol, aby své děti vychovali tomuto světu s dobrou povahou i mravní silou, schopné čelit pokušením. Celý jejich život by měl směřovat k oslavě Boha a svým bližním aby byli ku požehnání. Ti jenž vstupují do životního procesu a zápasu s pevnými zásadami, budou v současné době tak vyzbrojeni, že z všeobecné mravní zkaženosti vyjdou jako neposkvrnění. Matky by měly využít každé příležitosti a dbáti, aby své děti vychovávaly pro něco užitečného. *CTBH 75.2*

Matčin úkol je svatý a velice důležitý. Je jistě dobře osvědčená rada, že by matky měly své děti navykat již od útlého věku – jestliže by toho bylo zapotřebí, aby si leccos dokázaly odepřít a své žádosti ovládat. Rodiče by si měli stále uvědomovat, že jejich čas ve smyslu slova nejširším a zvláštním, náleží především jejich dětem. Když ovšem všemožné aktivity zvráceného věku zabírají jejich čas a jestliže se nacházejí v ledajaké společnosti s jejich kratochvílemi, pak se ovšem nedostane jejich dětem pečlivého vychování. *CTBH 75.3*

Mnohé matky si stěžují na všeobecně se rozmáhající nestřídmost, ale nesnaží se zjistit pravou příčinu. Dost často je je tomu podán podnět již u rodičovského stolu. Mnohá matka, předstírající že je křesťanka, předkládá své rodině pamlsky a kořeněná jídla, která zapříčiňují touhu po různých škodlivých požitcích a vedou k hýření! V mnoha rodinách spočívá hlavní strava v masitých jídlech a z té příčiny bývá krev rozpálená a krtičnatá (skrofulosní). Jestliže pak následuje nějaké onemocnění, bývá to neprávem přičítáno božské prozíratelnosti, i když se jedná o následky převráceného způsobu života. Znovu pravím, nestřídmost mnohdy začíná u rodičovského stolu a zpravidla bývá tak často uspokojována neovladatelnost a dychtivost po požitcích až se stane druhou přirozeností. *CTBH 75.4*

Kdo mnoho jí, nebo konzumuje nezdravé pokrmy, ubírá si na síle, která pak nemůže odolávat náruživostem a vůbec svůdným žádostem. Mnozí rodiče, aby dosáhli od svých dětí klidu a nemuseli tak vynakládat trpělivost na jejich učení k rozumnému sebezapírání, nechávají jim volnou vůli k tomu, aby jedli a pili kdy chtějí. S přibývajícím věkem však i přibývá žádostivosti pro ukojení neovladatelné dychtivosti po požitcích a také po vyhovování tělesným chťičům. Takto navyklá mládež, čím je starší, tím více se stane otrokem svých náruživostí a stane se otrocky oddána touze po požitcích. Jakmile se ocitne ve společnosti a vstoupí do každodenního života, náhle se projeví neblahá skutečnost, že nemá sílu k odpírání pokušením. Na hýřících, na kuřácích, ale také na těch kteří konzumují alkohol můžeme pozorovat následky nesprávné výchovy a neovladatelného sebeuspokojování. *CTBH 76.1*

Jestliže slyšíme smutné nařikání křesťanů na hrozné následky nezdrženlivosti, tedy bezděky jim můžeme ihned položit otázku: „Kdo vychoval tuto mládež? Kdo jí dovoľoval tyto nezdrženlivé žádosti? Kdo způsobil, že nebyla přikládána důležitost té odpovědnosti, aby jejich osobitá povaha byla po mravní stránce způsobila pro život a také pro kontakt s nebeskými bytostmi v budoucím věčném životě?“ *CTBH 76.2*

Jak smutné okamžiky nastanou, když se rodiče setkají se svými dětmi u konečného zúčtování! Tisíce dětí, které se staly obětí zvrácené dychtivosti po škodlivých požitcích a všelijaké nepravosti, jejichž život se bude podobat lodním troskám, budou potom stát před svými rodiči, kteří je tak ne-dbale vychovali. Kdo by měl kromě rodičů nést tuto hroznou odpovědnost? Copak stvořil Pán tuto mládež tak zkaženou? Ó nikoliv, jistě že ne! Kdo tedy vykonal tyto hrozné skutky? Nebyly snad

hříchy rodičů přenášeny na děti, když to byli právě oni, kteří povolovali škodlivým žádostem a vášním? Zdalipak nebylo toto dílo dokonáno i od těch, kteří zanedbali svou povinnost, když je nevychovali podle příkazu těch, které jim Bůh dal? Tak jistě jako tu jsou děti, budou muset i tito rodiče stát před Bohem a vydat počet ze svých skutků. *CTBH 76.3*

Satan je vždy připraven ke svému dílu. On nepromarní příležitost pokoušet děti právě tam, kde jim chybí vůle k dobrému činu a mravní síla k odpírání. Právě on dává podnět ke změnám v módě a k vytváření veselých společností i zábav, takže matky svůj čas potom věnují neužitečným věcem, místo aby se více věnovaly výchově svých dětí. Naše mládež potřebuje takové matky, které by i těm nejmenším v kolébce rády vnukly, aby své vášně dokázaly ovládat, aby se dokázaly zříct žádosti po škodlivých požitcích a aby dokázaly vlastního já nebýt ve všem po vůli. Lze konstatovat, že potřebují naučení za naučením, zde příkaz a tam příkaz, trochu odtud a trochu odtud. *CTBH 77.1*

Židům bylo ukázáno, jak mají své děti vychovávat, aby nepřijímali modloslužbu a bezbožnost pohanských národů. „*Ale složte tato slova má v srdci svém a v mysli své, a uvažte je sobě na znamení na rukou svých, a budou jako náčelník mezi očima vašima. A vyučujte jim syny své, rozmlouvajíce, když lehneš, i když vstaneš.*“ (Dt 11,18-19) *CTBH 77.2*

Žena měla zaujmout postavení, které ji bylo od Boha určeno, a to pomocnice svého manžela. Svět potřebuje takové matky, které by nejen měly jméno, nýbrž které jsou skutečně vzornými matkami. Plným právem můžeme říci, že povinnosti vzorné ženy jsou světlejší než mužovy. Žena si má té svatosti svého povolání vážít a v moci a bázni Boží má takovéto životní poslání přijímat. Má své děti připravovat pro něco užitečnějšího ve světě a pro domov na nové zemi. *CTBH 77.3*

Matčino postavení v rodině je svatější, než některé královny na svém trůně. Její snaha má směřovat k tomu, aby ve všem svém jednání dávala dobrý příklad dětem, hodný následování. A jak slovy, tak i skutky jim má vštěpovat cenné vědomosti a povzbuzovat je k tomu, aby vedly obětavý život k blahu svých bližních. Největší povzbuzením pro pečlivé a starostlivé matky by mělo být, aby každé dítě, které chce správně vychovat, mělo vnitřní krásu, totiž pokorného a tichého ducha, který by se skvěl v síních Páně. *CTBH 77.4*

Prosím vás, vy křesťanské matky, važte si té své veliké odpovědnosti a učte se jí pilně poznávat, abyste nežily samy sobě. Kristus nežil, aby uspokojoval vlastní já, nýbrž přijal roli služebníka. Opustil nebeské příbytky a vyměnil své božství za člověčenství, aby nám svým vlastním příkladem ukázal, jak se můžeme stát božími syny a dcerami – dítkami nebeského Krále. Ale za jakých podmínek můžeme dosáhnout tohoto velikého požehnání? „*Protož vyjděte z prostředku jejich a oddělte se, praví Pán a nečistého se nedotýkejte, a já přijmu vás. A budu vám za Otce a vy mi budete za syny a za dcery, praví Pán všemohoucí.*“ (2 K 6,17-18) *CTBH 78.1*

Kristus se ponížil tak hluboko, že i když byl zajedno s Bohem Otcem, přijal na sebe funkci služebníka. Jeho domovem byl Nazaret, to město, které pro svoji bezbožnost se stalo příslovím. Jeho rodiče patřili k chudé vrstvě lidí. A pro nás všechny pozemšťany, ale obzvlášť pro věřící, stojí za povšimnutí ta skutečnost zářivého příkladu ze života tohoto našeho jediného Vysvoboditele z hříchu, že zde na zemi měl povolání jako tesař a pracoval svými rukama, aby pomáhal podporovat svou rodinu. Po 30 let byl poddán svým rodičům. Kristův život nám ukazuje naši povinnost, že máme být pilní a pečovat o ty, kteří nám jsou svěřeni. *CTBH 78.2*

Pán Ježíš poučoval své učedníky, že jeho království není z tohoto světa, v němž všichni jen hledají nejvyšší postavení. Dal jim zároveň poučení o pokoře i sebezapření, obětování se pro blaho druhých. Jeho ponížení nespočívalo v tom, že by nějak opovrhoval svou vlastní osobitou mravní povahou, ale ve svém připodobnění se lidem. Chtěl je povznést k vyššímu životu. A přece jen bylo málo těch, kteří v Kristovu ponížení se viděli něco přitažlivého. Světští lidé se stále snaží vyvýšit nad jiné, ale Ježíš Kristus, jako Syn Boží se sám ponížil, aby lidstvo povznese. A podobně zní i slova Pavlova: „*Nebo znáte milost Pána našeho Jezukrista, že pro vás učiněn jest chudý, jsa bohatý, abyste vy jeho chudobou zbohatli.*“ (2 K 8,9) Pravý následovník Krista bude Jeho příkladu následovat. *CTBH 78.3*

Ó kež by si všechny matky v této době dovedly vážít svatosti svého poslání a neusilovaly se nějak srovnávat svým vzhledem bohatším sousedkám, nýbrž se staraly více uctívat Boha v plnění svých povinností! Kdyby mládeži byly vštěpovány správné zásady střídmosti, nebylo by potřeba

různých spolků střídmosti. Pevnost v osobité povaze po stránce mravní a vůbec ušlechtilé ovládnutí se, mělo by převahu v moci Kristově, která má sílu obstát v pokušení těchto posledních dnů. *CTBH 79.1*

Je to velmi těžké na něco si odvyknout, co se aplikovalo po celý život. Dábel nestřídmosti má hroznou sílu a není lehké nad ním zvítězit. Rodiče by proto měli začít ve svém vlastním domově jej krotit, a to formou uskutečňováním těch zásad, které od útlého mládí vštěpují svým dětem. Jenom tak mohou mít naději na úspěch. Takto lze konstatovat, že se vám matky dostane odměny, jestliže budete vzácné chvíle poskytnuté od Boha, věnovat mravnímu vzdělávání osobité povahy svých dětí a jestliže je budete poučovat, aby přesně dbaly zásad střídmosti v jídle a pití. *CTBH 79.2*

Je to svatá povinnost rodičů, aby dohlíželi nad tělesným a mravním stavem svých dětí, aby jejich nervy zůstali klidné a vyrovnané a duševně aby neutrpěly žádné škody. Otcové a matky by měly znát zákony života tak, aby se z nějaké nevědomosti nedopustili něčeho, co by jejich dětem v jejich životech dalo impulz vydat se špatným směrem. Strava působí jak na tělesné zdraví, tak i na zdraví po stránce mravní. Matky by proto měly být ostražitější a měly by na svůj stůl předkládat jen prosté a zdravé pokrmy, aby zaživační ústrojí nebylo oslabováno, nervy nebyly podrážděny a tím aby nebyla zmařena práce výchovy svých dětí. *CTBH 79.3*

Satan dobře ví, že nemůže mít moc nad tou myslí, jestliže jsou žádosti jídla moudře ovládnuty, než když se jim naopak povoluje. Z toho důvodu satan vyvíjí všemožné pokusy, aby lidi v tomto sváděl. Vlivem konzumace nezdravých pokrmů je svědomí ohlušováno, rozum zatemňován, síla nervů zeslabována. Vina toho, který přestupuje tyto zásady, není menší, protože tak otupil své svědomí, že se stalo necitelným. *CTBH 79.4*

Jelikož je zdravý stav duševního nitra tak závislý na pravidelném stavu životních sil, o to pečlivěji by se měl každý člověk zřeknout nesprávného požitku a neměl by používat koření a dráždivel! A přece můžeme pozorovat, že mnozí ti, kteří se nazývají křesťany, se nedokáží vzdát požitku z tabákového kouře. Samy si stěžují na zlé projevy nestřídmosti, ale zatím co mluví proti pití alkoholických nápojů, naplňují okolní vzduch kouřem z tabáku. Dokud nepoznáme příčinu zla, nejde změnit názor o požitku z tabákového kouře. Proto sledujme blíže neblahé zlo. Čaj (čínský) a zrnková káva vzbuzují touhu po silnějším dráždivu a jestliže se podíváme blíže na rodiny, bezděky se ptáme, jestli je zde ve všech věcech obrácena pozornost na přípravu pokrmů? Jsou zde činěna nějaká opatření, která směřují k nápravě pro získání pevného zdraví i duchovního blaha? *CTBH 80.1*

Každý opravdový křesťan se bude snažit ovládat své žádosti a vášně. Jestliže není odpoután z neblahých pout převrácených požadavků v jídle, není tedy pravým, poslušným služebníkem Pána Ježíše Krista. Holdováním nebo povolováním nějaké převrácené žádosti požitků i nezkroceným vášním, otupuje srdce pro přijímání pravdy. Jestliže je nějaký člověk ovládán smyslnými žádostmi, není možné Duchu svatému i síle pravdy způsobit, aby taková osoba mohla dosáhnout posvěcení na těle, na duši i na duchu. *CTBH 80.2*

9. Vychování a zdraví

Převládající způsob ve výchově odjakživa ohrožoval lidské zdraví a také život. Někteří rodiče i učitelé nerozumí tomu, že tělesný vývoj dítěte v útlém mládí vyžaduje největší pozornost, aby se v správné symetrii utvářelo nejen tělo, ale i duch. Někdy se vyskytuje špatný zvyk, že jsou děti již posílány do škol, i když ještě potřebují mateřskou péči. V mnoha případech pak, jsou tyto malé děti stěsnány do školních tříd v špatně větraných místnostech, kde pak musí sedět na nepohodlných lavicích v špatném držení těla. Tím pak tyto mladé, něžné rostlinky trpí, neboť malé končetiny a svaly nejsou ještě dostatečně silné a rozum se ještě nevyvinul. Některé děti jsou něžnějšího vzrůstu a protože jsou denně nuceny tiše sedět ve škole, jsou nervóznější a nemocné. Jejich nervová soustava je vyčerpána a jejich tělo zakrňuje. Lze říci, že tak uhasíná slabá jiskérka života, aniž by rodiče a učitelé uvážili, že na tom mají nějakou vinu. Rodiče pak mají ztrátu svého dítěte za nějaké dopuštění od Všemohoucího, zatímco úmrtí jejich dítěte zavinilo jejich bláhové počínání. Za takových okolností, jestli se přičítá smrt dítěte Prozřetelnosti, se taková osoba ocitá v nebezpečí, že se rouhá Bohu, místo aby prokazovala náležitou čest. Bůh chce, aby tyto malé děti byly živé a dostalo se jim správného vychovávání a aby se v nich vyvíjela dobrá osobitá mravní povaha. Jedině tak bude skrze ně Bůh oslavován na tomto světě a v budoucím věčném životě od nich chválen. *CTBH 81.1*

Rodiče i učitelé na sebe vzali odpovědnost, že tyto malé děti budou vychovávat, ale jen málokdo z nich plně uznává tuto povinnost před Bohem. A to, že je třeba se pilně seznamovat s různými potřebami dítěte, aby mohli uchovat život i zdraví těchto svých svěřenců. *CTBH 81.2*

Tisíce dětí umírá následkem nevědomosti těch, kteří je měli v péči. Jejich něžný rozum byl příliš namáhán a byl zanedbán jejich vývoj těla. Tyto děti byly ještě příliš něžné k tomu, aby seděly v školních lavicích. Vlastně lze konstatovat, že byly přetíženy úlohami, od kterých měly zůstat ještě ušetřeny do doby, než by získaly tolik potřebnou tělesnou sílu, která by snesla tuto duševní námahu. Malé děti mají mít svobodu jako jehňátka, která poskakují venku. Mělo by jim být dopřáno nejprůběžnějších příležitostí, aby byl položen dobrý základ k zesílení tělesného vzrůstu. *CTBH 82.1*

Děti, kterým se nedostalo potřebného volného tělesného pohybu, nemohou být silné, neboť byly ustavičně nuceny učit se. Jestliže je rozum neustále namáhán a nepřihlízí se k tomu, aby se zároveň přiměřeně vyvíjely síly těla, potom tedy stoupá mnoho krve do hlavy a bývá porušen oběh krve. Mozek je pak překrven a ostatním částem těla se jí nedostává. Chvilé k učení a odpočinku by měly být pečlivě rozdělené a zbytek času by měl být vynaložen na tělesnou práci. Jestliže budou životní způsoby žáků v jídle, pití, v odívání se a odpočinku ve shodě s přírodními zákony, potom se jim dostane výchovy, které nebude škodit jejich zdraví. Tato skutečnost musí být často důrazně připomínána a opětována, a to, že vzdělání má jen nepatrnou hodnotu, jestliže schází tělesné síly, které je potřeba použít. *CTBH 82.2*

Žákům i žákyním se nemá ukládat příliš mnoho duševní práce, která by pak byla na úkor jejich volného času, tak nutně potřebného k vyvinutí těla. Zdraví může být zachováno jen tehdy, pokud určitý čas každý den trávíme na čerstvém vzduchu v tělesné činnosti. Při tom by měly být všechny části těla v činnosti. Jestliže bude žák stejnoměrně vynakládat své tělesné i duševní síly, bude pak víc a více otužený. Jestliže onemocní, tedy dost často k zotavení z nemoci pomůže správně pěstovaný tělocvik. Když žáci opouští školní docházku, měli by mít lepší zdraví a obsáhlejší chápání přirozených zákonů, než jak tomu bylo, když do školy začínali chodit. Je stejně naší svatou povinností dbát o to, abychom neutrpěli újmu na zdraví, a to jak po stránce duchovní, tak i po stránce osobité mravní povahy. *CTBH 82.3*

Žel mnozí žáci neví, jak velký vliv má strava na zdraví. Oni ještě nikdy se vši rozhodností na to nevynaložili svou snahu, aby se naučili ovládat svoji žádost po škodlivých požitcích, nebo aby přesně dodržovali zdravotní zásady se zřetelem na stravu. Dopřávají si mnoho při jídle a někteří ještě jedí i mezi jídlem, kdykoliv je ovládne pokušení. Ti lidé, kteří se nazývají křesťany a kteří se zabývají rozplétáním těžkých otázek, proč mají tak pomalu chápající rozum? Jejich touha k božím

věcem je chabá. V mnoha případech by se mohli zabývat svým denním jídlem, kde je dostatek problémů, i když příčiny můžou být i ještě další. *CTBH 83.1*

Uspokojováním svých neovládaných chutí k jídlu, se mnozí odchýlili od Boha. Pán, jenž zná počet vlasů na naší hlavě a bez Jeho vůle nespadne ze střechy jediný vrabeček, vidí také hříchy těch, kteří se oddávají uspokojování narušené touhy po jídle. Při tom utrácejí své tělesné síly, zeslabují rozum a po stránce mravní otupují vrozenou rozpoznávací schopnost. *CTBH 83.2*

Učitelé by měli sami přesně dodržovat zdravotní pravidla, aby si své vlastní síly uchovali v nejlepším stavu a jak svým příkladem, tak i svými slovy, aby měli příznivý vliv na své žáky. Učitel, jehož tělesné síly se již oslabily nemocí, nebo nadměrnou prací, by měl o to více dodržovat přirozené zákony. Je mu zapotřebí regenerace a neměl by kromě svých školních povinností již žádné jiné na sebe brát, obzvlášť ne ty, které mu způsobují duchovní i tělesné přepínání tak, že by tím trpěly jeho nervy a tím ztrátu sebeovládání. V tomto stavu totiž nebude správně přistupovat ke svým žákům a nemůže tak být prospěšný jak sobě, tak ani svým žákům. *CTBH 83.3*

Každá vzdělávací instituce by měla mít dostatek pomůcek, aby s ohledem na lidské tělo a jemu poskytovanou zdravotní péči, které by vzdělávání učinilo hodné názorné. Žáci musí být poučeni, jak se správně dýchá, čte a hovoří, tak aby přitom hrdlo a plíce nebyly napínány, nýbrž jenom břišní sval. Je proto nutné, aby byli učitelé v tomto dobře poučeni. Každému žákovi se musí dostat takové výchovy, aby když se bude věnovat nějakému povolání, dobře znal své tělo, které je v Písmu nazývané příbytkem, které mu dal Bůh. Měl by si uvědomit, že se má učit tak dlouho, dokud žije. Učitel by si měl uvědomit, že mezitím co vyučuje, žáci budou zase učit další, a proto jsou jeho rady a poučování ještě požehnáním i mnohým jiným. *CTBH 83.4*

10. Oděv

Svět je ovládán módou a ta je ukrutnou velitelkou, která svým oddaným často vnucuje největší nepohodlí. Móda je prakticky navždy, jako nerozumně a bez milosti, požadovaná daň. Lze o ní konstatovat, že má okouzlující moc a je připravena zesměšnit i hanit všechny takové osoby, které ji nenásledují. *CTBH 85.1*

Původce a hlavní krejčí v této stále se střídající a nikdy neuspokojující módě je satan. Tento vedoucí vymýšlí stále něco nového, co by uškodilo tělu i duchu a má velikou radost, když se mu jeho plány daří. Smrt se směje ctitelům módy – tj. nad ctiteli pošetilé módy, která svým podřývačným bláznovstvím připravuje o zdraví takové duše, které svým slepým úsilím bývají snadno přivedeny pod její vládu. Blaženost a Boží přízeň bývají obětovány módě. *CTBH 85.2*

Vidíme, jak je svět ponořen do marné rozkoše, jak první a nejlepší myšlenky většiny lidské společnosti jsou věnovány odívání se a při tom je zanedbáváno vzdělávání ducha i srdce. Dokonce i mezi těmi, kteří předstírají, že Boha milují a dodržují jeho přikázání, žel jsou i takové osoby, které když nějak dalece to projde, opičí se po této třídě lidí v domnění, že to jejich křesťanské pověsti nijak neuškodí. Někteří mladí lidé jsou tak horliví v nošení šperků na obdiv, že by se skoro mohlo prohlásit, že ochotně obětují své křesťanské jméno, aby jen ukojili svou marnivost v oblékání. *CTBH 85.3*

