

تندرستی و خوشبختی

دانیال نبی هفده هجده ساله بود هنگامی که به اسارت بابل برده شد. چون از خاندان ملوکانه و جوان بسیار هوشیاری بود نبوکدنصر پادشاه او را در دانشگاه بابل گذاشت تا علوم سیاسی را فرا گیرد. دانشجویان آن مؤسسه از طعامی که خود پادشاه می خورد استفاده می کردند، یعنی از گوشت و شراب او همیشه به آنان داده میشد.

موضوع شراب و گوشت برای دانیال جوان اشکال بزرگی بود زیرا که مت امر خدا را در باره گوشتهای حرام و مشروبات سکر آور رعایت اجتناب می ورزید و اکنون اگر از لذایذ شاه نمی خورد نسبت به مقامات نوعی توهین محسوب میشد. دانیال جوان تصمیم ی ناهار خوری بود

در میان بگذارد. وی خواست از خوراکیهای ساده نباتی استفاده کند ولی نامبرده ترسید که غذای نباتی شاید کافی نباشد و دانیال رفته رفته ضعیفتر شود و جان خودش در خطر بیفتند. دانیال اصرار کرد و فقط خواست که ده ماه دانیال در دل خود قصد نمود که خویشتنرا از

طعام پادشاه و شرابی که او می نوشید نجس نسازد پس از رئیس خواجه سرایان

درخواست نمود که خویش را نجس نسازد و خدا دانیال را نزد رئیس خواجه سرایان محترم و مکرم ساخت پس رئیس خواجه سرایان به دانیال گفت من از آقای خود پادشاه که خوراک و مشروب شما را تعیین نموده است می ترسم. چرا چهره شما را از سایر جوانانی که ابنای جنس شما می باشند زشتتر ببیند و همچنین سر مرا نزد پادشاه در خطر خواهد انداخت. پس دانیال به رئیس ساقیان که رئیس خواجه سرایان او را بر دانیال . . . گماشته بود گفت: مستدعی آنکه بندگان خود را ده روز تجربه نمائی و به ما بقول برای خوردن بدهند و آب به جهت نوشیدن. و چهره های ما و چهره های سایر جوانانی را که طعام پادشاه را می خورند بحضور تو ملاحظه نمایند و بنهجی که خواهی دید با بندگان عمل نمای. و او ایشان را در این امر اجابت نموده ده روز ایشان را تجربه کرد و بعد از انقضای ده روز معلوم شد که چهره های ایشان از سایر جوانانی که طعام پادشاه را می خوردند نیکوتر و فربه تر بود. پس رئیس ساقیان طعام ایشان و شراب را که باید بنوشند برداشت و بقول به ایشان داد.

(دانیال ۸:۱-۱۶).

بالاخره وقتی که دوره سه ساله تحصیلات خود را طی کرده بود، خود
"در هر مسأله حکمت و فطانت که پادشاه از ایشان استفسار کرد ایشان را از جمیع مجوسیان و

(دانیال ۲۰:۱).

ت بدن بلکه فطانت یا

هوشبازی و اقتدار مغزی را نیز بدیشان بخشید.

۱ - مسکرات

خداوند عالم که خلق کنندهٔ ابناء میباشد دستور نگهداری و مراقبت از

ط سلیمان حکیم می

"شراب استهزا میکند و مسکرات عربده می آورد و هر که به آن فریفته شود حکیم نیست . . . به شراب نگاه مکن وقتی که سرخ فام است ، حینی که حبابهای ل در آخر مثل مار خواهد

(امثال سلیمان ۱:۲۰ و ۳۱:۲۳ و ۳۲).

"وای از آن کیست و

شقاوت از آن که و نزاعها از آن کدام و زاری از آن کیست و جراحتهای بی سبب از آن که و سرخی چشمان از آن کدام؟ آنانی را ست که شراب مدام می نمایند و

(امثال سلیمان ۲۳:۲۹ و ۳۰).

