

# **April – Budskapet om hans ankomst**

---

## **21 april – Främja hälsosam livsstil**

***Så förmanar jag er, bröder, vid Guds barmhärtighet, att ni frambär era kroppar som ett levande och heligt offer som behagar Gud, er förnuftiga tjänst. – Rom. 12:1***

Det är omöjligt för en människa att bära fram sin kropp som ett levande offer, heligt och behagligt för Gud, medan hon fortsätter att ägna sig åt vanor som berövar henne fysisk, mental och moralisk kraft. Aposteln säger också: ”Och anpassa er inte efter denna världen, utan låt er förvandlas genom ert sinnes förnyelse, så att ni kan pröva vad som är Guds goda, välbehagliga och fullkomliga vilja.” (Rom. 12:2)<sup>1</sup>

Vi befinner oss i en värld som motverkar en rättfärdig och ren karaktär, och speciellt tillväxt i nåden. Vart vi än vänder oss ser vi orenhet och fördärv, defekter och synd. Allt detta motverkar det arbete som måste utföras i oss alldeles innan vi får ta emot odödlighetens gåva. Guds utvalda måste stå enade mitt i den flod av fördärv som omger dem i dessa sista dagar. Deras kroppar måste bli gjorda heliga och deras ande ren. Om detta arbete ska kunna uträttas måste man påbörja det genast, på allvar och på ett klokt sätt. Guds Ande borde ha fullständig kontroll och påverka varje handling.

Hälsoreformen är en gren av det stora verk som ska bereda ett folk för Herrens ankomst... Män och kvinnor kan inte bryta mot naturens lagar genom att ge efter för en förvänd aptit och syndiga passioner, utan att bryta Guds lag. Därför har han låtit ljuset från hälsoreformen lysa över oss, för att vi ska inse det syndiga i att bryta de lagar som han har upprättat i våra kroppar...

Att göra naturens lag tydlig och uppmana människor att följa den, är ett arbete som åtföljer den tredje ängelns budskap... Han (Gud) planerar att detta ämne ska förkunnas och att ett djupt intresse ska väckas hos allmänheten att undersöka det, för det är omöjligt för män och kvinnor att uppskatta den heliga sanningen medan de är under syndiga och hälsovådliga vanors makt, som försvagar hjärnan...

Den som värdesätter det ljus som Gud har gett om hälsoreformen har en viktig hjälp i arbetet med att bli helgad genom sanningen och gjord passande för odödlighet.<sup>2</sup>



---

<sup>1</sup> Counsels on Health, sid 23

<sup>2</sup> Counsels on Health, sid 20-22