V neděli, ale i v sobotu se mnohé kostely a sbory podobají spíše nějakému divadlu, než domu kde mají probíhat svaté služby. Módní novinky každého druhu tam jsou nošeny na okázalost. Toto jednání mnohé chudé lidi odrazuje vstoupit do budov určených pro tyto svaté služby. Mají čistý a jednoduchý oděv, kterým se tak odlišují od svých zámožnějších sester a tento do očí bijící rozdíl je přivádí do rozpaků. Někteří z nich se snaží vystupovat jako ti bohatí, a proto se snaží částí svého oděvu, který má menší hodnotu, zkrášlovat tak, aby byl pokládán za drahocenný. Chudé dívky, které si málo vydělávají, vynakládají svůj poslední peníz, aby se oblékaly podobně jako ty, které si na svůj chléb vydělávat nemusí. Následkem toho je, že si nic neschovaly na dobu, kdyby náhodou onemocněly a nezbude jim nic pro posvátnou sbírku na potřeby Božího království. Nemají čas se kdy duchovně vzdělávat a hledat ve slově Božím. Ani chvíli k soukromým modlitbám k Bohu a k zúčastnění se modlitebních shromáždění. *CTBH 85.4*

Je to určité politováníhodná skutečnost, že tak mnohé ženy, které se chtějí nazývat křesťankami, jsou většími otroky, než světské ženy, které chodí jen v jejich šlápotách. Mnohé ženy, které žijí v omezených možnostech a poměrech, si často odříkají mnoho nutného a potřebného pro svůj život. Pracují vysoko nad svoje síly, jen aby mohly jít s módou a tak aby neztratily své postavení ve světě. Toto pokušení je tak veliké, že některé se ve svém úsilí, aby dosáhly svého cíle dopouštějí nepoctivých skutků. Mnohé z žen se ocitají v mravní zkáze díky této neovladatelné dychtivosti po módě a strojení se. Domnělé křesťanky, které svým špatným příkladem otevíraly dveře pokušení svým slabším sestrám, budou v poslední den muset vydat počet z těchto svých špatných skutků. Nezkušené duše, které jsou uchváceny úctou, které se módní dámě vykazují, jsou natolik zaslepené, že jim není nic tak drahocenné, co by nebyly ochotné vyměnit za nějaký skvost a přílišnou ozdobu. *CTBH 86.1*

Je potřeba dávat stále najevo, že můžeme být bez nepotřebných šperků i zbytečných ozdob, neboť je to slušná vlastnost těch, kteří chtějí následovat pokorného Pána Ježíše, který se dovedl ledacos odepřít. Naproti tomu, by měl každý dbát na to, aby jeho oděv byl vkusný a vypadal slušně. Někteří lidé jsou ke svému oděvu lhostejní a druhým vždy něco vytýkají na jejich zevnějšku a ještě to považují za nějakou výsadu. Slušnost a půvab nazývají pýchou a na omluvu ke vztahu k svému oděvu, nošenému třeba i v sobotu, předstírají, že tím ukazují ten rozdíl, který jak se domnívají žádá Kristus v Písmu svatém od svého lidu. Kdyby tyto lidé měli přijmout návštěvu nějaké výše společensky postavené osoby a být poctěni její zvláštní přízní, jistě by vynaložili veškeré úsilí, aby se ukázali před ní v co možná nejlepším a nejslušnějším oděvu. Ale když se v sobotu společně sejdou, aby se skláněli před velikým Bohem, najednou to nepovažují za důležité, v jakém oděvu před Ním ukáží, nebo jaký bude jejich zevnějšek. Shromažďují se s malou úctou a vážností v domě Božím, který je přece jakoby přijící síň Nejvyššího, kde nebeští andělé jsou jako služebníci. Všichni ti, kteří

se v sobotu shromažďují, aby se před Bohem pokořovali, mají být oblečeni co možná čistě a slušně. Ty osoby, které se v Boží den odpočinku oblékají do špinavého všedního oděvu, ačkoliv mají lepší, nebo by jej mohly mít, zneuctívají tím Boha, jeho sobotu i jeho vyvolené místo k společnému shromažďování se věřícího lidu. Následovníci Kristovi jsou od Něho označení, že mají být jako sůl země a jako světla. Kdyby se světu nedostalo spasitelného vlivu Božích dítek, hynul by ve své vlastní mravní porušenosti. *CTBH 86.2*

Dívejte se na domnělé křesťany, kteří jsou nedůslední v úpravě oděvu i svého zevnějšku a nepřesní i v obchodních věcech. Myslíte si, že kdyby byl osobně přítomen náš Spasitel zde na této zemi, že by takové lidi nazýval solí a světlem světa? O nikoliv, jistě ne! Rozhovor pravých křesťanů je slušný, a zatím co pokládají za hřích, když se někdo oddává pošetilému lichocení, přece jen jsou zdvořilí, přívětiví a vlídní. Jejich slova jsou vážná a pravdivá. Jsou věrní jak v osobním kontaktu se svými spolubratry a sestrami, tak i ve styku se světem. Je na nich vidět, že se obejdou bez leckterého zbytečného zdobení a zbytečných šperků na oděvu. Zároveň je jejich oděv pořádně upravený a slušný. Záleží jim více na tom, aby své tělo uchovali v takovém stavu, aby tím byl Bůh oslaven, než aby se odívali podle nejnovější módy. *CTBH 87.1*

Oděv, který nevyhovuje zdravotním zásadám, způsobuje nepopsatelnou bídu, jak můžeme pozorovat na ženách, které se jen zaobírají módou. A taky mnohé ženy zůstávají po celý svůj život všelijak zeslabené, a to jen proto, že povolovali nemoudře požadavkům této módy. Život a zdraví bývají někdy obětovány této nenasytné modle. Mnozí si myslí, že se svým tělem mohou nakládat jak se jim zlíbí, ale zapomínají, že nepatří samy sobě. Jejich Stvořitel má na ně právo, jemuž nemohou uniknout. Každé přestupování přírodního zákona je přestoupením Božího zákona, a tudíž před Bohem hříchem. Stvořitel věděl jak má stvořit lidské tělo a neměl potřebu se ptát nějaké dámské krejčí, jaký by byl nejlepší střih krásy. Bůh, který v přírodě všechno tak účelně, krásně a působivě vytvořil, určitě rozuměl jak nejlépe stvořit lidské tělo, aby bylo krásné a zdravé. Z toho je jasné, že novodobá snaha o domnělé zlepšování jeho díla je pouze urážkou Stvořitele a degraduje to, co On učinil jako dokonalé. *CTBH 87.2*

Satan usiluje o to, aby všechny naše síly zmenšil tak, aby nám byl život všelijak ztížen a Bůh aby byl zneuctěn ve svém stvoření. Nuže, jestliže si ženy berou tuto pošetilou módu světa za pravidlo, budou tělesně i duchovně neschopné plnit povinnost svého života. Mnohé si samy způsobily nevyléčitelné zeslabení tím, že se těsně šněrovaly. Jejich síla k vykonávání dobra v rodině i v lidské společnosti je velice zmenšena. Jestliže jsou takové osoby i matkami, budou jejich děti olupeny o životní síly. Jestliže bude vzrůst těla znemožněn nerozumným šněrováním, bude to mít za následek špatnému oběhu krve v těle a to bude mít dopad na správnou funkci vnitřních orgánů. Za těchto okolností není možné dýchat zhluboka a z této příčiny vzniká špatný zvyk, že se dýchá jen vrchní částí plic, jehož výsledkem je nemoc a slabost. *CTBH 88.1*

Mnohé ženy neuznávají, že by to bylo nějak nebezpečné, když se příliš těsně šněrují v pase, i když mnozí významní spisovatelé již o tomto mnoho napsali. Mnohé budou chtít tvrdit, že toto přílišné sešněrování již nyní ustalo a budou se jim snad zdát takové poznámky o tomto jako nevhodné. Ale je to fakt, že oděv žen bývá nošen tak těsný, že vnitřní ústrojí těla nemůže správně vykonávat svou funkci. Každá část oděvu by měla být nošena volně tak, že pokud zvedneme vzhůru ruce, měl by se zároveň zvedat i oděv. *CTBH 88.2*

Další chybný názor ohledně nošení oděvu žen, dnes spočívá v tom, že veškerou tíhu sukni nechávají spočinout na bedrech – tj. na bocích. Tato tíha tlačí na vnitřnosti, stahuje je dolů a tím způsobuje nevolnost v žaludku i jakousi umdlenost, které mají za následek, že takto trpící osoba se nachyluje dopředu. Z toho důvodu jsou plíce ještě více svírány a je zabráněno jejich správné činnosti. Krev se stává nečistou, póry a kůže neprojevují nadále svojí pravidelnou činnost, taky bledost a celková churavost jsou jejími neblahými následky. Jestliže bude toto trvalé, je po zdraví konec. Takže posléze takové ženy, které se honí za pošetilou módou, mohou používat sebevíc kráslicích prostředků, aby měly opět růžové tvářičky, ale je konec po zdraví. Co poškozuje kůži, je taky škodlivé i pro obličej a ničí vnitřní pokoj, z mysli vyprchá veškerá přirozená radost. Každá žena, která si jen trochu váží svého zdraví, udělá jen správně, pokud se vyvaruje toho, aby své kyčle zatěžovala tíhou

svých sukni. Váha každé části oděvu by měla být nesena na ramenou. Přispělo by to k tomu, že by se zabránilo slabosti, kterou lze často pozorovat jako převládající vlastnost mezi ženami. *CTBH 88.3*

Končetiny, které jsou od centra oběhu krve vzdáleny nejdál, potřebují, aby byly poměrně nejvíce přikryty, neboť nebývají dostatečně chráněny, oproti jiným ústrojím těla, která jak je známo, mají více tepla a jsou spíše více opatřena oděvem. Moderní oděv je příčinou mnohých nemocí mezi ženami. Úplné zdraví je závislé na dobrém oběhu krve. Jestliže jsou končetiny dobře oblečeny, bude zapotřebí méně spodniček. Tyto spodničky nemají být ale natolik těžké, aby nějak zabraňovaly volnému pohybu končetin. Taktéž by neměly být příliš dlouhé, aby se díky nim zachycovala vlhkost a různé nečistoty ze země. Váha těchto sukni by měla být nesena na ramenou. Oděv by měl být dost volný, aby tak nezatěžoval volný oběh krve, jakož i jeho plné, přirozené hluboké dýchání. Nohy by měly být co nejvíce uchráněny před vlhkostí a přílišným chladem. Jestliže se budeme takto oblékat, budeme pak moci vycházet na čerstvý vzduch při ranní, nebo večerní rose, ve sněhu a dešti a nemusíme se obávat, že si způsobíme nachlazení. Vycházky na čerstvý vzduch pod širým nebem jsou velmi prospěšné zdravému oběhu krve. Lze konstatovat, že díky nim získáme otužilost a budeme odolnější vůči nachlazení i vnitřním bolestem, které jsou příčinou mnohých těžších nemocí. Právě úsilí o reformaci se zřetelem na oblékání, bude vyžadovat změnu každé části oděvu. Pokud ti, kteří nemají pevnějšího zdraví, odloží své moderní šaty (které ne vždycky vyhovují zdravotním zásadám), a jestliže se budou oblékat co nejpřiměřeněji pro vycházky na čerstvém vzduchu, potlačí tím lecjaké příčiny různého onemocnění a stanou se příkladem tomuto světu a svoji prací budou k požehnání druhým. *CTBH 89.1*

Není to Boží vůle, aby muži a ženy nějak předčasně umírali, aniž by dokončili své započaté dílo. Bůh chce, abychom žili plnou míru našich dnů a aby každý orgán našeho těla mohl vykonávat svoji funkci bez závad. Mnozí si stěžují na Boha, když nemoc a smrt vytrhne některého člena rodiny. Je to ovšem nespravedlivé přičítat Bohu vinu za to, co se projevilo jako zákonitý následek našeho přestupování přírodních zákonů. *CTBH 90.1*

Matky, které různě lehkovážně otročí módě, také i jejich dcery, počínají si tak zcela proti zdravotním zásadám. Jejich tělo bývá již velmi brzo stahováno (sešněrováno) a vnější končetiny bývají ponechány bez zakrytí, čehož je něžnému tělu právě nejvíce zapotřebí, aby se mohlo dobře vyvíjet a zdokonalovat. Vy, matky, jestliže si přejete aby vaše děti byly dlouho živé a měly růžové tvářičky, potom jim jistě dobře posloužíte, jestliže je budete poučovat a radit jim, jak se mají správně odívat, aby to prospělo celkovému jejich zdraví. Jestliže je milujete a přejete jim všechno nejlepší, proč je potom svým vlastním zvráceným příkladem navádíte, aby měly dojem, že to není žádný hřích, když tak znetvoří lidskou postavu? *CTBH 90.2*

Jaký důvod bys mohla ty matko dát svému Stvořiteli, když tak ničíš dílo jeho rukou? Odvrát se od moderních loutek a snaž se získat moudrost v poučení o lidském těle. Lze říci, že jsme podivuhodně stvořeni a máme přinášet svá těla v živou, svatou, Bohu milou oběť. Jak by to však bylo možné, aby křesťanská matka mohla otročit modlářské módě a zároveň být věrná Pánu v nebesích? Je to naprosto nemožné! „*Nemůžete sloužit Bohu a mamonu!*“ (L 16,13) Nuže vy matky! Nemůžete přece svůj čas i dary věnovat světu a současně svého ducha i tělo udržovat v takovém stavu, aby bylo možné zároveň splnit svůj úkol. Bůh chce, aby jste své děti vychovávaly v jeho bázni a aby jste jim byly nápomocné, aby mohly vyvíjet úspěšně svá těla. To se jim stane pravým požehnáním až do jejich stáří. *CTBH 91.1*

Také menší chlapci bývají takto často oblečení, a to, že mají nedostatečně přikryty spodní končetiny než vrchní části těla. Ty dolní končetiny, které jsou od srdce vzdálenější, potřebují o to více, aby byly zakryty. Krevní cévy, které přivádějí krev do všech končetin, jsou dostatečně veliké a obsahují dost krve, aby dodaly těmto končetinám dostatek tepla a potřebných látek k obživě. Je-li ovšem tato krev zapuzována chladem, pak se tyto krevní cévy stahují a tím je zabráněno oběhu krve. Tyto končetiny trpí nejen zimou, nýbrž i nedostatkem potřebných výživných látek, jestliže se nemohou plně vyvíjet. Správný oběh krve čistí krev a upevňuje zdraví, kdežto špatný oběh krve nechává krev nečistou a poté se na životních orgánech těla projevují příznaky zánětu. *CTBH 91.2*

Vy, matky, proč své děti neoblékáte podle osvědčených zdravotních zásad? Jejich oděv by měl být obyčejný, volný a vůbec pohodlný. Oblékejte jejich těla a končetiny teple a stejnoměrně. Teprve

až potom tyto děti vycházejí na čerstvý vzduch, aby se mohly plně radovat ze svého života i zdraví. Z vaší strany to bude vyžadovat jistou statečnost, aby jste mohly odložit břemeno módy a mohly své děti odívat podle zdravotních zásad a tím je správně vychovávat. Úspěch ovšem zcela vyváží všechny těžkosti. *CTBH 91.3*

Mnohé matky svůj Bohem darovaný drahý čas obětují módě, místo aby jej vynakládaly k moudré výchově osobité povahy svých dětí. Zatímco se vytrvale zdržují doma, kde sedí schýleny při práci, uzavřeny čerstvému vzduchu i krásnému slunečnímu svitu, trpí tím jen jejich zdraví. Tak se ztrácí mnohá příležitost, která by mohla být vynaložena na vzdělání rozumu a vůbec k nabytí užitečných vědomostí. Jestliže se tak děje, není tedy možné, aby si takto počínající matky mohly vést své děti k něčemu užitečnému v tomto světě, anebo aby jim zajistili dědictví na nové zemi. Takové matky na sebe berou těžký hřích, ale kdyby Kristus od nich, jakožto svých následovnic, požadoval tak velikou oběť, tedy určitě by řekly, že toto břemeno je pro ně příliš těžké. Ale Kristus nepožaduje od každého ze svých následovníků, aby nosil tak těžký kříž, jaký si tyto otrokyně módy samy ukládají. *CTBH 92.1*

Kdyby šly křesťanské ženy příkladem ostatním ženám v otázce správného odívání podle zdravotních zásad, nastalo by všeobecná náprava. Kdyby se daly poučovat z vyššího hlediska, tedy by jejich způsob života musel být ve shodě s přírodními zákony a ve své snaze o zdraví i ve svém úsilí o zušlechťování mravů, řídily by se podle Božích požadavků. Vynakládaly by méně prostředků i sil na některé nepřírozené ozdoby a za různé umělé okrasy. Kdyby bylo více praktických žen a matek, nastala by v mnoha rodinách veliká změna. Již nyní se bídne protloukají životem, protože to zapříčiňuje jejich nezdravý způsob života. *CTBH 92.2*

Lidské srdce, které není obnovené Duchem svatým, není nikdy v souladu s Božími požadavky, nýbrž lidská vychytralost vždy vyhledává, jak by se buď prostému a přímému slovu Božímu vyhnula, nebo jak by jej aspoň změnila. Takové předpisy, které ukládají nějaké sebezapírání a pokořování se, skromnost, ušlechtilé jednání a prosté odívání, ty byly vždy v opovržení a dokonce i u těch, kteří vyznávají, že jsou následovníci Krista. Následky byly vždy stejné, když se přijímala móda, zvyky i zásady porušeného světa. *CTBH 92.3*

Je jen velmi málo těch, kteří znají své vlastní srdce. Titěrní přátelé pošetilé módy, kteří touží po marnostech, předstírají že jsou křesťané, ale jejich odívání a všechno jejich chování vypovídá čím se zabývají, i na čem je závislé jejich srdce. Ve vnějších projevech se odráží srdce a mravní a osobitá povaha neprojevuje žádné zvláštní zalíbení v nějaké vnější okrase. Skromná a bohabojná žena se bude oblékat počestně, neboť svým prostým oděvem se bude rozumná žena vždy jevit v tom nejlepším světle. Ušlechtilé a vzdělané smýšlení se projeví i ve volbě prostého a slušného oděvu. Posvěcené srdce nemá čas, aby přemýšlelo o zbytečných ozdobách. *CTBH 93.1*

Nepřemýšlejte tolik o módě, ale spíše se snažte poznávat celkové Kristovo smýšlení. On jako nejvíce vynikající a nejsvatější člověk byl zároveň nejmírnější. V jeho osobité povaze byly v souladu spojeny Jeho vznešenost i Jeho ponížení se. On mohl svolat množství nebeských zástupů, i živly byly poddány Jeho rozkazům, ale On se stal pro nás chudým, abychom my Jeho chudobou zbohatly. Tento svět se svými radostmi, se svou slávou i různou pomíjivou krásou, neměl pro Něho zvláštní svod. Ve věnci křesťanských hodnot mu tichost a pokora dodávala největšího lesku. Kristus dobře věděl, jak je lidské srdce velmi závislé na oděvu, a proto napomíná své následovníky, ba dokonce jim přikazuje, aby se tím příliš nezatěžovali. „*A proč pečujete úzkostlivě o svůj oděv? Pozorujte lile polní, která rostou, aniž předou; pravím pak vám, že ani Šalomoun ve vši slávě nebyl tak oděn, jako jedna z nich.*“ (Mt 6,28-29) *CTBH 93.2*

Apoštolové nám vyličili onu krásu, o kterou by každá křesťanka měla usilovat. Jako napomenutí čteme slova: „*Kterýchžto ozdoba budiž ne ta zevnější, ve splétání vlasů a províjení zlatem, aneb v odívání plášťů, ale ten skrytý srdce člověk, záležející v neporušitelnosti krotkého a pokojného ducha, kterýž před obličejem Božím velmi drahý jest.*“ (1 Pt 3,3.4) Apoštol Pavel napsal: „*Také i ženy aby se ozdobovaly oděvem slušným se skromností a počestností, ne splétáním sobě vlasů, nebo zlatem, nebo perlami, aneb předrahým rouchem, ale jak se sluší ženám, kteréž dokazují při sobě zbožnosti dobrými skutky.*“ (1 Tm 2,9.10) *CTBH 93.3*

Pýcha a marnotratnost v oděvu jsou zjevnými hříchy, k němuž jsou obzvlášť nakloněny ženy. Toto napomenutí tedy, se vztahuje především na ně. Ó jak je malé ceny a malicherná věc, jsou perly, zlato, nebo nákladné roucho, oproti pokoře a líbeznosti Krista. Tělesná krása záleží na souměrnosti všech částí těla, ale i duchovní krása záleží na tom, že jsme jedno s Kristem a naše přemýšlení je podobné Jeho. *CTBH 94.1*

Ctností Kristovy jsou věru neocenitelné okras. Lze říci o nich, že duchovně povznášejí a šlechtí toho, kdo je má a že způsobují duchovní oživení na jiných a vedou je k prameni světla i vselijakých požehnání. Milé spoluvěřící sestry, nežijte tak, jakoby jste chtěly za každou cenu držet krok s módou, která se neustále mění. Mějte spíš vždy na paměti náš veliký příklad Ježíše Krista, aby jste nebyly od Něho odloučeny. Mějte pevné přesvědčení, že chcete zůstat v Něm, jako výhonky na kmeni, neboť jestliže zůstanete v Kristu, poneste mnohé ovoce. Ale jako ratolest nemůže sama od sebe nést ovoce, leč zůstane-li při kmeni, „*tak ani vy,*“ praví Kristus, „*leč zůstanete ve mně*“ (J 15,4). *CTBH 94.2*

