



TERAZNIEJSZA PRAWDA

i Zwiastun Chrystusowej Epifanii

„A gdy [Baranek] otworzył siódmą pieczęć ... ” „Aleście przystąpili do góry Syon i do miasta Boga żywego, do Jeruzalemu Niebieskiego (...) Patrzajcie, abyście nie gardzili Tym, Który mówi (...): Jeszcze ja raz poruszę nie tylko ziemią, ale i niebem (...) Przeto przyjmując Królestwo nie chwiejące się, miejmy łaskę, przez którą służymy przyjemnie Bogu z bojaźnią i uczciwością. ” „ ... Chrystus przyszedłszy Najwyższy Kapłan (...) Przez większy i doskonalszy przybytek, (...) Znalazłszy wieczne odkupienie. ” — Obj. 8:1; Żyd. 12:22, 25, 26, 28; 9:11,12

TERAŹNIEJSZA PRAWDA

i Zwiastun Chrystusowej Epifanii

Wychodzi co dwa miesiące. Redaktor: Raymund G Jolly. Wydawca: **Swiecki Ruch** Misyjny „Epifania” (odpowiedzialny w Polsce — **Wiktor Stachowiak**), skrytka pocztowa nr 44, 60-955 Poznań. Adres międzynarodowy: Chester Springs, Pa. 19425, USA.
Cena: w prenumeracie rocznej zł 24, pojedyn. numeru zł 4.

NASZ TEKST GODŁA NA ROK 1969

„Postępujcie... aby Bogu się podobać” (1 Tes. 4:1).

NASZE teksty na trzy ostatnie lata podkreślały obfite błogosławieństwa, które otrzymaliśmy i które będziemy nadal otrzymywali od Boga przez naszego Pana i Zbawiciela Jezusa Chrystusa, jeżeli pozostaniemy wierni. Wierzmy, że jako tekst godła na rok 1969 będzie korzystną rzeczą dla nas, gdy użyjemy słowa Apostoła powyżej zacytowane, a które szczególnie podkreślają naszą odpowiedź na otrzymane obfite błogosławieństwa - co powinniśmy czynić nawzajem aby wyrazić naszą ocenę. Dając tę odpowiedź powinniśmy tak postępować - obrać taką drogę postępowania - aby Bóg był z nas zadowolony i aby nie uważał, że Jego obfite błogosławieństwa nam udzielone i Jego praca miłości w nas nie były na próżno, bez dobrych wyników. Apostoł wyjaśnia dalej w kontekście (w. 3), mówiąc, że „ta jest wola Boża [względem was], to jest poświęcenie wasze”. Jezus również nas zachęca do tego samego, mówiąc (Jana 15:8), że „w tym będzie uwielbiony Ojciec mój, kiedy obfity owoc przyniesiecie, a będziecie moimi uczniami”. Apostoł więc prosi i napomina braci, że „jakoście przyjęli od nas, jakobyście sobie mieli postępować i Bogu się podobać, abyscie tym więcej obfitowali”.

Postępowanie nasuwa myśl czynienia postępu w pewnym kierunku. Przeto postępowanie oznacza czyjeś prowadzenie się, a to obejmuje motyw, myśli, słowa i czyny. Ono może być

dobrze lub źle, zależnie od obranego kierunku. Zatem postępowanie chrześcijanina byłoby kierunkiem postępowania śladami Jezusa Chrystusa w codziennym czynieniu woli Bożej. Jezus zachęcał ludzi, aby stali się Jego uczniami i aby wzięli swój krzyż i naśladowali Go (Mat. 4:19; 9:9; 16:24; Łuk. 14:27 itd.). Apostoł Paweł mówi: „w nim chodźcie” (Kol. 2:6). Zaś Apostoł Piotr mówi, że Jezus pozostawił nam „przykład, abyśmy naśladowali stóp Jego” (1 Piotra 2:21).

Apostoł Jan oświadcza: „Kto mówi, że w nim [Chrystusie] mieszka, powinien jako on chodzić, i sam także chodzić” (1 Jana 2:6). Zauważcie także 2 Jana 4: „Uradowałem się bardzo, że znalazłem niektóre z dziełek twoich chodzących w prawdzie, jakośmy przykazanie wzięli od Ojca” (por. w. 6). Apostoł adresując 2 list Jana do „wybranej pani”, widocznie w ten sposób oznaczył lokalny zbor, do którego pisał, a do indywidualnych członków zgromadzenia odnosi się jako do „dziełek jej, które ja miłuję w prawdzie”. Przeto Apostoł

widocznie odnosił się raczej do dorosłych a nie do małych dzieci, tak jak w 1 liście Jana 3:18 ma ona na myśli dorosłych, gdy mówi: „moje drogie dziatki” (lub *umiłowani*), zwrot czułości i napomina ich do „nie miłowania słowem ani językiem [jedynie wyznajac miłość], ale [do miłowania] uczynkiem i prawdą”.

„UMIĘJĘTNI I UTWIERDZENI W TERAŹNIEJSZEJ PRAWDZIE”
2 Piotra 1:12
DWUMIESIĘCZNIK

Styczeń-Luty 1969 ... Nr 242 (1)

Nasz Tekst Roczno Godła Na Rok 1969.....	2
List Do Efezów.....	3
Egzaminacja Ustępu Do Efezów 5:3-8.....	3
„Chodźcie Jako Dzieci Światłości.....	4
Rzeczy Które Się Potajemnie Dzieją.....	4
Siedem Sposobów Postępowania Wymienio- nych w Liście Do Efezów.....	5
„Odkupując czas”.....	7
Bądźcie Napelnieni Duchem.....	7
Pokarm Naturalny i Duchowy.....	8
Składniki w Obu Rodzajach Pokarmów.....	8
Różnorodność w Każdym Rodzaju.....	10
Analiza Głównych Pokarmów.....	12
Witaminy.....	14
Roczne Sprawozdanie z Wieczerzy Pańskiej.....	15
Do Wiadomości Zborów.....	16

„OCZEKUJĄC ONEJ BŁOGOSŁAWIONEJ NADZIEI
I EPIFANII CHWAŁY WIELKIEGO BOGA
I ZBAWICIELA NASZEGO JEZUSA CHRYSZTUSA”
Tytus 2:13

Tak więc w 2 liście Jana 4 umiłowany Apostoł wyraża wielką radość, że znalazł *niektóre* „z dziełek twoich [widocznie nie *wszystkich* członków tego lokalnego zboru] chodzących w prawdzie” zgodnie z zarządzeniem Niebieskiego Ojca i otrzymujących w ten sposób *łaskę, miłosierdzie i pokój*, o czym właśnie Apostoł mówi (w w. 3), że pochodzą one od Boga Ojca i od Jezusa Chrystusa, Syna Ojcowskiego i są dla tych, którzy chodzą *w prawdzie i w miłości*. W 3 Jana 4 (por. w. 3) podobnie podkreśla on wielką radość słysząc, iż niektóre z jego duchowych dzieci „chodzą w prawdzie”.

Chociaż wiersze te nie odnoszą się do małych dzieci, to jednak i one powinny być nauczane o drodze prawdy i sprawiedliwości i powinny być prowadzone po właściwej ścieżce przez swoich rodziców, którzy pod tym względem mają wielką odpowiedzialność. „Ćwicz młodego według potrzeby drogi jego” (Przyp. 22:6). Rodzice, a w szczególności rodzice chrześcijańscy powinni oczywiście być bardzo ostrożni, ażeby sami również postępowali drogą właściwą, dając w ten sposób dobry przykład swoim dzieciom. (Zobacz Bibie Standard Nr 297 na temat „Wychowywanie Dzieci”).

Powinniśmy stale pilnować siebie i nauczania, bo czyniąc to zbawimy zarówno samych siebie jak i tych, którzy nas słuchają, włączając nasze dzieci (1 Tym. 4 : 16). Prawdziwy chrześcijanin nie jest ze świata, tak jak Mistrz nie był ze świata; a jako Jego naśladowcy chodzący Jego śladami podobnie powinniśmy być poświęconymi (całkowicie odłączonymi na służbę Bożą) przez Prawdę (Jana 15:19; 17:14-19). Duch świata jest to duch grzechu, błędu, samolubstwa i światowości; zaś duch Pański jest to duch prawdy, sprawiedliwości, miłości i niebiańskich myśli — a nie „duchem bojaźni, ale mocy, miłości i zdrowego zmysłu” (2 Tym. 1:7; Rzym. 8: 13—15).

LIST DO EFEZÓW

W liście do Efezów (jedna z najwspanialszych ksiąg Biblii) Apostoł Paweł daje niektóre wyśmienite rady na temat, jak powinien prawdziwie poświęcony chrześcijanin postępować. Poselstwo Apostoła jest wielce uduchowione i przemawia wyłącznie do prawdziwych uczniów Chrystusa, czyli do prawdziwie poświęconych. Główną myślą tego poselstwa jest Nowe Stworzenie. Wskazuje ono, że gdy usprawiedliwieni poświęcą swoje człowieczeństwo i gdy są przyjęci przez Pana, to są spłodzeni z Ducha Świętego, ażeby mogli stać się Nowymi Stworzeniami w Chrystusie. Dla takich stare rzeczy przeminęły - ziemskie nadzieje, cele i ambicje; oni wyrzekli się ziemskich praw i zamiast nich otrzymali przez wiarę nowe, niebiańskie widoki (2 Kor. 5:17), oczekując spełnienia się ich przy zmartwychwstaniu. Tacy „powinni chodzić w nowości żywota” (Rzym. 6 : 4).

Pierwsza część księgi do Efezów odnosi się do teoretycznej, filozoficznej przemiany z natury ludzkiej na duchową, z ludzkości do człon-

kostwa w Nowym Stworzeniu. Ostatnie rozdziały tej księgi wykazują wynik tej przemiany nie tylko pod względem uczuciowym Nowego Stworzenia, ale także co się tyczy śmiertelnego ciała, które po poświęceniu bywa przez nową wolę, jak się sądzi — powstrzymywane, rządzone i kontrolowane z coraz większą stanowczością i zdolnością w miarę jak ona wzrasta w Panu i w sile mocy Jego. Nowe Stworzenie powinno trzymać starą naturę, ciało w uległości — trzymać wolę ciała umarłą, pogrzebaną, przyprowadzając ją do poddaństwa (1 Kor. 9:27). „Albowiem jeślibyście [Nowe Stworzenia] według ciała żyli, pomrzecie [utraciecie życie jako Nowe Stworzenie — umrzecie Śmiercią Wtórą]; ale jeźlibyście Duchem sprawy ciała [usposobienie ludzkiej natury, nie pozwalając by ono miało kontrolę] umartwili [kładli na śmierć] żyć będziecie [jako Nowe Stworzenia]”. „Duchem postępujcie, a pożądlivosti ciała nie wykonywajcie... Jeśli duchem żyjemy, duchem też postępujmy” (Rzym. 8:13, 1; Gal. 5:16, 25). Chociaż ustępy te, jak i wiele innych ustępów Pisma Św., stosują się bezpośrednio do Nowych Stworzeń, to jednak w zasadzie odnoszą się one również do wszystkich innych, którzy poświęcili swoje życie Bogu, aczkolwiek nie są spłodzeni z Ducha Świętego. Nie potrzeba być Nowym Stworzeniem spłodzonym z Ducha, aby postępować z Bogiem. „Enoch chodził z Bogiem” i „pierwej niż jest przeniesiony, miał świadectwo, że się podobał Bogu” (1 Moj. 5: 24; Żyd. 11:5). Nikt ze Starożytnych Godnych nie był spłodzony z Ducha. Oni nie byli Nowymi Stworzeniami, ale mieli społeczność z Bogiem jako Jego przyjaciele — chodzili oni z Bogiem przez wiarę i wiara ich była im policzona ku sprawiedliwości, a to z powodu przyszłej ofiary Jezusa złożonej dla ich usprawiedliwienia (2 Moj. 33:11; Iz. 41:8; Jak. 2:23; Rzym. 4:3, 5, 9, 13, 20-22; Gal. 3 : 6). „Bez wiary nie można podobać się Bogu” (Żyd. 11:6). Z powodu zasługi ofiary Chrystusowej złożonej dla nas, Bóg z zadowoleniem przyjmuje nas z powrotem do Swojej społeczności (Jak. 4:8; 1 Jana 1:3). Kroczymy z Bogiem na błogosławionej drodze wiary; „bo przez wiarę chodzimy, a nie przez widzenie” (2 Kor. 5:7). „Ci, którzy są z wiary, dostępują błogosławieństwa z wiernym Abrahamem” (Gal. 3 : 9).