در انجیل ملاحظه کنید میگساران در ردیف چه اشخاصی گذاشته

مگر نمی دانید که مردمان نادرست در پادشاهی خدا نصیبی نخواهند داشت؟ خود را فریب ندهید. افراد شهوتران، بت پرستان، زناکاران، لواط گران، دزدان، طمعکاران، مستان، ناسزاگویان و کلاهبرداران در پادشاهی خدا هیچ بهره ای نخواهند

ل قورنتیان ۶:۹ و ۱۰).

"وای بر آنانی که برای نوشیدن شراب زور آورند و به جهت ممزوج ساختن

مسکرات مردان قوی می باشند که شیران را برای رشوه عادل می شمارند و عدالت
(اشعباً ۵:۲۲ و ۲۳).

لعنت الکل نه فقط به نوشنده بلکه به دهنده یا فروشنده مشروبات
"وای بر کسی که همسایه خود را بنوشاند و بر تو که زهر خویشرا ریخته او
(حقوق ۲:۱۵).

"از زمره می گساران مباش و
(امثال سلیمان ۲۳:۲۰).

۲ - خوراکیهای حرام

ملاعی از دستورات خداوند نداشت ولی
ت فرمانهای خدا را یاد گرفته بود. او می دانست کدام
یک از خوراکیها حرام و کدامین حلال هستند. اگر چه خود غذای نباتی را
پسند کرده فرق بین گوشتهای مجاز و ممنوعه را از تورات موسی خوانده
"هر شکافته سم که شکاف تمام دارد و نشخوار می کنند از بهایم
ما از نشخوار کنندگان و شکافتگان سم اینها را مخورید یعنی شتر
زیرا نشخوار می کند ولی شکافته سم نیست آن برای شما نجس است . . . و
خوک زیرا شکافته سم است و شکاف تمام دارد لیکن نشخوار نمیکند این برای شما
(لاویان ۱۱:۳ و ۱۲:۷).

طبق دستور خدا مقرراتی که حیوانات حرام گوشت را از حیوانات
حلال گوشت متمایز می سازد شتر و خرگوش و خوک و غیره را جزو

حیوانات حرام گوشت می شمارد زیرا اگر چه نشخوار می کنند سم شکافته

قاعده را چنین ذکر می کند:

"از همه آنچه در آب است اینها را بخورید: هر چه پر و فلس دارد در آب خواه در دریا خواه در نهرها آنها را بخورید و هر چه پر و فلس ندارد در دریا یا در نهرها از همه حشرات آب و همه جانورانی که در آب میباشند اینها نزد شما مکروه باشند." (لاویان ۱۱:۹ و ۱۰).

طبق دستور خداوند ماهیان و جانداران دیگر که در دریا زندگی می کنند فقط آنانی که پر و فلس دارند حلال هستند. خرچنگ و میگو و اینها از کتافتهای دورانداخته و پوسیده استفاده می کنند و جویها و رودخانه ها و دریاها را پاک نگاه می دارند و هرگز برای مصرف انسانی آفریده نشده اند. آنها نجسند. آیا دستور سازنده انسان و به وجود آورنده جانداران قابل انکار است؟

به جز حیوانات و ماهیان و علائم مشخص کننده حرام و حلال آنها زیرا

جان جسد در خون است و من آن را بر مذبح به شما داده ام تا برای جانهای شما (لاویان ۱۷:۱۱).

خون به علاوه حیات مساوی یا سمبل زندگی است. خون جاندارانی اگر ریخته شود آن جاندار پس از اندگی میمیرد. دانیال نبی می دانست که

ی گوشت حیوانات حلال که بر سفرهٔ نبوکدنصر گذاشته می شد نجس بود زیرا که طرز کشتار آنها شرعی نبود خون حیوان از بدنش خارج نمیشد. امروزه گوشتهای قرمز و پر از خون شاید از خوراکیهای لذیذ رستورانهای مدرن محسوب شود ولی طبق دستور بهداشتی پروردگار از نجاسات می باشد.