Člověk roste, rozmáhá se jen pomalu v milosti, mírnosti, čistotě a pokoře, ale prospívání v těchto ctnostech musí být ustavičné. Ovoce dozrává víc a více k dokonalosti. Křesťan si osvojuje víc a více Kristovu vůli a cestu. Žel ale o některých lidech, kteří chtějí být křesťany, můžeme říct, že jejich životní cesta nesměruje do nebeského království, nýbrž jim panuje pošetilá móda a zvrácené zvyky světa. Krásné módy, které však většinou nevyhovují zdravotním zásadám a které jsou odporné přírodním zákonům, ty ochotně přijímají. Když trvají na těchto módách, je nebezpečí, že budou proměněny v ten obraz, jímž se dávají tak velmi naplňovat obdivem. Tímto způsobem přijímají svět jako za své pravidlo a pýcha módy již tu proměnu dokoná, zatímco satan se raduje, že jsou tak nestálé, jako mořské vlny, které jsou zmítané větrem. Zde tiché působení právě Boží bázně pozbývá své životní síly; „*neboť víra, jestliže nemá skutky, je mrtvá, sama v sobě*“ (Jk 2,17). *CTBH 94.3*

Po jednom však roucho, nebo-li šatu by mělo každé dítě, každý mládenec a každá panna toužit. To je roucho, nebo-li kment čistý, skvoucí, jímž jsou spravedlivé činy svatých. Jestliže budou všichni zrovna tak horlivě a vytrvale usilovat o toto roucho, tak jak se mnozí honí po výstředním módním oblékání, pak budou brzo oblečeni rouchem Kristovy spravedlnosti a jejich jména nebudou vymazána z knihy života. Matky a děti by se měly modlit: „*Srdce čisté stvoř mi, ó Bože a ducha přímého obnov u vnitřností mých!*“ (Ž 51,12) Čistota srdce a přímost našeho ducha (neuchylovat se k hříchu), to má pro současnost i věčnost mnohem větší hodnotu než všechny skvosty, neboť jen ti, kteří jsou čistého srdce, ti budou vidět Boha. (Mt 5,8) *CTBH 95.1*

Proto, vy matky, uče své dítky, že Kristova spravedlnost je to jediné roucho, neboli jediný šat, v němž jim bude z Boží milosti dopřán vstup do věčného království našeho Pána a Spasitele Ježíše Krista. Jestliže jim budou oděni stále, pak budou v tomto životě jednat dobře a oslavovat Boha. *CTBH 95.2*

11. Péče o všeobecné zdravotnictví

Podle Božího určení má člověk být činný a snažit se, aby byl užitečný. Ale život mnohých lidí je více méně jen jakési neužitečné živoření a místo toho, aby osvětlovali stezku svých bližních a aby jim byli ku požehnání, tak naopak jsou jim břemenem. Jejich vliv je roven nule, jestliže se jedná o něco dobrého a správného, neboť jen zřídka kdy rozveselí svůj život nějakým nezištným jednáním. Při svém umírání pak, nezanechávají žádné příjemné památky, protože nikdy neučinili něco skutečně dobrého, co by mohlo způsobit trvalý a dobrý dojem na jejich přátele. Vést takový život, se jeví jako smutné pochybení a toto činí jen člověk nevěrný, jako nepoctivý správce toho, co mu bylo svěřeno a který zapomíná, že Stvořitel má na něho právo. Jeho sobecké myšlenky ho vedou k tomu, aby zapomněl na Pána a na jeho úmysl ve stvořitelském díle. *CTBH 96.1*

Bůh postavil Adama a Evu do ráje. Dal jim všechno co jim bylo prospěšné a příjemné. Zřídil pro ně tuto krásnou zahradu, v nichž nechyběly stromy, květiny a jiné rostliny, které jim byly užitečné buď na okrasu, nebo k jiné potřebě. Tento krásný ráj jim plnil jejich mysl rozkoší, ale nestačilo to. Museli mít něco, aby se to podivuhodné lidské ústrojí těla mohlo nějak činně uplatnit. Kdyby blaženost člověka v jeho původním stavu nevinnosti spočívala v tom, že by nemusel nic dělat, určitě by byl ponechán bez práce. Ale Bůh, který člověka stvořil věděl, co by bylo pro člověka prospěšné k jeho největší blaženosti. Jakmile ho stvořil, dal mu také určitou práci. Život v užitečné práci, je pro blaho člověka nezbytně potřebný, a to jak pro blaho tělesné, tak i duchovní i mravní. *CTBH 96.2*

Bůh nám všem přidělil nějakou práci a jestliže ji konáme s touto myšlenkou své všelike povinnosti, bude náš život užitečný a dostane se nám požehnání. „*V pracech neleniví, duchem vroucí*“ (Ř 12,11), je napomenutí apoštola Pavla. Bylo by jistě nesmyslné počínání si, kdybychom očekávali nějakou žeň, jestliže nebylo nejdříve rozsévání. Je to jako činit si naději na spasení, zatímco by se taková osoba oddávala lenivosti a nedbalosti. K běhu nepomáhá vždy být rychlý a k zápasu silný, ale nicméně pravdivé jsou slova Písma, že „*k nouzi přivodí ruka lenivá*“ (Př 10,4). Kdo je ve svém povolání pilný, nebude mít vždy snad štěstí, ale ospalost a lenivost jistě zarmucují Ducha Božího a podkopávají, neboli ničí pravou Boží bázeň. Stojatá voda se vždy zkaží a zapáchá, ale čistý, rychle plynoucí potok, kamkoliv teče, rozšiřuje zdraví a radost. *CTBH 96.3*

Někteří lidé pokládají bohatství a nečinnost za veliké požehnání, ale ve skutečnosti jsou nejšťastnější ti, kteří s veškerou radostí jdou po své denní práci a lze o nich říci, že se také při ní těší nejlepšímu zdraví. Únava, která následuje po dobře vykonané práci, jim poskytuje požehnání ve formě občerstvujícího zdravého spánku. Příkaz, že člověk má o svůj denní chléb pracovat a zaslíbení budoucí blaženosti i slávy, to obojí pochází z téhož trůnu a je k požehnání. *CTBH 97.1*

Bohatství a volný čas, neboli prázdnota bez určitého účelu v životě, budou poskytovat málo podnětu k tělesné a duchovní činnosti. Tímto způsobem tak mnohá žena pozbývá svého zdraví a je pak nucena hledat pomoc v léčebných ústavech. Tady pak ošetřovatelky, které jsou vydržovány se značným platem, mají hnětením, neboli masírováním zeslabených svalů pomoci od toho, co bylo způsobeno onou nečinností. Jaké je to bláznovství! Jak by bylo rozumnější, kdyby starší i mladé ženy uposlechly hlasu zdravého lidského rozumu a přírodních zákonů, i kdyby za to musely snášet posměch a pohrdání od ctitelů módy. Kdyby se snažily takové nečinné dcery jít s veškerou radostí za svými povinnostmi, byly by užitečnými spokojenými členkami lidské společnosti. Pro mnohé by byla práce mnohem prospěšnější a jevila by se působivějším „pohybovým léčením“, než nějaké nejlepší vynálezy lékařů. *CTBH 97.2*

V jednání mnoha mladíků, jakož i mnohých dívek se celkem často jeví nedostatek nějakého vážného směru k určitému cíli a podíváme-li se k mravní stránce, lze o nich říci, že jim chybí mravní samostatnost. Snad jediná jejich starost (jestli to tak lze nazvat) a jejich lehkovážné rozhovory se týkají nejnovějších trendů v módě a oblékání se. Při tom se kouří, všelijak nesmyslně tlačá a dává se průchod různým tělesným žádostem. A dvakrát nešťastný a bolestný projev je to, jestliže se tyto špatné vlastnosti vyskytují u těch, kteří se chtějí nazývat křesťany a jestliže to pokládají za ideál nějakého pravého štěstí. Čas, který by měl být věnován přemýšlení o řeči Písma sva-

tého, nebo k nějaké jiné činnosti pro Pána, bývá takto zbytečně promrhán. Život nám byl dán přece k pravému svatějšímu účelu a je tedy příliš vzácný, než aby byl takovým způsobem utrácen. Prosím vás, kteří nosíte jméno Kristovo, zkoušejte svoje srdce a zkoumejte sami sebe, jestli jste takový, jací máte být, osvědčujte se sami! (2 K 13,5) Nemilujete snad nějakou kratochvíli více než Boha a své bližní? Je mnoho práce. Je zapotřebí zachraňovat duše, které spějí do zahynutí. Je potřeba je povzbuzovat, aby i jinak obstály v duchovním boji a jen pak nám z Boží milosti kyne věčný život, jako skvělá odplata, jestliže budeme v takové činnosti věrní až do konce. Rozum musí být všemi schopnostmi – kterých lze jen použít – zesílen a obohacen mnohými nebeskými poklady moudrosti. Pak vám bude možné vykonávat v moci Boží dílo pro Pána. *CTBH 97.3*

Je to Boží záměr, aby byli všichni nějak aktivní. Ti, kteří mají lepší schopnosti i příležitosti, na těch spočívá nejtěžší odpovědnost. A je potřeba si taky uvědomit, že ti, kteří nevěrně zacházeli s tím co jim bylo jako hřivny svěřeno, propadnou těžšímu rozsudku. Vždyť i zvířata, která nosí různá břemena, zahanbují takové lenochy, kteří se nějak brání naplnit svůj podíl ve velkém Božím plánu, ačkoliv jsou obdařeni rozumem a mohou poznávat Boží vůli. *CTBH 98.1*

Protože mnozí jsou nečinní a pokládají za nepodstatné, aby sami přemýšleli, nebo projevovali různou prospěšnou činnost, jsou ostatní přetíženi prací. Tito lidé, kteří nesprávně jednají, nectí žádnou náklonnost k tomu, aby se nějak vyprostili ze starých kolejí předsudků a bludů. Je tedy zjevné, že touto svojí převráceností překážejí pravému pokroku a tím i zároveň přímo i nepřímou nutí k většímu a statečnějšímu vynakládání úsilí ty osoby, které drží korouhev nějakého hnutí, ušlechtilého se snažení. Vážní a věrně Pánu oddaní dělníci zemdlívají z té příčiny, že se jim nedostává pomocné ruky a nakonec i podléhají pod svým dvojnásobným břemenem. Jejich hroby jsou ukazateli cesty na příkré stezce spasitelného úsilí, které směřuje k nutné reformě a nápravě na náboženském poli. *CTBH 98.2*

Pravé štěstí a pravou životní radost bude možné najít jenom u pracovitého muže a pilné ženy. Sama práce poskytuje odměnu a je příjemné odpočívat po nějaké těžké denní práci. Je ale také práce, kterou si někdo na sebe uvaluje sám. Když by totiž člověk našel zalíbení v nějaké zvrácené nedobré ctizádosti, jen aby na sebe otočil pozornost a obdiv, a aby si získal slavné jméno, pak je to škodlivá a neuspokojující práce. Jestliže chce někdo příliš rychle zbohatnout, nebo skvěle vystupovat, je to převrácená touha, která svádí tisíce lidí k tomu, že upřednostňují, nebo přehánějí i to, co je jinak samo o sobě správné a spravedlivé. Vynakládají všechnu sílu ducha i těla na to, co by mělo vlastně vyplnit jenom část jejich času. Jejich mysl tíhne jen k tomu, jak by si získali jméno a čest, nebo bohatství a zbytek u nich zaujímá až druhé místo. takoví lidé se lopotí rok od roku, aby nějak dosáhli svého cíle, ale i když se jednou tak stalo a viděli požadovanou odměnu, v jejich rukách se toto mění v prach a je to všechno jenom jako stín. Oni svůj život věnovali na zbytečnosti. *CTBH 98.3*

Člověk může klidně zastávat jakékoliv životní povolání, které je správné a počestné, zůstane-li jeho duch neposkvrněn sobeckými nadějemi, nebo klamem a závistí. Aktivní křesťanský život by měl svědčit o stejné čistotě, která vládla v dílně v Nazaretě, kde Pán Ježíš pracoval jako jinoch. Pracovití muži a pracovité ženy, když se ve víře a naději věnují svému životnímu povolání, nacházejí pak to, co je v tomto životě dobré a ušlechtilé. Vy, kteří si trpělivě hledíte své práce, mějte na paměti stále, že ty, které Spasitel vyvolil, aby s Ním působili v plánu vykoupení, byli silní, pracovití dělníci, rybáři z Galileje. I v Korintě se apoštol Pavel zabýval výrobou stanů. Od těchto pokorných mužů vycházela síla, která působí po celou věčnost. *CTBH 99.1*

Andělé jsou pracující bytosti, oni jsou posly Božími a slouží lidem. Leniví služebníci, kteří si myslí, že v nebi nebude co dělat, mají převrácené ponětí o tom, v čem spočívá velikost nebe, nemají správnou představu o nebi. Stvořitel zde nepřipravil žádné místo pro hříšné uspokojování lenivých osob. V nebeském království panuje činná láska, ale pro ty všechny, kteří těžce pracují a jsou-li všelijak obtíženi, kteří však až do konce bojovali dobrý boj víry. Těm bude poskytovat překrásné místo k odpočinku. Tam budou mít možnost užívat si nezkaleně sílu nesmrtelnosti a nebude jim za zapotřebí bojovat proti satanu i proti hříchu. Pro tyto činné dělníky by byl stav věčné nečinnosti nesnesitelný a nebyl by pro ně žádným nebem. Tato křesťanům vykázaná stezka mnohé námahy a práce, se zdá být obtížná a unavující, ale stopy Vykupitelových šlépějí ji okrašlují a kdo touto svatou cestou putuje, jde bezpečně. *CTBH 99.2*

Někteří se domnívají, že když své duševní i tělesné síly příliš namáhali, nebo jsou-li duševně i tělesně zesláblí, že se musí nyní vzdát jakékoliv práce, aby opět nabyli svého zdraví. To je však velký omyl! V málokterých případech je nutný úplný klid, ale v mnoha případech by taková veliká změna působila škodlivě. *CTBH 100.1*

Ti lidé, kteří pracují příliš hlavou, neboli duševně a jsou velmi unaveni, měli by upustit od unavujícího myšlení. Nesprávné by ale bylo, kdyby je někdo poučoval, že je pro ně škodlivé, anebo dokonce nebezpečné vůbec své duševní síly namáhat. Tím by dospěli k názoru, že jejich stav je mnohem horší, než jak tomu je ve skutečnosti. Lze konstatovat, že by stali nervózními a konečně by byli na přítěž sobě i jiným, kteří by je měli v péči. V takovém stavu myslí je jejich vyléčení nejisté. *CTBH 100.2*

Jestliže byl někdo unaven přílišnou tělesnou námahou, neměl by mu nikdo radit, aby zcela zanechal práce. Jestliže se stane zcela nečinný, bude to v mnoha případech na překážku jeho vyléčení. Vůle působí spolu s výkony rukou a jejich nečinná síla vůle, pak tedy mysl přichází do nepravidelného stavu, který takovému nemocnému znemožňuje nějak zdolat nemoc. V takovém rozpoložení mysle je nečinnost největším zlem, jaké jej mohlo potkat. *CTBH 100.3*

To jemné a podivuhodné ústrojí přirozenosti musí setrvávat stále v pohybu, aby mohlo splňovat svůj účel. Nicnedělání je velmi nebezpečné. Tělesná činnost a užitečná práce obveselují ducha, zesilují svaly, napomáhají oběhu krve a poskytují nemocnému spokojené vědomí, že přece něco může dělat a že není zcela zbytečným v tomto různě činném světě. Je tomu však naopak, jestliže se tak neděje. To nemocný přemýšlí jen o sobě a je vydán nebezpečí, že se jeho trápení zvětší. Kdyby mohli zesláblí lidé vykonávat nějaké pravidelné tělesné cvičení, při němž by své síly mohli napínat, avšak ne aby toho bylo nějak nesprávně užíváno, pak by to napomáhalo k jejich uzdravení. *CTBH 100.4*

Jestliže je počasí trochu příznivé, měli by ti lidé, kteří při práci mnoho sedí, každý den – v létě i v zimě – chodit na procházku na čerstvý vzduch. Oděv by měl být přiměřený k počasí jaké právě je a nohy mít dobře chráněné. Pohyb často více přispívá k upevnění zdraví, než všechny léky. Kdo může snést chůzi, je lépe když chodí pěšky, než aby jel, neboť při chůzi bývají napínány všechny svaly. Také plíce jsou uvedeny do plné a zdravé činnosti, protože je nemožné jít na čerstvém vzduchu, aniž by plíce nepracovaly. Tělesný pohyb je prospěšný i těm, kteří trpí bolestmi žaludku a je výborným prostředkem, jak zesílit zažívací ústrojí. *CTBH 100.5*

Kdo se ihned po jídle ponořuje do studování, nebo se nějak tělesně příliš namáhá, pak je to zažívání na závalu, neboť životní síly, které mají podporovat trávení, jsou jinými částmi těla odváděny a spotřebovány. Ale krátká procházka po jídle, jestliže je hlava při tom držena zpříma a jsou-li prsa vypnuta, pak bude velmi prospěšná. Mysl bude odvrácena od vlastního já a bude se obracet ke kráse přírody. Čím menší pozornost budeme věnovat žaludku, tím lépe. Jestliže je někdo zmítán ustavičnou úzkostí, že to co jí by mu mohlo uškodit, pak tomu tak jistě bude. Proto je zde osvědčená rada: „Zapomeňte na své starosti a myslete na něco obveselujícího!“ *CTBH 101.1*

Více lidí umírá z té příčiny, že se nedostatečně pohybovali, než proto, že se nějak příliš namáhali. Spíše zrezivěli, než aby šlo o nich konstatovat, že se opotřebovali přílišnou činností. Při lenošení, nebo-li při zahálčivém způsobu života, je krevní oběh pomalejší a tudíž se tak neděje dostatečná výměna životních šťáv, kterých je přece třeba, jestliže nemá být chatrné zdraví. Malé otvory, neboli póry v kůži, jimiž tělo dýchá, bývají uzavřené a pak je nemožné skrze tyto vzduchové průchody vylučovat nepotřebné látky. To svědčí o neblahé skutečnosti, že je tím i jinému vylučovacímu orgánu ukládáno dvojí břemeno a pak brzy propuká nemoc. Naproti tomu, kdo si zvykl pohybovat se na čerstvém vzduchu, u toho se také obvykle projevuje dobrý krevní oběh. Muži i ženy, ostatně mladí i staří lidé, kteří chtějí být zdraví a správně užívat života, měli by pamatovat, že toho nelze dosáhnout bez zdravého krevního oběhu. Ať jsou v jakémkoliv postavení a ať je jejich povolání jakékoliv, měli by to však mít za svou svatou povinnost, vykonat čeho je potřeba, aby mohli uniknout, nebo nechat vzniknout té nemoci, která byla následkem toho, že byli jen v příbytku. *CTBH 101.2*

Vliv ducha na tělo

Někdy nebývá tak docela špatný stav mnohých lidí jak se domnívají, i když si neustále stěžují a jestliže jsou na pohled slabí. Někteří z nich mají silnou vůli, která – kdyby ji jen správně používali – odolávali statečně nemoci, mohla by být silným prostředkem proti chorobné představivosti. Velmi často ale panuje vůle na nesprávném místě a brání se podříditi rozumu. Taková vůle jaksi již předem určité tu věc rozhodla. Že tyto osoby jsou a zůstanou slabé a že jako nemocným jim musí být věnována náležitá pozornost, aniž – při tom svém rozhodnutí – by dbala na úsudek druhých lidí. *CTBH 102.1*

Kolem nás jsou tisíce lidí, kteří jsou nemocní a umírají, kteří by však mohli zůstat zdraví a mohli by žít, kdyby jen chtěli. Ale jejich chorobná obrazotvornost je ovládla. Domnívali se, že by tím ještě více poškodili své zdraví, kdyby se tělesně nějak namáhali, zatímco právě této změny by jim bylo zapotřebí. Měli by tomu čelit jen svou silou vůle a měli by se snažit přenést se přes různé těžkosti. Jestliže se budou úměrně svým silám zaměstnávat nějakou užitečnou prací, pak jistě brzy zapomenou, že mají bolest v zad, boků, nebo v hlavě. *CTBH 102.2*

Slabé osoby by měly mít jakýsi cíl ve svém životě a jejich úsilí by mělo být vynaloženo na to, aby bylo nějak užitečné ve své rodině i ve světě. Často tito lidé vyžadují pro sebe příliš pozornosti rodiny a chtějí, aby jim ode všech projevovali soucit. Místo toho by měly jiným prokazovat lásku a soucit a pamatovat na to, že každý má své starosti a své bolesti. Když se budou snažit, aby jiným byly ku požehnání, pak tedy samy pocítí veliké požehnání. *CTBH 102.3*

Ten, – pokud je to jen možné – kdo se bude účastnit v díle, aby jiným potřebným bylo prokazováno dobro, realizuje tak ve skutek svou péči o ně, tím ulehčí nejedno břemeno tohoto života, když pomáhá nést těžkosti druhých. Zároveň přispívá k tomu, aby jeho vlastní tělesné i duchovní zdraví bylo v dobrém stavu. Dobré skutky budou ku požehnání nejen tomu, kdo je koná, ale i tomu, kdo je přijímá. Kdo projevuje pochopení jiným, zapomíná na sebe a bude mít úspěch ve vítězství nad svými vlastními slabostmi. Jestliže konáme dobro, máme radost a ta povznáší mysl a působí příznivě na celé tělo. „*Viděl-li bys nahého, abys jej přioděl*“ a „*chudé vypověděné abys uvedl do domu*“ a „*hladovému budeš-li lámat svůj chléb*“, „*tehdy se vyrazí jako jitřní záře světlo tvé a zdraví tvé rychle vzkvetne.*“ (Iz 58,7-8) *CTBH 102.4*