EGZAMINACJA USTĘPU DO EFEZÓW 5:3-8

W liście do Efezów 5:3-5 Św. Paweł oświadcza: „A wszeteczeństwo i wszelaka nieczystość albo łakomstwo [chciwe pragnienie zdobycia posiadłości drugich] niechaj nie będzie ani mianowane między wami, jako przystoi na świętych. Także sprośność i błazeńskie mowy [włączając mowy *lubieżne*] i żarty [nie dotyczy to właściwego użycia dowcipu i humoru, lecz nieczystego, nieprzyzwoitego *nasuwania* żartów, sprośnych mów itp.], które nie przystoją [nie są na miejscu, nie są stosowne], ale raczej [co jest właściwe] dziękowanie. Bo to wiecie, iż

zaden wszetecznik [cudzołożnik] albo nieczysty [skażony], albo łakomca, który jest bałwochwalcą, nie ma dziedzictwa w królestwie Chrystusowym i Bożym” (por. 1 Kor. 6:9, 10; Gal. 5:19-21).

Następnie Apostoł dodaje przestrożę (w. 6). „Niechaj was nikt nie zwodzi próżnemi mowami; albowiem dla tych rzeczy [dopiero co wspomnianych w poprzednich wierszach] przychodzi gniew Boży na synów upornych” (por. Kol. 3:5-7). Niewątpliwie ci, u których takie złe charakterystyki dominują, lub którzy sympatyzują z nimi, nie nadają się do odziedziczenia Królestwa z Chrystusem i pomagania w ustanowieniu Boskiego prawa sprawiedliwości na ziemi. Niechaj was nikt nie zwodzi próżnymi słowami pod tym względem mówiąc wam, że takie złe charakterystyki są rzeczą naturalną, właściwą lub przebaczalną. One naprawdę stały się drugą naturą dla wielu z upadłej ludzkości. Lecz jeżeli ci, którzy stali się uczniami Chrystusowymi miłują rzeczy nieczyste, sympatyzują z nimi, pragną ich lub czynią z nich żarty, to są oni daleko od stanu jaki powinien cechować Jego lud.

Taka umysłowa postawa z ich strony oznaczałaby, że oni nigdy nie byli uczestnikami ducha świętobliwości lub co więcej, że postępują „według ciała” i że stopniowo wracają do grzechu i błędu na podobieństwo umytej świni, która się wraca do walań w błocie (2 Piotra 2:10, 22). Rzeczy te są charakterystyczne dla dzieci nieposłuszeństwa, ale nie dla dzieci posłuszeństwa. Chociaż mogliśmy w nich chodzić „przeszłego czasu żywota” (1 Piotra 4:2, 3), to jednak nie powinniśmy już więcej tego czynić. Zgodnie z tym Apostoł Paweł napomina: „Nie bądźcież tedy uczestnikami ich [dziećmi nieposłuszeństwa, nie miejcie udziału i społeczności z nimi w tych złych rzeczach; nie szukajcie ich towarzystwa ani nie czytajcie literatury przez nich wyprodukowanej; 1 Kor. 10:21; 15:33]. Albowiem byliście niekiedy ciemnością, aleście teraz światłością w Panu” (Efezów 5:7, 8 — A. R. V.).

„CHODZCIEŻ JAKO DZIECI ŚWIATŁOŚCI”

Następnie Apostoł przystępuje do wykazania, jak dzieci światłości powinny postępować, mówiąc: „Bo owoc Ducha [w greckim *światłości*] zależy we wszelkiej dobrotliwości i w sprawiedliwości i w prawdzie” (w. 9; por. Gal. 5:22, 23) — Boski Święty Duch prawdy i sprawiedliwości nigdy nie pobudza do zła, niesprawiedliwości, błędu i fałszu. Ktokolwiek otrzymał Ducha Pańskiego będzie gorąco pragnął by zupełnie wykazać, dowieść i upewnić się, co jest miłe w obliczu Boga (w. 10; Rzym. 12:2) — co sprawiałoby Jemu przyjemność, a nie tylko to co nie zasługuje na Jego surową karę, nie tylko to na co On przyryka oczy i to czym by się poważnie obraził. Ktokolwiek posiada właściwego ducha Syna Bożego, to ponad to wszystko będzie pragnął poznać wolę Ojca i z

przyjemnością będzie ją czynił, a wola Ojca posiada wszelką czystość, dobrotliwość, sprawiedliwość, uczciwość i prawdę. Wpływ takiej determinacji Nowego Stworzenia, ażeby przypodobać się Bogu, czynić Jego wolę oznaczać będzie, że życie, serce i o ile to jest możliwe każdy czyn i słowo będą w zgodzie z dobrotliwością, z zasadami sprawiedliwości i świętobliwości, które Bóg reprezentuje, i z prawdą.

„NIE SPÓŁKUJcie Z UCZYNKAMI NIEPOŻYTECZNYMI CIEMNOŚCI, ALE JE RACZEJ STROFUJcie”.

Jako poświęcone dzieci Boże jesteśmy odpowiedzialni nie tylko wobec nas samych za to co czynimy i myślimy, ale także wobec braci i tych wszystkich, którzy są z Kościoła czy ze świata, a na których w jakimkolwiek tego słowa znaczeniu mamy wpływ. Osobiście nie powinniśmy mieć żadnej społeczności z uczynkami niepożytecznymi ciemności, zarówno w złym prowadzeniu się jak i w fałszywej doktrynie. Powinniśmy unikać, by nie zarazić się tymi rzeczami. Nieprzyzwoite żartowanie na pewno nie otrzyma żadnej zachęty z naszej strony, aby wywołać śmiech, ale raczej otrzyma łagodną i miłą nagany. Chrześcijanin czyniący takie żarty chodzi nieporządnie. Niechaj nasze uczucia będą przywiązane do rzeczy będących w górze — chodźmy w światłości, w prawdzie i w sprawiedliwości. Niechaj nasze myśli i mowy będą o rzeczach, które są prawdziwe, uczciwe, sprawiedliwe, czyste, przyjemne, cieszące się dobrą sławą, cnotliwe i godne pochwały (Filip. 4:8). Usuńmy z naszych rozmów i z naszych myśli wszystko to, co mogłoby nas i drugich zanieczyścić i usidlić.

Omieszkanie dania nagany, gdy zachodzi potrzeba, jest częściowym uznaniem zła. Słowo według czasu wyrzeczone, o jako jest dobre, jak pomocne (Przyp. 15:23)! Ale również ważną jest rzeczą, ażeby słowa nagany były wypowiedziane w sposób mądry i miłujący — „do rzeczy powiedziane” (Przyp. 25 : 11); bo w przeciwnym razie mogą one spowodować szkodę tam, gdzie zamierzamy uczynić dobrze. Gdy „prawdziwe i zdrowe słowa mówimy”, to powinniśmy być ostrożni, by także „mówić prawdę w miłości” (Dz. Ap. 26:25; Efez. 4:15).

„RZECZY, KTÓRE SIĘ POTAJEMNIE DZIEJĄ”

„Albowiem co się potajemnie od nich dzieje, sromota i mówić” — rzeczy czynione w ciemności (Efezów 5:12). Apostoł nadmienia, że cały świat znajduje się w ciemności, w złem i w grzechu, zaś poświęcony lud Boży przyjął Boskie kierownictwo idące w przeciwnym kierunku. Oni są dziećmi światłości i dlatego powinni odpowiednio chodzić w światłości i podnosić światło Prawdy. Oni powinni zezwolić Duchowi Świętemu, by daleko promieniował od nich w celu strofowania świata i uczynków ciemności oraz w celu podniesienia sztandaru prawdy

i sprawiedliwości zgodnie z przykładem Pańskim (Mat. 5:14—16).

Wielu „miłuje raczej ciemność zamiast światłość, bo są złe uczynki ich. Każdy bowiem, kto złe czyni, nienawidzi światłości i nie idzie na światłość, aby nie były zganione [odkryte] uczynki jego” (Jana 3:19, 20). Woli on potajemnie pracować pod zasłoną ciemności. Szatan, księżę ciemności sam przemienia się w anioła światłości, a jego wysłańcy na sługi sprawiedliwości (2 Kor. 11:13—15; Iz. 5:20). Nauczający błędu, „robotnicy zdradliwi” „obchodzący się chytrze” (2 Kor. 4:2) w swej subtelności podchodzą do „owiec” Pańskich w różny sposób i czasami w sposób zupełnie uporczywy zajmują ich uwagę i społeczność. Zachęcają oni często do prowadzenia korespondencji i to niekiedy w zupełnym zaufaniu ponieważ pragną działać potajemnie. Niekiedy przez naleganie na tych, do których podchodzą, by „stali mocno w tej wolności, w której nas Chrystus wolnymi mi uczynił”, usiłują pociągnąć za sobą uczeni i odprowadzić ich od prawdy. Niekiedy domagają się zaproszeń od innych, ażeby przez wizytę wejść z nimi w społeczność i dyskusję — oczywiście sekretnie. Ci zwodziciele czasami nawet poniżają się do tego stopnia, że używają bojaźni i groźby w celu wykonania swoich samolubnych zamiarów. Nawet nie wahają się mówić źle o innych, sądzić pobudki serc drugich i gwałcić zasady prawdy i sprawiedliwości — tylko przez swoją sofisteryę i oszukaństwa uchodzą zawsze za prawdziwych sług Bożych. Naszą najlepszą obroną przeciw ich machinacjom co się tyczy doktryny lub prowadzenia się jest „Tak mówi Pan”. „Lecz to wszystko, gdy bywa od światłości strofowane [wyjawione], bywa objawione; albowiem to wszystko, co bywa objawione, jest światłością” (Efezów 5 : 13).

Następnie Apostoł (w. 14) podaje wspaniałe napomnienie: „Ocuć się, który śpisz [duchowo] i powstań od umarłych [w greckim *umarle*; nie umarłe istoty w grobach, lecz martwe rzeczy samolubnej i światowej woli ludzkiej, umysłu i uczuć, które przy poświęceniu ofiarowaliśmy na śmierć a z których powinniśmy powstać], a oświeci cię Chrystus [przez Prawdę i jej Ducha]”. Świat wszystek w złem położony jest, w grzechu i w ciemności (Iz. 60:2; 1 Jana 5:19). „Synowie światłości” nie są synami nocy ani ciemności (1 Tes. 5:5), dlatego nie powinniśmy mieć społeczności z niepożytecznymi uczynkami ciemności. Powinniśmy obudzić się z duchowego odrętwienia bez względu w jakimkolwiek stopniu ono nas opanowało. Apostoł ostrzegał chwiejących się Koryntian: „Między wami wiele jest słabych i chorych i nie mało ich zasnęło” (1 Kor. 11:30). Pan udzieli nam światła Prawdy i Ducha Prawdy jedynie na podstawie naszego obudzenia się i powstania od martwych uczynków, aby służyć Jemu, ponieważ tylko przez wypełnienie tych dwóch warunków będziemy mogli otrzymać te błogosławieństwa. Możemy kroczyć z Bogiem, gdy tylko to będziemy czynić.