"بنی اسرائیل را خطاب کرده بگو

ا پیه مردار و پیه حیوانات دریده شده برای

(لاویان ۲۳:۷). دستور

خداوند برای ایمانداران کافی است. ولی امروز در نتیجهٔ پژوهشهایی که انجام گرفته است معلوم می شود که پیه حیوانات بزرگترین سبب پیدایش کلسترول در خون میباشد که رگهای بدن را پر میکند. از آثار کلسترول یکی فشار خون و دیگری سکنهٔ قلبی است که در اینجا شرح آنها را مت دستور خداوند

برای خواننده ثابت و مستدل شده باشد. پروردگار مهربان دستورات بهداشتی و همچنین اخلاقی و روحانی را برای خاطر تندرستی و خوشبختی بندگانش صادر نمود. منظورش هیچ وقت برای آن نبود که ما را از چیزهای خوب باز دارد. اطاعت از اوامر او امروزه همچون در باغ عدن "که جان تو را به

(مزمور ۱۰۳:۵).

۳ - گیاه خواری

چقدر باید خدا را شکر و ستایش گوئیم که این همه امتیازات و ت بخش را به ما عطا فرموده است. برای پرورش روان باید روش و ارزش شکر را فرا گیریم. خالق والدین نخست ما را در باغی قرار داد و خداوند گفت همانا همهٔ علفهای تخم داری که بر روی تمام زمین است و همهٔ درختهایی که در آنها میوهٔ درخت تخم دار است به شما (پیدایش ۱: ۲۹).

ل خدا

ف

و گناه خود مجبور شدند باغ زیبای عدن را ترک کنند. اکنون مردم به قدری از آن باغ و نقشهٔ خدا دور شده اند که به گوشتخواری متمایل گردیده اند. هنگام توفان حضرت نوح و پس از آن خداوند اجازه داد از گوشتهای حلال مصرف کنند. خداوند تمام دلایلی که گوشت حرام را ممنوع می نماید ذکر ننموده است. امر او را با ایمان باید بپذیریم و مطمئن باشیم که برای خوبی ما میباشد. از این که خداوند برای سلامت بندگانش فکر می کرده فقط استفاده از چیزهای خوب را مجاز دانسته و چیزهای بد را منع کرده است کافی است. رسول خداوند می فرماید: "ای عزیز، دعا میکنم که روزگار بر وفق مراد تو باشد و همان طور که در روح سالم (سوم یوحنا آیهٔ ۲).

خداوند هرگز نخواسته که انسان مریض و علیل باشد. برعکس تمام
مت ما داده شده اند تا از بیماری نجات یافته
از خوشبختی بهره مند شویم.

۴ - پیشگیری از امراض

مت الهی را برای
مردم ارزانی کند. بیشتر وقت او در شفای بیماران صرف می‌شد. وقتی که
آنان را شفا میداد دستور پیش گیری از ناخوشی و امراض را نیز بآنان یاد
میداد. روزی از روزها داخل شهری شده با مردم چنین رفتار نمود:

"و با عجله به تمام آن حدود رفتند و مریضان را بر روی بسترهایشان به جایی
که می شنیدند عیسی بود بردند. به هر شهر و ده و مزرعه ای که عیسی می رفت
مردم بیماران خود را به آنجا می بردند و در سر راه او می گذاشتند و از او التماس
می کردند که به بیماران اجازه دهد دامن قبای او را لمس کنند و هر کس که لمس

(مرقس ۶: ۵۶ و ۵۵).

"عیسی در تمام شهرها و دهات می گشت و در کنیسه ها تعلیم میداد و مژده
پادشاهی خدا را اعلام می کرد و هر نوع ناخوشی و بیماری را شفا میداد. وقتی او
ت زیادی را دید دلش به حال آنها سوخت زیرا آنان مانند گوسفندان بدون شبان

(متی ۹: ۳۵ و ۳۶).

