Непослушание первых людей нашей планеты положило начало многим несчастьям, а мы, их потомки, следуем по их следам. Повсюду видны последствия греха, зла в человеческом сердце. Но человеку свойственно причины своих бед видеть где угодно, в ком угодно, только не в себе. А давайте пристальней всмотримся в своё собственное сердце, в свой образ жизни: может, мы именно здесь найдём истоки наших несчастий. Может они в нас самих?

 Многие спрашивают: «Почему Создатель не уничтожил противника Бога, называемого дьяволом и сатаною, сразу»? Бог мог бы это сделать в один момент, если бы у него не было последователей среди человеческого рода, сначала в лице Адама и Евы, а, затем подавляющего большинства жителей Земли, которые проявляют его характер. Творец давно бы пришёл на нашу Землю, если бы все её жители стали выполнять Его волю, выраженную в Его заповедях. Но мы хотим получать все Божьи благословения и при этом исполнять свои желания и планы.

 Прежде всего, давайте посмотрим на свой характер: так ли мы прекрасны, как думаем о себе? Например, исполняем ли законы здоровья, данные нам Творцом? Кто знает лучше нашего Создателя, как работает наш организм? «Ибо Ты устроил внутренности мои, и соткал меня во чреве матери моей. Славлю Тебя, потому что я дивно устроен» (Псалтирь 138: 13,14). Именно у Творца надо искать ответ на вопрос: что нам нужно делать, чтобы быть здоровыми? Вот, что Он Сам говорит по этому поводу: «И сказал: если ты будешь слушаться гласа Господа, Бога твоего, и делать угодное пред очами Его, и внимать заповедям Его, и соблюдать все уставы Его: то не наведу на тебя ни одной из болезней, которые навёл Я на Египет: ибо Я Господь, целитель твой» (Исход 15:26). Но большинство людей в древние времена не слушали наставлений Бога, а поэтому болели, мучились, страдали.

 А как обстоят дела сегодня? Наверное, вы согласитесь, что в век прогресса мы не можем похвалиться хорошим здоровьем. Несмотря на достижения в области медицины (диагностика, хирургия, клонирование), люди не стали здоровее. На смену инфекционным заболеваниям, бывшим некогда основной причиной высокой смертности в развитых странах (тиф, холера, полиомиелит и оспа), пришли неинфекционные, такие как сердечно - сосудистые, рак, диабет, дивертикулёз, остеопороз, ожирение, артрит и другие. Считается, что они – неизбежный атрибут преклонного возраста, но это не так. Буквально 100 лет назад в западном обществе болезней, связанных с атеросклерозом, практически не существовало. Неизвестны были некоторые виды рака: молочной железы, кишечника, предстательной железы, лёгких. Было отмечено всего несколько случаев диабета. Откуда они взялись? Современная эпидемиология раскрывает эту тайну – большинство из них связано с образом жизни. Медицинская наука борется с симптомами, но болезни невозможно победить, не вникая в их причины. Наше здоровье, прежде всего, зависит не от врачей, технического прогресса или качества медицинского обслуживания, а от нашего образа жизни (50%). Остальные 50 % - это наследственность, то есть образ жизни наших родителей (20%), окружающая среда (20%) и только 10% - медицина. Одна христианская писательница очень точно выразилась по этому поводу: «Современное поколение доверило свои тела врачам, а свои души – священникам». Пришло время понять, что люди должны взять на себя ответственность за своё собственное здоровье.

 Если спросить кого-либо из вас: «Хотите ли вы быть здоровыми?», - вы, конечно же, ответите: «Да!». Но всё не так однозначно. Наши дела порой говорят об обратном. Желая быть здоровыми, мы не согласны прилагать определённые усилия и жертвовать своими привычками. В таком случае, действительно ли мы хотим не болеть более, чем чего-то другого? Чем мы готовы пожертвовать ради своего здоровья?

 В нашем мире идёт духовная война. Богопротивник дьявол не гнушается никакими методами, никакой ложью, никакой хитростью. Всю мощь своего могучего интеллекта он обрушил на жителей Земли, желая увести их от Бога – источника жизни и, тем самым, погубить навсегда. Он пользуется тем, что мы иногда забываем, а, может, не понимаем того, что дух и тело неразрывно связаны между собой. Действуя на наши тела при помощи нашего невоздержания, невежества в вопросах здоровья, лукавый добивается нашей телесной и духовной деградации. Именно через невоздержание, через потакание своим прихотям в наш мир вошли такие пороки как наркотики, пьянство, необузданный секс. А всё это ведёт к смертям, разрушению семей и общества в целом. Люди постоянно нарушают законы Создателя и пожинают последствия собственного выбора. Немногие знают, что мы можем не пить спиртного, а просто переедать или нарушать другие правила питания, и в результате брожения пищи будем иметь тот же эффект: в нашу кровь будет поступать алкоголь и другие яды. Есть такая поговорка: «Так вкусно, что ум отъешь». Можно и отъесть, если не то едим! Именно мозг страдает прежде всего не только от некачественной пищи, но и от недостатка воды, потому что он состоит из неё на 85%. Если мы ведём малоподвижный образ жизни, то именно он страдает в первую очередь из-за недостатка кислорода. А мозг – это тот орган, который отвечает за общение с Богом!

 Давайте зададимся вопросом: что из себя представляет человек? По сути, мы – неделимая совокупность духа, души и тела. Дух – это наши мысли, воля, совесть; душа – эмоции, настроение, желания; тело – то, из чего мы состоим и физиологические процессы, происходящие в нас. Теперь мы можем дать определение болезни. Болезнь - это нарушение Божьих законов здоровья, с учётом всех составляющих человеческого существа. Соблюдение этих законов нашими родителями и нами даст нам возможность наслаждаться полноценной жизнью!