SIEDEM SPOSOBÓW POSTĘPOWANIA WYMIENIONYCH W LIŚCIE DO EFEZÓW

Św. Paweł w swoim liście do Efezów wykazuje siedem odrębnych sposobów postępowania według których chrześcijanin powinien kroczyć z Bogiem:

(1) Chrześcijanin nie powinien *postępować według zwyczaju tego świata ani według księcia, który ma władzę na powietrzu*, ducha tego, który teraz jest skuteczny w synach niedowiarstwa (Efezów 2:2; Kol. 3:5-7). Jest to postępowaniem świata, postępowaniem złoczyńców, postępowaniem naśmiewców (2 Piotra 3 :3, 4), postępowaniem dzieci gniewu. Ono jest całkiem przeciwne postępowaniu dzieci światłości.

(2) Chrześcijanin powinien *postępować w dobrych uczynkach* — „Albowiem czynem Bożym jesteśmy, stworzeni w Chrystusie Jezusie ku [a nie przez] dobrym uczynkom, które Bóg przedtem zarządził, abyśmy w nich chodzili.” (Efezów 2:10).

(3) Chrześcijanin powinien *godnie postępować według powołania, w którym jest powołany* (Efezów 4:1). „Abyście chodzili godnie Bogu, który was powołał do Swego królestwa i do chwały” (1 Tes. 2:12; Kol. 1:10). Jako chrześcijanie mamy najwyższe powołanie na ziemi: Jesteśmy przedstawicielami Niebieskiego Ojca i naszego Pana i Mistrza Jezusa Chrystusa oraz Ich Królestwa; nosimy Ich imiona i powinniśmy się starać, by we wszystkim przynosić Im cześć i chwałę. To, co czynimy, mówimy i myślimy - w rzeczywistości nawet ogólny wygląd i zachowanie się, a także miejsca, w których jesteśmy widziani, wszystko to mniej lub więcej odzwierciedla wielkiego Króla, którego jesteśmy ambasadorami (2 Kor. 5:20). Nasze powołanie jest powołaniem sług Bożych, nie powinniśmy więc w żadnym stopniu zezwolić, by jakiegokolwiek ziemskie powołanie miało przeszkodzić lub ograniczyć wpływ, czy też służbę, którą podjęliśmy, jako dzieci Boże i jako bracia naszego drogiego Pana i Zbawiciela

(4) Chrześcijanin *nie postępuje tak, jako inni poganie postępują w próżności umysłu swego* (Efezów 4:17). Powinniśmy powstrzymać się nie tylko od grzechu i wielkich niemoralności, które cechują naturalnego człowieka w jego upadłym stanie, lecz powinniśmy zezwolić, by ta zasada lub duch przeniknął wszystkie sprawy naszego życia. Powinniśmy powstrzymać się od naśladowania głupich i światowych zwyczajów, aby duch światowy nie miał nad nami wpływu. Powinniśmy posiadać Ducha Pańskiego, Jego usposobienie, ducha zdrowego zmysłu (2 Tym. 1:7), by rządził nami w naszych radościach i w naszych smutkach, tak podczas uroczystości weselnej jak i podczas usługi pogrzebowej — w rzeczywistości czy jemy, czy pijemy, czy cokolwiek czynimy, wszystko ku chwale Bożej czynimy (1 Kor. 10:31). Nie powinniśmy być o władnięci duchem tego świata ani ulegać próżności umysłu tego świata, ale przeciwnie powinniśmy dać właściwy przykład

światu we wszystkich sprawach — w łagodności, w uprzejmości, w cierpliwości i w wierności Panu i obowiązkowi. Świat postępuje po szerokiej drodze, zaś droga, po której postępuje prawdziwy lud Boży jest wąską ścieżką. W miarę jak wzrastamy w chrześcijańskim doświadczeniu, zauważymy, iż ścieżka ta odbiega coraz dalej od szerokiej drogi, po której świat postępuje. Ktokolwiek więc usiłuje dotrzymać kroku ze światem, ten w wielu wypadkach będzie mógł widzieć, że się usuwa z wąskiej ścieżki lub też w inny sposób szkodzi sobie jako chrześcijaninowi.

(5) Chrześcijanin powinien *postępować w miłości* (Efezów 5:2). Nasze myśli, słowa, czyny i wszystko, z czym mamy do czynienia, powinno być rządzone przez prawo miłości. „Miłość jest wypełnieniem zakonu”. „Toć jest przykazanie moje, abyście się społecznie miłowali jakom i ja was umiłowal” (Rzym. 13:10; Jana 15:12). W zgodzie z tym prawem miłości i ze wspaniałym przykładem naszego Pana, Apostoła mówi, iż powinniśmy tak miłować jedni drugich, by oddać nasze życie za braci (1 Jana 3:16). Czynmy to w ofiarniczej służbie, szczególnie pod względem duchowym lub dla wyższego dobra. Ten duch miłości powinien kontrolować nasze prowadzenie się wobec wszystkich: powinniśmy miłować naszych bliźnich i starać się czynić im dobrze, służyć dla ich największego dobra. „Miłość bliźniemu złości nie wyrządza”, nie korzysta z tego, by w jakimkolwiek stopniu oszukać lub szkodzić bliźniemu. Miłość nie zezwoli, ażeby posiadający ją mówił źle o swoim bliźnim, lecz przyczyni się do pamiętania zalecenia Pisma Św.: „O nikim źle nie mówcie” (Tytus 3:2). Miłość z zasady będzie posłuszna temu zaleceniu, ponieważ jest to właściwe. Nawet więcej niż to. Miłość ostatecznie ma takie zainteresowanie, że brat uprawiający ją nie pragnie szkodzić w jakikolwiek sposób drugiemu, jego interesom lub pomyślności, ale raczej będzie czynił coś dla jego honoru i błogosławienia. Miłość rozwija się w miarę naszego postępowania w niej i ostatecznie przyprowadzi nas do tego błogosławionego stanu, że będziemy zdolni nawet miłować naszych nieprzyjaciół i będziemy zadowoleni z przywileju czynienia dobrze tym, którzy nam złość wyrządzają i prześladują nas (Mat. 5 : 44).

(6) Chrześcijanie są także pouczeni, by *postępowali jako dzieci światłości* (Efezów 5:8). Ich bieg życia powinien zawsze być w zgodzie z rzeczami, które są prawdziwe, uczciwe, sprawiedliwe, czyste, miłujące, szlachetne i uprzejme; rzeczy, które są w zgodzie z Boskim charakterem i ze Słowem Bożym, a które okażą się największym błogosławieństwem dla braci, bliźnich i przyjaciół. W 1 liście Jana 1:5-7; 2:9-11 czytamy: „Bóg jest światłość, a żadnej ciemności w nim nie masz. Jeślibyśmy rzekli, iż społeczność mamy z nim, a w ciemności chodzimy, kłamiemy, a nie czynimy prawdy. A jeśli w światłości chodzimy, jako on jest w światłości, społeczność mamy między sobą, a

kwę Jezusa Chrystusa, Syna Jego oczyszcza nas od wszelakiego grzechu. Kto mówi, iż jest w światłości, a brata swego nienawidzi, w ciemności jest dotąd. Kto miłuje brata swego, w światłości mieszka i zgorszenia w nim nie masz. Lecz kto nienawidzi brata swego, w ciemności jest i w ciemności chodzi, a nie wie, gdzie idzie, iż ciemność zaślepiła oczy jego”. Podobnie nasz Pan powiedział: „Kto w ciemności chodzi, nie wie, kędy idzie” (Jana 12:35; 8:12). Dzieci światłości zauważą codziennie i co roku postęp; ich światłość będzie świeciła coraz jaśniej i sprowadzi najwyższe dobro. Nie będą oni się wstydzić z powodu tego światła, lecz postawią je na świeczniku, aby z niego mogli korzystać wszyscy znajdujący się w domu, każdy domownik wiary. Nawet mała zapalona świeca oświetli najdalszy zakątek ciemnego pokoju, ale wszystka ciemność pokoju nie jest w stanie zgasić palącą się świecę. „Tak niechaj świeci światłość wasza przed ludźmi, aby uczynki wasze dobre widzieli, a chwalili Ojca waszego, który jest w niebiesiach” (Mat. 5 :16).

(7) I wreszcie chrześcijanie powinni *postępować ostrożnie* (Efezów 5:15). Słowo „ostrożnie” znacznie spoglądać wokoło siebie na każdym kroku. Chrześcijanin nie może być tym, który żyje beztrosko. Gdy spogląda on wokoło siebie i zdaje sobie sprawę z różnych sideł i pułapek, to nie tylko będzie się starał, by czynić proste koleje nogami swoimi, ażeby to, co jest chromego z drogi nie ustąpiło (Żyd. 12:13), lecz dodatkowo będzie szukał pomocy, rady i kierownictwa Bożego, aby nie czynił więcej pomyłek, a także by każdy krok na ścieżce życia otrzymał Boskie uznanie, wysławiając Boga w ciele jego i w duchu jego, które są Boże (1 Kor. 6:20). Ta ostrożność w naszym postępowaniu z Bogiem jest tym bardziej konieczna ze względu, iż nasz Przeciwnik, Diabeł, jest szczególnie na straży aby nas usidlić. Jest dozwolone by próby nasze były sroższymi w miarę zbliżania się do mety zupełnego rozwinięcia charakteru. Powinniśmy również postępować ostrożnie, ponieważ wyznajemy, że jesteśmy prawdziwymi chrześcijanami, uczestnikami Świętego Ducha Bożego, a nie ducha światowego, będąc odłączeni od niego, ponieważ nasze światło w ten sposób świecące mniej lub więcej strofuje świat. Ci więc, którzy posiadają ducha światowego zamiast sympatyzować z nami, zazwyczaj nienawidzą nas i czuwają nad tym, aby zauważyć jakiś upadek w naszym postępowaniu lub spowodować nasze potknięcie się i pomyłkę czasami z pobudek złośliwych, a czasami z innych powodów.

Niekiedy nawet nasi bracia usiłują powstrzymać nas od postępowania z Bogiem. Na przykład, Apostoła Piotr w rozmowie z naszym Panem powiedział: Zmiłuj się sam nad sobą, Panie, abyś miał w ten sposób ofiarować się i umrzeć (Mat. 16:22). Postępować ostrożnie znaczy mieć na uwadze te różne przeszkody, kamienie obrażenia i pułapki oraz być posłusznym instrukcjom Słowa Bożego i przewodnictwu Jego

Świętego Ducha. Gdy więc to będziemy czynić postępując ostrożnie, to rozwiniemy charaktery, które będą podobać się naszemu Panu.

Apostoł Paweł dodaje, że taka ostrożność jest niezbędna w naszym postępowaniu „nie jako niemądrzy, ale jako mądrzy”. Jest mądrość światowa, która jest głupstwem u Boga; i jest ci mądrość u Boga, która jest głupstwem dla świata (1 Kor. 1:18—25). My mamy mieć mądrość Bożą, która powinna objawiać się we wszystkich sprawach naszego życia. Ci, którzy kroczą z Bogiem powinni być bardziej przykładnymi, najwięcej podziwu godnym ludem na całym świecie najmądrzejszymi w zarządzaniu Swoimi sprawami, w kierowaniu swoimi dziećmi, w jedzeniu, piciu i ubiorze. Nie znaczy to, że świat będzie zawsze uznawał ich, lecz że cel usprawiedliwi takie postępowanie, które Słowo Boże zaleca, a które Jego mądre dzieci krocząc ostrożnie podejmą.