عیسی بر مریضان ترحم فرمود. با خستگی آنان آشنا و در شفایشان
"همینکه غروب

شد بسیاری از دیوانگان را نزد او آوردند و او با گفتن یک کلمه دیوها را بیرون
ق یابد که گفته بود:

(متی ۸: ۱۶ و ۱۷).

خداوند مسیح را به دنیا فرستاد تا نه فقط گناهان و تقصیرهای روحی
مل شود بلکه بیماریها و دردهای جسمی ما را نیز شفا بخشد.
حقیقت این است که گناه و قصور سبب بیشتر امراض می باشد و خداوند
تمام گناهانتان را می آمرزد و

(مزمور ۳: ۱۰۳). فقط خداوند که بشر را

ت نموده

می خواهد هم گناه و هم درد ما را علاج کند. رفع یکی مشروط به رفع

م

رات بهداشتی و روحانی

هم قصور و هم درد از بین خواهد رفت. در اجرای این مقصود مسیح
شاگردانش را چنین فرمود:

"و در بین راه اعلام کنید که پادشاهی آسمانی نزدیک است. بیماران را شفا
دهید، مردگان را زنده کنید، جذامیان را پاک سازید و دیوها را بیرون کنید. مفت

(متی ۱۰: ۸ و ۹).

شفا دادن و موعظه کردن مسیح را نمی توان از هم جدا کرد. شخصی
که دارای درد شدید است نمیتواند گفتار الهی را خوب درک کند. بی

جهت نگفته اند که "عقل سالم در بدن سالم" است. مسیح همواره میکوشید
ل عقل و روحیه مردم را تصحیح کند تا رفتار و طرز زندگیشان اصلاح
ت خدا را به کار روزانه

"چنانکه پدر بر فرزندان خود رؤوف است همچنان
خداوند بر ترسندگان خود رأفت می نماید زیرا جبلت ما را می داند و یاد میدارد که
(مزمور ۱۰۳:۱۳ و ۱۴).

ی

باخبر است. از درد

لاع نیست. خدا می خواهد مخلوقاتش

ق باشند و برای آن است که دستور خوردن و آشامیدن بشر

ذکر کرده است و در عوض می خواهد نمایندگان خوبی برای او

"هر چه می کنید، خواه خوردن، خواه نوشیدن و یا هرکار دیگر

ل قرنتیان ۱۰:۳۱). هر چه

می خوریم و می آشامیم همه جزو بدنمان می شود و بدن ما هیكل روح

"آیا

نمی دانید که شما خانه خدا هستید و روح خدا در شما ساکن است؟ اگر کسی خانه

خدا را آلوده سازد خدا او را تباه خواهد ساخت زیرا خانه خدا باید پاک و مقدس

ل قرنتیان ۳:۱۶ و ۱۷).

بعضیها خیال میکنند که عالم آینده عالمی روحانی و بدون جسم است.

این عقیده دور از حقیقت است. وقتی که خدا یکی را نجات میدهد هم
و روحاً

"این فاسد بی فساد را

صحبت از بدن یا جسم

تغییر

ت می دهد سزاوار

است که ما نیز از آن مواظبت بکنیم. چون خدا پاک است ما نیز باید

ت

شدند چگونه

ممکن است از کمک پروردگار بهره مند شویم اگر قوای بدنی خود را با
خوراکها و نوشابه ها با استعمال دخانیات ضعیف نمائیم؟ بنابر این عمر
کوتاهی خواهیم داشت. به عبارت دیگر بزرگ ترین نعمت الهی یعنی
سلامتی خود را خوار انگاشته ایم در این صورت نسبت به اوامر خداوند
کفر ورزیده ایم و منکر ایمان شده ایم. پس چون سلامت خود را مدیون
خداوند هستیم آنرا باید سالم و کامل نگاه داریم.