Důležitost čistého, čerstvého vzduchu

Mnohé neduživé osoby nemohou být přesvědčeny o veliké důležitosti, že je třeba stále vdechovat čistý, čerstvý vzduch. Ze strachu, že by se mohly nachladit, žijí záměrně trvale rok od roku na vzduchu, který je skoro beze všech životních sil. Je proto nemožné, aby takový lidé měli správný oběh krve. Jejich kůže ztratila svou pravidelnou činnost a jsou choulostiví ke každé malé změně počasí. Jakmile se jen trochu ochladí, změní svoje oblékání a vytápějí svůj byt. Následující den však potřebují ještě více tepla a více oděvů, aby se cítili dostatečně zahřátí a tak tímto způsobem ustupují svým stále se měnícím citům, až jim nakonec zůstane jen málo životních sil k odolávání chladu. Ty osoby, které to mohou vydržet, kdyby se jen dostatečně pohybovaly, místo toho, aby chtěly oblékáním většího počtu oděvů zvýšit teplotu těla a zvyšováním teploty již tak dost vytopeného bytu, pak by zapomněly na své pocity chladu a stačil by jim jen menší stupeň tepla. Slabým plicím neprospívá příliš vytopený byt. *CTBH 103.1*

Kdo musí bydlet a žít společně s takovými osobami, tomu je zimní období velice nepříjemné. Potom se dá říci, že je nepříjemná nejen zima venku, ale nepříjemné je i v domě. Tito lidé se uzavírají doma a vymlouvají se, že studený vzduch škodí jejím plicím i jejich hlavě. Zavírají taky všechna okna a tak se stávají v tomto případě oběťmi svých falešných představ. Takoví lidé si myslí, že jim škodí každý průvan a že by nastydli a taky tomu nakonec tak je. Tvrdí, že to „zkusili na vlastní kůži“ a nikdo je nemůže přesvědčit a poučit o něčem lepším a prospěšnějším, protože nepochopili a nerozumí zdroji problému, který je toho příčinou. Je pravda, že se nachladí při každé příležitosti, ale je to důsledek toho, že převráceným způsobem zchoulostivěli a nic nesnesou. Dveře i okna mají stále zavřená a choulostivě se krčí u kamen a těší se své bídě. Proč to tito lidé nezkusí s dostatečným pohybem na čerstvém vzduchu? *CTBH 103.2*

Mnozí lidé jsou nesprávně poučeni, že noční ovzduší je na škodu pro zdraví, a proto prý nemá být vpouštěn do bytu. Jednoho podzimního večera jsem jela plně obsazeným vlakem. Dýcháním tolika lidí, byl znečištěn okolní vzduch, takže se mi špatně dýchalo a bylo mi špatně. Otevřela jsem proto okno a chtěla jsem načerpat čerstvého vzduchu, ale jedna dáma mne prosila vážným hlasem: „Zavřete přece okno, nebo nastydnete, noční vzduch je velmi nezdravý!“ Odpověděla jsem na to: „Milá paní! Nemáme uvnitř vlaku žádný jiný vzduch, než ten který je venku. Jestliže nechcete vdechovat tento venkovský vzduch, pak by jste musela přestat docela dýchat.“ Jestliže jsou večery chladné, měl by se každý na to připravit a proti mrazu tepleji oblékat. Nicméně by se mělo dbát, aby v noční době byl čerstvý vzduch stále přiváděn do bytu. Čistý, čerstvý vzduch pod širým nebem ve dne i v noci je největší požehnáním. *CTBH 104.1*

Čerstvý vzduch čistí krev, osvěžuje tělo a přispívá k tomu, aby tělo bylo zdravé a silné. Síly, které se tak dostaly do těla, mají pozitivní účinek na rozum, dodává mu jasnost a do jisté míry i klidu a veselosti. Čerstvý vzduch poskytuje člověku zdravou chuť k jídlu, podporuje trávení a přivodí tvrdý a klidný spánek. Život ve špatně vyvětraném bytě, oslabuje tělo, zatemňuje rozum, způsobuje nedostatečnou činnost kůže a zeslabuje krevní oběh. Krev proudí jen pomalu, zažívání je zatěžováno a takové tělo se stává neschopné k odolávání zimě. Každý člověk by si měl zvykat na čerstvý vzduch, aby mu pak malá změna počasí nemohla uškodit. Měl by se jen vyvarovat průvanu a neměl by sedět v studeném pokoji, když je vysílen, nebo uhrátý. *CTBH 104.2*

Někteří lidé mají špatný názor, když jsou nachlazení, že se musí bránit čerstvému vzduchu a že v bytě musí být větší teplota vzduchu. Je-li někdo nachlazený, není tělo ve svém pravidelném stavu, póry jsou uzavřeny a vnitřní tělesné orgány jsou více méně zanícené. A to proto, že krev je zatlačena zpět od povrchu těla a je uvržena na tato vnitřní orgány. V takovém případě se má plicím dostat čerstvý vzduch více než kdy jindy. Správný pohyb přivede krev opět k povrchu kůže a tím bude ulehčeno vnitřním orgánům těla. Velice tomu přispívá síla vůle, jestliže se má s úspěchem odolávat nachlazení. Ona taky posiluje i nervy. Odejmutý čerstvý vzduch plicím je totéž, jako kdybychom žaludku odebrali jídlo. Vzduch je pro plíce Bohem připravený pokrm. Přivítejte jej a uče se ho vážit jako vzácného nebeského daru! *CTBH 104.3*

Domácí péče o zdraví

Přestupování přírodních zákonů v našich osobních zvycích je nejvydatnějším zdrojem, z kterého vzniká nemoc. Pořádek a čistota jsou zákony nebes. Když chtěl Hospodin na hoře Sinaj zvěstovat svůj zákon, tu ve vztahu k tomu dal Mojžíšovi přísná nařízení: „*Řekl dále Hospodin Mojžíšovi: Jdi k lidu a posvět' jich dnes a zítra nechť svá roucha zeperou.*“ To jim bylo přikázáno, aby se před Hospodinem ukázali čistí. On je Bohem pořádku a taky od svého lidu požaduje pořádek i čistotu. *CTBH 105.1*

Izraelští lidé neměli strpět v žádném případě, aby na jejich oděvu, nebo na jejich osobě lpělo něco nečistého. Kdo něco nečistého na sobě strpěl, měl až do večera být vyobcován z tábora a dříve než se vrátil, musel vyčistit svůj oděv a taky sám sebe. Také jim bylo přikázáno, aby všechny odpadky vynesli daleko za stany na vzdálené místo. To bylo opatření, které mělo směřovat k zachování zdraví, ba i náboženského pořádku. Pán nepožaduje více od svého lidu, jako tehdy. Zanedbávání čistoty způsobuje nemoc, protože ona se nevyskytuje bez příčiny. Zimnice a morové nákazy se vyskytly v městech i na vesnicích, které byly pokládány za velmi dobré a způsobily smrt, nebo rozmnožování se různých chorob. V mnoha případech se zárodky nemocí (které se šíří vzduchem a znečišťují vzduch svým jedem) dostaly z obydlí takových lidí, kteří padli za oběť těmto nemocem. Tento jedem nakažený vzduch vdechovaly jiné rodiny a vůbec obyvatelé okolních osad. Někdy to přímo uvádí v úžas, jak to je málo známé, jaké škodlivé účinky vznikají z takové nedbalosti a není-li opravdová péče o zachování si zdraví. *CTBH 105.2*

Když kdysi skotští kazatelé prosili lorda Palmestona – prvního ministra, aby veřejně vybidl k všeobecnému půstu a modlitbám, aby se tím odvrátilo nebezpečí cholery, řekl jim: „Čistěte své ulice a niče v nich nakažlivé zárodky, a to i v domech. Napomáhejte k čistotě a zdraví mezi chudými a mějte starost o to, aby byli opatřeni dostatečně dobrou stravou i oblekem. Učiňte nutná opatření proti nakažlivým nemocem, pak nebudete mít žádný důvod k půstu a modlitbám. Pán také vaše

modlitby nevyslyší, pokud tyto prostředky necháte bez povšimnutí, které On dal k zabránění zla.“

CTBH 106.1

Bůh by nikdy na lidi nevložil tak mnohá utrpení, která nyní nesou. Avšak naše vlastní bláhovost nás olupuje o tak vzácné věci a rozkošná požehnání, která když budeme správně používat, nebudou nikdy dost oceněny jako hodnoty, určené pro zachování našeho zdraví. Jestliže mají být naše příbytky příjemně útulné, tedy pamatujme na to, aby do nich mohl pronikat čistý vzduch a příjemné sluneční světlo. Odkliděte své těžké záclony, otevřete okna i okenice a mějte užitek z jasného slunečního světla, i kdyby měla tu a tam trochu vyblednout barva pestré látky, která pokrývá buď podlahu, nebo je součástí pokoje. *CTBH 106.2*

Mnohé domy jsou hojně opatřeny nábytkem a lze říci, že se více dbalo, aby se vyhovovalo pýše než pohodlí, nebo zdraví rodiny. Nejlepší pokoje bývají prý tmavé a uzavírané, jinak by prý jasné světlo poškodilo vzácný nábytek, že by barva koberců vybledla, nebo že by se ztratil lesk na rámu drahých obrazů. Když osoby, které jsou zde na návštěvě a jsou uvedeny do takové místnosti, vyzdobené vzácnostmi, mohou se snadno nachladit v tomto vlhkém vzduchu, jaký zde obvykle bývá. Z podobné příčiny bývají takto podobně uzavírané hostinské pokoje. Avšak ložnice by měly být prostorné a tak zařízené, aby do nich mohl dostatečně pronikat čerstvý vzduch, a to v noci i ve dne. Kdo spal v takovém špatně provětraném pokoji, pak při procitnutí měl pocit jakési zimničnosti a unavenosti. Příčinou toho bylo, že zde nebylo dostatek osvěžujícího vzduchu a pak musí tímto následkem trpět celé tělo. Kdo spal v takovém lůžku, které nebylo dobře provětrané a vysluněné, dává v sázku své zdraví a někdy dokonce i svůj život. Ve dne by se mělo do všech prostor takového domu, aspoň na několik hodin, vpustit s dostatkem čerstvého vzduchu i sluneční svit. Jestliže si jste vědomi Boží přítomnosti a máte-li laskavou, vážnou péči o všeobecný prospěch, pak bude taková vaše rodina nebem na zemi pro unavené poutníky, bude-li zjasňována čerstvým vzduchem a rozkošným slunečním světlem a je-li obveselována nezištnou pohostinností. *CTBH 106.3*

Při ranním vstávání by bylo pro mnohé lidi prospěšné, kdyby buď namočenou houbou, nebo mokrým hadrem omyly celé tělo. Tím by se z kůže smyla veškerá nečistota a byla by udržována jemná a měkká. Taky to pomáhá dobrému oběhu krve. Kdo se chce těšit dobrému zdraví, neměl by zanedbávat častější koupání. To umožňuje zdravým i nemocným lidem volnější, ničím neztížené dýchání, bude osvěžena mysl i tělo, svaly budou pružnější a rozum bude zjasněný. Koupel uklidní nervy a místo toho, aby se někdo obával nějakého nebezpečí nachlazení se, je tomu naopak, neboť spíše zesiluje způsobilost k odolání nastydnutí, protože napomáhá k dobrému oběhu krve. Krev se tlačí k povrchu kůže a proudí žilami lehčeji a pravidelněji. *CTBH 107.1*

Zahrada s některými krásnými květinami a květy ve vhodné vzdálenosti od domu, má obveselující vliv na rodinu. Ale příliš stínivé stromy i keře, které hustě dům zahalují, překáží volnému proudění vzduchu a pronikání slunečních paprsků. Následkem toho pak je, že zvláště v období dešťů, bývá vzduch v takovém obydlí vlhký. Kdo spí v takových vlhkých místnostech, způsobuje si tím různé nemoci, jako revmatismus, plicní choroby a slabost nervů. Také velké množství spadaneho listí, jestliže není co nejdříve odklizen, tím že hnije, kazí vzduch. Obytné stavení by měla být pokud možno budována na vyšších místech. Jestliže je dům postaven v místě, kde se kolem něho může nashromáždit voda a jestliže tam zůstává, dokud nevyschne, pak tedy z takto vlhké země vystupují ustavičné škodlivé výpary a ty jsou pak příčinou krčních bolestí, zimnice, nebo plicních neduhů. *CTBH 107.2*

Někteří lidé čekají, že je Bůh bude ochraňovat od nemoci, protože Ho o to prosili. Ale jestliže někdo nedbá přírodních zákonů, rozumí se samo sebou, že Bůh modlitby takových lidí nevyslyší, protože jejich víra není úplná, jestliže se neprojevuje takovými skutky, které by svědčily o jejich poslušnosti. Jestliže děláme co je v našich silách, abychom si zachovali zdraví, pak můžeme Boha prosit o jeho požehnání na naše úsilí a můžeme očekávat to nejlepší. Pak bude Bůh naše modlitby slyšet k oslavení svého svatého jména. Avšak všichni lidé by tomu měli rozumět tak, že oni sami by při tom měli dělat to co mají. Bůh nebude konáním zázraků zachovávat zdraví těch lidí, kteří zcela určitě vstupují na cestu, způsobující nějaké onemocnění, když se chovají netečně a nepozorně k zdravotním zásadám. *CTBH 108.1*

Někteří lidé přepínají své síly a velmi se namáhají, aniž by si dopřáli potřebný čas k zotavení. Zotavení je velmi nutné pro všechny takové, kteří vykonávají namáhavou tělesnou práci a ještě

nutnější pro ty lidi, kteří hlavně pracují hlavou. Nevyžaduje si to ani spása našich duší, ani oslavení Boha, abychom svůj rozum ustavičně zaměstnávali, i když to jsou náboženské věci. Jsou zábavy, jako jsou karetní hry, tančení, chození do divadel, kin (v dnešní době i televize, počítač a internet – pokud neslouží k náboženské práci – pozn. vydavatele) a jiné, které nemůžeme nijak schvalovat, protože je slovo Boží odsuzuje, neboť jejich prostřednictvím jsou otevírány dveře ke všem nepravostem. Křesťané by měli všechny takové zábavy naprosto zavrhnout a měli by je nahradit něčím, jako je zcela nevinné povyražení. Existují různé relaxace, které můžeme považovat za velmi prospěšné mysli tělu. Jasný, zdravý rozum najde dost zaměstnání, která jsou nejen nevinná, nýbrž i zároveň poučná. Pobyt na čerstvém vzduchu a pozorování krásné Boží přírody nám bude největším prospěchem. *CTBH 108.2*

12. Mylná představa o zkušenostech

Říká se, že zkušenost je nejlepším učitelem. Ve skutečnosti pravou zkušenost lze pokládat za mnohem vyšší, než jen nějaké naučené znalosti a vědomosti. Mnozí lidé mají falešnou představu o pravé zkušenosti. Skutečně dobré zkušenosti lze získat různým, pečlivým pozorováním, je-li mysl zbavena různého se rozhodování, bez předchozího dobrého zvážení a jestliže není ovládána žádnou předpojatostí a zvykem. S veškerou pečlivostí budou zváženy následky a bude zjevná snaha po snaze se více učit, dospět dále a všechno zlepšit, co není ve shodě s mravním zákonem i s přírodními zákony. *CTBH 109.1*

Co mnozí lidé nazývají zkušeností, není vlastně vůbec žádná zkušenost, nýbrž pochází jen buď z návyků, nebo jen tak z různého uspokojování, jemuž se někdo nerozvážně podrobuje a často nevědomě. Zde nemůže být žádná řeč o nějaké skutečné zkušenosti, o nějakém podrobném zkoumání, přičemž musí člověk přesně znát ty zákony, které jsou jaksi základem různého konání. Nemůžeme se spoléhat jen tak zhola, bez předchozího přesvědčení se, na nějakou jen tak zvanou zkušenost, která není v souladu s nezměnitelnými zásadami přírody. Pověra, která pochází, neboli vzniká z choroobného, z jakéhosi jen mlhavého se domýšlení, bývá často v rozporu s jasným rozumem a s vědeckými zásadami. Pro mnohé lidi se zdá velmi naivní a dokonce ukruté, že jiní pozemšťané mohou odporovat jejich zkušenostem. Ale mnohem více bludu vzniká mylnou představou o zkušenosti, než z čehokoliv jiného. V současné době je mnoho bezmocných slabochů, kteří stále takovými zůstanou, protože se opírají o tzv. zkušenosti. *CTBH 109.2*

Špatné zvyky spoutávají mnohdy muže i ženy, jakoby železnými pouty a bývá to smutná skutečnost, že často takový lidé se snaží tento svůj způsob života omlouvat tzv. zkušeností. Tím mnozí lidé omlouvají nejhorší návyky. Mnohé osoby nemají úspěch v dosažení duchovního i mravního růstu, protože lpí na nějaké zkušenosti, která odporuje prostým, jasným skutečnostem. Najde se mnoho osob obojího pohlaví, které zcela porušily své zdravé nějakým zvráceným způsobem života, ale jiným svoji zkušenost co nejlépe doporučují, ačkoliv je právě tato jejich zkušenost připravila o sílu a zdraví. Dá-li si s nimi někdo tu práci a chce je poučovat, uvádějí na obranu tuto svou zkušenost. *CTBH 109.3*

Právě v tom se setkáváme s největší těžkostí v oblasti víry. Těmto lidem můžeme přednést nejjednodušší skutečnosti, nejjasnější pravdy ze slova Božího, ale uši i srdce bývají zavřeny a jejich jediný přesvědčující důvod je „má zkušenost“. Někteří říkají: „Pán mi v mém dosavadním průběhu života i v mém počínání poželal, a proto nemůžu být v bludu.“ Takový člověk se odvolává na své zkušenosti a zavrhuje výsostné a posvěcující pravdy Písma svatého. *CTBH 110.1*

Balám prosil Boha, aby mohl zlořečit Izraelským. Moc mu záleželo na tom, aby k tomu dostal povolení, protože měl dostat velikou odměnu. Ale Bůh řekl: „*Nechod' s nimi!*“ Ale ještě váženější Balákovi poslové prosili Baláma podruhé a byly poskytnuty ještě větší sliby. Ačkoliv mu Bůh zjevil svou vůli, byl přece jen zaujat takovou žádostivostí, že po druhé prosil o totéž dovolení a Bůh mu v této prosbě nevyhověl. Potom učinil podivuhodnou zkušenost. Kdo by však chtěl takovou zkušenost absolvovat? *CTBH 110.2*

Ještě mnohé další příklady by zde bylo možné uvést, které by nám ukázaly, jak mnozí lidé bývají zklamáni, jestliže se spoléhají na své takzvané zkušenosti. *CTBH 110.3*

13. Můžeme se dotazovat o radu spiritistických lékařů?

Opět a opět jsem dostala dopisy od kazatelů i členů církve, v nichž mě prosili o poučení, nebo objasnění, jeli správné, když se někdo ptá o radu spiritistických lékařů a jasnovidců. Tito satanovi služebníci jsou mnohdy a skoro všeobecně dotazováni o radu, takže jsou tato varovná slova zcela na místě. *CTBH 111.1*

Bůh to usnadnil každému, že si může vědomosti o zdravotních zákonech opatřit každý. Lze konstatovat, že nám to prakticky uložil za povinnost, abychom si udržovali svůj zdravotní stav v nejlepší možné formě a abychom jak se náleží jemu prokazovali službu. Kdo se však vzpouzí přimnout světlo i poznání, které mu bývají tak milostivě poskytovány, zavrhuje tyto prostředky od Boha pro něho připravené proto, aby byly k jeho duchovnímu i tělesnému životu. Vydává se v nebezpečí, aby byl oklamán satanovými pokušeními. *CTBH 111.2*

Mnozí takzvaní křesťanští vyznavači v tomto tzv. křesťanském věku, se uchylují ke zlým duchům, místo aby důvěřovali moci živého Boha. Matka, která stojí u postele svého nemocného dítěte říká: „Nevím, co mám ještě učinit. Není žádného lékaře, který by vyléčil mé dítě?“ Je jí vypravováno o podivuhodných případech uzdravení, která se stala prostřednictvím lékařů, kteří používají magnetické síly za léčebný prostředek a také skrze výkony jasnovidců. *CTBH 111.3*

Vlastně lze říct, že pokud tato žena svěčuje svého miláčka takovému lékaři, tím jej odevzdává do satanových rukou. V některých případech bývá budoucí život dítěte ovládán touto satanovou mocí, kterou jak se zdá, nelze překonat. Jakási matka prosila nevěřícího lékaře, aby zachránil život jejího dítěte. Když jsem ji ale napomínala, aby svou pomoc hledala u velikého Lékaře, který v každém případě může zachránit, netrpělivě se odvrátila. *CTBH 111.4*

Když Ochoziáš, král Izraelský byl nemocen, „*poslal své posly a řekl jim: Jděte a ptejte se Belzebuba boha Baron, povstanu-li z této nemoci*“. Tito poslové na cestě potkali Eliáše a místo, aby slyšeli poselství od modly, tento král se dověděl hrozného rozsudku: „*S lože, na kterémž jsi se složil, nesejdeš, ale jistotně umřeš.*“ (2 Kr 1,4) Kristus ta slova promluvil skrze Eliáše odpadlému králi. Veliký Bůh Emanuel měl příčinu být nespokojený s Ochoziášovou bezbožností. Jak mnoho již byl Pán učinil, aby nabyl vlivu na srdce Izraelských a aby v nich vzbudil důvěru! Od starodávna se skláněl v nevyličitelné lásce a shovívání k svému lidu. Od dob patriarchů dal oznamovat, jak „*rozkoše jeho byly se syny lidskými*“ (Př 8,31). Byl stále přítomnou pomocí pro ty, kteří Ho opravdově hledali. „*Ve všelikém soužení jejich i On se cítil soužen, a anděl jeho obličej vysovozval je, ze své lásky a své shovívavosti vykoupil je, a pěstoval je, i nosil je po všechny dny věků.*“ (Iz 63,9) Přece se Izrael dopouštěl vzpoury proti svému Bohu a pomoc hledal u nejhorších Hospodinových nepřátel. *CTBH 112.1*

Izrael byl jediným lidem, jemuž byla svěřena známost pravého Boha. Když se izraelský král dotazoval o radu pohaných věstců, projevoval tím pohanům, že má více důvěru k jejich bohům, než k Bohu svého lidu, tomu Stvořiteli nebe i země. Podobným způsobem zneuctívají Boha ti lidé, kteří sice chtějí mít známost Božího slova, ale přece se odvracejí od pramene moci i moudrosti a hledají pomoc i radu u síly temnosti. Jestliže byl vzbuzen hněv Boží zlým, bezbožným počínáním si královým, za jaké tedy bude pokládáno podobné počínání si těch, kteří chtějí být jeho služebníky? *CTBH 112.2*

