



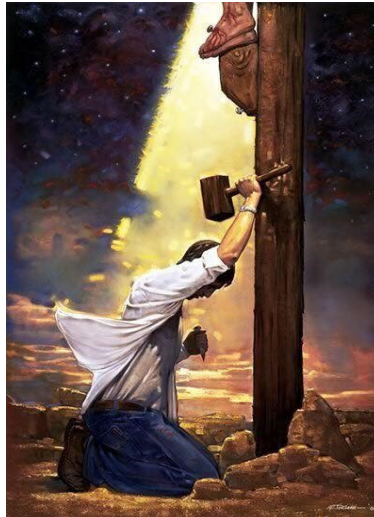
March 14

# Physical Health and Noble Thinking

Dearly beloved, I beseech you as strangers and pilgrims, abstain from fleshly lusts, which war against the soul. 1 Peter 2:11.

Many regard this text as a warning against licentiousness only; but it has a broader meaning. It forbids every injurious gratification of appetite or passion. Every perverted appetite becomes a warring lust. Appetite was given us for a good purpose, not to become the minister of death by being perverted, and thus degenerating into "lusts, which war against the soul." Peter's admonition is a most direct and forcible warning against the use of all stimulants and narcotics. These indulgences may well be classed among the lusts that exert a pernicious influence upon moral character. Christian Temperance and Bible Hygiene, 54.

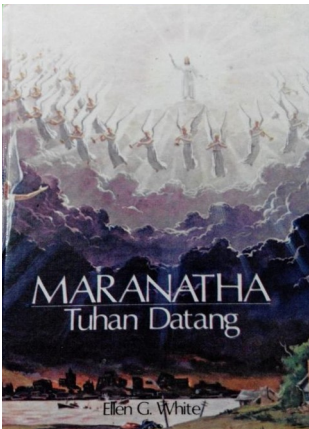
Let none who profess godliness regard with indifference the health of the body, and flatter themselves that intemperance is no sin and will not affect their



spirituality. A close sympathy exists between the physical and the moral nature. The standard of virtue is elevated or degraded by the physical habits. Excessive eating of the best of food will produce a morbid condition of the moral feelings. And if the food is not the most healthful, the effects will be still more injurious. Any habit which does not promote healthful action in the human system degrades the higher and nobler faculties.... Indulgence of appetite strengthens the animal propensities, giving them the ascendancy over the mental and spiritual powers.

Counsels on Health, 67.

The strength of the temptation to indulge appetite can be measured only by the inexpressible anguish of our Redeemer in that long fast in the wilderness. He knew that the indulgence of perverted appetite would so deaden man's perceptions that sacred things could not be discerned.... If the power of indulged appetite was so strong upon the race, that, in order to break its hold, the divine Son of God, in man's behalf, had to endure a fast of nearly six weeks, what a work is before the Christian! Yet, however great the struggle, he may overcome. By the help of that divine power which withstood the fiercest temptations that Satan could invent, he, too, may be entirely successful in his warfare with evil, and at last may wear the victor's crown in the kingdom of God. Counsels on Diet and Foods, 167.



## Kesehatan Fisik dan Pemikiran yang Luhur

Saudara-saudara yang tercinta! Kalian adalah orang asing dan perantau di dunia ini. Sebab itu saya minta dengan sangat supaya kalian jangan menuruti hawa nafsu manusia yang selalu berperang melawan jiwa. 1 Petrus 2:11.

Banyak orang yang menganggap naskah ini sebagai amaran menentang hawa nafsu saja; tetapi hal ini sebenarnya memiliki makna yang lebih luas. Ia itu melarang setiap kepuasan atas selera atau hasrat. Setiap selera yang sesat menjadi sebuah nafsu perang. Selera diberikan bagi kita untuk sebuah tujuan yang baik, bukan untuk menjadi hamba kematian oleh menjadi sesat, dan dengan demikian merosot pada "nafsu-nafsu yang berperang melawan jiwa." Nasehat Petrus tersebut di atas merupakan sebuah amaran yang sangat langsung dan keras untuk menentang penggunaan semua bahan perangsang dan narkotika. Kesenangan-kesenangan ini dapat dikelompokkan dengan tepat di antara nafsu-nafsu yang mengerahkan sebuah pengaruh yang merusak atas tabiat moral.

Janganlah ada seorangpun yang menjalani kesalehan mengesampingkan kesehatan tubuh, dan menghibur diri



mereka sendiri dengan anggapan bahwa pemanjaan diri bukanlah dosa dan tidak akan mempengaruhi kerohanian mereka. Sebuah simpati yang erat terdapat di antara tabiat fisik dan moral. Patokan keutamaan diunggulkan atau direndahkan oleh kebiasaan-kebiasaan fisik. Makan berlebihan atas makanan yang terbaik pun akan menghasilkan sebuah kondisi yang mengerikan atas perasaan-perasaan moral. Dan jika makanan itu tidak menyehatkan, pengaruh-pengaruhnya masih akan lebih menyakitkan. Setiap kebiasaan yang tidak mempromosikan tindakan yang menyehatkan dalam sistem manusia membuat sarana-sarana yang lebih tinggi dan luhur menjadi merosot..... Kepuasan atas selera memperkuat kecenderungan-

kecenderungan hewani, yang memberikan kepada mereka kekuasaan melebihi kekuatan-kekuatan mental dan rohani.

Kekuatan pencobaan untuk memuaskan selera dapat diukur hanya melalui penderitaan yang tidak terungkap dari Penebus kita di dalam puasa yang panjang di padang gurun itu. Dia mengetahui bahwa kepuasan atas selera yang sesat akan menghilangkan persepsi sehingga perkara-perkara yang suci tidak dapat ditanggapi..... Jika kekuatan dari selera yang dipuaskan itu begitu kuat atas umat manusia, sehingga untuk mematahkannya Anak Allah yang ilahi itu, dalam kepentingan manusia, harus menahan puasa dalam hampir enam minggu, betapa beratnya pekerjaan di hadapan orang Kristen! Meskipun demikian, betapapun hebatnya perjuangan itu, dia boleh menang. Melalui pertolongan kuasa ilahi yang menahan pencobaan-pencobaan yang sangat sengit yang dilakukan Setan, maka ia juga boleh berhasil sepenuhnya dalam peperangannya melawan kejahatan, dan pada akhirnya boleh mengenakan mahkota kemenangan di dalam kerajaan Allah.