بعضی عادات به قدری مرسوم شده اند که اغلب مردم به نتیجه
طبیعی آنها پی نبرده اند. چائی و قهوه و نوشابه های کولا دار همه دارای
مخدری به نام کافئین می باشند. و البته وجود مقدار زیاد کافئین برای
کی است که بر اعصاب بدن اثر میگذارد

بنابر این شخص باید هر چه می خورد و هر چه مینوشد و هر چه میکند

۴ کنید:

اری که برای زیارت

به آنجا می رفتند سوار سیدی می شدند و تا ارتفاع یکصد متری با طنابی بالا کشیده میشدند. روزی پیر مردی که سوار سبد شده بود می خواست از آنجا برگردد به طناب فرسوده نگاهی کرده از راهب مسؤل سؤال کرد که چند وقت یک بار طناب را عوض می نمایند. راهب جواب داد "هر وقت پاره شد طناب تازه ای میگیریم." کیست که دل به دریا بزند عمر کیست که بدون سبب به خطر انداخته شود؟ سوار شدن در سیدی که از ارتفاع صد متری باید با طناب فرسوده ای پائین بیاید مثل کسانیکست که بی قید چائی و قهوه و سیگار و مشروبات الکلی استعمال میکنند و نیروی بدن خود را با عدم توجه خواب و استراحت و ورزش از بین برده

مسأله پنج دلاری پانصد دلار برای آن

خرج می کنند!

۵ پرستی

۴ به خطراتی که بر سر راه زندگی وجود دارند با سرعت سرسام

۴ می شویم که سلامتی

مثل طناب مذکور فرسوده شده از بین رفته است. خالق هم طناب ثانوی

به کسی نمی دهد!

همه از این آگاهند که روزی طناب زندگی خواهدکسیخت ولی آیا

سزاوار است آن را قبل از وقت ببرید؟ بعضیها خیال می کنند که شخص با
تی
در حفظ سلامتی خود ندارند و اگر سالم هم باشند باید مرگشان بدون
تعجیل و تأخیر انجام پذیرد. نشست و برخاست، خوردن و نوشیدن از روی
هوی و هوس بوده بتدریج خودکشی می کنند و خداوند را مقصر مرگ
ه حقیقت است و ذره ای از حکمت
و توانائی پروردگار کاسته نمیشود. اگر خداوند از افتادن گنجشک کوچک
با خبر باشد آیا از مرگ انسان با خبر نیست؟ اگر شخصی تحت تأثیر
طریق کند و از بلندی تپه
پرتاب شود یا اگر دیگری از طریق دندانهای خود قبر خود را حفر کند
(یعنی با جویدن خوراکیهای حرام) - خدا در مرگ آنان چه تقصیری دارد
وقتی که خدا دستور کامل زندگی را داده است و مردم
دستورات وی را نادیده میگیرند؟

شایسته است عادات نظافت و بهداشت را یاد بگیریم، یعنی نوشیدن
آب پاک و کافی، تنفس هوای پاک، استراحت و ورزش کافی و اعتماد به
خدای بخشاینده. حکمی که می گوید "قتل مکن" شامل جان خودمان نیز
میباشد. و اگر با عادات ناشایستی به عمر و زندگی خود خاتمه دهیم
درست مثل این است که نعمت خدا را مضمحل کرده ، ملزم جنایت یا
جزای ابدی می شویم. عادتانی که صحت کسی را خراب میکند از کشتن
کمتر نیست ، زیرا که خودکشی تدریجی میباشد.

امتحان درس بیست و ششم

۱ - جملات صحیح ذیل را علامت (*) بگذارید:

۱- چون دانیال نبی از خوردن خوراکیهای نجس خودداری نمود

- ()
- ()
- ()
- ()

۲ - از نامبردگان ذیل خوردن کدامین ممنوع است؟

- ()
- ()
- ()
- ()

۳ - نوشیدن مشروبات الکلی به زیان کدام افراد زیر است؟

- ()
- ()
- ()
- ()

شهرستان و کد زیپ

نشانی

نام

جوابهای صحیح. ۱=ب و ۲=د و ۳=ج و ۴=ب و ۵=ج و ۶=د.