Mnozí jsou příliš leniví, než aby si hleděli opatřit potřebné známosti přirozených zákonů a nejednodušších prostředků k zachování si svého zdraví. Jejich způsob života není správný. Když se pak následkem toho objeví nějaká nemoc, neprosí o Boží pomoc, ale mají své útočiště u lékařů. Když se pak opět uzdraví, všude vzdávají všechnu čest léku a lékařům. Lze o nich říci, že jsou stále připraveni zbožňovat lidskou moc a moudrost, takže to vypadá, jakoby jejich bohem bylo stvoření, které je přece jen jako prach a popel. *CTBH 112.3*

Je to opravdu nejisté, svěřovat se těmto lékařům, kteří nemají žádnou opravdovou Boží bázeň. Jisté je, že pokud na srdce nepůsobí přetvářející vliv Boží milosti, potom „*je takové srdce nejlstivější nade všechno a nejneduživější (nejpřevrácenější), kdo jemu vyrozumí*“ (Jr 17,9)? Lidé usilují jen o to, jak by se sami vyvýšili. Pod pláštěm lékařského povolání, již byly již spáchány mnohé

hříchy a leckterý podvodný čin. Takový lékař může předstírat, že má velikou moudrost a schopnost, zatímco sám není úplně poctivého smýšlení a počíná si s odporem proti přirozeným zákonům. Hospodin Bůh nás ujišťuje, že očekává a taky prokazuje svoji milost, jestliže Ho budeme vzývat ve své úzkosti. Zpravidla poučování těchto lékařů odvádějí od správných Božích zásad, které nám dal a to zvláště ohledně stravy. Oni prohlašují, že nežijeme, jak bychom měli žít a troufají si ordinovat a předepisovat takové změny, které jsou v protikladu ke světlu, jenž jsme dostali od Boha. Ale jak by nám mohl Bůh požehnat, když budeme chodit nepřítelovou cestou? *CTBH 113.1*

Proč se lidé nechtějí svěřit Pánu, který nás stvořil a který všechny naše nemoci může uzdravit svým slovem, nebo svým milostivým pohledem? Komu jinému by měla být projevována naše důvěra, než právě Tomu, který pro naše vykoupení přinesl takovou obětí? Náš Pán nám dal určité poučení slovy svého apoštola Jakuba, a to jaká je naše povinnost v případě, jestliže jsme nemocni. Komu nemůže pomoci lidské úsilí, tedy Bůh chce být svému lidu nápomocen. „*Je někdo z vás nemocen? Ať si dá k sobě zavolat starších sboru a ti ať se nad ním modlí a mažou jej olejem ve jménu Páně. Modlitba víry zachrání nemocného a Pán jej pozdvihne. Dopustil-li se hříchů, bude mu odpuštěno.*“ (Jk 5,14-15) Když budou následovníci Kristovi projevovat tolik víry Božím zaslíbením, jako věnovali satanským silám, potom pocítí na svém těle i na svém duchu oživující moc Ducha svatého. *CTBH 113.2*

Bůh poskytl svému lidu mnoho světla v této oblasti, ale nicméně na nás budou dorážet různá pokušení. Kdo by z nás chtěl hledat pomoc u baronských model? Zamyslete se a uvažujte o následujícím příkladu, který není vymyšlen, nebo nevznikl z pouhé domněnky, protože u mnohých lidí můžeme nalézt jeho hlavní podobné rysy. Jistá nemocná osoba, která je zdánlivě svědomitá, ale je samý předsudek a má o sobě veliké mínění, avšak co se týče zdraví, veřejně vyznává, že se nestará o zákony a pravidla, které jsme přece přijali z milosti Boží jako jeho lid. Její pokrm musí být připravován tak, aby uspokojoval její nesprávné chorobné chutě. Místo aby sama měla péči o skutečně zdravotní jídlo, odebírá svá jídla z hostinců, kde chuť k jídlu může být uspokojována bez jakýchkoliv zábran. Ačkoliv jinak výmluvně svým jazykem obhájí střídmost, dopouští se jisté nedůslednosti, nedbá jejich osvědčených a tudíž dobrých zásad. Ona sice hledá uzdravení, ale zároveň se brání dosáhnout žádoucího výsledku, jeli požadována podmínka, že se musí dokázat ovládnout a ledaco si odepřít. Takový člověk se podrobuje převráceným choutkám a ve skutečnosti slouží jen hříchu a jde říct, že ono se stává jeho bohem. Tímto nesprávným jednáním si, jsou oslabovány síly a velmi málo se jimi dokáže. A kterými vlastně (kdyby byly bývaly posvěcovány i zušlechťovány) by byl jimi Bůh oslavován. Jestliže někdo nedbá přirozených přírodních zákonů, potom jsou díky tomu nevyhnutelně následky v podobě popudlivé povahy, snadno bývá taková osoba přivedena z míry a její nervy jsou oslabené. Na takového člověka není spolehnutí, on je nestatečný. Kdo se ho odváží bratrsky varovat, tím jen přijde u něho v nemilost a sebemenší námitky, nebo odporování dráždí jeho svárlivého ducha. Ale jestliže mu je nabízena příležitost, hledat pomoc u někoho, jehož úspěchy pocházejí od kouzel (čarovných věcí), tedy ihned se obrací s veškerou vážností k tomuto zdroji, vynakládá dobrovolně své peníze i svůj čas v naději, že se mu dostane této nabízené pomoci. Tím však bývá oklamán a zaslepen. Tato kouzelná moc bývá potom vychvalována a pak toto důvěřivé konání má vliv i na jiné lidi a bývá podnětem, aby tam i oni hledali své útočiště. Tímto způsobem bývá zneuctíván izraelský Bůh, zatímco satanova moc bývá vyvyšována a ctěna. *CTBH 114.1*

Ve jménu Ježíše Krista napomínám všechny jeho následovníky. Zůstaňte pevní v této víře, kterou jste přijali od počátku. „*Vyhýbejte se světským prázdným řečem.*“ (2 Tm 2,16) Místo aby jste svou důvěru skládali v nějakou kouzelnou moc, důvěřujte živému Bohu. Zlořečena je ta cesta, která vede buď do Endor, nebo do Baronu. Nohy těch, kteří se vydávají na zapovězenou cestu, poklesnou a směřují jen k pádu. Existuje Bůh v Izraeli, u něhož mohou všichni zkroušení a utiskováni nalézt úlevu. Spravedlnost je základem jeho trůnu. *CTBH 115.1*

Je pro nás velmi nebezpečné, uchylvat se od Božích pouček, byť by mělo být jen nepatrné. Odbočíme-li s jistě stezky povinností, pak se najde okolnost za okolností, aby nás neodolatelně dál a dále odloučily od toho, co je pravé. A přivedlo by nás na scestí, dřív než bychom se toho naděli, pokud bychom se – pokud to není nutné – stýkali s takovými osobami, kteří neprojevují žádnou

vážnost k Bohu. Obavy, že se světští přátelé budou cítit uraženi, nás zdržují zpět od děkování Bohu a od dávání najevo, že jsme ve všem závislí na NĚm. *CTBH 115.2*

Musíme se pevně přidržovat Božího slova. Je nám třeba Jeho výstrah i povzbuzení, jeho varování i zaslíbení. Potřebujeme dokonalého příkladu, jaký nám poskytuje Ježíšův život a Jeho osobitá povaha. Andělé Boží budou jeho lid ochraňovat, jestliže bude vždy chodit po pravé cestě. Ovšem pro takové lidi, kteří jdou vědomě po satanově cestě, není žádného zaslíbení, nebo ochrany. Služebník velikého podvodníka bude říkat a dělat všechno možné, aby dosáhl svého cíle. Je to stejné, nazývá-li se spiritista, nebo magnetizér (tj. uspávač, nebo lékař, který užívá magnetické síly za léčebný prostředek. V dnešní době se jedná o hypnózu, spiritisty apod. projevy). Svým přivlastňováním (osobováním) si získává důvěru neprozřetelných lidí. Předstírá, že může číst jejich životní dráhu a těžkosti a že zná utrpení těch, kteří se k němu obracejí. Jde říct, že jestliže se vydává za anděla světla, zatímco ve skutečnosti tma zahluje jeho srdce, má pak jeho veliký vliv zvláště na ženy, které požadují jeho rady. On jim sdělí, že jejich těžkosti pocházejí z nešťastného manželství. To může být samozřejmě pravda, ale takové vyslovení se nikdy nemůže změnit jejich trapné postavení. On jim sdělí, že potřebují lásku a soucit a dává-li najevo svůj veliký zájem o jejich blaho, nabývá tím jaksí nad nimi vládu, jako had nad svou obětí, která nic netuší a tím ji okouzlí, tak jako had nad chvějícím se ptáčetem. *CTBH 115.3*

Naše jediná bezpečnost záleží v tom, abychom hleděli zůstat na té staré Boží cestě. „*Ano, k zákonu a k svědectví. Pakli nechť, nechat' mluví vedle slova toho, v němž není žádné záře.*“ (Iz 8,20)
CTBH 116.1

14. Nynější povinnosti

Každý člověk by se měl vzdělávat tak, aby nejen byl sám živý ve shodě s přírodními zákony, nýbrž aby také mohl jiným lidem ukazovat správnou cestu. Někteří lidé předstírají, že jsou dítkami Božími, ale co se týká zdravotnictví a střídmosti, žel Bohu, jsou zcela bez vědomostí. Musí být vzdělávání a slyšet přikázání za přikázáním, naučení za naučením. Tyto správné nauky je potřeba jim opět a opět připomínat. Tato otázka nesmí být pokládána jen tak za zhola nepodstatnou věc, protože skoro každé rodině je potřeba, aby byla o tomto poučována. Musí být probuzeno svědomí, aby si takové osoby uvědomily povinnosti, že je zapotřebí, aby tyto zásady uváděly do praxe. Bůh požaduje od svého lidu, aby si ve všem počínal střídmo. Jestliže se nebudeme cvičit v pravé střídmosti, pak tedy nebudeme moci být vnímavý pro posvěcující vliv božských pravd. Naši kazatelé by měli být s touto otázkou důkladně seznámeni. *CTBH 117.1*

Oni nesmí tak důležitou otázku nechávat nedotčenou a nesmí se nechat dát zastrašit myšlenkou, že by mohli být obviněni z nějakého upřednostňování. Mělo by jim být jasné, na čem záleží pravá péče o zdraví a pak učinit těmto zásadám slovy i klidným, ustavičně vzorným prováděním ve skutek. Neměli by nechat nevyužité žádné příležitosti, v níž by se nepokusili o sdělení nějakého poučení o střídmosti a o zdraví. V této věci se snažte probouzet svědomí i pravé porozumění. Použijte k tomu všech svých sil a pomáhejte tomuto úkolu rozšiřováním článků a spisů. „Poučuj, poučuj, poučuj!“ Je nám uloženo poselství. *CTBH 117.2*

Nadané ženy, které znají dobře správnou přípravu pokrmů podle zdravotních zásad, měly by mít v misijních ústavech svěřený dohled na vykonávání domácích prací. Stůl by měl být dostatečně zásoben dobrými pokrmy. Má-li někdo zkaženou chuť a chce čínské čaje, zrnkové kávy, koření a dalších nezdravých pokrmů, mělo by se přihlížet k tomu, že to je nesprávné a dbát o to, aby byl poučen a aby bylo probuzeno jeho svědomí. Uveďte mu zásady Písma svatého, které směřují k zachování zdraví. Kde se nachází dost dobrého, čerstvého mléka a ovoce, pak není důvod k požívání masa. Není zapotřebí odnímat život některým Božím stvořením jen proto, aby byly uspokojeny naše tělesné potřeby. V určitých případech nemoci, nebo zvláštní slabosti může být pokládáno za dobré, sníst něco z masa, ale mělo by se velmi pečlivě přihlížet, aby bylo použito maso jen ze zdravých zvířat. V dnešní době to je důležitá otázka, jestli by se mělo vůbec maso konzumovat. Bylo by lepší se nikdy vůbec nedotýkat masa, neřeknu-li konzumovat, z nemocných zvířat. Jestliže jsem nemohla dostat potřebného pokrmu, snědla jsem někdy trochu masa, ale štítím se toho víc a více. *CTBH 117.3*

Když Bůh vyvedl izraelský lid z Egypta, měl v úmyslu, aby země Kanán byla osídlena čistým, šťastným a zdravým lidem. Uvažujme nyní o tom, jak to Bůh uskutečnil. On od nich žádal poslušnost a když radostně vyhověli jeho požadavkům, pak to tedy mělo být k požehnání jim i jejich potomkům. Z velké části jim odňal masitou stravu a jestliže jim dal na jejich prosby také maso, než dorazili k hoře Sinaj, tedy trvalo to jenom jeden den. Bůh je přece mohl zabezpečit zrovna tak masem, tak jako je opatřil manou, ale k jejich vlastnímu dobru jim uložil omezení. Byl to jejich úmysl, dát jim pokrm, který by byl pro ně vhodnější, nežli ta strava, kterou mnozí z nich konzumovali v Egyptě. Jejich narušená chuť měla být opět vyléčena, aby mohli požívat – pro lidstvo připravené – takové pokrmy, které byly dány Adamovi a Evě. *CTBH 118.1*

Kdyby již tenkrát projevíli snahu, že chtějí svoji chuť k jídlu ovládat podle Božího omezení, pak by nikdy nepoznali nemoci a slabosti těla. Jejich potomci by byli silní na těle i na duchu a jasně by chápali své povinnosti i pravdy a nikdy by se u nich neprojevil nedostatek bystrosti, rozumu a vůbec způsobilosti ke správnému usuzování. Nebyli ale ochotni vyhovět těmto Božím požadavkům. Proto tedy k tomuto cíli, který jim Bůh vytkl nedospěli a ztratili těch požehnání, jimiž je Bůh zamýšlel obdarovat. Oni proti těmto božským omezením reptali a projevovali touhu po egyptských hrncích masa. Bůh jim maso dal, ale posloužilo jim to ke zlému. *CTBH 118.2*

Pán to opět a opět zjevil skrze svého Ducha, že nás chce přivést zpět krok za krokem ke svému původnímu úmyslu, podle něhož se měl člověk stravovat z plodin země. Mezi těmi, kteří čekají na svého Pána, časem zcela vymizí konzumace masa a masité pokrmy zmizí z jejich stolů. To bychom

měli mít stále na paměti a měli bychom se snažit o to, abychom dosáhli tohoto cíle. Pokud ještě konzumujeme maso, dáváme tím najevo, že ještě plně nesouhlasíme s tím světlem, které nám Bůh udělil ve své milosti. Zvláště ty osoby, které se zabývají ošetřováním nemocných, by si měly zvýkat, že se mají stravovat ovocem, rozmanitým obilím a zeleninou. Jestliže si budeme v tomto počínat podle správných zásad a jako praví křesťané a jestliže budeme své vlastní chutě schopni zvládnout a vést k dobrému, potom budeme Boží vliv mít také i na ostatní lidi a budeme tímto způsobem razit cestu pro lepší zdravý způsob života. *CTBH 119.1*

Mnozí se ve své snaze o lepší zdravotní způsob života, budou ztrácet odvalu, protože se nikdy neučili připravovat zdravé, prosté jídlo, které by mohlo nahradit jejich dřívější stravu. Prostě připravované jídlo se jim protiví a slyšíme z jejich úst, že se sice snažili o tento způsob života, ale že při tom nemohli vydržet. Mnohým se dostalo jen velmi málo poučení, a proto je příprava pokrmů různě nedokonalá, že posléze činí potíže při zažívání. Jestliže chce někdo žít podle osvědčených zdravotních zásad, pak tedy především to jídlo, které konzumuje, musí být správně připravené (správně uvařené). Když může někdo získat nějaké vědomosti v nějaké dobré škole, která je vedena podle správných pravidel zdravého způsobu života, bude to prospěšné nejen pro něho samého, nýbrž i pro další lidi. *CTBH 119.2*

Nečiňte si však žádné zvláštní představy, které by jste si vytkli jako pravidlo a poté aby jste snad napomínali jiné lidi, jejichž způsob jednání by se neshodoval s vaším způsobem. Zkoumejte tu věc důkladně a to v plném jejím rozsahu. Postarejte se, aby jste své vlastní myšlenky a zvyky uvedli v úplnou shodu se zásadami pravé křesťanské střídmosti. *CTBH 119.3*

Mnozí lidé se starají napravovat život jiných pozemšťanů tím, že bojují proti jejich zvykům, které oni samy pokládají za nerozumné. Jdou za těmi, kteří podle jejich úsudku jsou na omylu a upozorňují je na jejich chyby, ale nestarají se, aby jim představili správné zásady. Takové jednání však, nemá zpravidla ani zdaleka potřebného úspěchu. Pokud se jim poukazuje jen na jejich nedostatky a chyby, vzbuzujeme v nich velmi často zlobu a tím způsobujeme více škody, než užítu. V tomto se skrývá určité nebezpečí pro toho, kdo chce jiné vyvést z omylu. Kdo se k tomu odhodlá, že upozorňuje druhé lidi na jejich nedostatky, získá snadno zlozvyk, že na všem něco vidí a časem se zabývá jen touto kritikou a stále vyhledává nějaké nedostatky a chyby. Naše péče a starost o lidi není takového charakteru, abychom hledali a odhalovali kde jakou jejich chybu a nedostatek a na ně poukazovali. Snažte se je vést k lepším zvykům mocí svého vlastního příkladu. *CTBH 120.1*

Člověk by měl mít stále na paměti, že správný způsob života směřuje hlavně k tomu, aby se co nejlépe vyvíjel jejich rozum, utvářela jejich ušlechtilá povaha, mravní i zdravé tělo. Všechny přírodní zákony, které jsou v podstatě Božími zákony, směřují k našemu dobru. Jestliže budeme tyto zákony poslouchat, bude to ku prospěchu našemu blahu na tomto světě a bude nás to připravovat na budoucí věčný život. *CTBH 120.2*

Jsou mnohem lepší zájmy, než vyhledávání chyb a křehkosti jiných lidí. Mluvte raději o Bohu a jeho podivuhodných činech. Uvažujte o jeho projevech lásky i moudrosti ve všech skutcích přírody. Získávejte znalosti o úžasném lidském těle a taky o principech, které toto jemné ústrojí ovládají. Kdo poznává důkazy Boží lásky a má pochopení pro moudrost i prospěšnost jeho zákonů a vyzkouší toto požehnání, které skutečnou poslušnost provází, bude pak chápat své povinnosti v zcela jiném světle. Nebude už pak pokládat poslušné zachovávání zdravotních pravidel za nějakou věc osobního sebezapření, nebo nějakou těžkou obět, ale bude to pokládat za neocenitelné požehnání. *CTBH 120.3*

Člověk může mnoho dobrého vykonat, jestliže lidem, ke kterým má nějaký přístup vysvětlí, jakých nejlepších prostředků by měli použít při ošetřování nemocných a především, jak se vyhnout nemoci a jakémukoliv utrpení. Lékař, který poučuje své pacienty o příčinách a průběhu nemoci s vysvětlením jak by se jí měli vyvarovat, snad narazí na odpor. Ovšem jestliže je svědomitý, bude zcela otevřeně mluvit se svými pacienty, vysvětlí jim, co způsobilo jejich nemoc. Stojí za ní nesprávné sebeuspokojování v jídle, pití, v nesprávném odívání a velké namáhání životních sil. Nebude toto zlo zvětšovat ještě tím, že jim předepíše léky, až by jejich vyčerpaná přirozenost musela být zničena. Spíše by měl nemocným ukázat, jak by si měli osvojit správný způsob života a tak být nápomocen přírodě a získat nové síly k uzdravení, když k tomu bude používat moudře její vlastní prosté prostředky. *CTBH 121.1*

Ve všech ústavech by si měli lékaři uložit za svatou povinnost, sdělovat poučení o pravidlech, směřujících upevnění zdraví. Zásady učení, směřující k upevnění zdraví, by měly být jasně a zřetelně představeny všem, jak nemocným, tak i lidem, kteří se zabývají jejím ošetřováním. Toto dílo vyžaduje jistou sílu osobité mravní povahy, nebo zatím co mnozí z nich budou přijímati požehnání takového úsilí, jiní se budou cítit uraženi. Ale pravý Kristův učedník, který žije ve shodě s vůlí Boží, bude učit nejen sám sebe, nýbrž to bude sdělovat i druhým a bude jejich mysl odvracet od bludů a obracet ji k pravdě. *CTBH 121.2*

Kdyby se věnovalo zdravotní otázce více prostoru a pozornosti, zmizel by mnohý předsudek proti božské pravdě a srdce by bylo pro ni více vnímavější. Jestliže člověk získá zájem o tuto otázku a její prospěch, dojde u něho náležitého ocenění, pak bude často tímto ražena cesta i pro jiné pravdy. Jestliže lidé vidí, že my jako křesťané, rozumíme zásadám zdraví, pak budou spíše věřit, že naše názory jsou správné i v dalších biblických pravdách. *CTBH 121.3*

Tomuto odvětví Božího díla nebylo věnováno náležité pozornosti. Jeho zanedbáváním se mnoho ztratilo. Budou-li Boží lidé dávat najevo větší, nebo hlubší účast v správném způsobu života, jimž je chce Pán připravit pro svůj druhý příchod, pak tedy bude jejich vliv podstatně větší. Bůh dal svému lidu světlo, kterým je žádá, aby v něm chodili a poslouchali jeho hlas. Zdravotní otázka je v těsném spojení s poselstvím a dílem Božím v poslední době. Kdo zvěstuje Boží poselství, měl by také sdělovat poučení o správném způsobu života. Každý by měl této této otázce důkladně rozumět, aby byl připraven pro důležitější případy, které se budou vyskytovat a jsou na blízku. Proto tato otázka zasluhuje plného ocenění. Satan i jeho andělé činí všechno, co je v jejich moci, aby tomuto reformačnímu dílu zabránili. Obtěžují a ztěžují takovou práci těm, kteří se s veškerým nadšením tímto zabývají. Nedbaje na to, neměl by však nikdo malomyslnět, nebo se vzdát svého úsilí. Prorok Izaiáš vylíčil Kristovu svéráznou osobitost následujícími slovy: „*Nebude ochablý a zkrušený, dokudž soudu na zemi nevykoná.*“ (Iz 42,4) Proto i jeho následovníci nemají pozbývat mysl, ani být ochabující, nýbrž se rozpomenout na výkupné, které bylo dáno za každého člověka, aby nezahynul, ale měl život věčný. *CTBH 121.4*