„ODKUPUJĄC CZAS”

Znaczy to „odkupować” czas, jak gdyby on już był oddany w zastaw hipoteczny. Bo rzeczywiście troski o obecne życie, jego potrzeby, zwyczajnie światowe, nasze upadłe dążenia, itd. pochłonełyby każdą minutę i godzinę naszego życia sprawami należącymi do obecnego życia, podczas gdy krocząc z Bogiem nasze nowe nadzieje, cele i wysiłki są właśnie skoncentrowane na rzeczach, które są w górze, na niebiańskich, królewskich sprawach. Gdzie możemy uzyskać niezbędny czas do studiowania i pokrzepiania się powtarzaniem błogosławieństw, obietnic i łask, które są naszymi? Gdzie możemy uzyskać czas na opowiadanie tej wesołej nowiny drugim? Jeżeli zezwolimy, by duch tego świata rządził nami, to nie będziemy mieli w ogóle czasu na jakakolwiek z tych rzeczy i upadniemy. Lecz jako mądre, a nie jako głupie dzieci Boże, zauważymy i ocenimy większe znaczenie rzeczy niebiańskich i będziemy gotowi ofiarować nasze ziemskie sprawy, zwyczajnie i ambicje na korzyść niebiańskich. W ten sposób możemy odkupić lub kupować z powrotem czas, który poprzednio spędzaliśmy na ziemskie sprawy i to niepotrzebne, a który to czas możemy obecnie poświęcać na własną i naszych braci korzyść w służbie naszego Boga i naszego Mistrza, którym poświęciliśmy wszystko, a co dostrzegamy, iż jest tak znikome poza rzeczami niezbędnymi do uzyskania dla uczciwego zaopatrzenia obecnego życia.

„Przeżoż nie bądźcie nierozumnymi, ale zrozumiewającymi, która jest wola Pańska” (Efezów 5 : 17. Jak wielu z ludu Pańskiego jest nierozumnych! Jak wielu zezwała, aby duch tego świata ogarnął ich do tego stopnia, że przeszkadza im w ocenieniu prawdziwej mądrości i właściwego biegu, właściwego postępowania z Bogiem! Jest czas dla nas, ażeby zaniechać tę głupotę usiłowania czynienia wszystkiego, co świat czyni i stosowania się do tego wszystkiego co świat uznaje! Jest czas dla nas, abyśmy zdecydowali przy łasce Bożej, że będziemy

popularni u naszego Ojca w niebie bez względu na to, czy staniemy się lub nie niepopularni przed drugimi! Będzie daleko lepiej dla nas usłyszeć ostatecznie głos Pański mówiący: „To dobrze służy wierny, wnijdź do radości Pana” (Mat. 25 : 21), aniżeli mieć uznanie „to dobrze” i aplauz od świata, ale minąć się z chwalebny błogosławieństwem, do którego zostaliśmy powołani!

„BĄDŹCIE NAPEŁNIENI DUCHEM”

Zamiast być zatrutym duchem tego świata i jego dążeniami, jego szaleniem za pieniędzmi, okazywaniem się i zewnętrznym przyozdabianiem się, powinniśmy tak być napełnieni Duchem Pańskim, aby nasza największa radość i największe błogosławieństwa objawiały się w dziękowaniu Bogu za Jego dobroć, w utrzymywaniu serdecznej społeczności z Nim, a następnie mając w dodatku społeczność jedni z drugimi i z tymi, którzy są w Prawdzie w Panu. Między sobą powinniśmy rozmawiać przez psalmy, hymny i pieśni duchowe, śpiewając i grając w sercach naszych Panu (Efez. 5:19). Lud Boży nie powinien być ponury, posępny, nieszczęśliwy i stale zapłakany. Nie jest to wola Bożą względem niego, ale przeciwnie, lud Boży powinien być zawsze wesoły i pełen zadowolenia (Filip. 4:4). Podstawą do takiego stanu powinna być wiara w Słowo Boże, które ustawicznie lud Boży powinien spożywać i nim się karmić łącznie z ich społecznością z Panem, która będzie stałym podłożem do chwały i dziękczynienia. Dodatkowo społeczność jednych z drugimi będzie wspanialsza aniżeli jakakolwiek ziemską lub samolubną społeczność, cenniejsza niż zmysłowe pokrewieństwo. Radość nowego umysłu będzie stale silniejsza i bardziej podobna do radości Bożej, starając się o wzajemne budowanie się w najświętszej wierze i w podobieństwie charakteru naszego Odkupiciela.

Apostoł mówi, że powinniśmy dziękować Bogu i Ojcu zawsze za wszystko w imieniu naszego Pana Jezusa Chrystusa; dziękować zarówno za próby i chmury, jak i za łatwe doświadczenia i promienie słoneczne; dziękować za sprawy wydające się na pozór być nieszczęściami wiedząc, iż Bóg jest w stanie uczynić, by wszystkie rzeczy działały dla naszego dobra, że obiecał On to uczynić i że cała sprawa naszych potrzeb i powodzenia spoczywa w rękach naszego Odkupiciela. On jest za mądry, ażeby błędził i za miły, aby być nieuprzejmym, a także nie dozwoli On, abyśmy byli kuszeni nad naszą możność (1 Kor. 10:13). Jak więc możemy się cieszyć!

Jesteśmy również napomnieni, abyśmy jedni drugim byli poddani w poszanowaniu Pańskim, a nie byli dyktatorami, abyśmy nie obstawali za bardzo przy swoim, abyśmy nie troszczyli się o to, by nasza własna wola miała być wykonana na ziemi lub w niebie, ale raczej pragnieniem naszym powinno być, aby wola Ojca została wykonana i abyśmy mogli zauważyć

Jego kierownictwo i opatrność u drugich i przez nich, jak również przez nas, a szczególnie abyśmy zauważyli nauki w Jego Słowie.

Powyższa dobra rada dana nam przez Św. Pawła w liście do Efezów, szczególnie jego rada odnośnie siedmiu sposobów postępowania wraz z wyżej wspomnianą radą Św. Jana i in-

POKARM — NATURALNY I DUCHOWY

5 Moj. 8:3; P'42, 180—187

DOTYCHCZAS omówiliśmy na łamach tego czasopisma osiem samolubnych niższych pierwszorzędných łask; pozostają więc jeszcze dwie łaski do omówienia: apetyt — zamięłowanie do pokarmu i żywotność — zamięłowanie do życia. W tym artykule omówimy pierwszą z tych dwóch łask, a drugą — jeżeli Bóg dozwoli — omówimy później. Zamięłowanie do pokarmu działa w dwóch kierunkach: zamięłowanie do pokarmu naturalnego i zamięłowanie do pokarmu duchowego. Przez pokarm duchowy rozumiemy pokarm dla głowy i serca, ale nie wyłącznie dla głowy i serca Nowych Stworzeń. Słowo *duchowy* nie jest tutaj użyte w odniesieniu do istot duchowych spłodzonych lub narodzonych z Ducha, ale w przeciwstawieniu do pokarmu fizycznego jest ono użyte w odniesieniu do pokarmu umysłowego, moralnego i religijnego bez względu na to, czy spożywający jest Nowym Stworzeniem lub nie. Przez pokarm naturalny rozumiemy pokarm fizyczny, który składa się z elementów ziemskich, zorganizowany zazwyczaj w produkty roślinne i zwierzęce; natomiast przez pokarm duchowy rozumiemy formy myśli przyswajane przez głowę i serce w celu odżywiania się nimi. Z życia więc roślinnego jako produkty mamy następujący produkty: ziarna, orzechy, jarzyny i owoce; zaś z życia zwierzęcego jako pokarm mamy: mięso z ryb, drobiu, gadów, owadów, mięczaków i zwierząt. Nie wszyscy jednak ludzie jedzą mięso z tych sześciu rodzajów życia zwierzęcego i nie spożywają każdego produktu z nich. Z pokarmu duchowego — w tym znaczeniu jak używamy tego słowa tutaj — można wymienić cztery rodzaje: umysłowy, artystyczny, moralny i religijny, wszystkie w szerokim zakresie. W tym jednak artykule nie będziemy omawiali pokarmu rodzaju artystycznego. W artykule tym posłużymy się pokarmem naturalnym i odżywianiem się nim jako ilustracją pokarmu duchowego i odżywiania się nim. W miarę bowiem postępu obecnego badania zauważymy — jak tego należy spodziewać się — że pokarm naturalny i odżywianie się nim w zgodzie z praktyką biblijną dostarcza szczegółowej ilustracji pokarmu duchowego i odżywiania się nim.

SKŁADNIKI W OBU RODZAJACH POKARMU

Rozważając obszernie z punktu widzenia chemicznego, pokarm naturalny składa się z siedmiu rodzajów. Pierwszym z nich jest azot, dru-

nych okaże się bardzo pomocną dla nas w postępowaniu z Bogiem, w prowadzeniu biegu chrześcijańskiego, idąc za przykładem Jezusa Chrystusa w czynieniu woli Bożej i w usiłowaniu, aby Mu się podobać we wszystkich rzeczach. Jako stosowną pieśń do naszego tekstu podajemy nr 315.

gim tłuszcze, trzecim cukier, czwartym krochmal. Pierwszy z nich, tj. pokarm azotowy jest ostatnio nazwyczaj nazywany proteinami. Zaś drugi, trzeci i czwarty rodzaj są czasami klasyfikowane, jako pokarmy węglowe, a czasami trzeci i czwarty rodzaj z tychże (tj. cukier i krochmal) jako węglowodany, a drugi rodzaj jako tłuszcze. Piątym rodzajem z tych siedmiu pokarmów jest woda — płyny, szóstym minerały lub sole mineralne, albo sole komórkowe, a siódmym witaminy. Ograniczając nasz punkt widzenia do nauk biblijnych, jako do pokarmu duchowego — do pokarmu woli, serca i umysłu — znajdujemy, że jest również siedem kierunków myśli w pokarmie duchowym. Pierwszym z nich są doktryny, drugim przykazania, trzecim obietnice, czwartym napominania, piątym prorocstwa, szóstym historie i siódmym typy; bo gdy myśli biblijne są analizowane na ich części składowe, to okazuje się, że one wchodzi w skład tych siedmiu rodzajów myśli. Nie tylko istnieje równoległość w liczbie rodzajów pokarmu naturalnego i duchowego, ale także jest dokładna równoległość w ich działaniu. Związki bowiem azotowe odpowiadają doktrynom biblijnym, tłuszcze przykazaniom, cukier obietnicom, krochmal napominaniom, woda (płyny) prorocstwom, sole mineralne historiom, a witaminy typom. Stanie się to całkiem widoczne, gdy trochę później porównamy działanie tych siedmiu chemicznych składników pokarmu naturalnego z siedmioma składnikami pokarmu duchowego Biblii; porównanie to bowiem wykaże, że istnieją takie równoległości, jakie dopiero co wskazaliśmy. Lecz zanim to wykażemy, będzie dobrą rzeczą, gdy wpierw zastanowimy się nad potrzebą tych dwóch rodzajów pokarmu; a to również wykaże, że istnieją właściwe potrzeby dla obu rodzajów pokarmu.