15. Duchovně opojení

Velmi vážná je ta otázka, co mají číst naše děti. Tato otázka vyžaduje vhodnou odpověď. Žel i v křesťanských rodinách bývají nalezeny časopisy a listy, které obsahují běžné příběhy, jenž nemají žádný dobrý vliv na mysl. Pozorovala jsem takové lidi, kteří měli zálibu ve čtení románů a novel. Měli přednost, že mohli slyšet pravdy Božího slova a být obeznámeni se zásadami křesťanské víry, ale žel vyrůstali bez pravé Boží bázně. Právě že milé mládeži je toho zapotřebí nejvíce, aby se používalo nejlepších předmětů, lásky, uctivé Boží bázně a poznání Ježíše Krista při výchově jejich svěrázné osobitosti. Ale mnozí lidé nemají žádného porozumění pro pravdu, jaká je v Kristu. Jejich myšlení se rádo zabývá vypravováním smyslně dráždivých příběhů, které jsou jenom výplody fantazie. Oni nežijí v současnosti a jsou neschopni vykonávat skutečné povinnosti života. Viděla jsem, jak tyto děti, jestliže byli tímto způsobem vychovávány, buď doma, nebo i v zahraničí, jsou neklidné nemůžou si s nikým promluvit o obyčejných věcech. Těch ušlechtilých darů, které jsou zde k tomu, aby se tu jevilo úsilí po vyšším cíli, bývá používáno k přemýšlení o ničemných a mnohdy horších než ničemných předmětech, až ten, kdo jim byl obmyslen, je opojen jen tímto a nenachází skoro žádnou sílu, aby (pokud bereme v úvahu duchovní stránku) se snažil o dosažení něčeho vyššího. Myšlenky a rozhovory o božských věcech se jim staly protivnými. Duchovní pokrm, v němž snad dříve měly zalíbení, nyní způsobuje pravý opak a zdánlivě jakoby poskytoval důvod k nečistým scestným myšlenkám. Takové osoby jsou k politování, jestliže uvážíme, jak vzácné příležitosti zanedbaly poznáním Krista, na Němž přece spočívá všechna naše naděje věčného života. Ony promrhají mnohý vzácný čas, v nichž by byly bývaly mohly přemýšlet o dobrých vzorech pravé svatosti. *CTBH 123.1*

Znám některé osoby, které se takovým škodlivým čtením románů připravily o svůj zdravý rozum. Ony procházejí tímto životem s chorobnou domýšlivostí a zvětšují si každou těžkost. Věci, které zdravému duchu nepřipadají nějak za obtížné, jím bývají nesnesitelným břemenem a nepřekonatelnou překážkou. Pro ně je život vždy temný a smutný. *CTBH 124.1*

Takové osoby, které otročí zvyku, když žádostivě hltají smyslně dráždivé příběhy, ochromují tím své síly ducha a stávají se nezpůsobilé k vážnějšímu přemýšlení i zralejšímu uvažování. Lidé obojího pohlaví si takto počínající, kteří dosáhli vysokého věku, ještě ne vždy se zotavili z následků tohoto nemírného čtení. Tento návyk, osvojený si v mladém věku, s nimi vyrůstal a sílil a až začali usilovat o jeho ovládnutí, pak už měli jenom částečný úspěch. Mnozí už nikdy nenabyli zpět dřívější síly svého ducha a všechny pokusy o to, aby se stali vítězíci křesťany, skončily jen pouhým přáním. Oni opravdu nemohou být podobni Kristu, dokud mají zálibu ve čtení takových spisů. Rovněž tak je zhoubný účinek na jejich tělo. Jejich nervová soustava je bez příčiny takovým vášnivým čtením vzrušována. V mnoha případech byly starší lidé i mladé osoby jakoby paralyzovány takovýmto nemírným čtením. Mozek byl udržován v neustálém vzrušení, až jeho jemné ústrojí bylo tak zeslabeno, že jeho pravidelná činnost byla zastavena a nastalo jakési ochromení. *CTBH 124.2*

Jestliže někdo takové žádosti po vzrušujících příbězích a románech touží, pak jeho mravní vkus bude narušený takový člověk se bude cítit nespokojený, jestliže nebude mít tento nezdravý a ničemný „pokrm“. Znala jsem mladou dívku, která předstírala, že je dobrou následovnicí Kristovou, ale ve skutečnosti se však cítila být nešťastnou, jestliže neměla k dispozici ke čtení nějaký román z časopisů, nebo příběh na pokračování. Její mysl toužila po takových dráždidlech, jako opilec dychtí po opojném nápoji. Takoví mladí lidé neprojevovali žádnou pravou zbožnost. Nevycházelo od nich žádné nebeské světlo, aby jim své okolí, známé přiváděli ke zdroji moudrosti. Neměli žádné hlubší zkušenosti víry. Kdyby nebyli tak dychtíli žádostivě po četbě takového charakteru, pak by existovala snad naděje na nějakou změnu v jejich myšlení, pokud se díváme po stránce duchovní. Ale oni po tom dychtivě toužili a chtěli to mít. *CTBH 124.3*

Bolí mne, když vidím mladé lidi, chlapce a dívky, kteří takto marně tráví svůj život, místo toho, aby získávali takové zkušenosti, které by je připravovaly pro věčný život. Pro ně je příznačný

název „duchovně opojení“. Nestřídmé čtení má škodlivý účinek na mozek zrovna tak, jako nestřídmost v jídle a pití. *CTBH 125.1*

Nejlepší způsob, jak zabránit tomuto zlu, než by zkazilo úrodnou půdu, nebo ji nezničilo je ten, že ji osázíme vzácnými biblickými pravdami. Musí být vynaložena největší péče a bdělost na vývoj ducha. Pán nám dal z milosti ve svém slově předpisy svatého obcování. On nás napomíná, abychom nad hříchem zvítězili a zjevuje nám svůj božský úmysl o vysvobození a ukazuje nám cestu k nebesům. Svatí muži, napomenuti Duchem svatým nám vylíčili nebezpečí, které na nás číhá na naší životní cestě a ukázali nám, jak mu můžeme předejít. Kdo následuje jejich rad a rozkazů a hledá poučení v Písmu, nebude bez informací ohledně těchto věcí. Uprostřed všech nebezpečí posledních dnů, by měl každý člen církve znát základy své víry a své naděje a nejsou tak těžké, aby jim nemohl nerozumět. Jestliže chceme růst v milosti i v poznání Pána Ježíše Krista, existuje toho dost, čím by se měl náš mozek i mysl zaměstnávat. *CTBH 125.2*

Naše dny se zde skončí, ale my se máme učit chápat to, co je nekonečné – věčné. Naše smysly musí být schopné, jestliže uvažujeme o Bohu i jeho podivuhodném plánu vykoupení. Takto bude duše povznesena nade všechno pozemské i přirozené a bude směřovat k tomu, co je věčné a co působí ušlechtilé. To pomyšlení, že žijeme v Božím světě i v přítomnosti velikého Stvořitele vesmíru, který stvořil člověka k obrazu svému, nám poskytuje mnoho podnětů k přemýšlení a obrátí naši mysl na další pole, duchovně povznášející. Myšlenka, že Boží oko nad námi bdí, že nás tak miluje, že svého jednorozenného syna na smrt za nás vydal, aby nás vysvobodil a vykoupil, je tak duchovně povznášející, že kdo otevře své srdce k uvažování o takovém předmětu, nebude nikdy projevoval svou zálibu v četbě beletrie a jiné ničemné četbě. *CTBH 125.3*

Kdyby se pilně hledalo duchovní poučení v Bibli tak, jak by mělo být, pak by u každého takového snaživě hledajícího projevovala postupná duchovní síla zdravého rozumu. Ty věci, o nichž je řeč v Božím slově, ta duchovně zušlechťující, prostá řeč Bible, i to znamenité ponaučení, které je v Písmě svatém vštěpováno do naší mysli, bude k velkému prospěchu vývoji našich schopností, které by jinak nebyly vůbec využité a uschopněné. Bible nám otevírá nekonečné pole k přemýšlení. Kdo uvažuje o duchovně zušlechťujících pravdách Bible a je seznámen s jejími znamenitými obrazy, bude pak čistě a šlechetně přemýšlet a cítit, než kdyby svůj čas trávil takovým čtením knih, které jsou jen lidského původu a o špatných ani nemluvě. Mladé mozky se ocitají na scestí, pokud chtějí dosáhnout nejvyššího vývoje, když zanedbávají tento zdroj veškeré moudrosti, totiž slovo Boží. Že je tak málo mužů se zdravým rozumem, vnímavých pro duchovní hodnoty a osobitého rázu neoblomného ušlechtilého ducha, je příčina v tom, že se na nich neprojevuje uctívá bázeň Boží, ani láska k Němu. V jejich životech není do praxe uváděna zásada čistého křesťanského života. *CTBH 126.1*

Bůh chce, abychom využili každé příležitosti k posílení i zušlechtění našich duchovních sil. Byli jsme stvořeni nejen pro tento život, nýbrž pro něco vyššího a ušlechtilejšího. Tento pozemský život je jen přípravou pro budoucí, věčný život. Kde nalezneme slavnější i zajímavější předměty k přemýšlení, než jsou ty duchovně povznášející pravdy, které obsahuje Bible? Tyto pak způsobí veliké dílo přeměny v člověku, jestliže pak jen věnuje sluch jejímu poučování. Ale jak málo bývá hledáno tohoto poučení v Bibli! Jakékoliv jiné, méně významné věci bývá dávana přednost. Kdo však Písmo svaté studuje vážně, pak takovému se dostane veliké duchovní posily. Svatí andělé ji přispějí na pomoc, aby ji posílili a osvětili. Méně chápavým se čtením Písma svatého může dostat pomoc a vysvětlení. *CTBH 126.2*

16. Mravní čistota a bezúhonnost

„Blahoslaveni čistého srdce, neboť oni budou viděti Boha.“ (Mt 5,8) Člověk padl, a proto se ve svém životě, ať delším, či kratším, má snažit o to, aby si hříchem pokažený obraz Boží, získal opět v Kristu Ježíši. Ale toto dílo si vyžaduje naprosté přeměny duše, těla i ducha. Bůh nám ze své milosti posílá své paprsky světla, aby člověku ukázal jeho pravý stav. Ale on, pokud v tomto světle nežije, dává tím najevo, že si zamiloval tmu. Lze konstatovat, že se světla štítí, aby nebyly kárány jeho skutky. CTBH 127.1

Svět je v hrozném stavu. Nemravnost získává převahu. Nemravné skutky jsou nejzřetelnějším hříchem tohoto věku. Ještě nikdy nepravost nezvedala svou příšernou hlavu s takovou smělostí, jako nyní. A přátelé slušnosti, kteří pozorují její sílu i rozmach, pozbývají skoro zmužilost. Člověk, pokud nemá nic víc než svou lidskou sílu, aby mohl čelit zlu, bude nakonec přemožen a vezme zcela za své. CTBH 127.2

Ale neděje se tomu vždy okamžitě, aby lidský rozum upadl z čistoty a svatosti do zkázy, nemravnosti a do zločinnosti. Vyžaduje si to určitý čas, aby ti lidé, kteří jsou stvoření k Božímu obrazu, byli nějak sníženi ke zvířecím a satanským praktikám. Jestliže se však upřímně snažíme být podobni dobrému božskému vzoru, budeme proměněni. Ačkoliv byl člověk učiněn k obrazu svého Stvořitele, může přece jen tak přivyknout ke zlému, že se mu zalíbí i ten hřích, který předtím nenáviděl. Jestliže se někdo nemodlí a nebdí, bude sveden k hříchu i ke zločinnosti. Proti tělesnému smýšlení musí být veden neustálý boj a je potřeba, aby se nám dostalo pomoci a tříficím vlivu Boží milosti, která by myšlení řídila k nebi a zvykala k přemýšlení o svatých věcech. CTBH 127.3

Často jsou vidět mnohá lidská stvoření, která jsou takřka kletbou pro svět. Můžeme říci, že takoví lidé žijí, aby uspokojovali sebe, oddávající se tělem i duší zhoubným a špatným návykům. Jak hroznou jsou takoví nezdarové pro takové matky, které svůj čas věnovaly na oltář módy a tak zanedbávaly vzdělávat svoji vlastní mysl i svoji osobitou povahu podle Božího vzoru. Nebyly proto schopné k tomu, aby jim svěřené svaté povinnosti byly splněny a své děti vychovávaly v Boží bázni. CTBH 127.4

Je to skoro nemožné, abych lidem plně objasnili, jakou moc má satan na jejich smysly. Oni si totiž plně neuvědomují okolní porušenost, která kolem nich působí. Satan je oslepil a uspal v tělesném bezpečí. Hřích získává převahu a není omezen jen na nevěřící a na rouhající se Bohu. Vinni jsou také mnozí, kteří vyznávají náboženství Ježíše Krista. Jejich láska vychladla. Ach jak málo je těch, i dokonce mezi tzv. křesťany, kteří by to, co je správné, dělali z přesvědčení. Kteří varují před konáním zla, i když jim v tom nebrání veřejné mínění! CTBH 128.1

V boji proti zlé náklonnosti srdce v nitru, a proti pokušením zvenčí, podlehl i moudrý Šaloun. Jeho život měl dobrý počátek, Bůh ho miloval. A kdyby byl zůstal stále ctnostný, pak by byla čestná i blažená jeho smrt. Ale on ztratil této jemu udělené zvláštní milosti, kdy se podvolil nízkým, smyslným náruživostem. Ve svém mládí důvěřoval svému Bohu a měl svůj pohled upřen k Němu v prosbách o ochranu, kdy se oddával Jeho vedení a Pán mu dal sílu i moudrost, které se obdivoval celý svět. Pověst o něm pronikla tehdy celým světem. V pozdějších letech se však ale nechoval podle Božských zásad, nýbrž se nechal strhnout proudem zla a tím se odloučil od Boha, jako zdroje své síly a moci. Tak ztratil svou pevnou povahu a jako nějaký marnivý, pošetilý mladík, kolísal mezi dobrem a zlem. Jeho hříchy měly původ k lásce k ženám. Tyto touhy nedokázal ovládat ve svém dospělém věku a to se mu stalo léčkou. Měl mnoho žen, z nichž některé byly dcery pohanských králů a ty ho svedly k modlářským činům. V jeho mládí mu byla moudrost drahá a vzácná, jako ryzí zlato z Ofir. Ale ach, ty jeho smyslné touhy zvítězily! Byl oklamán od žen a zničen. Jaké je to pro nás výstražné poučení! Jaký je to důkaz toho, že až do poslední chvíle života je nám potřeba Boží moci. Z toho je patrné, že sebemenší odklon od pravé čistoty je nebezpečný. CTBH 128.2

„Nepanujž tedy hřích v smrtelném těle vašem, abyste povolovali jemu v žádostech jeho. Aniž vydávejte oudů svých za odění nepravosti hříchu, ale vydávejte se k službě Bohu, jako byvše mrtví, již živí, a oudy své za odění spravedlnosti Bohu.“ (Ř 6,12-13) I kdyby nebylo křesťanu dáno žádné

jiné světlo, než které je obsaženo v těchto verších, neměl by žádnou výmluvu, jestliže by se nechal nějak ovládat přízemním, smyslným touhám. Slovo Boží postačuje k osvětlení každého rozumu a každý kdo rozumět chce, tak ji pochopí. Aby Bůh různým způsobem lidi varoval, poslal jasná a určitá svědectví, aby je upozornil na své slovo, které oni tak často zanedbávali. Ale žel, toto světlo bývá velmi často zavržováno. Kdo však svým vlastním choutkám povoluje, ten bude mít zalíbení v nepravostech, i když Bůh hrozí trestem těm, kdo takové hříšné skutky koná. *CTBH 129.1*

Někteří to sice uznávají, že to je hříšné, když povolují svým smyslným touhám, ale omlouvají se tím, že se nemají dostatek síly, aby ji přemohli. To je však z úst křesťana hrozné vyznání. „*Odstup od nepravosti každý, kdo vyslovuje jméno Páně.*“ (2 Tm 2,19) Odkud pramení tato slabost? Z toho, že muži i ženy povolují tak dlouho svým zvráceným žádostem, až již potom nemají žádnou sílu k sebeovládání. Nízké pudy a smyslné touhy jejich přirozenosti získávají převahu a ušlechtilé zásady poctivosti, kterými měli být ovládáni – zmizely. Tyto smyslné touhy udusily veškeré snahy po svatosti, duchovní život odumřel a duše bývá držena v nejnižším otroctví. *CTBH 129.2*

Svaté manželské pouto bývá často pouhým pláštěm pro nejhorší hříchy. Někteří, jen podle názvu bohabojní, mužové a ženy se oddávají nízkým, smyslným choutkám a tím se degradují na stejný stupeň jako zvířata. Tím zneužívají od Boha svěřené síly, které měli opatrovat jako svaté a mít je ve vážnosti. Přitom se však nedomnívají, že by konali něco špatného a zlého. Zdraví i život bývají obětovány těmto neovládaným, nezřízeným touhám a ušlechtilé síly bývají podrobovány nízké smyslné přirozenosti. Takový lidé, kteří tímto způsobem hřeší, nepoznají okamžitě následky takového jednání. Kdyby však tušili, jaké množství nekonečného trápení na sebe a své děti tímto uvalují, pak by se zděsili a aspoň někteří by se vyhnuli takovému jednání, které vzápětí mívá tak hrozné následky. Na mnohé z nich se pak tento mizerný a bídný život přenáší dědičně. Pak by jim byla milejší smrt, než život a mnozí umírají předčasnou smrtí, když dříve svůj život obětovali nízkým, smyslným touhám. *CTBH 129.3*

Takovým zneužíváním manželství bývají tyto přízemní, smyslné chutě jen posilovány a čím více tyto touhy vzrůstají, neboli získávají převahu, tím více to je škodu mravním a duchovním schopnostem. Duchovní vlastnosti člověka bývají jako omámené těmito tělesnými vlastnostmi. Taková povaha rodičů jaksi dědičně přechází na děti. Jejich mravním silám je to na škodu a přízemní, smyslné náruživosti získávají převahu. Přízemní smyslné chutě a touhy, které se u rodičů projevují nejvíce, bývají pak u dětí ještě zdvojnásobeny. Satanovou snahou je čisté udusit a vlastnost sebeovládání oslabit u těch, kteří vstupují do manželství. Je si totiž dobře vědom, že dokud se budou jejich smyslné nízké touhy rozmnožovat, stejnou úměrou se budou zmenšovat jejich morální schopnosti a síly, což povede k tomu, že se pak již nebude muset bát jejich duchovního růstu. Satan ví, že neexistuje lepší a snadnější způsob jak otisknout na jejich potomky svou ošklivou povahu, a proto mu je umožněno pak, aby jejich povahu formoval lehčeji podle svého přání, než u jejich rodičů. *CTBH 130.1*

Nebezpečí těch, kteří se sice snaží dosáhnout vyšších cílů a přitom se dopouštějí těchto hříchů, toto jejich jednání dává podnět k otázce: „Kdo, ó Pane obstojí, když se objevíš?“ Pán odpovídá, že obstojí v ten den ti, kteří mají čisté ruce a čisté srdce. Ó, kéž bych mohla všem dobře vložit na srdce jejich povinnosti, aby tělo zachovávali v nejlepší formě, aby mohli plně sloužit svému Stvořiteli! *CTBH 130.2*

Milé sestry, jestliže chcete žít v pravé Boží bázni, Duch Boží mne nutí, abych vás napomenula, aby jste si počínaly skromně, živi v „*počestnosti a cudnosti*“ (1 Tm 2,9), snažíce se ukládati si náležitou zdrženlivost. Co se týká svobody, jakých si ji nynější generace různě narušená dovoluje, taková by neměla být nikdy pokládána za pravidlo pro ty, kteří následují Krista. Dovolování si důvěrnosti v podobě, v jaké si dnes svět tak okázale provozuje a trpí, to by mezi křesťany, kteří se připravují pro věčnost, nemělo ani vyskytovat. Chlípnost, mysl nakloněná k necudnosti a zločinnosti se vyskytuje mezi těmi, kteří se nechtějí řídit podle zásad Božího slova. Ó jak je proto důležité, aby ti, kteří se nazývají křesťany a jsou ve styku s Bohem a jeho anděly, představovali lepší cestu duchovního života. Ano, je to potřebné, aby se svým cudným, duchovně ušlechtilým jednáním viditelně odlišovali od těch, kteří jsou ovládáni smyslnými touhami. *CTBH 131.1*

Milé sestry v Kristu, hlídejte se každého zlého jednání, vzhledu a přetvářky! V současné době, která je samý klam a svodů, půjdete jen tehdy bezpečně, budete-li se stále hlídat, protože ctnost a

skromnost jsou jen řídkým projevem. Jako následovnice Krista s vědomím vašeho výsostného významného vyznání, vás napomínám, abyste si vážili skromnosti, jako vzácného předmětu. Jestliže máte víru, že budete jednou ve společenství s bezhříšnými anděly a očekáváte život v takovém prostředí, které nebude znečištěné hříchem, pak usilujte o čistotu. Jen taková osoba obstojí v den Boží zkoušky a bude mít možnost vstoupit do čistého a svatého nebe. *CTBH 131.2*

I sebemenší hříšné náznaky a nepatrné přibližování se nenáležité důvěrnosti, kterou nejde nijak omluvit, i když pramení odkudkoliv, měly by se rozhodně pokárat jako metodu, která hanobí vaši ženskou vážnost. Jestliže takové jednání pramení od někoho, kdo je ve vyšším úřadě a je pověřen vedením lidu Božího, pak je to o to větší hřích. Bohabojnou ženu by mělo něco takového naplnit úžasem a měla by projevit opovrhováním si takového pokrytectví a hanebnosti takového člověka, který má být u lidí v úctě jako Boží služebník. On má vést dohled nad svatými věcmi, ale zároveň skrývá špatnost svého srdce za svoje výsostné povolání. Bojte se nějaké takové opovážlivé důvěrnosti, kterou nejde nijak omluvit, a buďte si jisti, že je to jasným důkazem nečistého myšlení. Jestliže byste však tuto opovážlivou důvěrnost nějak způsobovaly – buď pohledem, nebo jinak – pak byste tím dokazovaly, že vaše srdce není, jak by mělo být, a to čisté a cudné a že hřích vás může dráždit. Tím byste konaly něco, co by bylo na škodu vaší ženské vážnosti. *CTBH 131.3*

Sestry v Kristu by měly projevovat pravou pokoru. Mohou být přívětivé a vlídné, ale nikdy ne-skromné, pomlouvačné, nebo opovážlivé. Bohu se to líbí, jestliže jsou tyto sestry milé, vlídné, pokorné, laskavé a soucitné. Jestliže zaujmou takové stanovisko, nebudou je muži obtěžovat nějakou neslušnou pozorností. Jejich čistota mravního chování bude jakoby svatou ochrannou zdí, která je uchrání jakékoliv nenáležité opovážlivosti. *CTBH 132.1*

Namyšlenost, pošetilá světská móda, žádost očí a těla, jsou úzce spojeny s pádem nešťastných. Kdyby tyto věci, byly ze srdce vytrhávány jako plevel, pak by tito padlí lidé nebyli tak slabošští. Kdyby křesťanské ženy o tomto tématu přemýšlely ve světle Božího slova, pocítovaly by takový odpor k neslušnému jednání, že by je jen tak někdo nenašel mezi těmi, které podléhají satanovým pokušením. Pro ně nebude žádný rozdíl v tom, koho satan použije za nástroj. *CTBH 132.2*

Bohabojné ženy, jejichž mozek i srdce se zajímá jen o takové věci, které nějak podporují úsilí o čistotu v průběhu života a tím je jejich duše povzbuzována ke společenství s Bohem, ty pak nepůjde jen tak snadno odvrátit z cesty upřímnosti a ctnosti. Takové budou posíleny proti satanově šalbě, připraveny odporovat jeho svůdným léčkám. *CTBH 132.3*

Je mi líto mládeže, jejichž osobitá mravní povaha se má vyvíjet a utvářet v tomto světě, různě zvrhlém. Třesu se strachem o mnohé rodiče, protože mnohdy nemají žádné jasné ponětí o svých povinnostech, jak správně vychovat své děti. Na zvyky a obyčeje se dbá a poněvadž se děti lehce učí podle těchto se řídit, bývají pak brzy touto porušeností zachváceny. Rodiče duchovně neteční a leniví jsou slepí k nebezpečí, které může ohrozit jejich potomky. *CTBH 132.4*

Je jenom málo mladých lidí, kteří nejsou narušení. Hanebné obyčeje se hrozně rozmáhají a přispívají mnohem více k zvrhlostem lidstva, než jakékoliv jiné zlo. Děti, které konají tajné hříchy, jsou často slabé a zakrnělé. Starostliví rodiče jdou k lékaři, který jim předepíše lék, ale mnohdy takový lék nemá žádný účinek, protože příčina nemoci zůstává nadále stejná. *CTBH 132.5*

Osoby, které se staly obětí těchto porušených návyků nerady pracují a jsou-li přesto zaměstnání, stěžují si na únavu, na bolesti hlavy, bolesti v zádech a další jiné neblahé následky. Rodiče si můžou být jisti, že něco jiného více zeslabuje tělo dítěte, než kdyby bylo vysíleno dobře zvolenou a přikázanou prací. Neunáhlujte se a nezprošťujte je jen tak hned různé práce. Nenoste sami tu zátěž, kterou by mohly nést ony. Příliš mnoho práce není taky dobré, ale zahálčivost by byla příčinou k větším obavám. Nezabavujte je různé odpovědnosti a jejich stěžováním nedoprávejte vždy jen tak zhola sluchu, protože nic škodlivější byste na nich nemohli dopustit. Tím by byly strženy jediné závory, které stojí proti satanovu vlivu a on by tím získal jen větší vliv na jejich zeslabené smysly. Únava po nějaké účelné a užitečné práci zmenšuje sklony k páchání nějaké nepravosti. Pilné ruce a činorodá mysl nemají čas, aby věnovali pozornost každému pokušení a našeptávání od nepřítele. Naproti tomu však, lenivé ruce a mozek, které se nezabývají něčím užitečným, bývají snadno ovládány satanem. Jestliže nejsou myšlenky nějak účelně zaměstnávány, mají sklon se zabývat nepodstatnými věcmi. Čteme v Písmu svatém: „*Aj, tatoť byla nepravost Sodomy, sestry tvé:*

Pýcha, sytost chleba a hojnost pokoje. To ona, majíc i dcery její, neposilňovala ruky chudého a nuzného.“ (Ez 16,49) CTBH 133.1

Děti jsou od přirozenosti náchylné ke zlému. Kdyby však rodiče v Boží bázni je moudře pod přísným dohledem přidržovaly k dobré činnosti, pak by satan nezaújal jejich mladou mysl a nezničil by je. Čím jsou starší, rostou a rozmáhají se víc a více jejich smyslové vášně. Mnohdy nenacházejí žádný pokoj, dokud své tajné hříchy nějak nesdělí nejbližším, se kterými se stýkají. Tu je pak probuzena zvědavost a vědomí zlého se přenáší z jednoho na druhého, až nezůstane ani jedno, které by v té věci bylo nevinné. Proč si rodiče počínají, jakoby spali? Nemají ani zdání o tom, že satan zasévá zlé semeno v jejich rodině. Jsou prakticky slepí a počínají si neprozíravě, jak si jen lze představit. Proč se neprobudí a nesnaží se seznámit s touto záležitostí? Proč se nesnaží důkladněji se seznámit s přírodními zákony, aby pak uznali potřebu větší péče nejen o své zdraví, ale i o zdraví svých dětí?

CTBH 133.2

Satan má v současnosti nad mládeží velikou nadvládu. Jestliže nebude mysl našich dětí utvrzována v biblických zásadách, pak je jisté, že špatnými příklady, se kterými se všude setkávají, bude jejich morálka zkažena. Největší nebezpečí pro mládež spočívá v nedostatku sebeovládání. Rodiče, kteří se sami nedokážou ovládat, nemůžou toto očekávat od svých dětí. Přispívají tomu i tím, že jim dávají jídla, která jsou mnohdy taková, že dráždí žaludek. Takto probuzené vzrušení zachvacuje mozek a vzbudí vášně. Nemůžeme stále připomínat, že to, co přijímáme do žaludku, má vliv nejen na tělo, ale i na mysl. Kořeněné pokrmy a dráždidla rozpalují krev, dráždí nervy a často otupují mravní city člověka natolik, že rozum i svědomí podléhají smyslnému nátlaku. Kdo je v jídle i pití nestřídmý, pak jen stěží může projevit trpělivost a sebeovládání. Proto ó jak je důležité, dávat dětem jen zdravé a nedráždivé pokrmy. Bůh nám dal z lásky mnohé důležité poučení k poznání, jak můžeme zdravě žít, abychom se vyvarovali neblahých následků zapříčiněných neovládanými touhami. CTBH 134.1

„Proto, ať jíte či pijete, ať cokoliv činíte, všechno činite k slávě Boží.“ (1 K 10,31) Konají tak matky podle tohoto uvedeného napomenutí, když připravují jídlo pro rodinu? Dávají svým dětem jenom to, o čem ví, že to je prospěšné k utvoření dobré krve? Že to nevzrušuje nervovou soustavu a je to i jinak prospěšné jejich zdraví? Nebo je tomu právě naopak?! Když si nějaký vážný pozorovatel někdy sledoval jejich jednání v této věci, měl by dojem, že snad vůbec nemají na paměti budoucí blaho svých dětí, když jejich snaha nesměruje ani k tomu, aby jim chystali zdravé a nedráždivé jídlo. CTBH 134.2

Nic tak nevede děti k pokušení, jako když jsou zproštěny všech břemen, jestliže vedou nečinný, zahálčivý život, když nic nedělají, nebo se zabývají jen zálibami podle svých představ. Děti chtějí být nějak aktivní a jestliže se nevěnují něčemu, co je dobré a užitečné, pak není divu, že se obrátí ke zlému. Ačkoliv je pro ně potřebné a správné, aby se zotavily, přece jen by měly být ochráněny před nic neděláním. Měly by mít určený čas pro práci, ke čtení a k učení se. Věnujte pozornost tomu, aby jejich zaměstnávání se, bylo přiměřené k jejich mladému věku a aby četly jen užitečné a poučné knihy. Satan hledá příležitost, jak by pro sebe získal nějakou účelně nezaměstnanou mysl. Je to hřích, když jsou děti ponechávány, aby vyrůstaly jen tak v zahálce. Jen ať své údy a svaly namáhají, jestliže je to unaví. Nebude jím to na škodu. Jestliže nebudou přepracovány, pak jim únava nebude škodit zrovna tak, jako neškodí vám. Je veliký rozdíl mezi únavou a vyčerpáním. Děti oproti dospělým potřebují jen ve své práci jakési střídání činnosti a více přestávek. I když jsou ještě mladé, můžou si již zvykat práci a je jisté, že je to bude těšit, když budou mít příležitost ukázat, že jsou nějak užitečné. Po nějaké prospěšné práci bude spánek líbeznější i prospěšnější jejich zdraví a budou osvěženy a posíleny pro práci na příští den. CTBH 134.3

Mnozí lidé nemůžou pochopit hříšnost nečistých návyků a jejich jasných následků. Protože jestliže se nějak dlouho věnovali některé nepravosti, je pak jejich rozum zatemněn. Nervy mozku ztratily své jemné citění a neblahý důsledek toho je, že síla pocitu je otupena. I nejvážnější poselství nebes nezpůsobuje žádný hlubší dojem na jejich srdce. Ocítne-li se tato mravní síla v boji proti příliš zakořeněným zvykům, pak se projevuje jejich slabost. Nečisté myšlenky ovládají představivost a taková osoba pak nemůže čelit mnohému pokušení. Kdyby však byla mysl zvyklá více se zabývat vyššími zájmy a kdyby byla tato obrazotvornost podněcována, aby taková osoba přemýšlela více jen o čistých, svatých věcech, tím by se stala schopnější k odolávání pokušení. Její mysl by se za-

bývala se zalíbením u nebeských, čistých a svatých věcí. Oproti tomu vše přízemní, co je nějak zároveň destruktivní a zlé by pro ni nemělo žádné přitažlivosti. *CTBH 135.1*

Vím, jak satan působí a věru, je mi to smutné, jaké mívá úspěchy. Oslabil rozum rodičů natolik, že jen málokdy vidí špatné návyky u svých dětí. Někteří mladí lidé předstírají, že jsou křesťany a rodiče v klidu dál dřímají, bez větších obav, zatímco jejich děti umírají na těle i na duchu. *CTBH 135.2*

Je to zvláštní satanova práce v těchto posledních dnech, že se zmocňuje mládeže. Jeho úmysl směřuje k narušení jejich mysli a aby u nich zapálil zhoubné náruživosti. A věru, tento odvěký nepřítel dobře ví, že ji tímto způsobem může svést k nečistému jednání, čímž všechny ušlechtilější schopnosti utrpí újmu a může je pak použít k vykonání své vůle a dosáhnout svého účelu. Každý člověk má svou vlastní svobodnou vůli a je povinen nějak ovládat své myšlenky, aby se neuchylovaly od pravé cesty ctnosti. Kdo se chce polepšit, musí nejdříve očistit svou obrazotvornost. Naše myšlenky mají být obráceny na ty věci, které zušlechťují mysl. Čteme v Bibli napomenutí: „*Na konec, bratři, uvažujte o všem co je pravdivé, co je čestné, co spravedlivé, co čisté, co milé, co slyne dobrou pověstí, o všem, co se jmenuje chvalitebné.*“ (Fp 4,8) Zde se nám vyskytuje veliké pole pro naše myšlenky. Jestliže satan dělá pokusy, jak by snížil vaše myšlenky a obrátil je ke smyslým věcem, tu obraťte je zpět na lepší věci. Jakmile se vkrádají nečisté představy do vašeho srdce, jděte ihned k trůnu milosti a prostě o sílu shůry. Kristova milost nám umožní, že s Jeho pomocí se nám podaří odmítat tyto nečisté myšlenky. Kristus chce naše smysly k sobě připoutat, myšlenky očistit a zničit každý tajemný hřích. Čteme o tom v Písmu svatém tyto významné slova: „*Nebo oděnění rytěrování našeho není tělesné...*“ (2 K 10,4.5) *CTBH 136.1*

Mládež bývá málokdy nabádána k moudrému odříkání si některých požitků a lze říci, že aniž by ji to činilo nějakou újmu, mohla by se bez nich zcela dobře obejít a vůbec by se mělo dohlížet na to, aby se učila sebeovládání. Někdy je jasné, že se jí až příliš ve všech věcech povoluje, čehož zneužívá a pak se projeví špatný následek těchto skutků v tom, že chce mít vše po své vůli a je umíněná a svévolná. Rodiče pak nad tím jen kroučí hlavou a neví si rady co má dělat, aby je uchovali od jisté zkázy. Kdyby rodiče a opatrovníci použili jen desetinu té chytrosti, které používá satan, pak by byl společenský kontakt obojího pohlaví spíše klidný. Ale jak je tomu nyní, má satan mnohem více úspěchů ve svém úsilí svádět. Hledá, jak by okouzlit mysl mládeže a různý vzájemný volný kontakt mezi chlapci a děvčaty zvětšuje mnohdy jen zlo. Trináctiletí a čtrnáctiletý chlapci projevují děvčatům stejných let zvláštní pozornost a je to smutná zkušenost, když se děvčatům nedostává potřebné zdrženlivosti a skromnosti. *CTBH 136.2*

Jaké jsou následky takového kontaktu? Cožpak taková různá volnost kontaktu prospívá nějak k udržení čistoty osobitého, mladého vývoje těla i ducha? Jistěže ne! Děti těmito projevy milostně chorobných pocitů jsou potom víc a více zaslepené a slovo Boží pak na ně nemá žádné moci. Co by se mělo udělat, aby se zabránilo tomuto jistě neblahému zlu? Rodiče, jestliže budou chtít, můžou v této věci udělat mnoho. *CTBH 137.1*

Mladá dívka by měla být poučena, aby jakékoliv intimnosti ze strany mládenců bylo odmítnuto s poznámkou, aby se nikdy takové sbližování neopětovalo. Určitě to není v pořádku s takovou mladou dívkou, když je stále ve společnosti chlapců, nebo mladíků a jestliže ji příliš vyhledávají. Vyžaduje to jakéhosi ochranného a zdržujícího vlivu moudré, rozhodné matky. *CTBH 137.2*

Mladým lidem, kteří někdy shodou náhod přijdou ve vzájemný styk, může tato příhoda být kletbou, nebo požehnáním. Mohou se vzájemně posilovat a vzdělávat, pokud se ve svém jednání a chování, jeden od druhého učí a své vědomosti obohacují. Lehce by tomu ale mohlo být naopak, pokud by jednali nevěrně, když by jim nezáleželo na příkazu rodičů. V tom případě by měli jeden na druhého špatný vliv. *CTBH 137.3*

Mnozí mladí lidé rádi čtou všechno, co jim přijde pod ruku. Vzrušující milostné příběhy a takové věci, jako jsou umělecké výtvary zpodobňující nahá lidská těla, v muzeích, nebo obrazy ve výkladních skříních na ně mají zhoubný vliv. Tím bývá jejich představivost znečištěna, a potom následuje hřích. Těmito tak zvanými uměleckými výtvary, taky podobně i obrazy, které svádí k nečistým myšlenkám, jsou páchány zločiny na lidech, kteří jsou stvořeni k obrazu Božímu, často pod vlivem těchto věcí klesají na úroveň němé tváře a následně jsou strženi do záhuby. Vyhněte se čtení a pohledům na takové věci, které by ve vás vzbuzovaly nečisté myšlenky. Mějte spíše zálibu v tom,

co je ušlechtilé, co by nějak prospělo k vašemu zjemnění mravů a vůbec tedy ve věcech, jejichž účelem je poskytovat skutečně dobré poučení. Nedopust'ťe, aby došlo k tomu, že nějaká špatná četba narušila vaší sílu ušlechtilé mysli. Bylo by jí to na škodu a byla by narušena. Zнала jsem osoby, které byli na poli přemýšlení bystré, ale svým nerozvážným a špatným čtením byli vyvedeny z rovnováhy a byly duševně skoro ochromeny. *CTBH 137.4*

Vyžaduje to mnoho moudrosti, trpělivosti a úsilí, jestliže chceme mládež přivést na správnou cestu ctnosti. Obzvlášť ty děti, jejichž sklon ke zlému je vrozena, jako přímý následek hříchů jejich rodičů, vyžadují svědomitou péči, aby se po stránce mravní i duchovní mohly dobře vyvíjet, a aby zesílily jejich schopnosti. Odpovědnost rodičů je opravdu velmi veliká. Špatným sklonům je rozhodně klást odpor, a přece je potřeba, abychom jim domlouvali něžně. Mysl musí být nabádána k tomu, co je správné. Dítě má být povzbuzováno ve svých snahách, jestliže se snaží sebeovládat. K tomu je zapotřebí moudrost a správného úsudku, jinak by byl zmařen žádaný výsledek. *CTBH 138.1*

Rodiče se snad budou ptát: „Kdo je k tomu způsobitý?“ Jistě jen Bůh může k tomuto nelehkému úkolu obdařit rodiče potřebnou způsobilostí a jestliže nehledají této jeho pomoci a rady, pak je jejich práce zbytečná. Ale modlitbou a studiem v Písmu svatém i vlastní snahou, můžou mít v této důležité roli úspěch a budou stonásobně odměněni za vynaložený čas i za vynaloženou péči. Mnohé rozhovory a starost o odívání a posuzování zevnějšku často pohltní mnoho vzácného času, který by měli rodiče použít v modlitbě k Bohu o pomoc i sílu, aby mohli učinit zadost svým svatým povinnostem. Otcové i matky, jestliže jsou poučeni ve věcech spasení, budou se snažit své okolí utvářet tak, aby bylo co nejlépe příznivé pro správné vzdělávání povahy jejich dětí. Zdroj veškeré moudrosti je jim otevřen a z něho mohou čerpat potřebné znalosti. Bible, jako kniha, která obsahuje mnohá poučení, jim bude pravidlem. Jestliže budou své děti vychovávat podle návodu ve Slově Božím, nejen že je povedou správnou cestou, nýbrž i oni sami se budou učit poznávat své svaté povinnosti. *CTBH 138.2*

Mládež by se neměla učit dobrému i špatnému, jako nějaké směsici, o níž by se rodiče bláhově domnívali, že to dobré časem nabude jakési převahy a že zlé ztratí svůj vliv. Špatné se rozmáhá rychleji, než dobré. Je sice možné, že to zlé, které mládež nějak přijala, bude po mnoha letech vykořeněna, ale kdo je chtěl vystavovat tomuto nebezpečí? Čas je krátký! Je to lehčí a mnohem snadnější, jestliže rozséváme do srdcí dětí dobré semeno, než vytrhávat vzrostlý plevel. Špatné dojmy, které děti vnímají, lze opět ztěžka vyhladit. Proto, ó jak je důležité, aby dojmy byly co možná nejlepší, aby poddajné schopnosti mládeže byly vedeny jen dobrým směrem. *CTBH 138.3*

Snažte se děti okouzlit pohodou svého domova a dbejte, aby byly rády s vámi pospolu. Projevujte k nim veškerou upřímnost, křesťanskou lásku a něžnost. Tím na ně získáte veliký vliv a ony pocítí, že k vám můžou mít plnou důvěru. Pak se u nich nebude projevovat horlivá snaha po styku s jinými mladými lidmi. Jelikož má zlo mocný vliv na svět a protože jste nuceni svým dětem vymezit určitá omezení – jakoby náhradou za to – by jste se měli snažit více své syny a dcery připoutat k sobě a ukázat jim, že to je vaše přání, aby jste je učinili šťastnými. *CTBH 139.1*

Mládež má sklon se stýkat s takovými, kteří – jestliže přihlížíme k rozumu a mravnosti – stojí níže než ona sama. Jak by mohl mít někdo pravý požitek z dobrovolného kontaktu s někým, jehož myšlenky, pocity a náklonnosti jsou na nižším stupni? Jde o nich říci, že mají porušený vkus, nebo různě zvrácené zvyky a ti, kdož takové přátelství vyhledávají, upadají v nebezpečí, že jejich škodlivý příklad budou následovat. *CTBH 139.2*

Kdo se chce mít podíl na životu věčném, nesmí pěstovat žádné nečisté myšlenky, anebo se dopouštět nějakého nekalého jednání. Jestliže je Kristus tou bytostí, o níž rád uvažuje, nebude se zaobírat ničím takovým, co by ho mohlo svádět k nečistému jednání. Ten, kdo se oddává uvažování o vyšších principech, bude jeho mysl posilována pro ušlechtilé věci. Člověk který zaměstnává svůj mozek svatými a čistými myšlenkami, vyvíjí silněji a ušlechtleji svoji osobitou povahu. Ale jen ten, kdo věří z celého srdce Bohu a v tom se cvičí, bude své myšlenky obracet k nebeským věcem. A jen kdo potřebnou sílu a milost pevně a pokorně očekává od Boha, obstojí v pokušení a překoná každou těžkost. *CTBH 139.3*

Pán učinil mnohá opatření pro všechny takové pozemšťany, kteří upřímně a vážně s rozvahou v bázni Boží dychtí po svatosti. Síla a milost jsou opatřeny v Kristu Ježíši, aby službou andělů byly