Pierwszym powodem, dla którego powinniśmy spożywać oba rodzaje pokarmu, jest konieczność uzupełnienia braków. W naszym ciele powstaje ustawiczna strata komórek, która jest wynikiem spalania się tychże na skutek mniej lub więcej energicznej działalności, beczynności lub naturalnego ubytku. Takie straty muszą być uzupełnione przez nowe komórki, które wytwarzają się z naszego pokarmu przechodzącego przez proces trawienia i asymilacji. Podobnie powstaje zużycie energii i mocy w Nowych Stworzeniach na skutek mniej lub więcej gorliwego badania, rozpowszechniania i praktykowania Prawdy oraz znoszenia zła, zachodzącej beczynności, gdy Nowe Stworzenie

okazuje brak gorliwej działalności lub na skutek naturalnego ubytku takiej energii i mocy; ponieważ jesteśmy naczyniami przeciekającymi w naszym Nowym Stworzeniu. Tak samo sprawa przedstawia się z Młodocianymi Godnymi, a to z powodu słabości ciała. Drugim powodem jest to, że pokarm naturalny jest niezbędny celem dostarczenia komórek dla obecnej budowy naszego ciała, albowiem z tego pokarmu nowe komórki są dostarczone dla wzrostu; tak podobnie nasze Nowe Stworzenia czerpią duchowe składniki z pokarmu duchowego dla wzrostu w łasce, znajomości i służbie. Trzecim powodem, dla którego musimy jeść, jest uzupełnienie braków komórek, które to braki są główną przyczyną choroby fizycznej; ponieważ pierwszą przyczyną choroby jest brak soli komórkowych (czyli soli mineralnych); żadne wyleczenie choroby w ten sposób spowodowanej nie jest możliwe bez uzupełnienia takich brakujących soli komórkowych. Podobnie powstają w Nowym Stworzeniu braki w znajomości, łasce i służbie, wytworzone chorobami duchowymi, które nie mogą być uleczone bez uzupełnienia tych braków, ale które mogą być wyleczone przez spożywanie brakujących składników duchowych. Te fakty stanowią trzecią konieczność dla spożywania pokarmu naturalnego i duchowego. Jest także czwarta przyczyna, dla której musimy jeść pokarm naturalny i duchowy: zaopatrzenie się w zapasy dla przyszłych potrzeb. Jest to bardzo widoczne z doświadczenia, np. żołnierza, boksera, zapaśnika, biegacza, ciężko pracującego robotnika itd. Wszyscy oni pokazują tę zasadę działającą w odniesieniu do pokarmu naturalnego. Tak podobnie duchowy żołnierz, bokser, zapaśnik, podróżny, biegacz, ciężko pracujący robotnik itd., pokazują tę zasadę w odniesieniu do pokarmu duchowego. Następnie te stosowne rodzaje pokarmu są niezbędne celem zapobieżenia naturalnym i duchowym chorobom. Naturalne i duchowe zdrowie i siły są odpowiednio podtrzymywane przez pokarm naturalny i duchowy. I wreszcie naturalne i duchowe życie jest odpowiednio zachowywane przez pokarm naturalny i duchowy. A zatem oba rodzaje pokarmu są niezbędne.

Powyżej opisaliśmy siedem składników pokarmu naturalnego i siedem składników pokarmu duchowego. Obecnie zamierzamy wykazać działanie każdego z tych odpowiednich siedmiu składników i zauważymy, że te składniki mają każdy z nich stosowną działalność; a to znowu dowodzi, że prawo naturalne ma swój odpowiednik w świecie duchowym. Funkcją związków azotowych jest budowanie mięśni i w ten sposób dostarczanie ciała siły. Odpowiednikiem naturalnego azotu w dziedzinie duchowej jest prawdziwa doktryna, która niewątpliwie buduje mięśnie duchowe i tym sposobem udziela siły umysłowi, sercu i woli. Tłuszcze służą do oliwienia maszynierii ciała, dostarczając naoliwienia każdej jej części i tym sposobem umożliwiają komórkom, włoskowatym naczyniom krwionośnym, żyłom,

arteriom, mięśniom, organom i stawom gładkie i bez tarcia działanie. Stosownie do tego działają symboliczne tłuszcze, czyli przykazania Słowa Bożego, które streszczają się w słowie miłości zarówno obowiązkowej jak i bezinteresownej — symboliczne tłuszcze Biblii niewątpliwie sprawiają, iż nasze łaski działają sprawnie i bez tarcia. Cukier dostarcza ciału energii; a w duchowej dziedzinie tę rolę odgrywają obietnice biblijne, dając nadzieję, symboliczny miód i udzielając umysłowi, sercu i woli energii. Krochmal dostarcza ciału ciepła; odpowiednio do tego napominania Pisma Św. udzielają umysłowi, sercu i woli zapału, gorliwości. Woda dostarcza ciału płynności w jego komórkach, krwi i żywotnych organach. Podobnie to czyni prorocтво, które udziela niezbędnej płynności naszej każdej władzy i zalecie umysłowej, moralnej i religijnej. [Sole komórkowe (czyli sole mineralne albo minerały) są budowniczymi ciała tzn., że one zatrzymują pozostałe sześć składników pokarmu i budują z nich komórki ciała. Podobnie to czynią historie biblijne, które rozporządzają pozostałymi sześciu składnikami Biblii w budowaniu umysłu, serca i woli w ich władzach i zaletach. I wreszcie witaminy są łącznikami ciała utrzymującymi jego równowagę. Podobną funkcję na serce, umysł i wolę mają typy: albowiem typy streszczają, łączą i równoważą dla naszych umysłowych, moralnych i religijnych władz i zalet pozostałe sześć składników Biblii. Ta seria odpowiedników jest innym przykładem prawa naturalnego zachodzącego w świecie duchowym. Będzie tu na miejscu przedstawić myśl o różnorodności pokarmów; albowiem istnieje wielka różnorodność tak pokarmu naturalnego jak i pokarmu duchowego. Nie tylko mamy produkty z życia roślin takie jak: ziarna, orzechy, jarzyny i owoce, ale również pod każdą tą nazwą mamy wielką różnorodność. Na przykład, jeżeli chodzi o ziarna, to mamy: pszenicę, ryż, owies, kukurydzę, żyto, jęczmień, proso itd.; jeżeli chodzi o orzechy, to mamy: orzechy włoskie, migdały, orzechy laskowe, orzechy tureckie, orzechy brazylijskie, orzechy kokosowe, kasztany, pekany itd.; natomiast z jarzyn mamy: soczewicę, pory, ogórki, seler, kalafior, marchew, kapustę, buraki, szparagi, fasolę włączając soję, karczochy, groszek, rzepę, sałatę, pasternak, cebulę, czosnek, grzyby, rzodkiewkę, ziemniaki, szpinak, rabarbar, kalarepę, jarmuż itd.; z owoców zaś mamy: figi, daktyle, mango, guawa, papaja (owoc w rodzaju melonu), jabłka, pomidory, gruszki, winogrona, morele, porzeczki, pomarańcze, cytryny, grejpfruty, jeżyny, borówki, ananasy, banany, arbuzy, wiśnie, śliwki świeże i suszone, truskawki, maliny itd. Oczywiście podaliśmy powyżej z życia roślin tylko małą różnorodność jego produktów. Bóg dla naszej potrzeby dostarczył obfitą różnorodność pokarmu naturalnego. Tak samo istnieje dla człowieka wielka różnorodność pokarmów pochodzenia zwierzęcego. Pomijając wymienienie tych pokarmów z ryb, drobiu, zwierząt, gadów, owa-

dów i mięczaków, które są określone, jako nieczyste w 3 i 5 Moj., ponieważ zawierają one chemiczne składniki, które są obce dla naszego ciała, a więc trujące, oto niektóre różnorodne pokarmy pochodzenia zwierzęcego, które Stwórca dostarczył dla potrzeby człowieka. Z ryb mamy: makrele, śledzie, łososie, łupacze, wątlusze, pstrągi, stynki, płastugi, flądry, sardynki, itd. Z drobiu mamy: jajka, kury, gęsi, kaczki, indyki, gołąbki, gołębie, kuropatwy, bażanty itd. A ze zwierząt mamy: mięso wołowe, cielęce, kozie, skopowinę, dziczyznę itd. Różnorodność!

RÓŻNORODNOŚĆ W KAŻDYM RODZAJU

Tę samą różnorodność nie tylko znajdujemy w siedmiu rodzajach pokarmu duchowego, ale także znajdujemy wielką różnorodność w każdym z tych siedmiu rodzajów. W pokarmie doktrynalnym mamy następujące główne różnorodne pokarmy: doktrynę o Biblii, o Bogu, o Chrystusie, o Duchu Św., o stworzeniu, o aniołach, o człowieku, o prawie, o przymierzach, o grzechu, o złem, o śmierci, o piekle, o okupie, o usprawiedliwieniu, o poświęceniu, o Nowym Stworzeniu, o wysokim powołaniu, o naturach, o wtórym przyjsciu, o wielkim ucisku, o Kościele, o Wielkim Gronie, o Starożytnych i Młodocianych Godnych, o chrzcie, o Wieczery Pańskiej, o światach, wiekach i poziomach istnienia w Boskim planie, o chronologii, o zmartwychwstaniu, o restytucji, o sądzie, o Tysiącleciu, o próbie, o wiecznym życiu, o Wtorej Śmierci itd. Z pokarmu przykazań istnieje wielka różnorodność, ponieważ dla rozwoju każdego z naszych uczuć i każdej łaski z trzech klas łask — pierwszorzędnych, drugorzędnych i trzeciorzędnych — podano wiele nauk biblijnych i przykazań. Listę tych trzech serii łask, które obejmują stosowne uczucia, można znaleźć w P' 40, 12, 13. Już zwykły rzut oka na nie pokazuje, że istnieje mnóstwo przykazań odnoszących się do tych łask. Wielka wprawdzie jest różnorodność w pokarmie obietnic. Pewien Szkot naliczył około 72 000 obietnic w Biblii. Większa część z nich jest dana Małemu Stadku; spora ilość z nich odnosi się do Wielkiego Grona, do Starożytnych i Młodocianych Godnych. Wiele obietnic odnosi się do cielesnego Izraela i do usprawiedliwionych z wiary, podczas gdy spora ilość z nich jest dana klasie restytucyjnej. Pokarm napominający jest w bardzo wielkiej obfitości, składający się z zachęceń do każdej dobrej pracy, zalety, uczucia i do wszelkich metod i wyrażeń rozwoju charakteru, jak również do ostrzeżeń przeciwko objawom złego charakteru w każdym złym uczynku, zalecie, uczuciu, metodzie i wyrazie, do naprawy tychże i do odradzania objawów złego charakteru w każdym złym uczynku, zalecie, uczuciu, metodzie i wyrazie. A to oznacza dziesiątki tysięcy ustępów Pisma Św. w tym kierunku myśli.