údělem těch, kteří mají obdržet dědictví spásy. Nikdo není tak hluboce pokleslý nebo zkažený, aby v Ježiši Kristu, který za něho zemřel, nemohl pro sebe najít sílu, očištění a spravedlnost. Jestliže budou lidé opravdu litovat svých hříchů a odvrátí se od svého hříšného jednání a budou-li z celého svého srdce hledat svého živého Boha, pak Ho určitě naleznou. Bůh čeká na to, aby z nich mohl sejmut jejich poskvrněný oděv. Je pak chce ozdobit čistým rouchem své spravedlnosti a sdělit jim radostnou zprávu, že budou žít a nezemřou. V Něm pak můžou růst, jako vinné větvičky na vinném kmeni. Lze říci, že jako ratolesti neuschnou ani nebudou zůstat bez ovoce. Jestliže v Něm budou zůstat, mohou z Něho čerpat pokrm, mohou být naplněni jeho Duchem svatým, budou moci také chodit, jako On chodil, vítězit, jako On vítězil a konečně být vyvýšen po jeho pravici. *CTBH 140.1*

17. Čistota těla prospívá i čistotě srdce

„A co se staráte o svůj oděv?“ „Což není život víc než pokrm a tělo více než oděv?“ (Mt 6,28.25) CTBH 141.1

Matky by neměly ztrácet svůj čas a síly námahou na zbytečné ozdoby pro své děti. Kdyby si opravdu uvědomily své odpovědnosti vůči Bohu, pak to určitě nikdy nedělaly. Není potřeba nějak příliš oděv zdobit krajkami a výšivkami, protože je to zbytečné mrhání vzácným časem na to, než aby byl plýtván na tyto věci. Hledíme-li na stránku mravní, pak by měl být čas využit na vzdělání osobité povahy a dbát, aby byl vyvíjen rozum a děti vyučeny čistotě, skromnosti a pravdě. CTBH 141.2

Jídlo by mělo být jednoduché, aby jejich příprava nezabírala matkám mnoho času. Je sice pravda, že pokud se díváme na zdravotní stránku, matky musí dbát, aby bylo na stůl předkládáno výživné a chutné jídlo. Neměly by se však domnívat, že něco takového, co je nedbale předkládáno jako pokrm je vystačující jejím dětem. Ale přece jen mnoho času může být získáno tím, že se nebude vynakládat zbytečně mnoho času na přípravu nezdravých jídel, které by jen uspokojovaly různě zvrácené (zmlsané) chuti. Svoje síly, které nyní obětujete jen na vyhledávání toho, co by jste jedly, nebo pily, co by jste si oblékaly, radši věnujte tomu, jak by jste svoje děti udržely čisté a jejich oděv aby byl v dobrém pořádku. Ale ne aby to bylo špatně chápáno a jen doma je chovaly jako nějaké loutky. Na hře v čistém písku a suché hlíně není nic nečistého. Ale vlastní výpary jejich těl je znečišťují a je nutné, aby jejich oděv byl měněn a tělo častěji umýváno. CTBH 141.3

Častější koupání je zdravé, zvláště před spánkem na lůžku, nebo ráno po probuzení. Vyžaduje to jen několik minut, vykoupat děti a pak je otřít tak, až by se jejich tělíčko opět zahřálo. Tím se docílí, že krev bude více proudit k povrchu těla, mozků se jaksí uvolní a bude méně náklonností k nějakým nečistým návykům. Tyto děti poučujte, že se to Bohu nelíbí, jestliže jsou jejich tělíčka nějak špinavá, jejich oděv neupravený a roztrhaný a že pokud má v nich přebývat, že je chce mít čisté z vnějšku i zevnitř. CTBH 141.4

Mít zachovalý slušný a čistý oděv, je zároveň jako něco, čím jsou uchovány i čisté a nezkalené myšlenky. Každá část oděvu by měla být jednoduchá, bez jakýchkoliv zbytečných ozdob, tak aby nebyl problém ji vyprat a vyžehlit. Zvláště je potřeba, aby každá část oděvu, jestliže přijde do styku s kůží, byla udržována čistá bez jakéhokoliv nepříjemného zápachu. Nic, co by mohlo nějak dráždit, by se nemělo dotýkat dětského těla. Také jejich oděv by neměl nějak škrtit, nebo být příliš těsný. Kdyby se této věci věnovalo více pozornosti, bylo by méně těch, kteří se oddávají nečistým zvykům. CTBH 142.1

Často jsem viděla dětské lůžko v takovém stavu, že jsem nemohla snést jeho otravný, odporný vzduch, který z něho vystupoval. Proto ze zdravotního hlediska udržujte všechno ve dne i v noci čisté a v dobrých poměrech na co se dětské oči podívají a co nějak přichází do kontaktu s jejich tělem. To je něco, čím je učíte zároveň milovat čistotu těla i čistotnost srdce. CTBH 142.2

Ložnice vašich dětí by měly být udržovány v čistotě a naprostém pořádku, když schází drahocenný nábytek. Již od útlého věku jim vštěpujte dobrou vlastnost, aby dbaly na svůj oděv. Děti by pro všechny své věci měly mít určené místo a měly by být poučeny, aby si všechno čisté ukládaly na své místo. A pokud by jste si nemohli pořídit pohodlný šatník, potom vezměte nějakou větší bednu, upravte v ní vnitřek tak, aby jste z prkének vytvořili poličky a z vnějšku ji pokryjte nějakou světlejší, čistě vypadající látkou. Bude to sice každý den vyžadovat určitý čas, naučit je pořádku a čistotě, ale vyplatí se to pro budoucí život vašich dětí a konečně ušetříte si tím mnoho námahy a času. CTBH 142.3

Jestli to je opravdové přání rodičů, aby jejich děti měly čisté srdce, pak se jim musí postarat o jakési přiměřené prostředí, které by si mohl oblíbit i Bůh. Domácnost musí být udržována čistá a úhledná. Špinavé, zanedbané kouty v domě budou též příčinou nečistých a zanedbaných záhybů v srdci. Vy, matky jste vychovatelkami svých dětí a dokážete mnoho, jestliže jim začnete v začátcích vštěpovat čisté myšlenky. I tím jim zařídíte jejich domov čistý, vkusný a příjemně útulný. Jestliže budou mít děti nějaký útulek, který by mohli nazývat vlastním a budou-li poučovány, jak jej mají

udržovat v pořádku a učinit jej příjemným, pak budou cítit, že mají v otcovském domě svůj vlastní domov a určitě je to bude vést k tomu, aby jej udržovaly čistý a úhledný. CTBH 142.4

Jestliže přijdou nějací lidé na návštěvu, pak by neměly, jak tomu často bývá, jen tak zholat zabírat všechnen čas matek a jejich pozornost pro sebe. Měly by si uvědomit, že tělesné i duševní blaho dětí je přednější. Neměl by se marnit čas přípravou koláčů, dortů a různých jiných nezdravých pamlsků. Taková pečiva si žádají zvláštních výdajů, kterých si nemůžou ani mnozí dovolit. Ale největší zlo spočívá v příkladu. Zachovejte si prostotu ve své rodině. Nepokoušejte se budit jakési zdání u osob, které vás navštívily, že si žijete nad poměry. Svému chování nedávejte formu klamného zdání, že jste něčím víc, čím nejste ve skutečnosti, a to ani v jídle a ani v celkovém jednání. I když k osobám, které nás navštívily se chováme přívětivě a mile, aby měly pocit že jsou jako doma, měli by jste pamatovat, že svým dětem, které vám svěřil Bůh, jste jejich učiteli. Tyto vaše děti vás pozorují a z vaší strany ať není žádné nesprávné jednání, které by je svádělo k nějakému nesprávnému pohledu. K osobám, které vás navštívily, buďte takovými, jací jste denně ke své rodině – příjemní, rozvážliví a zdvořilí. Tímto způsobem můžou být všichni vychovatelé dobrým příkladem a můžou tak ukázat, že je ještě něco vyššího, než zatěžovat mysl jen tím, co bychom jedli a pili a co bychom si oblékali. CTBH 143.1

Matčin oděv by měl být vkusný, slušný a prostý. Takto si udrží nebol-li zachová svou vážnost i svůj dobrý vliv. Když doma matky nosí nepořádný oděv, učí tím své děti stejnému způsobu oblékání. Mnohé matky si myslí, že je vše dost dobré, aby se nosilo doma. Umazané a ošumělé, ale tím ztratí brzo svůj vliv v rodině. Když děti pozorují matčin oděv a zároveň to srovnávají s jinými matkami, které jsou ustrojené a jsou pořádně oblečené, tu se potom úcta k matce vytrácí. Matky, oblékejte se tedy pokud možno co nejvíce vkusně, avšak tím není řečeno, že by jste měly nosit oděv nějak přeplněný různými ozdobami, ale dbejte, ať váš oděv je čistý a dobře ušitý. Takto také učíte neustále své děti čistotě a pořádku. Největším pokladem každé matky by však měla být láska a úcta projevená k ní od její dětí. Vše na ni by mělo vyučovat čistotě a pořádku a dětská srdce aby hořela láskou jen k čistému. V mysli mladých dětí se již brzy vyvíjí dobrý vkus a smysl pro všechno krásné, ale jak by jim bylo možné vštípit porozumění pro svatost a čistotu duše, když by viděli denně domov v nepořádku a různě zanedbaný oděv? Do takového domova nemůžeme pozvat jako hosty svaté anděly, jejichž nebeský domov je svatý a čistý. I zde platí apoštolské napomenutí: „*Ale jako je ten, kterýž vás povolal svatý, i vy buďte svatí v celém chování.*“ (1 Pt 1,15) CTBH 143.2

V slově Božím se říká: „*Což nevíte, že vaše tělo je chrámem Ducha svatého ve vás, kterého máte od Boha? Nejste svým vlastnictvím, byli jste draze vykoupeni; oslavujte tedy Boha svým tělem a svým duchem, což obojí náleží Bohu.*“ (1 K 6,19,20) CTBH 144.1

Rodiče jsou zodpovědní před Bohem, aby své okolí upravili podle pravdy, kterou vyznávají. Potom jsou schopni, správným způsobem poučovat i své děti a ony se budou učit spojovat pozemský domov s domovem nebeským. Pokud to jen trochu jde, měla by rodina zde na zemi být obrazem nebeské rodiny. V tom případě by mnoho ztratila ze své síly, jestliže by podlehla pokušení, zabývat se jen přízemními, obyčejnými věcmi tohoto světa. Děti musí být poučovány, že zde na zemi jsme jen jakoby cizinci neboli návštěvníci, abychom se připravili být jednou obyvateli nebeských domovů, které Kristus připravuje pro ty, kteří Ho milují a zachovávají jeho přikázání. Tento stručný výklad ukazuje rodičům, jaké jsou jejich největší a nejsvětější povinnosti. CTBH 144.2

A podle toho pak lze říci o rodičích, že se zřetelem k těmto svým povinnostem, by se měli považovat za nástroje Boží. A že jako Abraham, i oni mají své děti poučovat, aby dodržovaly cestu Páně. Jistě je správný předpoklad, že tito rodičové musí horlivě studovat v Písmu svatém, aby se sami nejdříve naučili znát cestu Páně, aby je pak mohli ukazovat i své rodině. Prorok Micheáš napsal: „*Oznámte tobě, ó člověče, co jest dobrého, i čehož Hospodin vyhledává od tebe: Jedině, abys činil soud, a miloval milosrdenství a chodil pokojně se svým Bohem.*“ (Mi 6,8) Ale než se rodiče stanou učiteli, musí být oni sami nejdříve žáky a žákyněmi, přijímajíc ustavičně světlo od Boha a slovem i příkladem používají-li tohoto vzácného světla při vychovávání svých dětí. Ať tyto děti vědí, že ve svém jídle i pití a ve svém oblékání si musí počínat podle výše uvedených zásad. Necht' již od svého mládí cítí, že zákon Boží je pravidlem domova. Podle tohoto zákona že je potřeba se řídit za

všech okolností života a že se jedná vždy o přestoupení Božího zákona, jestliže je vědomě porušován (přestupován) přírodní zákon. *CTBH 145.1*

Křesťanův život je neustálým sebezapřením a sebeovládáním a v tom by měly být děti cvičeny již od svého mládí. Učte je, aby byly střídme a čisté ve své mysli, ve svém srdci i ve svém jednání. Řekněte jim, že náleží Bohu, protože jsou draze vykoupeny drahou krví Ježíše Krista. *CTBH 145.2*

18. Naděje i pro ty, kteří jsou v pokušení si zoufat

Pokud máme na zřeteli mravní stránku a chceme, abychom dospěli k jisté dokonalosti osobité povahy, musíme si cenit každé lidské duše, jako si ji cenil Kristus. Na počátku byla člověku dána jakási důstojnost a postavení jako vládce nad ostatním stvořením. Ale on nedokázal uspokojit své neovladatelné touhy a toto své postavení se připravil a padl. Pán Ježíš miloval hříšníky, řítící se do zahynutí, takovou láskou, že přišel na tuto zem, aby takto vzniklou propast překlenul, a aby spojil Boží moc s lidskou slabostí. Tím umožnil každému člověku, že nyní v Kristově síle i v jeho milosti, může odporovat satanovým pokušením a přemáhat je. A jako Kristu cele oddaný člověk, mohl tu potom obstát ve své statečnosti, kterou mu udělil Bůh, jako vítězi nad pokušením zvrácené chuti i nad smyslnými náruživostmi. Když Šalomoun, jako mladý muž, jako král měl vládnout nad Izraelem, byla poslední Davidova slova k němu: „*Posilniž se a měj se zmužile.*“ Slabému a pokušením ovládanému říkám totéž: „Budiž zmužilý!“ Poukazuji vás ke kříži na Golgotě a prosím vás ve jménu Ježíše Krista. Vzhlížejte ve víře k Němu a buďte živi. Nevydávejte se sami v zahynutí. S pozhledáním Páně vám je možné si odnášet z tohoto boje vítězství nad žádostí převrácené chuti i nad nízkými, smyslnými náruživostmi. CTBH 146.1

Bůh obdařil člověka schopnostmi, že – co se týče duchovní i mravní úrovně – může ve všem v nich stále prospívat. K takovému vývoji není způsobilá žádná žijící pozemská bytost, která vyšla z jeho ruky. Jenom člověk může dosáhnout takového sebeovládání i takové důstojnosti, které jej povznášejí nad otroctví převrácené chuti i nad smyslné náruživosti. Potom bude stát před Bohem jako duchovně statečný člověk a jeho jméno bude zapsáno v nebeských knihách. CTBH 146.2

Jestliže pronikne světlo pravdy a Boží lásky do srdce člověka, je to skoro nemožné pak to pochopit, co z něho může být a co Bůh prostřednictvím něho může vykonat. Ačkoliv je padlým Adamovým synem, může být díky zásluhám Krista dědicem nesmrtelnosti. Jeho myšlenky budou obráceny na věci nebeské a budou zušlechtěny. Jeho srdce bude očištěno a jeho obcování bude v nebesích. Všimněte si, jak je rozumný křesťan povznesen nad ubohé otroky hříchů. Pozorujte rozdíl mezi člověkem, který se díky hříchu stal člověkem zaslepeným a je jaksi obětí svých vlastních zlých náruživostí, neboli vášní a je pohřížen v nepravosti. Naproti tomu pohledte na člověka, který je zasažen pravdou slova Božího, jestli je vírou v Pána Ježíše zušlechtěn a jestli se stal účastníkem Božské přirozenosti. CTBH 146.3

Pozorujte stav těch, kteří se oddávají nestřídmosti. Jejich osobitá povaha je slabá, jen pozemská a nízká. To jsou znaky jejich převráceného jednání. Šli po cestě vlastního srdce a jednají jen a jen podle žádostí svých očí a jen se zajímali o své zájmy. Svůj bídný domov učinili peklem. „*Neboť co člověk rozsívá, to bude i sklízet.*“ (Ga 6,7) Mohou vás takoví lidé nějak zaujmout? Chtěli by jste být jako oni ponoření v nevědomost a přizemnost a být ke všemu tupí? A takto pokleslá stvoření na tak nízkou úroveň, vám můžou být jejich mravy a zvyky, neboli návyky, nějakým příkladem? Když se při nich prakticky nejeví ani stopa mravního Božího obrazu? Jestlipak vám nestačí jenom obraz stavu jejich hlubokého úpadku, abyste se zhrozili již prvního kroku stejným směrem? Chtěli by jste s touto společností být vyloučeni z nebeského království? CTBH 147.1

Bůh dává každému pevnou naději, kdo o to opravdově usiluje, aby se mohl uchopit věčného života. Použij tedy každé příležitosti, hled', abys byl zmužilým vítězem! Jestliže se díváte sami na sebe a uvažujete jen o síle pokušení, náhle cítíte, že jste neschopni, že si musíte říct: „Nemohu odolat.“ Ale říkám vám, vy můžete a musíte čelit pokušení. I když jste už někdy prohráli a – jaksi s ohledem na mravní stránku – jste zažili porážku, pak tedy není třeba, aby to tak zůstalo. Pán Ježíš je vaší pomocí. V jeho síle můžete přemáhat oklamávající moc žádosti zvrácených choutek. Soustřed'te, neboli vynaložte k tomu veškerou svou sílu vůle. CTBH 147.2

Vůle je panující moc v lidské přirozenosti. Bude-li vůle řízena správně, bude celé tělo poslouchat jejího hlasu. Vůle není podle chuti ani náklonnosti, nýbrž je volící a rozhodující moc, královská síla, která způsobuje v lidských bytostech buď poslušnost, nebo neposlušnost k Bohu. CTBH 147.3

Budete v neustálém nebezpečí, pokud nepoznáte skutečnou sílu vůle. Můžete všemu věřit i mluvit, ale veškerá vaše víra a vaše sliby jsou zbytečné, jestliže se vaše vůle nepostaví na správnou stranu. Jestliže podstoupíte svůj boj víry celou silou vůle, pak určitě zvítězíte. *CTBH 148.1*

Musíte však svou vůli postavit na stranu Krista. Jakmile svou vůli úplně podřídíte Jemu, přijme Vás za své vlastnictví a způsobí ve vás i chtění i skutečné činění podle dobře libé vůle své. I vaše myšlenky mu budou podřízeny. I když nemůžete zcela své city a pocity tak zcela ovládat, jak by jste rádi chtěli, je vám umožněno, ovládat svou vůli a tím způsobem nastane zcela změna ve vašem životě. Jestliže odevzdáte Kristu úplně svou vůli, tedy váš život bude ukryt s Kristem v Bohu. Tato vůle bude ve spojení s mocí, která převládá všechna knížectví i mocnosti. Pak máte sílu od Boha, kterou se můžete pevně přidržovat jeho moci. Je vám umožněn nový život, život ve víře. *CTBH 148.2*

Nemůžete dosáhnout nějakého úspěchu, jestliže by jste sami sebe chtěli zušlechtit a nebyla vaše vůle na straně Boží a jestliže by nepůsobila ve shodě s Duchem Božím. Neoddávejte se pocitu, že nic nemůžete, nýbrž si řekněte: „Mohu, chci!“ A Bůh dal jako závdavek svého svatého Ducha, že vám chce pomoci při každém odhodlaném úsilí. *CTBH 148.3*

Každá duše si toho může být vědoma, že s tím zároveň působí jiná síla, pokud se snažíme zvítězit. Proč nechťejí lidé přijmout tu sílu, která by je zušlechtila a vyvýšila? Proč se snižují k takovým věcem, jako je uspokojování zvrácených choutek? Proč se nevzchopí v moci Kristově a nevítězí v jeho jménu? Pán Ježíš od nás slyší i ty nejslabší od nás vyslovené modlitby a má soucit s každou duší a jejími slabostmi. V NĚm, jako mocném Vysvoboditeli, je pomoc pro každou duši. Proto vás odkazuji na Ježíše Krista, toho jediného Vysvoboditele hříšníků, neboť jedině On může udílet sílu k vítězství. *CTBH 148.4*

Nebeské království nám bude cennější, než všechno v tomto světě. V této tak důležité věci bychom měli postupovat úplně najisto a nic nevydávat v sázku. Buďme si toho vědomi, že Pán řídí a spravuje naše kroky. Kéž by nám byl Bůh nápomocen v tomto velikém díle vítězení. On bude korunovat vítěze a spravedlivě obleče bílým rouchem. Věčný domov slávy připravuje pro ty, kteří s vytrvalostí v dobrém díle hledají slávu, čest a nesmrtelnost. Jenom vítěz vejde do Božího města jako Boží dítě a ne jako nějaký zločinec. A každý kdo vstoupí do nového Jeruzaléma, bude uvítán: *„Pojďte vy, kterým můj Otec požehnal; přijměte jako dědičný úděl království, připravené pro vás od založení světa.“* (Mt 25,34) *CTBH 149.1*

Ráda bych taky chtěla věnovat slova útěchy těm, kteří by chtěli být nápomocni váhavým duším, aby je povzbuzovali. Aby se v živé víře chopily mocného Pomocníka a aby vyvinuly takovou osobitou povahu, která by Pánu dělala radost. Přes nebeské pozvání a přes všechna nabízená krásná požehnání a přes každou příležitost, která je nám poskytnuta, abychom mohli vyvinout dokonalou osobitou povahu, nic by nám všechno neprospělo, jestliže bychom nebyli sami ochotni si počínat tak, aby nám mohlo být napomoženo. Je na nás, abychom používali udělených sil do Boha. Jinak by jsme klesali hlouběji a hlouběji a byli bychom v tomto i budoucím životě nezpůsobilí ke všemu dobrému. *CTBH 149.2*

Kdo je zeslaben uspokojováním svým hříšným požadavků a je zchátralý, ale jestliže se obrátí a oddá se cele Pánu, může takto začít s jeho pomocí nový život, stát se novým stvořením, stát se Božím dítkem. Je to do jisté míry v jeho moci, aby se tato proměna u něho stala. Potom může jako nový člověk být druhým k požehnání, může neustále jiným prokazovat dobrodiní a pomáhat jim povzbuzováním svými slovy i svým příkladem, aby zvítězili nad pokušením a když tak bude konat, pak to bude prospěšné jeho vlastnímu spasení. Může se stát jasně zářícím světlem v tomto světě a ostatně uslyší slova požehnání od Krále slávy: *„Dobře, služebníku dobrý a věrný!“* *CTBH 149.3*

19. Fragmenty

--- CTBH 150.1-162.1