Nader obfitym jest także w Biblii pokarm proroczy, np. wszystko praktycznie w czterech większych i w dwunastu mniejszych prorokach jest prorocze. Inne księgi Biblii są również po-

święcone prorocztwu, np. Pieśni Sal. i Objawienie, części 1 Moj., 5 Moj., Psalmów, Ewangelii Mat., Mar., Łukasza i części wszystkich Listów Apostolskich są również prorocze. Bardzo więc obfity jest pokarm proroczy w Biblii, który mówi o nominalnym i rzeczywistym Izraelu cielesnym i duchowym, o całym kraju i narodzie Izraela, o okolicznych krajach i narodach, jak również o krajach i narodach Chrześcijaństwa i pogaństwa, o Wtórym Przyjsciu, o dniu gniewu, o Tysiącleciu we wszystkich jego aspektach i Wiekach mających nastąpić. Wielka część programu duchowego w Biblii jest historyczna; a więc większa część 1 Moj., 2 Moj., 4 Moj., oraz części 3 Moj., 5 Moj., i Ijoba są historyczne. Całe księgi Joz., Sędziów, Ruty, 1 i 2 Sam., 1 i 2 Król, 1 i 2 Kron., Ezdrasza, Neh. i Estery są historyczne. Również duże części czterech Ewangelii i Dz. Ap. są historyczne. Musimy niewątpliwie przyznać, że duże części Biblii zawierają pokarm historyczny. Tak samo wielka ilość Prawdy typowej w Biblii stanowi pokarm duchowy. Wszystko, co jest historyczne w wyżej wymienionych księgach jest także typowe. Wprawdzie wszystko, co należy do ustaw i co jest odrębne od historii w Biblii, jak prawa Mojżeszowe w wymienionych powyżej księgach, jako historycznych, jest również typowe. W rzeczywistości typy biblijne obejmują poprzednie sześć kierunków myśli. Stąd niektóre pozafigury typów biblijnych są doktrynalne, inne mają charakter przykazań, niektóre charakter obietnic, niektóre zaś charakter napominający, inne jeszcze charakter proroczy, a niektóre charakter historyczny. Większa część typów ma kilka pozafigur. Zgodnie z tym pozafigury typów biblijnych są najobfitszym pokarmem duchowym.

Właściwa proporcja obu rodzajów pokarmu musi być przestrzegana w naszym spożywaniu ich; ponieważ ilość każdego rodzaju pokarmu powinna być spożywana w pewnych ogólnych proporcjach. Przeciętna osoba powinna spożywać z silnie pożywnych składników pokarmu naturalnego około następujących proporcji: 16% azotu (protein), 15% tłuszczu, 50% cukru i krochmalu (węglowodanów), około 2% soli mineralnych i mniej niż 1% witamin oraz około 16% pokarmu jałowego. Ponieważ krochmal zamienia się w cukier przez proces trawienia więc 50% węglowodanów można spożyć w formie cukru lub krochmalu, albo w obu postaciach złączonych w jakiegokolwiek proporcji z tych 50%. Z tego to powodu podajemy w poniżej umieszczonej tabeli cukier i krochmal w jednej kolumnie. Przeciętna osoba powinna wypijać dziennie od dwóch do czterech litrów wody. Choć powyższe proporcje są dla przeciętnej osoby, to jednak u wielu osób przeważa wielka różnica w proporcji tych siedmiu składników pokarmu naturalnego, ponieważ ich organizm nie może przyjmować pokarmu w proporcjach wyżej wymienionych, np. chorzy na cukrzyce nie powinni jeść cukru i krochmalu wcale lub bardzo mało. (Krochmal znajduje się w tkan-

kach roślinnych, otrzymywany głównie z ziemniaków, ryżu, kukurydzy i pszenicy — dopisek tłum). Ludzie, którzy mają katar nie powinni jeść tłuszczu i węglowodanów w tak wielkiej proporcji jak powyżej podano. W rzeczywistości ci, którzy mają dolegliwości różniąc się nimi od przeciętnej osoby, powinni pod względem dietetycznym nauczyć się jeść według ich objawów. Na przykład za dużo pokarmów węglowych (tłuszczu, cukru i krochmalu) w organizmie wywołuje uczucie zapchania, szczególnie nosa, gardła, nerek i jelit i człowiek doznaje zapchanego przeziębienia z mniej lub więcej gęstym śluzem. Taki stan możemy nazwać stanem „przesytu”, w którym za dużo jest pokarmów węglowych. Gdy ktoś z początku dochodzi do stanu „przesytu”, to jego śluz jest zazwyczaj przezroczysty i wodnisty. Jeżeli zaś cośkolwiek posunie się dalej w tym stanie, to jego śluz stanie się szary i gęstszy; a gdy posunie się w nim zbyt daleko, to jego śluz staje się żółty i gęsty. Kiedy taki stan zaczyna następować, to pokarmów węglowych powinno się unikać aż nastąpi stan normalny. Idąc w dół od dotkliwego stanu przesytu, który nazywa się silnym przeziębieniem, zazwyczaj następuje kichanie i śluz przechodzi odwrotny proces: gęsty i żółty śluz staje się rzadszy i szary, a potem przezroczysty i wodnisty.

Natomiast stan „niedoboru” wynika z jedzenia za mało pokarmów węglowych, a dalsze posunięcie się w tym stanie „niedoboru” doprowadza do odczuwania stanu większego wysuszenia. Ten stan wysuszenia szczególnie dotyka nos, gardło, nerki i jelita. Gdy taki stan przeważa, to powinno się jeść dowolnie tłuszcze, cukier i krochmal. Gdy ktoś z tego stanu „niedoboru” wychodzi, to zazwyczaj ukazuje się wodnisty śluz, który następnie znika, gdy osoba wraca do normy. Również następuje kichanie, gdy ktoś wychodzi ze stanu „niedoboru”. Różnica pomiędzy stanem „przesytu” a „niedoborem” polega na tym: stan „przesytu” wywołuje uczucie zapchania, a stan „niedoboru” uczucie wysuszenia. Nie należy obawiać się spożycia zbyt dużo azotu (protein), ponieważ azot szybko usuwany jest przez nerki. Jednak zbyt mało azotu wywołuje u osoby słabość. Te same uwagi, jakie uczyniono względem azotu, odnoszą się do soli komórkowych (czyli soli mineralnych) z tą jednak różnicą” że za mała ich ilość przeszkadza w niezbędnym budowaniu komórek i ich zastępowaniu po ich zużyciu się i wyczerpuje siłę nerwową oraz krew; podczas gdy za mało witamin wywołuje różne choroby, np. oczu, skóry, błony jelit, żółci, nerwów i zaburzeń trzustki, choroby beri-beri, pelagrę, szkorbut, krzywicę, bezpłodność, przedwczesny poród, krwotoki itd. Zaś spora ilość witamin zapobiega tym chorobom i przyczynia się do utrzymania ciała w stanie zdrowym. Brak płynów przeszkadza organizmowi, szkodzi krwi i komórkom ciała i uniemożliwia nam normalne działanie.

Te zasady stosują się do duchowej diety, ponieważ serce, umysł i wola wymagają dla

wzrostu i normalnego działania zrównoważonej diety. Tak jak w pokarmie naturalnym różnica wieku i stanu ciała wymaga odrębne proporcje tych samych składników pokarmu, tak podobnie sprawa przedstawia się z duchową dietą. Mówiąc ogólnie, na początku powinien przeważać pokarm doktrynalny wraz z pokarmem przykazań, obietnic i napominań jako na ściśle drugim miejscu. Potem gdy dobra podstawa doktrynalna dla siły duchowej jest założona, powinno się więcej spożywać pokarmu z przykazań, obietnic i napominań niż pokarmu doktrynalnego. Następnie spora ilość pokarmu proroczego powinna być spożywana po założeniu odpowiedniego fundamentu doktrynalnego, mniejsza niż symbolicznych pokarmów węglowych. Na początku w naszym chrześcijańskim doświadczeniu spora ilość historii biblijnej powinna być spożyta, a to nawet wprawdzie powinno poprzedzać poświęcenie. Na początku bardzo mała ilość typów powinna być badana, ale potem to badanie należy powiększyć. Obecnie w Epifanii powinniśmy się wielce zajmować badaniem typów, ponieważ większa część prawd epifanicznych nosi charakter typów i ponieważ pozafigury obejmują pozostałe sześć form pokarmu duchowego. Duchowe jednak potrzeby różnią się u poszczególnych osób, a to z powodu różnych doświadczeń i stadiów życia chrześcijańskiego. Każdy więc powinien przystosować proporcję tych siedmiu form pokarmu duchowego do swoich potrzeb, rozwoju i doświadczeń. Stąd nie można ustalić żadnej żelaznej reguły, co do ilości każdego z nich. Mówiąc jednak ogólnie, pokarm duchowy powinien być spożywany w zmniejszających się ilościach w następującym po sobie porządku: doktryny, przykazania, obietnice, napominania, prorocstwa, historie i typy. Brak pokarmu doktrynalnego czyni człowieka słabym; brak pokarmu przykazań pomniejsza łaski w ich ześrodkowaniu na obowiązkowej i bezinteresownej miłości; brak pokarmu obietnic osłabia człowieka szczególnie w wierze i nadziei, zaś brak pokarmu napominającego prowadzi człowieka do stanu ospałego pod względem badania, rozpowszechniania i praktykowania Prawdy oraz znoszenia przykrych doświadczeń; brak pokarmu proroczego ma zły skutek na człowieka w jego nadziei i obserwowaniu postępu planu Bożego szczególnie w jego zarysach czasu; natomiast brak pokarmu historycznego zaciemnia widok człowieka na minione działanie planu Bożego i Jego sług i przyczynia się do zwolnienia kroku w jego biegu chrześcijańskim; a brak pokarmu typowego oddziałuje niekorzystnie na człowieka w sześciu sposobach już wykazanych w braku poprzednich sześciu form pokarmu duchowego. Podczas gdy objedzenie się nimi przyprowadzi człowieka do słabości, to zachowanie właściwych proporcji w tych składnikach pokarmu duchowego będzie miało przeciwny skutek od tych skutków, jakie wymieniono w ich brakach. Dysproporcja w tych składnikach duchowego odżywiania się spowoduje chorobę duchową, jak to wykazano

ANALIZA GŁÓWNYCH POKARMÓW

Rodzaj pokarmu	Azot (proteiny)	Tłuszcze	Cukier i krochmal (Węglowodany)	Woda	Minerały	Witaminy	Kalorie (wartość jednego funta po- karmu)
1	2	3	4	5	6	7	8
Ananasy	0,4	0,3	9,7	89,3	0,3	C	2000
Arbuzy	0,4	0,2	6,7	92,4	0,3	CE	140
Ararat	1,1	1,0	97,5	0,2	0,2		1815
Banany	1,3	0,5	14,2	75,3	0,8	C	460
Borówki	0,4	0,6	9,9	88,9	0,2	C	215
Brzoskwinie	0,7	0,1	10,8	88,1	0,3		220
Buraki	1,6	0,5	9,7	87,0	1,0	BC	215
Cebula	1,6	0,3	9,9	87,6	0,6	ABC	225
Cielęcina	20,5	10,6		68,9	1,0	ABC	820
Chrzan	1,1	2,0	6,7	89,2	1,0	A	340
Cukier			100,0			BC	2560
Czekolada	12,9	48,7	30,3	5,9	2,2		2860
Daktyle	2,1	2,8	78,4	15,4	1,3		1615
Drożdże (piwne)	10,0	30,0	40,0	18,0	3,0	ABCDEK	250
Dziczyzna	20,4	8,0		68,8	2,8	ABC	925
Fasola	24,0	6,3	34,4	14,8	3,5	BC	2430
Figi (świeże)	1,5		12,8	79,1	0,7	C	265
Figi (suszone)	4,3	0,3	74,2	18,8	2,4	C	1475
Flądra (ryba)	14,0	0,2	0,3	80,0	5,5	ABC	860
Gęś	16,3	36,2		46,7	0,8	ABC	1830
Gryka	8,6	2,0	51,0	14,2	1,8	AB	1575
Groszek (zielony)	7,0	0,5	16,9	74,6	1,0	BC	465
Groszek (suszony)	24,6	1,0	62,0	9,5	2,9		1655
Gruszki	0,6	0,5	14,1	84,4	0,4	C	295
Grzyby	3,5	0,4	6,8	88,1	1,2	BCD	210
Indyk	17,1	10,8	5,5	65,0	1,6	ABC	870
Jabłka	0,4	0,5	14,2	84,6	0,3	C	290
Jajka (białko)	12,3	0,2	2,8	86,2	0,6	ABD	250
Jajka (żółtko)	15,7	33,3		49,5	1,1	ABD	1705
Jeżyna	1,3	1,0	10,9	86,3	0,5	C	270
Jęczmień	12,8	2,2	60,3	14,0	4,2	AB	1640
Kakao	21,6	28,9	37,7	4,6	7,2		
Kalafior	1,8	0,5	4,7	92,3	0,7	BC	140
Kapusta	1,6	0,3	5,6	91,5	1,0	ABC	145
Kartofle	2,2	0,1	18,4	78,3	1,0		385
Karczochy	2,6	0,2	16,7	79,5	1,0	BC	365
Kasza perłowa	18,5	1,1	67,8	11,5	1,1	BCE	1650
Kasztany	6,2	5,4	42,1	45,0	1,3	C	1875
Kleń (ryba)	15,0			78,0	5,5	ABCD	850
Kura	21,5	2,5	0,0	74,8	1,2	ABC	505
Łosoś (ryba)	20,0	11,8		64,6	5,2	ABC	950
Łupacz (ryba)	17,8	0,3		81,7	1,2	ABD	335
Makaron (włoski)	47,0	18,0	30,0	3,0	2,0	BC	1625
Makrela (ryba)	18,7	7,5		73,4	1,2	ABCD	645
Mamałyga	8,3	0,6	79,0	11,8	0,3	B	1650
Marchew	1,1	0,4	9,3	88,2	1,0	ABC	210
Masło	0,1	85,0	0,0	1,0	3,0	A	3605
Migdały	21,0	54,9	2,0	4,8		C	3030
Miód	0,4		81,2	18,2	0,2	B	1520
Mleko (krowie)	5,0	4,0	5,0	85,0	1,0	ABCDEK	325
Mleko (ludzkie)	3,0	3,0	4,0	89,5	0,5	ABCDEK	315
Morele	1,1	0,0	13,4	85,0	0,5	C	270
Nerki	20,2	0,2	0,7	77,2	1,7	ABCDEK	1460
Nóżki ciel. w galar.	4,3		17,4	77,6	0,7	B	405
Ogórki	0,8	0,2	3,1	95,4	0,5	C	80
Orzechy brazylijskie	17,0	66,8	7,0	5,3	3,9	C	3265
Orzechy kokosowe	5,7	50,6	27,9	14,1	1,7	C	2760

1	2	3	4	5	6	7	8
Orzechy laskowe	15,6	65,3	13,0	3,7	2,4	C	3290
Orzechy włoskie	18,4	64,4	13,0	2,5	1,7	CE	3300
Orzechy ziemne	20,8	1,2	6,0	5,0	2,2	BCE	1540
Owies	21,0	5,0	9,0	63,0	2,0	AB	285
Pasternak	1,6	0,5	13,5	83,0	1,4	C	300
Płastuga (ryba)	18,6	5,2		75,4	1,0	ABD	565
Pomarańcze	0,8	0,2	11,6	86,9	0,5	BC	240
Pomidory świeże	0,9	0,4	3,9	94,3	0,5	BCE	105
Pomidory konserwow.	1,2	0,2	4,0	94,0	0,6	BCE	105
Pory	1,2	0,5	5,8	91,8	0,7	ABC	140
Porzeczki	1,5		12,8	85,0	0,7	C	265
Pstrąg (ryba)	19,2	2,1		77,8	1,2	ABCD	445
Pszenica (pełna)	13,8	1,9	71,9	11,4	1,0	ABC	1675
Ptactwo (kaczka, kuropatwa itd.)	19,3	16,3		63,7	1,0	ABC	1045
Rabarbar	0,6	0,7	3,6	94,4	0,7	C	105
Rodzynki	2,6	3,3	76,1	14,6	3,4		1605
Ryż	8,0	0,3	79,0	12,3	0,4	B	1630
Rzepa	1,3	0,2	8,1	89,6	0,8	AC	185
Rzodkiewka	1,3	0,1	5,8	91,8	1,0	C	135
Sago	9,0	0,4	78,1	12,2	0,3		1635
Salata	1,2	0,3	2,9	94,7	0,9	ACE	90
Sardynki	23,6	19,7		52,3	5,6	BCD	850
Seler	1,1	0,1	3,3	94,5	1,0	AC	85
Ser	29,6	38,3	0,0	28,6	3,5	ABCDE	2165
Serwatka	1,0	0,3	5,0	93,0	0,7	ABCD	125
Skopowina (z jagniąt)	18,7	25,8		55,1	1,0	ABC	1430
Skopowina (z owiec)	18,5	18,0		62,8	1,0	ABC	1105
Soczewica (suszona)	25,7	1,0	59,2	8,4	5,7		1620
Soja	42,0	20,0	8,0	28,4	1,6	ABCDEK	1510
Sola (ryba)	17,0	0,3	0,5	79,7	2,5	ABC	640
Słodkie ziemniaki	1,5	1,3	23,8	71,5	2,9	BC	950
Stynka (ryba)	17,9	1,3		79,2	1,7	ABC	405
Szparagi	0,6	0,5	4,9	93,6	0,4	BC	105
Szpinak	2,1	0,3	3,2	92,3	2,1	ABC	110
Sztokfisz	16,5	0,4		81,9	1,2	AB	325
Śledź	19,5	7,7		71,3	1,5	ABD	660
Śliwki (świeże)	1,0		20,1	78,4	0,5	C	395
Śliwki (suszone)	2,1		73,3	22,3	2,3		1400
Śmietana	3,5	4,5	2,0	90,0		B	325
Tłuszcz (wołowy lub barani)			100,0			BC	2340
Truskawki	1,0	0,6	7,4	90,4	0,6	C	180
Turbot (ryba)	14,8	14,4		71,4	1,3	ABCD	885
Wątroba	19,0	5,3		73,0	1,3	ABCDEK	575
Winogrona	1,3	1,6	19,2	77,4	0,5	C	450
Wiśnie	1,0	0,8	16,7	80,9	0,6	C	365
Wołowina	19,0	5÷20,2	0,0	45÷60,2	2,0	ABC	1105
Zboże (ziarno)	7,1	1,3	78,4	12,6	0,6		1650
Żelatyna	85,4	0,1		12,5	2,0	B	1705

powyżej co się tyczy braków i przejedzenia się zależnie od tego czy za dużo, czy też za mało spożywamy z tych siedmiu składników pokarmu duchowego; natomiast zachowanie właściwej proporcji w diecie duchowej, jeżeli przyswajanie i karmienie się odbywa się wraz z odpowiednim ćwiczeniem w życiu poświęconym, to człowiek duchowo stanie się silnym, namaszczone, energicznym, gorliwym, zwilżonym, twórczym i zrównoważonym.

Tabela poszczególnych składników pokarmu pochodzenia roślinnego i zwierzęcego zestawio-

na przez specjalistów od żywienia, podana jest na str. 12 (1 funt = 0,45 kg).

Nasze pisanie o sprawie pokarmu naturalnego nie powinno być rozumiane, jako opuszczenie spraw duchowych celem zajęcia się sprawami ziemskimi, jako zejście z Ducha do ciała. Lecz ma ono na celu — oprócz naszego pragnienia przyjscia braciom z pomocą, aby używali swojego apetytu, czyli zamilowania do pokarmu, by uczynić ich lepszymi sługami prawdy, sprawiedliwości i świątobliwości — ochronienie ich od dziwactw pod względem zdrowia i od oszustów. Strzeżmy się przed nimi i unikajmy

stania się dziwakami pod względem zdrowia, jakimi niektórzy bracia się stali. Oszuści w sprawie zdrowia są — jak właśnie nazwa ta wskazuje — ludźmi, którzy twierdzą, że dają informacje w sprawach dietetycznych, a którzy tylko żądają dla zysku zbyt wysokiego wynagrodzenia za swoje wykłady, lekcje i książki, ale z reguły często podają swoim klientom niewiarygodne, niewystarczające lub niepraktyczne informacje dietetyczne. To co podaliśmy powyżej i co podamy poniżej na ten temat jest wiarygodne i praktyczne. Poświęcenie odrobiny czasu i wysiłku umożliwi braciom zdobyć właściwe i wystarczające wiadomości pozwalające na zdrowe używanie pokarmów. Ma to na celu dopomożenie im, aby uczynili swoje ciała lepszymi sługami prawdy, sprawiedliwości i świątobliwości i to przy nakładzie tylko trochę czasu, wysiłku i środków bez potrzeby stania się dziwakami odnośnie zdrowia i ofiarami oszustów i dziwactw.

Podamy kilka wyjaśnień o solach komórkowych (czyli o minerałach) i o witaminach, które jak ufamy, okażą się pożyteczne. Sole komórkowe pozostają w postaci popiołu po całkowitym spaleniu ciała ludzkiego. One są niezbędne do właściwego wzrostu i zdrowia ciała. Tych soli komórkowych jest dwanaście, są one w ciele złożone i mają swoją działalność, jak to wykazuje poniższa tabela. Najlepszą może książką dla użytku rodzinnego dla wszystkich osób wyjaśniającą te sole i jak je używać, jest *Biochemia* doktora J. B. Chapmana, którą można nabyć. Oto następująca tabela.

Fosforan	<i>wapna</i> : tworzy tkankę łączną, ciała krwi, soki żołądkowe i kości. <i>żelaza</i> : jest składnikiem ciałek krwi, które roznoszą żelazo i tlen. <i>potażu</i> : wytwarza siłę nerwową i szarą materię kręgosłupa i mózgu. <i>sodu</i> : zamienia kwas mleczny w kwas węglowy i wodę. <i>magnezji</i> : przynosi pożywienie włóknom nerwowym.
Chlorek	<i>potażu</i> : zamienia azot na ciało, <i>sodu</i> : rozdziela wodę proporcjonalnie po całym ciele.
Siarczan	<i>wapna</i> : usuwa odpadki z ciała, <i>sodu</i> : usuwa nadmiar wody i tworzy żółć. <i>potażu</i> : zanoszą węglany do skóry i błony śluzowej
Fluorek	<i>wapna</i> : buduje elastyczne włókna, powierzchnię kości i szkliwo.
Krzemionka (czysta)	<i>krzemionka</i> : współdziała z białkiem i włóknikiem; pomaga ropieniu.

Nazwy lekarskie tych soli komórkowych według podanego powyżej porządku są: Fosforan

wapniowy (*Calcaria Phos.*), fosforan żelazowy (*Ferrum Phos.*), fosforan potasowy (*Kali Phos.*), fosforan sodowy (*Natrum Phos.*), fosforan magnezowy (*Magnesia Phos.*), chlorek potasowy (*Kali Mur.*), chlorek sodowy (*Natrum Mur.*), siarczan wapniowy (*Calcaria Sulph.*) siarczan sodowy (*Natrum Sulph.*), siarczan potasowy (*Kali Sulph.*), fluorek wapniowy (*Calcaria Fluor*) i krzemionka (*Silicea*). Choroba w pierwszym rzędzie powstaje na skutek braku soli komórkowych. Wynika z tego, że biochemiczny sposób leczenia (tzn. solami komórkowymi) jest leczeniem domowym, łatwym do zastosowania przez tego, kto nie jest lekarzem.

WITAMINY

W poprzedniej tabeli podaliśmy główne witaminy w analizie głównych składników pokarmu. Tu podamy jeszcze o tych witaminach kilka uwag, które — jak ufamy — okażą się pomocne w ich zrozumieniu i używaniu: Witaminy A, D, E i K są rozpuszczalne w tłuszczu, (tzn., że rozpuszczają się one w tłuszczu, podczas gdy witamina B złożona i C rozpuszczają się w wodzie. Prowitamina A (prowitamina jest to substancja, którą organizm może zamienić na witaminę — dopisek tłum.) znajduje się w zielonych liściastych częściach jarzyny, a więc w liściach selery, buraków, sałaty, kapusty itd. Jej brak szkodzi skórze, błonie śluzowej i siatkówce oka, i jest on nie tylko spowodowany złą dietą, ale także chronicznym rozwolnieniem i chorobami przewodu żółci i trzustki. Przedłużone podgrzewanie i odwadnianie pokarmów niszczy pro witaminę A. Głównym źródłem witaminy A jest mleko i produkty mleczne, np. ser, masło itd. Jajka i tran. Złożone witaminy B i C rozpuszczają się w wodzie. Złożona witamina B (B1, B2 i B6 są głównymi witaminami wśród około tuzina) jest jedną z najważniejszych. Witamina B1 działa przeciw chorobie beri-beri. Brak tej witaminy powoduje utratę apetytu, zatwardzenie i choroby mięśni. Jej działalnością jest dopomaganie w trawieniu i przyswajaniu cukru i krochmalu. Tłuszcze wymagają mniej witaminy B1 dla takiego użytku. Ona obfituje w kiełkach i w otrębach ziarna. Ona ginie przez zbyt długie gotowanie, ale pozostaje w gotowanym płynie, który powinien być zachowany. To samo jest prawdą o solach mineralnych. Witamina B2 znajduje się w zielonych liściach, w drożdżach, w mleku, w czarnych żywotnych organach (wątrobie, nerkach, sercu, płucach) i mięśniach. Jej działalnością jest roznieść w sposób zrównoważony tlen do naszych komórek i do siatkówek oczu. Brak jej wstrzymuje wzrost, powiększa słabość, szkodzi wzrokowi i powoduje zaćmę. Witamina B6 przeciwdziała nerwom i pelagrze. Ona jest niezbędną dla nienaruszalności naszych komórek, przewodu żołądkowo-jelitowego, skóry i nerwów, jak również leczy śluzowe zapalenie okrężnicy (okrężnica jest to część jelita grubego tworzącego zakręt — dopisek tłum.), zapalenie gardła, zatwardzenie i rozwol-

nienie. Złożona witamina B (B1, B2, B6 itd.) jako ferment pobudza chemiczną reakcję.

Witamina C przeciwdziała skorbutowi. Skorbut jest prawie wyłącznie spowodowany dietą składającą się ze słonego mięsa i pozbawiona jarzyn. Dlatego na tę chorobę cierpią marynarze po długich podróżach morskich. Witamina C wchłania wodór i przyczynia się do wzrostu. Brak witaminy C powoduje rozdzielanie się komórek, np. wyciekanie krwi z naczyń włoskowatych, krwotok, psucie się zębów, zmiękczenie kości itd. Obecność witaminy C zapobiega zakażeniu i dopomaga w rozwoju tkanki łącznej. Jednak nie pozostaje ona długo w ciele, stąd jej nadmierna ilość nie jest szkodliwa. Nie ma jej w maśle, jajkach i serze. Nie powinno się jej przygotowywać w naczyniach miedzianych. Marynowanie, solenie, konserwowanie i fermentowanie niszczy ją. Suche pokarmy również ją tracą. Handlowe wkładanie jarzyn do puszek celem zakonserwowania niszy ją od 50 do 75%, natomiast zakonserwowane owoce kwaśne zachowują ją w 79%. Zbyt podgrzane pokarmy, zakonserwowane lub gotowane morele, brzoskwinie, śliwki i wiśnie nie posiadają jej prawie wcale. Witamina D zapobiega krzywicy. Obfituje ona w drożdżach, w grzybach, w jajkach i w olejach z ryb. Mleko ją zawiera, gdy jest poddane naświetleniu. Promienie słoneczne bezpośrednio wytwarzają witaminę D, dlatego kąpiele słoneczne są dobre

dla większości osób. Ona łączy się z wapnem i fosforanem i przyczynia się do tworzenia kości. Witamina E przeciwdziała bezpłodności. Jej źródłem jest głównie olej z kielków pszenicy, jak również sałata, palma, olej bawełniany i pomidory. Ona dopomaga rozdzielaniu się naszych komórek na dwie i zapobiega przedwczesnemu porodowi. Witamina K przeciwdziała krwotokowi. Ona znajduje się w kielkującej soi, w lucernie, w szpinaku, w jarmużu, w marchwi, w liściach kasztanowych, w pomidorach, w pędach owsa, w mące z nadgniętej ryby i w otrębach ryżu. Celem uzupełnienia braków nauka posiada witaminy złożone w różnej formie, które znajdują się na rynku. Jeden z najlepszych produktów witamin złożonych jest znany pod nazwą V-M Nuri Food i składa się on po części z lucerny, z soi, z wodorostów morskich, z papaja i mięty. Znajomość o witaminach znajduje się w stanie niemowlęctwa, ale szybko postępuje naprzód z roku na rok; podobnie pod tym względem przedstawia się sprawa z ich odpowiednim składnikiem pokarmu duchowego, tj. typami. Jest to niewątpliwie przebłysk tysiącletni. Większa część witamin znajduje się w drożdżach piwnych, w wątrobie, w mleku, w soi, w kielkach pszenicy, w jajkach, w surowych orzeszkach ziemnych i w chlebie z pełnej pszenicy.

(Ciąg dalszy nastąpi)

ROZNE SPRAWOZDANIE Z WIECZERZY PAŃSKIEJ

PONIZEJ podajemy statystykę z obchodzonej przez braci Wieczery Pańskiej, w której co najmniej dziesięć osób brało udział. Ogółem 219 zborów wzięło udział w tej Pamiątce. Z powodu wojny we Wschodniej Nigerii nie otrzymaliśmy żadnego sprawozdania stamtąd. Obyśmy nadal oceniali Chrystusa naszego Baranka Wielkanocnego coraz to więcej w miarę jak postępujemy drogą naszego Pana!

Poznań, Polska	197
Łódź, Polska	170
Arauearia, Brazylia	87
Lublin, Polska	85
Bydgoszcz, Polska	71
Wrocław, Polska	70
Katowice, Polska	68
Dzierżoniów, Polska	67
Warszawa, Polska	65
Lens, Francja	51
Auchel, Francja	46
Antonina, Brazylia	45
Tychy, Polska	44
Kraków, Polska	43
Dąbrowa Górna, Polska	42
Leżachów, Polska	41
Bruay, Francja	39
Kingston, Jamajka	39
Łosiniec, Polska	38
Bielsko-Biała, Polska	35
Czechowice-Dziedz., Polska	34

Thottakad, Indie	34
Drogomyśl, Polska	31
Palayamkottai, Indie	30
Philadelphia, Pa	30
Denain, Francja	29
Isle Jourdain, Francja	29
Rdutów, Polska	28
Cewków, Polska	27
Janowo, Polska	27
Wągrowiec, Polska	27
Bukowina, Polska	26
Chicago, Ill.	26
Olsztyn, Polska	26
Wólka Niedz., Polska	26
Lagos, Nigeria	25
Model, Polska	25
Arras, Francja	24
Grudziądz, Polska	24
Los Angeles, Calif.	24
Gdańsk, Polska	23
Hyde, Anglia	23
Luboń, Polska	23
Bełżec, Polska	22
Chwałowice, Polska	22
Curitiba, Brazylia	22
Muskegon, Mich.	22
Gorzów Wlkp., Polska	21
Nienadówka, Polska	21
Ostrzeszów, Polska	21
Gębiczyna, Polska	20

Jaśkowice, Polska	20	Hemet, Calif.	14
Jersey City, N. J.	20	Januszkowice, Polska	14
Pabianice, Polska	20	Lidzbark Warm., Polska	13
Springfield, Mass.	20	Oleszyce, Polska	13
Zarośle, Polska	20	Polanów, Polska	13
Cheadle i Gatley, Anglia	19	Chodzież, Polska	12
Cincinnati, Ohio	19	Kołobrzeg i Złocieniec, Polska	12
Dominów, Polska	19	Krosno, Polska	12
Kędzierzyn, Polska	19	Mulakulam, Indie	12
Piotrków Tryb., Polska	19	Orneta, Polska	12
Vakathanam, Indie	19	Panama, Panama	12
Konin Żagański, Polska	18	Błazowa, Polska	11
Bartons, Jamajka	18	Kuba, W. I.	11
Cieszyn, Polska	17	Głogowa, Polska	11
Dampremy, Belgia	17	Jasło, Polska	11
Fayraoreau, Francja	17	Łąki Wielkie, Polska	11
Lichtajny, Polska	17	Minneapolis, Minn.	11
Charleroi, Belgia	16	New Haven, Conn.	11
Georgetown, Gujana	16	Ostrów Wlkp., Polska	11
Londyn, Anglia	16	Przemyśl, Polska	11
Paryż, Francja	16	Rzeszów, Polska	11
Trinidad, W. I.	16	Tarnów, Polska	11
Wałbrzych, Polska	16	W. Frankfurt, III.	11
Barlin, Francja	15	Żdanów, Polska	11
Buffalo, N. Y.	15	Aalborg, Dania	10
Glen Eliyn, Ill.	15	Bridgetown, Barbados	10
Grand Rapids, Mich.	15	Falmouth, Jamajka	10
Sulistrowa, Polska	15	Gniezno, Polska	10
Amay Liege, Belgia	14	Kansas City, Kans.	10
Boston, Mass.	14	Miami, Fla.	10
Central Point, Ore.	14	Tulsa, Okla	10
Dobryłów, Polska	14	Vence, Francja	10
		Czeskie-Nowe, Polska	10

DO WIADOMOŚCI ZBORÓW

Drodzy Bracia i Siostry w Panu naszym Jezusie Chrystusie! Łaska Wam i pokój niech się rozmnoży w przyniesieniu owoców świętobliwości!

W celu jednolitego i terminowego zgłaszania władzom zmian zachodzących w składzie zarządu i starszych w wyniku przeprowadzanych okresowo wyborów w Zborach, co jest obowiązkiem wynikającym z prawa o stowarzyszeniach, jak również z dekretu z dn. 31. XII. 1956 r. o organizowaniu i obsadzaniu stanowisk kościelnych (Dz. U. Nr 1 z dn. 12. I. 1957 r.), proszę każdorazowo następnego dnia, po wyborach przysłać poniższe dane: (1) imię, nazwisko i adres aktualnego przewodniczącego; (2) imię i nazwisko ustępującego przewodniczącego (z poprzedniej kadencji); (3) imię, nazwisko i adres aktualnego sekretarza; (4) imię i nazwisko sekretarza ustępującego; (5) imię,

nazwisko i adres aktualnego skarbnika oraz imię i nazwisko skarbnika ustępującego; (6) listę starszych z podaniem imion, nazwisk i adresów, przy czym nazwiska starszych wybranych po raz pierwszy należy podkreślić; (7) czasokres trwania kadencji wyborów z zaznaczeniem dat od dniado dnia.....; (8) ogólna liczba członków Zboru; (9) adres lokalu zebrania (siedziba Zboru), właściciel lokalu. Na podstawie otrzymanych danych Zarząd Główny dokona zgłoszenia do właściwej W. R. N. i prześle kopie do wiadomości Zborowi. Załączając chrześcijańskie pozdrowienia, życzę Drogim Braciom i Siostram błogosławieństw Bożych w wiernym naśladowaniu Mistrza.

Wasz brat z łaski Pana
(—) Wiktor Stachowiak